

E-mail: vecher@pervouralsk.ru

ПЕВЧЕРНИЙ Первоуральск

№ 10 (18503)

Четверг, 9 февраля 2012 года

Газета выходит с 19 июня 1931 года



"Нас ждут новые старты".



НОВЫЕ ЧЕМПИОНЫ

7 февраля состоялся прием у главы города героев областного чемпионата по фигурному катанию. Подарком спортсменам от администрации, по словам Ю. О. Переверзева, станут профессиональные коньки.

Наталья ПОДБУРНАЯ

20 и 21 января в Екатеринбурге проходил чемпионат Свердловской области, который является первым этапом Спартакиады учащихся, по значимости схожей с Олимпиадой. По результатам первенства лучших фигуристов отобрали в состав уже сборной региона. И в этой когорте сильнейших - трое воспитанников старших тренеров-преподавателей Ледового дворца спорта П. Г. Кипрушева и Л. А. Свирипы. Среди одиночников чемпионами стали - впервые! - первоуральские мастер спорта Никита Махнев и кандидат в мастера спорта Ксения Вяткина, а серебряным призером - Данил Киряков.

Поздравления со столь успешным выступлением фигуристы и их наставники принимали 7 февраля. Пожелания, прозвучавшие на прошедшем приеме, стали для ребят напутствием перед новым стартом:

зональное соревнование, где наши фигуристы поборются уже за попадание на Россию, проходят как раз на этой неделе в Оренбурге. И наверняка Ксении, Данилу и Никите пригодятся сувениры с первоуральской символикой в честь

рос по приобретению экипировки, - сказал Ю. О. Переверзев.

Глава городского округа Первоуральск не мог не упомянуть и о реконструкции Ледового дворца спорта. Юрий Олегович полагает, что в новый сезон

в основном екатеринбуржцы из спортивных школ "Юность" и "Локомотив". Но первоуральцы выстояли. У Никиты после исполнения произвольной программы (сложной, в которой есть и тройной аксель, один из трудных элементов) отрыв от соперников составил 20 баллов. До этого он был призером областного чемпионата и нынче добился золотого результата. Уверенно откатала свою программу, короткую и произвольную, Ксения Вяткина. Успешным получилось и выступление Данила Кирякова: он очень хорошо, безошибочно катался.

Л. А. Свирипа довольна своими учениками. Вот пробиться дальше сложнее, тому есть объективные причины. Но фигуристов это, конечно, не останавливает. Ведь главное - ставить перед собой цель. И первый этап Спартакиады учащихся по фигурному катанию показал, что им многое по плечу.

Фото С. БИРЮКОВА.

За все время работы Ледового дворца секция фигурного катания (ей уже пора перерасти в школу олимпийского резерва) подготовила несколько мастеров спорта международного класса и почти 20 мастеров спорта. Из "международников" - Анастасия Гимазетдинова, участница последних Зимних олимпийских игр в 2010 году и 2006-м, и Сергей Рылов - участник чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр 2002 года.

280-летия, которые полагались к благодарственным письмам главы городского округа. Конечно, на приеме были отмечены и наставники мастеров льда.

- Большое спасибо за то, что вы своими достижениями славите наш город. А в качестве награды я готов обсудить воп-

муниципальное учреждение войдет с новым "сердцем" - фреоновой установкой по изготовлению льда.

Ю. О. Переверзев пообщался с фигуристами, спросив, с кем пришлось побороться за победу. Соперники у Никиты Махнева, Ксении Вяткиной и Данилы Кирякова были серьезные,

ВНИМАНИЕ!

В помещении городского совета ветеранов (ул. Гагарина, 3) работает **общественная приемная штаба общественной поддержки кандидата в президенты России Владимира Путина**. С заявлениями и предложениями сюда уже обратились десятки жителей городского округа Первоуральск. Телефоны общественной приемной - **66-64-49, 64-94-34**.

9 февраля в 16 часов депутат Законодательного Собрания Свердловской области **Ефим Моисеевич ГРИШПУН** проведет **прием жителей городского округа Первоуральск**. Адрес приемной: ДК "Огнеупорщик", 1 этаж, комната 3. Предварительная запись по телефонам **(3439) 278-616, (3439) 278-210**.

С ПОЛНЫМ ДОСМОТРОМ

Областная ГИБДД проверила первоуральских водителей.

Утром 6 февраля жители Первоуральска, которые добираются до места работы в Екатеринбург на личном транспорте, пережили немало беспокойных минут.

Сотрудники спецроты дорожно-патрульной службы УГИБДД ГУ МВД России по Свердловской области решительно останавливали малейшие попытки нарушения скоростного режима, внимательно проверяли документы водителей, тщательно проводили досмотр транспортных средств. Поводом для массовой проверки послужило дорожно-транспортное происшествие, случившееся накануне на нерегулируемом пешеходном переходе по адресу: Комсомольская, 10. Пострадавшая 12-летняя девочка получила травму правого коленного сустава. Виновник ДТП с места происшествия скрылся, но после оперативно проведенных розыскных мероприятий был найден.

Причина же в том, что за истекшее с начала года время количество ДТП, в которых пешеходы, часто дети, пострадали по вине находящихся в нетрезвом состоянии любителей экстремального вождения, значительно превысило показатели соответствующего периода прошлого года. По словам начальника ОМВД России по Первоуральску Сергея Чирко, в 2011 году 180 дорожно-транспортных происшествий произошли по вине водителей. Это составляет 86 процентов от всех ДТП. В них погибли 45 человек. В 2010 году было 17 погибших.

Сегодняшняя проверка является вынужденной, но необходимой мерой. Как сообщили в пресс-службе управления ГИБДД ГУ МВД России по Свердловской области, проверка будет завершена по окончании дежурной смены.

Пресс-служба администрации.

АЙКРАФТ ОПТИКА

ВТОРЫЕ ОЧКИ - В ПОДАРОК*

Проверка зрения - БЕСПЛАТНО!

- ✓ Более 1000 моделей медицинских оправ и солнцезащитных очков
- ✓ Широкий выбор мягких и цветных контактных линз
- ✓ Очки для автомобилистов и работы за компьютером

ул. Ватутина, 46,
т.: 64-94-53, 8-952-728-42-00

*акция продлится до 1 июля, условия акции узнавайте у консультантов

ПРЕДУПРЕЖДАЕМ О НЕОБХОДИМОСТИ ПОЛУЧЕНИЯ КОНСУЛЬТАЦИИ У СПЕЦИАЛИСТА



ОТКАЗАЛИСЬ ОТ ДЕБАТОВ

Вот уж действительно, некоторые руководители штабов кандидатов в президенты сильно удивили первоуральцев, отказавшись участвовать в дебатах.

КПРФ, "Справедливая Россия", ЛДПР нашли разные предлоги и объяснения своего неучастия. Почему вы, товарищи и господа, отказались от публичных дебатов и не воспользовались случаем донести до земляков-первоуральцев позицию кандидата в президенты от вашей партии? Или свой личный взгляд? Ведь представители штаба Путина Слабука и штаба Прохорова Дрыгин согласились участвовать в дебатах, а без вашего участия дебаты теряют смысл. Как вы дальше собираетесь продемонстрировать избирателям свою политическую состоятельность?



По словам организатора дебатов **Виталия Листраткина**, складывается впечатление, что эти люди просто боятся аудитории.

Пример прошедших выборов в Государственную Думу красноречив, - рассказывает В. Листраткин. - Кто нашел смелость общаться с людьми, тот в Думу и прошел. Кто боялся микрофонов, людских глаз, общения с народом, тот никуда не попал. Можно делать прозрачные выводы.

Я позвонил каждому из местных лидеров, - продолжает Листраткин, - спросил каждого лично, готов ли он участвовать в дебатах по ходу этой избирательной кампании. От представителей ЛДПР (Александр Панасенко) и КПРФ (Денис Ярин) прозвучали стереотипные ответы: "Подумаем...". Областное руководство не приветствует такие вещи, как бы чего не вышло...". А представитель "Справедливой России" господин Пунин вообще отказался общаться на какие-либо темы: не хочу, не буду. Так что сейчас на самой возможности проведения дебатов, я думаю, можно поставить крест. От них до сих пор насчет проведения дебатов не было ни звука.

Председатель городского совета ветеранов **Александр Слабука** возглавляет общественный штаб поддержки кан-



дидата в президенты Владимира Путина, на участие в дебатах согласился сразу:

Я готов в любое время отстаивать свою позицию. Мне сейчас приходится встречаться с множеством первоуральцев. Они разные говорят о политической ситуации в стране, о городских делах, о своей жизни. Если речь заходит о президентских выборах, то очень многие горожане говорят, что Владимир Владимирович для России олицетворяет стабильность и уверенность в завтрашнем дне. В нем нет популизма, присущего некоторым другим кандидатам. И он единственный среди нынешних претендентов, кто имеет опыт правления страной в условиях мирового экономического кризиса.

Путин доказал, что способен на поступки, у него всегда есть четкая позиция, и он отстаивает интересы России, прежде всего, на международном уровне. Для меня как для человека военного это важно, поэтому мне хотелось выразить свою гражданскую позицию и представить интересы наших сторонников.



Предприниматель **Константин Дрыгин**, сторонник кандидата в президенты РФ Михаила Прохорова:

Когда мы смотрим дебаты на центральных каналах телевидения, конечно, видим полемику опытных ораторов. И хотя наши политики, может, уступают тяжеловесам в искусстве вести дискуссию, но все равно, было бы интересно послушать их, что называется, вживую. Что касается меня, то у меня есть своя позиция, почему я поддерживаю именно это-

го кандидата, и я готов был ее озвучить. И услышать аргументы от представителей других претендентов на пост президента.

А вот объяснения отказавшихся принимать участие в дебатах.

Александр Панасенко, руководитель местного отделения ЛДПР:

Штаб, который занимается избирательной кампанией кандидата от нашей партии, находится в Екатеринбурге, поэтому вопрос об участии в дебатах - именно в его компетенции. В принципе, думаю, ответ был бы положительным, но приглашение поступило буквально накануне самого мероприятия, и региональное руководство просто не успело подготовиться.



Владислав Пунин, председатель местного отделения партии "Справедливая Россия":

Приглашение на участие в дебатах мы получили через посредника, не напрямую, и то, в общем виде. Хотя по всем правилам этикета следовало бы связаться с нами напрямую, сообщить, какая будет повестка. Для меня вообще было большим удивлением узнать из комментариев в Интернете, что с нами связывались напрямую. Я лично ни от кого не скрываюсь, мои координаты известны.



Денис Ярин, председатель комиссии по регистрации городского комитета КПРФ, и. о. первого секретаря горкома:

На дебаты нас пригласили за два дня до самого мероприятия, а график мероприятий у нас плотный, все расписано. Если бы проинформировали за неделю, то, конечно, согласились бы поучаствовать.



Будем надеяться, что дебаты все-таки состоятся и представители КПРФ, "СР" и ЛДПР получат разрешение от своих вышестоящих инстанций на общение с первоуральцами.

КОМПЬЮТЕР - КАЖДОМУ ВРАЧУ

Что такое модернизация здравоохранения и как она идет в нашем городе? Этот вопрос был задан начальнику Первоуральского управления здравоохранения **Елене Жолобовой**.



Елена Станиславовна Жолобова.

Каким был прошедший год

По словам Е. Жолобовой, 2011 год для городской медицины оказался сложным.

- Главная причина в том, что произошла смена собственника лечебно-профилактических учреждений (ЛПУ) Первоуральска, - говорит Елена Станиславовна. - Все лечебно-профилактические учреждения отошли в ведение областных структур.

Мы не будем вдаваться в подробности организационно-правовых новшеств, все практически значимое лежит на поверхности. Суть в том, что с этого года медицина Свердловской области перешла к новой практике оказания помощи пациенту.

С открытием межмуниципальных центров (ММЦ) заработала ее трехуровневая модель: фельдшерско-акушерские пункты (ФАП), общеврачебные практики (ОВП) и городские больницы (ГБ). Для консультации медицинский работник ФАПа или ОВП может направить пациента, допустим, в межмуниципальный центр. Здесь работают специалисты более высокого уровня квалификации, применяются новые



Демонстрация нового оборудования.

технологии и оборудование, здесь ставят более точный диагноз, назначают эффективное лечение.

- В прошлом году на территории Западного управленческого округа открыто шесть межмуниципальных центров, - уточняет Е. Жолобова. - Четыре из них в нашем городе. Это признание высокого уровня качества оказания и организации медицинской помощи в Первоуральске. В ММЦ на базе ГБ №1 оказывают помощь по десяти направлениям (терапия, педиатрия, хирургия, травматология и др.) Многопрофильная детская больница как ММЦ работает для детей всего Западного округа. ГБ №4 специализируется по неврологии и отоларингологии. На базе третьей больницы организован ММЦ по офтальмологии, открыт кабинет лазерной хирургии. Подобное есть только в Екатеринбурге. В целом по городу в последние два ме-

сяца поток больных к нам увеличился почти в пять раз.

К сказанному стоит добавить, что наш перинатальный центр оказывает своевременную квалифицированную помощь роженицам и детям девяти прилегающих территорий. С 2002 года, как результат, стала выше рождаемость, снизилась материнская и младенческая смертность.

Модернизация по-первоуральски

Основные мероприятия по модернизации здравоохранения рассчитаны на два года. Елена Жолобова обращает внимание на то, что уже сделано:

- Плановые ремонты прошли практически во всех лечебных учреждениях. Средства на последующие уже получены. Первая больница практически подготовила помещение для установки компьютерного томографа. Ждем его в конце февраля - начале марта. Поступило три цифровых рентгеновских аппарата нового поколения для ГБ № 1, 2, 3. Их применение значительно улучшает диагностические возможности городских ЛПУ.

Очень важное направление - информирование населения. Один из элементов этого процесса - введение электронной записи на прием.

- Сейчас это практикуется в каждом лечебном учреждении. Чтобы не выставлять очередь в регистратуру, пациент может записаться на прием к специалисту через Интернет, при этом сохраняется и развивается практика записи на прием по телефону. Например, в регистратуре ГБ №1 установлено пять компьютеров, около 80 процентов тех, кто записался на прием, сделали это через Интернет, - дает пояснение Е. Жолобова. - Если же говорить об оснащении компьютерами в целом, то по нашему управлению она достигает примерно 30 процентов.

Областное министерство здравоохранения подтвердило, что в 2012 году каждое место врача будет оснащено компьютером. Постепенно будем переходить на электронную карту ведения пациента и электронную историю болезни.

- Мы одни из первых в Свердловской области закончили лицензирование школьных медицинских кабинетов, - не без гордости сообщает Е. Жолобова. - Идет активно лицензирование медкабинетов в детских дошкольных учреждениях, закончить это нужно до 1 июня текущего года.

У нас все врачи учатся

Эти слова Елена Жолобова произносит, лишь только разговор заходит о решении кадровой проблемы, о квалификации медицинских работников. Очевидно, что это ее беспокоит всерьез, ведь уровень укомплектованности городских больниц не превышает 50 процентов. А средний возраст специалистов 48-49 лет.

Чем привлечь молодых? Оказалось, что зарплата для них не является главным стимулом, хотя средний уровень ее составляет сейчас 35 тысяч рублей, в зависимости от стажа, должности, квалификации работника. Гораздо сильнее привлекают ребят интересная работа и возможность профессионального роста, занятия научно-исследовательской работой. Вот для этого очень много делается в настоящее время.

- Основной приток специалистов в городскую медицину, по нашим прогнозам, будет лет через шесть, - говорит Елена Станиславовна. - Сейчас мы активизировали целевой набор. В прошлом году в рамках областной программы подготовки кадров направлено в медицинские учебные заведения 12 человек. Через некоторое время город получит 12 молодых специалистов: стоматологов, педиатров, врачей общей практики и т. д.

Пресс-служба администрации.

«ПРОЗРАЧНОСТЬ» ОБЕСПЕЧАТ ВЕБ-КАМЕРЫ

Избирательная кампания по выборам президента России войдет в историю по широте применения информационных технологий.

Наталья ПОДБУРНАЯ

В какой же степени готов к переменам городской округ Первоуральск? Впрочем, не меньше нас интересует еще один принципиальный момент: помолодели ли избиратели?

Эти две темы "Вечерка" выбрала для очередной встречи с В. В. Изотовым, председателем Первоуральской городской территориальной избирательной комиссии.

- **Владислав Вениаминович, голосование 4 марта будет максимально открытым, разумеется, в рамках законодательства. Эту прозрачность, по замыслу, должны обеспечить веб-камеры на избирательных участках. В Первоуральске в качестве пробного варианта они уже были опробованы на нескольких участках на выборах главы городского округа. Однако по распоряжению премьер-министра "всевидящее око" следует установить повсеместно, чтобы "выбить почву из-под ног тех, кто хочет делегитимизировать власть" в стране.**

- В Минсвязи РФ признают, что такая задача еще не решалась нигде в мире. Веб-трансляции с избирательных участков страны станут уникальным мировым прецедентом. В сжатые сроки предстоит выполнить большой объем работы и у нас. Этим занимается "Ростелеком", и пять участков уже оснащены камерами видеонаблюдения. Напомним, что на территории Первоуральска находится 73 избирательных участка, и камеры в количестве двух единиц будут установлены на 70 из них. Оставшиеся три участка расположены в больницах, и подключение "Интернет-наблюдателя" там не предусмотрено.

- **Как вообще будет вестись онлайн-трансляция?**

- С 7 часов утра, когда участковая комиссия приступает к работе, и до 20 часов вечера по местному времени. После - не

разрешает законодательство, поскольку в это время еще голосует Калининград. Однако в период перерыва ведется запись. Как только проголосует Балтийский берег, трансляция в Интернете возобновится.

- **Оборудование участковых избирательных комиссий веб-камерами политиками оценивается по-разному. Противники упорно считают, что нарушения**



дятся с 4 февраля по 3 марта.

В. Д. МОСТОВНИКОВ,
председатель Избирательной комиссии
Свердловской области.

Учитывая уроки и выводы выборов 2011 года, Избирательная комиссия Свердловской области инициировала открытие во всех территориальных избирательных комиссиях школ наблюдателей. В их работе принимают участие наблюдатели от кандидатов, избирательных объединений, а также граждане, желающие заниматься такой деятельностью на любых выборах. Занятия проводятся с 4 февраля по 3 марта.

законодательства все равно будут, и basta.

- Ну, это мнение следует отнести к ряду политической риторики. Дело ведь не только в установке, но и в самом расположении. Одна камера устанавливается так, чтобы можно было увидеть все помещение, где проходит голосование. Вторая направлена прямо на ящики с бюллетенями. По окончании голосования на это же место комиссия поставит столы и под прицелом объектива будет производить подсчет бюллетеней. Если участок оснащен КОИБом - комплексом обработки избирательных бюллетеней, то процедура упрощается, но принцип остается тот же.

- **Кстати, о комплексах обработки.**



Председатели участковых комиссий на семинаре 5 февраля.

Насколько их будет больше 4 марта?

- Только на пять. Декабрьские выборы показали, что КОИБы эффективны, а главное, позволяют исключить ошибки в оформлении копий протоколов.

- **Можно ли сказать, что сейчас возросли требования к членам участковых комиссий?**

- Мы проводим учебу, причем не только для тех, кто входит в состав УИК, но и для наблюдателей. В прошедшие выходные как прошли первые занятия: в субботу для наблюдателей, в воскресенье - организационный семинар-совещание для членов избиркомов.

- **Чем еще сейчас занята Первоуральская избирательная комиссия?**

- Принимаем помещения, где будут располагаться комиссии, выдаем открепительные удостоверения. Причем эти удостоверения будут действительны и на повторных выборах президента, если 4 марта ни один из кандидатов не наберет большинство голосов.

- **А это зависит уже от избирателей. Ранее, Владислав Вениаминович, мы не раз отмечали, что гражданскую сознательность в основном проявляет старшее поколение. И ТИК придает большое значение привлечению молодого избирателя.**

- Мы ведем статистику, подсчитываем средний возраст голосовавших. И на выборах в декабре прошлого года 35 с половиной процентов составила молодежь против 19 процентов на досрочных выборах главы городского округа Первоуральска. Приведу еще один отрядный факт. У нас более трехсот человек должны голосовать впервые, и каждый из них получит приглашение прийти на выборы 4 марта. Затем, пройдут различные курсы среди учащихся. 19 февраля проведем очередной День молодого избирателя. И зал в этот день не пустует.

Фото С. БИРЮКОВА.

ПЕРВОУРАЛЬСКАЯ ГОРОДСКАЯ ДУМА



События и факты

ЕЩЕ 15 МАЛЫШЕЙ ПОШЛИ В ДЕТСКИЙ САД

На этот раз радостное событие произошло в детском саду № 60, где состоялось торжественное открытие новой ясельной группы для детей 2-3 лет. Вместе с главой города Ю. О. Переверзевым и начальником управления образования Н. В. Журавлевой разрезал красную ленточку депутат Первоуральской городской Думы Ю. А. Жильцов.

- Детский сад № 60 для меня, можно сказать, родной, ведь 45 лет назад, будучи ребенком, я посещал его, - прокомментировал ситуацию Ю. А. Жильцов. - Открытие новой группы - это знаменательное событие, так как в этом году дошкольное учреждение отметит свой полвековой юбилей. Теперь еще 15 малышей получили возможность посещать детский сад. За эти годы многое изменилось, детский сад преобразился. А нынче здесь было отремонтировано помещение, которое являлось раньше хозяйственным и находилось в аварийном состоянии. На эти цели из городского бюджета было выделено полтора миллиона рублей. В результате заменены окна, система канализации, построена новая веранда, завезено современное оборудование. И работа в этом направлении будет продолжаться дальше.

После открытия новой группы почетные гости проехали в школу № 12 для того, чтобы обсудить возможности открытия двух дошкольных групп на базе данного учебного заведения.

ПОГОДА В ДОМЕ НАЛАДИЛАСЬ

В адрес Первоуральской городской Думы поступила коллективная жалоба от жителей домов 11-а, -б, -в, -г по проспекту Ильича о том, что с наступлением морозов температура в квартирах снизилась. Многочисленные обращения жителей в службы ЖКХ к положительному результату не привели. Депутат Первоуральской городской Думы М. А. Сафиуллин попытался разобраться в коммунальном треугольнике. И оказалось, что проблема решаема.

Депутат побывал в "замерзающих" домах, чтобы выяснить, в чем проблема и как можно ее решить. Действительно, температура воздуха в квартирах не соответствовала нормам, и это подтвердили специалисты Роспотребнадзора. М. А. Сафиуллин взял ситуацию под личный контроль, обратился в управляющую компанию, обслуживающую дома, а также в коммунальные службы города и добился того, что проблема с теплом была решена. О том, что погода в домах наладилась, жители с благодарностью сообщили депутату первому.

Пресс-служба гордумы.

СКБ-БАНК

СЧАСТЛИВЫЕ ВКЛАДЫ 11%

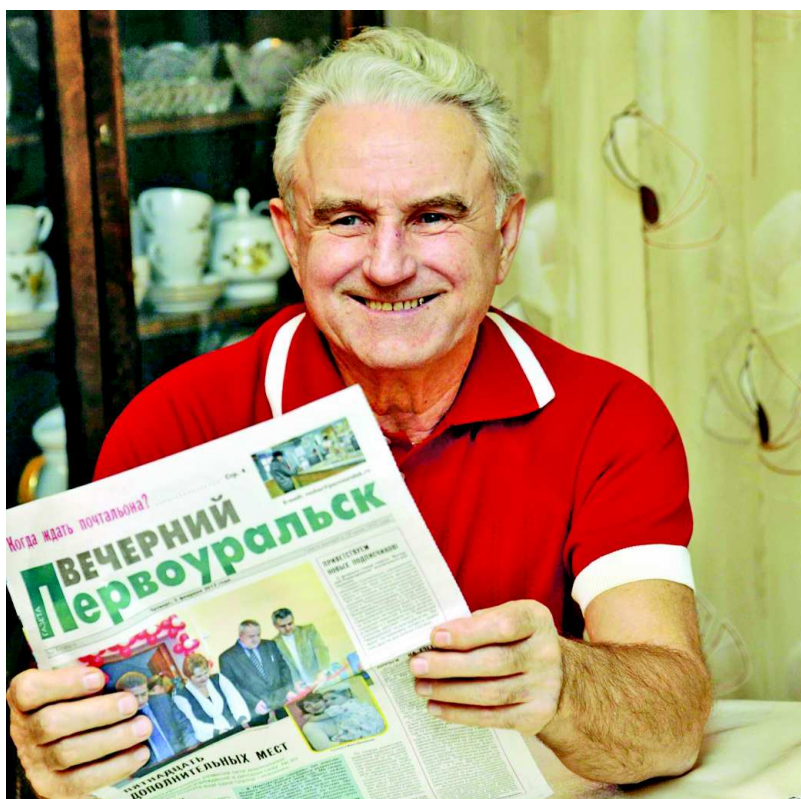
Улыбаюсь во сне -
ну а что мне еще остается...

Поэт Владимир Вишневский

Условия по вкладу «Хозяин!»: ставка в процентах годовых в рублях составляет с 1 по 30 день - 1%, с 31 по 90 день - 2%, с 91 по 150 день - 3%, с 151 по 210 день - 4%, с 211 по 270 день - 5%, с 271 по 330 день - 5,5%, с 331 по 369 день - 6%, с 370 по 540 день - 6,5%, с 541 по 729 день - 7%, на срок вклада 730 дней ставка 11% годовых. Срок вклада - 730 дней. При условии нахождения вклада на счете вклада 730 дней. Банк производит переводов начисленных и капитализированных процентов по ставке 11%. Мин. сумма вклада - 5 тыс. рублей. Капитализация процентов ежемесячно. Вклад не пополняется. По вкладу разрешены расходные операции в части суммы капитализированных процентов. Бесплатно - банковская карта Visa Classic или Visa Instant Issue в валюте вклада на условиях тарифов Банка «Visa». Подробные условия по телефону, в офисах или на сайте Банка. Условия действительны на момент выхода рекламы. ОАО «СКБ-банк». Ген. лиц. ЦБ РФ № 705.

8-800-1000-600
(звонок бесплатный, круглосуточно)

г. Первоуральск, ул. Ватутина, 23
ул. Ильича, 29а



В. А. Остапец - один из тысячи наших новых подписчиков. Напомним, с февраля, благодаря усилиям администрации городского округа Первоуральск, лично Ю. О. Переверзева, А. В. Слабуки, И. Ю. Штыменко, а также депутата Законодательного Собрания Свердловской области Л. И. Ковпака, "Вечерку" два раза в неделю в течение первого полугодия 2012 года получает тысяча ветеранов войны и труда.

Фото С. БИРЮКОВА.



В полете - "саланговцы".



В изостудии.



Кружевницы-мастерицы.

Воскресный день в ЦДТ запечатлел
С. БИРЮКОВ.

У Центра детского творчества есть свой сайт <http://cdt-pervouralsk.ucoz.ru/>, где можно подробнее узнать о том, чем живет учреждение дополнительного образования.

Кто не верит, что возможно научиться танцевать, Быть художником, актером, сильным, быстрым, ловким стать, Прыгнуть с парашютом смело, лучше край родной узнать, Неизвестное в природе с удивлением открывать? Во Дворец ведут дороги, иди по ним и встретишься с мечтой! Твори, выдумывай и пробуй! Раскрой талант и стань звездой!

Театральная студия
"Синяя птица".

МИР ОТКРЫТИЙ ДОСТУПЕН ДЕТЯМ

Занятия в Центре детского творчества были и остаются бесплатными.

Преемник Дома пионеров и школьников, открытого еще в 1928 году прошлого века, сегодня расширяет свои горизонты. Речь идет, конечно, о ЦДТ. Почти 30 лет назад Дом пионеров переехал в собственное здание. Это позволило Центру детского творчества развернуться, да так, что теперь его по праву стоит назвать страной познаний, открытой для каждого, кто хочет найти себе занятие по душе. Ежегодно в объединениях ЦДТ занимается до двух тысяч детей и подростков в возрасте от 6 до 18 лет.

К счастью, в Первоуральске сохранилась система бесплатного дополнительного образования для подростков, подтверждением чему является и деятельность ЦДТ. Администрация города придает большое значение воспитанию ребят, кому определять будущее Первоуральска, и всегда изыскивает возможность для развития Центра. Поэтому у ЦДТ хорошая материальная база.

Слово заместителю директора Г. Г. Черняк, отличнику народного просвещения. Сама Галина Геннадьевна в детстве тоже занималась в кружках Дома пионеров, и рада, что и у детей 21 века есть возможность проявить себя:

- В нашем Центре 27 кружков и секций. Их образовательные программы весьма разносторонние. Одни направлены на расширение знаний по тем или иным предметам школьной программы. Другие повышают уровень профессиональной компетентности у ребят. Имею в виду радиоконструирование, спортивное ориентирование, театр моды, военно-патриотический клуб "Саланг". Следующие способствуют физическому совершенствованию благодаря занятиям боксом, армспортом, брейк-дансом, спортивным туризмом.

Все кружки и секции ЦДТ широко известны в городе и за его пределами. Есть и уникальные направления. Так, кружок плетения на коклюшках - чуть ли не единственный в регионе, остальные зачахли. А в Первоуральске он успешен и востребован. Более того, на занятия многие кружевницы приходят на пару с мамой или бабушкой.

- В уставе нашего учреждения вообще закреплено, что родители могут приходить на занятия со своими детьми. Это здорово, когда семья увлечена одним делом. Вот на авиамоделирование с сыновьями папы любят ходить. Кроме того, к нам приходят на занятия и дети с ограниченными возможностями, - добавила Галина Геннадьевна.

Заместитель директора также заметила, что в современной истории ЦДТ в своей деятельности выходит за привычные рамки дополнительного образования, не замыкаясь только на кружковой работе. Центр ведет совместные проекты со школами и библиотеками города, проводит общегородские мероприятия.

И вообще у всех, кто занимается в ЦДТ, жизнь становится интересной и насыщенной. Так, ребята, выбравшие туристско-краеведческий отдел, - активные участники областной программы "Родники", краеведческой экспедиции "Моя родословная". Юные открыватели родного края не раз бывали в походах, география которых очень обширна: горный массив Конжаковский камень, пещеры Пермского края, Краснодарского края, Башкортостана, сплавы по рекам Чусовая, Ай и Уфа. В походах и экскурсиях ежегодно принимает участие до 600 ребят.

Ежегодно до 100 курсантов парашютно-десантного клуба "Саланг" выполняют программу парашютистов-разрядников. Выпускники клуба становятся офицерами Вооруженных Сил и МВД России. Воспитанники секции бокса становились призерами чемпионатов России среди юниоров; авиамоделлисты - победителями международных соревнований. Столь же впечатляющие и достижения кружковцев художественно-эстетического отдела. Всего за 2010-2011 учебный год победителями конкурсов, соревнований и фестивалей различного уровня стало 1098 учащихся ЦДТ.

Добиться столь высоких результатов, как уверенно заявляют в ЦДТ, удалось благодаря поддержке администрации городского округа, а именно - управления образо-



Жанна Матвеевна Краевская.

ТАК ПОЯВЛЯЮТСЯ ЛУЧШИЕ ОРИЕНТИРОВЩИКИ

С Жанной Матвеевной Краевской не поспоришь: дословно слово "педагог" так и переводится - "воспитание детей", само понятие шире профессиональной принадлежности. С этим самоопределением наставника согласится ее воспитанники (их уже больше двухсот человек) и их родители. Мамы и папы, увидев Жанну Матвеевну, спешат рассказать, как дела у повзрослевших "абрисовцев". Так получились и в минувшую пятницу.

В администрации города 3 февраля прошла церемония награждения стипендиатов главы города. В число лучших спортсменов по итогам прошлого года включен и ориентировщик Данил Ахтаров. Правда, статутку пришлось получить вместо героя его педагогу. Спортсмен в составе сборной УрФО был на соревнованиях в Златоусте.

И сразу после торжества к руководителю клуба поспешила Л. А. Фролова, мама Насти Фроловой, чтобы поделиться хорошими новостями. Настя учится на бюджетном отделении в Уральском государственном университете путей сообщения, летом подрабатывает воспитателем в лагере на базе ФОК "Гагаринский".

- Я жалею, что Настя пришла к Жанне Матвеевне поздно, дочка тогда училась в десятом классе. Это был 2008 год, мы услышали от знакомых, что ЦДТ поехал в "Оленьи ручьи". Попросились, и нас взяли. А потом Настя стала уже ходить в "Абрис", хотя она и не спортсменка, но легко влилась в дружную компанию, раскрылась, - вспоминает Любовь Александровна.

Жанна Матвеевна порадовалась за Настю. Ее успехи педагог восприняла как закономерность.

- Если у школьника есть цель, он сосредоточен на саморазвитии, то ему

У КАЖДОГО СВОЯ ВЕРШИНА

"Всегда, когда требуется указать, кто ты есть, я пишу - "педагог". Для меня это самое главное звание".

дискотеки неинтересны, у него задачи другие, и он представляет, какой путь выбирает, - убеждена наставник.

Между прочим, среди ориентировщиков девочек мало. Как объяснила Жанна Матвеевна, родители считают "лесной спорт" не-девчоночьим занятием, мол, еще в чаще заблудятся.

жать ребят. Благодаря этому поколение туристов и ориентировщиков, не потерявших в 90-е годы, выросло и пошло в предпринимательство. Многие занялись промышленным альпинизмом, стали известными в городе людьми.

В новом веке растет новая смена, вооруженная передовыми технологиями.

Почетный гражданин города Первоуральска о своей роли в Общественном штабе в поддержку кандидата в президенты РФ Владимира Путина:

"В Общественный штаб меня включили по рекомендации совета ветеранов. Подобное доверие расцениваю как возможность принять реальное и сильное участие в делах нашего города. Нам необходима стабильность в обществе. Мне не все равно, что же будет завтра с малой родиной и с нами.

Уверена, что мои бывшие воспитанники 4 марта обязательно придут на избирательные участки. "Абрисовцев" всегда отличает сознательность, они точно не станут ждать, что вот кто-то за них сделает выбор. И, конечно, каждый будет решать сам, за кого он отдаст голос".

КАК ПРЕВРАТИТЬ ХУЛИГАНА В ХИРУРГА

В клуб приходят и не простые подростки.

- Важно вовремя заметить склонность к агрессии и направить ее в другое русло. Запретами ничего не добиться. Утрированно говоря, если ребенок режет лягушку, вполне может быть так, что это растет будущий талантливый хирург. Главное, переориентировать его. Это возможно, когда удается занять чем-то созидательным. Наши ребята никогда не станут мусорить в лесу, ведь он для них родной: они обихаживали родники, высаживали деревца.

К слову, одно время на страницах "Вечерки" публиковались материалы Ж. М. Краевской о воспитании детей, и подход в воспитании, по которому росли ее дети (теперь и внуки), вызвал у читателей живой интерес.

Как тогда быть с влиянием окружающей среды, изменить которую мы не в силах? На этот счет в истории клуба есть отдельная глава. Это 90-е годы. Стране было практически не до спорта, но клубу ЦДТ удалось удержаться.

ШТРИХИ К ПОРТРЕТУ

Жанна Матвеевна КРАЕВСКАЯ родилась в первый год после Победы в городе Несвиж на стыке Польши, Литвы и Белоруссии. Еще в школе серьезно занималась спортом, побеждала на литературных конкурсах, республиканских олимпиадах. Это предопределило выбор профессии - биохимик. Училась в Белорусском и Уральском госуниверситетах. Туристско-спортивно-экологический клуб "Абрис" ЦДТ возглавила в начале 80-х годов, куда ушла из городского отдела народного образования. Так продолжились традиции детского туристского движения в Первоуральске, у истоков которых стояли Тамара Афанасьевна и Адольф Григорьевич Сердюк.

Педагог дополнительного образования стала победителем городских конкурсов "Учитель года-2001", "Женщина года-2003". Три

года назад мастер спорта по ориентированию Ж. М. Краевская заняла первое место на Первенстве России среди ветеранов, в 2010 году этот золотой список она дополнила званием "Лучший тренер России". А в прошлом году по инициативе главы городского округа Ю. О. Переверзева и по представлению управления образования Жанну Матвеевну удостоили звания почетного гражданина города Первоуральска.

Ж. М. Краевская, ко всему прочему, была внештатным автором нашей газеты еще в бытность ее "Под знаменем Ленина", и в кругу ее интересов есть место и для сочинения стихов:

*Меня приняли зори рябинные,
И уральцы признали своей,
Полюбились мне сказы былинные
И суровая нежность людей.*

Автор страницы - Наталья ПОДБУРТАЯ.



Теперь эти малыши могут посещать детский сад.

ЗАМОК ДЛЯ ПРИНЦЕВ И ПРИНЦЕСС

Без преувеличения сказать, праздником стало открытие в селе Новоалексеевское детского сада.

Дошкольное учреждение № 84, рассчитанное на 75 малышей, не только по внешнему виду, но и по внутреннему убранству больше напоминает дворец. Даже радостная ребятня называет его не иначе как "замок для принцев и принцесс".

Большие светлые просторные группы, большой музыкальный зал, прекрасные площадки для прогулок с современным игровым оборудованием, подобранным с учетом возрастных особенностей детей каждой группы. Детский сад построен по специальному проекту, с учетом современных требова-

ний. Так, к примеру, пищеблок включает специальные цеха для холодных и горячих продуктов, овощной цех и кладовые помещения.

С радостью в детский сад пошли не только малыши, но и сотрудники. Дружный молодой коллектив, руководит которым Оксана Владимировна Смоль, начал работу задолго до прихода в группы своих подопечных. Педагоги и их помощники готовили учреждение к приему дошколят.

Но, пожалуй, самые сильные эмоции испытали родители, которые с нетерпением ждали, когда на месте закрытого шесть лет назад старого садика появится новый. До последнего мамы и папы не верили, что теперь их малыши смогут посещать образовательное учреждение.

Уже сейчас садик наполнился детскими голосами. А счастливые родители малышей, которые теперь посещают дошкольное учреждение, делятся впечатлениями.

У Галины Владимировны Пустохиной - две дочки-погодки. С Мариной и Викой мама сидела дома. С открытием детского сада в селе у девочек появилась возможность посещать образовательное учреждение.

У Аллы Глебовны Егоровой пять детей. Для многодетной мамы, воспитывающей не только родных, но и приемных детей, возможность водить малышей в детский сад - большая радость:

- Мы счастливы, что в селе появился детский сад. Двое моих сыновей с удовольствием ходят в этот прекрасный "дво-

рец". Шестилетний Арсений пошел в подготовительную группу, а двухлетний Ванечка - в младшую. Мальчишки просто в восторге, им нравится садик, они полюбили своих воспитателей, подружился с ребятами. Для них это очень важно.

ОТ МЕСТ... ОТКАЗЫВАЮТСЯ

Первого марта свои двери для дошколят открывает детский сад № 49 в поселке Талица. В конце прошлого года закончились все строительные работы. После проведенной реконструкции учреждение смогут посещать 95 малышей.

Что удивительно, при имеющейся проблеме часть родителей, детям которых были предложены места в порядке очереди в

детском саду, просто отказались от предоставленной их малышам возможности посещать дошкольное учреждение, сославшись на удаленность детского сада. К семи отказавшимся следует прибавить еще 20 семей, выйти на которых просто не удается.

- Хотелось бы обратиться к родителям детей 2007 года рождения, которые зарегистрировали свои заявления до февраля 2008 года, с просьбой обратиться в дошкольный отдел управления образования за направлениями, - говорит начальник УО Нина Викторовна Журавлева.

На апрель запланировано открытие после реконструкции детского сада № 54 в поселке Динас. Учреждение сможет посещать 191 дошкольник.

Фото автора.

- Мы очень рады тому, что долгожданный детский садик открыл двери для наших детей. Раньше дочка ходила в частный сад. Однако это было очень дорого, поэтому мне пришлось уволиться с работы и сидеть с ребенком дома. Теперь же Ксюша с удовольствием посещает новый садик. Мы этому очень рады.
Светлана Михайловна ПЕРМЯКОВА,
мама четырехлетней Ксюши.

- Сын с удовольствием посещает детский сад. Прекрасные воспитатели, новые игрушки, удобные кровати. Чувствуется, что все здесь сделано для того, чтобы ребята чувствовали себя комфортно.
Мария Сергеевна КОЖЕВНИКОВА,
мама трехлетнего Кости.

- Раньше Полину приходилось оставлять дома с бабушкой. А теперь она вместе со сверстниками посещает образовательное учреждение, да еще какое! Нам садик очень нравится, даже не ожидали, что для наших детей построят такое шикарное здание.
Людмила Сергеевна САВИНЦЕВА,
мама Полины.

С АППЕТИТОМ!

Птицефабрика «Первоуральская»: гарантия качества неизменна

Не за горами целый фейерверк любимых праздников - День всех влюбленных, День защитника Отечества, Международный женский день. Разумеется, каждая хозяйка мечтает порадовать родных и близких чем-нибудь вкусненьким. И конечно, отправляется в магазин за продуктами, чтобы приготовить праздничное угощение. Но среди разнообразия мясных, колбасных изделий и копченостей на торговых прилавках порой очень сложно выбрать вкусный и действительно качественный продукт. В этом случае лучше доверять местным производителям. Таким, как птицефабрика "Первоуральская".

Почему стоит отдавать предпочтение продукции именно первоуральской птицефабрики? Во-первых, потому, что колбасы этого производителя не содержат ГМО и вкусы. Во-вторых, качество их гарантировано. Ведь для безопасности и качества птицепродуктов здесь применяются эффективные меры контроля, включая ветеринарные обработки, на всех стадиях производственного процесса, то есть буквально от цеха до вилки.

Обратимся за комментарием к специалисту, **Елене Владимировне Коршуновой**, старшему ветеринарному врачу службы переработки ОАО "Птицефабрика "Первоуральская":

- Для того чтобы выпустить качественную продукцию, предприятию необходимо соблюдать четыре основополагающих постулата.

Первый: необходима гигиена сырья. На птицефабрике "Первоуральская" для выработки колбасных изделий и полуфабрикатов используется своя тушка, которая выращивается на птицефабрике. Это свежее охлажденное мясо. Добавлю, что все сырье перед процессом производства согласно требованиям СанПиН тщательно исследуется на микробиологические показатели, включая соли тяжелых металлов и пестициды. Лабораторным исследованием подтверждаются также специи и вспомогательный материал, используемый для производства колбас.

Контроль осуществляется на базе трех лабораторий: центра гигиены и эпидемиологии, зональной и областной ветеринарных лабораторий. С этими учреждениями заключены договоры, куда согласно установленному графику птицефабрика "Первоуральская" привозит продукцию на исследование.

На предприятии есть и своя лаборато-



- Мы применяем в своей работе самое передовое технологическое оборудование как иностранных, так и отечественных производителей. В цехе переработки введено в эксплуатацию совершенно новое упаковочное оборудование - немецкого производства.
Заместитель генерального директора по производству и переработке ОАО "Птицефабрика "Первоуральская" Александр Сергеевич ОСИПЕНКО.

рия, где производятся физико-химические исследования продукции (на массовую долю жира, белка, сою, нитрит натрия).

Второй: основополагающий принцип предприятия - гигиена производства, без которого невозможно было бы произвести продукт, отвечающий всем требованиям качества и его безопасности для потребления человеком. В колбасном производстве - это технологические процессы при хранении фаршей, при термической обработке продукции, в убойном цехе - соблюдение необходимых технологических процессов при разделке птицы, ее хра-

нении, упаковке и заморозке в специализированных камерах.

Третий: не стоит забывать и о гигиене персонала. Сложно представить, что в цехах птицефабрики "Первоуральская" может зайти любой "человек с улицы". Каждый работник предприятия, прежде чем попасть в "святая святых", проходит строжайший медицинский контроль с заведением личной медицинской книжки. При поступлении на работу в центре гигиены и эпидемиологии проводится обучение по санитарно-гигиеническому минимуму, а на рабочем месте эти знания регулярно проверяются. Ежедневно в цехах у работников берутся лабораторные смывы с рук, дабы не допустить каких-либо заболеваний.

Четвертый: для тестовых исследований используется новейшее оборудование. В цехах работают прачечные, ежедневно меняется одежда персонала, обязательное условие для каждого сотрудника - наличие стерильных перчаток.

В цехах поддерживается высокий гигиенический уровень, для чего используются современные бельгийские дезинфицирующие средства на основе надуксусной кислоты и перекиси водорода, исключая содержание хлора, а также современ-

ное оборудование насосов высокого давления и пеногенераторы.

Более того, в производство птицефабрики "Первоуральская" внедрено новейшее автоматизированное оборудование, при котором контакт работников с сырьем сведен до минимума.

В настоящий момент используются два варианта упаковки продукции птицефабрики: с погружением продукта в вакуумную среду и в газовую модифицированную. Это позволяет увеличить сроки годности продукции. Поэтому покупатели продукции птицефабрики "Первоуральская" могут быть абсолютно уверены не только в ее безопасности для здоровья, но и в высоком качестве.

Признание качества колбас и копченостей первоуральских производителей - это неизменные победы на областных, российских и международных выставках-ярмарках. Например, в 2011 году получен диплом за участие в международной выставке "Иннопром-2011", а на ежегодной выставке "Агрофорум-2011" завоевана бронзовая медаль за новинку "Сервелат Купеческий".

Поэтому, сервируя праздничный стол, хозяйки не должны забывать о блюде с аппетитной нарезкой колбас птицефабрики "Первоуральская" и о копченостях, а на горячее можно запечь курочку местных производителей, ведь наша птичка - не чета каким-то иностранным холестериновым соперницам, она подготовлена по всем требованиям новейших технологий и безопасна для здоровья.

Реклама.

Валентина ШАГАЛОВА.



Всю информацию о птицефабрике "Первоуральская" можно посмотреть на нашем сайте pervouralrf.ru



Надежда Калинина.

ОБЪЯВЛЯЕМ ВОЙНУ... ИЗБЫТОЧНОМУ ВЕСУ!

Школа похудения

Что нужно делать, чтобы привести свой вес в соответствие с нормой? На этот вопрос знает ответ врач-специалист Первоуральского центра здоровья Надежда КАЛИНИНА.

Здоровья в своем основании имеет зерновые, бобовые, хлеб, макаронные изделия и картофель. Человек, мечтающий похудеть, перво-наперво отказывается именно от этих продуктов, считая их вредными для своей талии. Но это неверное решение. От хлеба отказываться нельзя ни в коем случае! Правда, надо отдавать предпочтение хлебу из муки грубого помола, если, разумеется, у вас нет гастрита.

Картофель - его тоже желающие похудеть стараются исключить из рациона. Однако в картофеле много полезных веществ, необходимых для организма. Правда, содержатся они прямо под кожей. Поэтому чтобы получать эти вещества

Вторая ступенька пирамиды здоровья - фрукты и овощи. Они должны быть в рационе всегда и в большом количестве. Это основные поставщики минералов. Для нормализации жирового обмена, прежде всего, нужно включать в меню ананас, свеклу (она также способствует снижению холестерина), морковь, редьку, зелень.

Любой прием пищи нужно начинать с салата (поскольку клетчатка, которая содержится в фруктах и овощах, занимает определенный объем в желудке, в результате чего мы съедаем меньше основного блюда). Утром, на завтрак, лучше есть фрукты (как в салате, так и не нарезанные).



Дорогие читательницы! Если у вас есть вопросы по "Школе похудения", вы можете задать их корреспонденту "Вечерки" Валентине ПОВАЛЯЕВОЙ по телефону 24-85-74 или по почте: ул. Вайнера, 15, каб. № 11. Все вопросы будут переданы специалисту, ответы появятся в ближайшем выпуске страницы "Здоровье".

полном объеме (например, калий), нужно два-три раза в неделю употреблять в пищу печеный в кожуре картофель.

Макаронные изделия - еще один враг фигуры, по устоявшемуся мнению. Однако макаронные изделия второго сорта из твердых сортов пшеницы - малокалорийны, если, конечно, готовить их с соусом и овощами, а не с жирной мясной котлетой.

а в обед - овощи, так как вместе фрукты и овощи - тяжелая нагрузка для желудка.

Молочные продукты (исключение составляют кисломолочные продукты, такие как ряженка и простокваша) и мясо должны быть в меню не каждый день.

Что же касается продуктов, расположенных на вершине пирамиды здоровья (сладости, специи),



то их употребление в пищу должно быть минимальным.

Растительное масло - вот еще один продукт питания, который нельзя обойти вниманием. Обычно мы в пищу употребляем рафинированное масло, но оно абсолютно бесполезно. А вот нерафинированное растительное масло ценится за содержащиеся в нем полиненасыщенные кислоты, в которых есть так называемый хороший холестерин. Такое масло в рационе должно быть обязательно. Самый лучший вариант - оливковое масло.

ЗАКОНЫ МЕТАБОЛИЗМА

Мы едим, для того чтобы жить, а не живем, для того чтобы есть. Пища, которую мы поглощаем, идет на энергетические процессы нашего организма и на построение тканей. И съеденное больше, чем требуется нашему организму, поступает "на склад", то есть откладывается в жир. Значит, если мы хотим похудеть, то должны съедать чуть меньше, чем требуется для жизнедеятельности нашего организма, тогда он компенсирует нехватку из наших жировых запасов. Допустим, мы потребили в день 1400 калорий, а потратили 1600. Где нашему организму взять недостающие 200 калорий? Разумеется, в жировых отложениях. Таким образом, постепенно можно сжечь лишние килограммы без ущерба для здоровья.

Только не нужно забывать, что при пассивном лежании на диване перед телевизором хороших результатов не добьетесь.

Вам предстоит вести активный образ жизни, ведь регулярная и равномерная нагрузка помогает нашему организму терять калории. Начните ходить в бассейн и сауну, на различные оздоровительные процедуры и в спортзал, больше двигайтесь! И вы убедитесь, что от избыточного веса можно избавиться без сокрушительной диеты и с удовольствием!

КАК ВЫЧИСЛИТЬ ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕС

Один из самых простых способов - подсчет по формуле Брока.

Отнимите от своего роста в сантиметрах 110 единиц (если вам от 18 до 45), полученное число и будет вашим идеальным весом.

Например, если ваш рост 170 см, то идеальный вес - 60 кг.

При этом вполне допустимы колебания вокруг этой цифры в пределах 10% (в приведенном примере можно иметь от 54 до 66 кг).

Такой подсчет не подходит для женщин, активно занимающихся спортом, поскольку у них развита мышечная масса, и именно она, а не избыток жира, дает прибавление веса. Для таких женщин от роста надо отнимать 100.

Если ваш результат превышает идеальный:

более чем на 15% - у вас есть избыточный вес;

от 15 до 29% - у вас первая степень ожирения;

от 30 до 49% - у вас вторая степень ожирения;

от 50 до 99% - у вас третья степень ожирения;

выше 100% - у вас четвертая степень ожирения, или сверхожирение.

Существует более сложная, но и более точная формула подсчета своего идеального веса - **ИМТ, индекс массы тела**. Это так называемый индекс Кетле, которым пользуются прежде всего специалисты-медики. Подсчет веса по этой формуле принят во всем мире, и у нас он считается наиболее точным.

ИМТ рассчитывается так: вес тела в килограммах нужно разделить на рост в метрах, возведенный в квадрат.

Например, ваш вес равен 60 кг, рост 170 см (или 1.7 м). **ИМТ** = 60:(1,7х1,7) = 20.8.

Если ваш **ИМТ** меньше 19 - то у вас сниженный вес,

от 19 до 24,9 - соответствует нормальному весу,

от 25 до 29,9 - избыточный весу,

от 30 до 39,9 - свидетельствует о болезненном ожирении,

свыше 40 - наблюдается сверхожирение.

Есть еще более простой тест - измерить окружность талии.

Если она:

больше 80 см для женщин - лишний вес налицо,

более 88 см - значительный избыток в отложении жира вокруг внутренних органов, т. е. ожирение.

ПОПРОБУЕМ ИМБИРЬ?

На Востоке традиционно используют **имбирь для похудения**, улучшения пищеварения и лечения многих болезней. Корневища имбиря содержат эфирное масло, основные компоненты которого - гингерол и шогол, вещества, придающие ему пряный, жгучий вкус. Оба вещества усиливают кровоснабжение и согревают изнутри. Вследствие этого стимулируются пищеварение и обмен веществ. То есть имбирь разгоняет внутренние процессы, избавляет от шлаков, а чай из него притупляет чувство голода, способствует похудению и усиливает процессы метаболизма в организме.

Имбирный чай для похудения можно приготовить, залив одну чайную ложку нарезанного имбиря кипятком, дать настояться и процедить. Добавить лимон и чайную ложку меда. Этот напиток одновременно кислый и сладкий.



Но помните: имбирь - очень активный продукт, и с непривычки и от полстакана имбиря для похудения может бросить в жар. Считается, что в сутки можно выпить не более полутора литров чая. Важно и то, что для приема имбиря существует ряд противопоказаний: язвы желудочно-кишечного тракта, желчекаменная болезнь, также лучше обойтись без имбиря беременным и кормящим матерям.

ВОЗЬМИ ОТ ЖИЗНИ MAXIMUM

✗ **ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ:** более 30 видов тренажеров на все группы мышц

✗ **КАРДИОЗАЛ:** электробеговые дорожки, велоэргометры, эллипсоиды, степперы

✗ **ЗАЛ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ:** СПЕЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА снижения веса

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ: NEW зумба, рагга, MTV-dance, хип-хоп, сальса, бочата, стриптиз-пластика

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ: йога, пилатес, гибкая сила, здоровая спина
ВСЕ ВИДЫ АЭРОБИКИ

✗ **ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ**

✗ **СПА-УСЛУГИ, «Кедровая бочка», массаж**

✗ **Бесплатная консультация по правильному питанию**

✗ **Продажа фитнес-продуктов**

Мы рады Вас видеть
с понедельника
по пятницу

с 8.00 до 22.00

в субботу с 9.00 до 18.00

ул. Вайнера, 8, тел. 666-100

**Цена абонемента на месяц
от 1300 руб.**

Имеется противопоказание. Необходима консультация специалиста

ГЛАВНОЕ - ЛЮБОВЬ!

50 лет вместе

Супруги Исуповы - из тех счастливых пар, которым судьбой предначертано всю жизнь пройти рука об руку. В конце января Адыгам Кашавович и Луиза Зиевна отметили золотую свадьбу.

Юлия РАМИЛЬЦЕВА

Адыгам Кашавович с улыбкой вспоминает, как познакомился со своей будущей женой.

- Я был у друга на именинах. Мимо проходит симпатичная девушка. Я удивился, не видел ее в городе раньше. А друг мой и говорит: "Какая красивая, пойду провожу ее". Я его не пустил - пошел сам, - рассказывает глава семьи Исуповых.

Мы - на лошадь и туда, - вспоминает А. К. Исупов. - Дочка родилась недоношенной, вес - меньше двух килограммов. Врачи сказали: жить не будет. Я так расстроился...

Но стараниями любящих родителей девочка выжила и выросла. Как утверждают Исуповы, старшая, Лилия, похожа на маму, младшая, Эльвира, - папину продолжение.

Сейчас Исуповы уже ждут правнуков, в их семье

относились не только к своим семейным, но и к профессиональным обязанностям. Адыгам Кашавович 35 лет проработал на Хромпиковом заводе, да и после выхода на пенсию не смог сидеть без дела, продолжил свой трудовой путь. Сколько благодарностей заслужил за свою жизнь, и не сосчитать! Все они даже не вошли в трудовую книжку - к документу сделали вкладыш.

Жена мужу под стать - почти три десятилетия проработала на ЭТРОНе. Луизу Зиевну коллеги считали ответственным проформом, старающимся всегда прийти на помощь попавшим в сложную ситуацию. Исуповы - ветераны труда.

И дома не сидят на месте. Адыгам Кашавович все может сделать своими руками. Сейчас, например, заканчивает ремонт в квартире. А когда в конце 90-х годов супруги приобрели уютный домик в Шайтанке, Адыгам Кашавович сам обустроил его, провел в дом и горячую, и холодную воду.

- Он у меня очень отзывчивый, - говорит о муже Луиза Зиевна, - и в магазин сходит, и белье постирает, и ковры пропылесосит.

Говоря о супруге, Адыгам Кашавович тоже не скупится на похвалу. Жена трудолюбивая, стряпуха отменная - блинов напечет, пирогов настряпает... А какая рукодельница!



Адыгам Кашавович и Луиза Зиевна Исуповы.

А та красавица и правда была приезжей: Луиза в Первоуральск приехала из Казани, жила у дяди.

- Там себе мужа не нашла, приехала в Первоуральск, так в нашем городе стало на одного жениха меньше, - шутит А. К. Исупов.

Сам Адыгам Кашавович родился и вырос в Первоуральске, куда его родители приехали в середине 20-х годов прошлого века из Башкирии. Детство и юность его прошли в поселке Хромпик. 10 мая 1961 года, после благословения родителей, молодые начали жить вместе. А 29 января 1962 года супруги зарегистрировали свой союз по закону. Жене тогда было 20 лет, мужу - 26.

Спустя несколько месяцев в их семье родилась дочка. Молодые поехали погостить к родителям жены. Адыгам Кашавович ушел на рыбалку.

- Возвращаюсь - нет жены, в больницу увезли.



Золотые юбиляры в день 50-летия со дня свадьбы.

подросли две красавицы внучки.

- Дети у нас хорошие. Дня не пройдет, чтоб не позвонили, не спросили, как у нас дела, здоровье. Зятья нас не по имени отчеству, а "мама" и "папа" называют, помогают во всем. Недавно вот огромную баню построили.

Исуповы всегда серьезно

Сама и прядет, и вяжет.

В чем же секрет семейного счастья золотых юбиляров?

- В любви, - отвечает Адыгам Кашавович.

- Любить надо, уважать друг друга, а еще необходимо терпение, - украдкой взглянув на мужа, улыбается Луиза Зиевна.

Фото из семейного архива.



Как будто это было вчера...

Альбина ФИЛАТОВА

Ваши чувства совсем не угасли, Хоть промчалось немало - полвека. В вашем доме улыбки и счастье, Два любимых, родных человека.

"Пятьдесят лет пролетели, как один день", - говорят о составивших золотую дату годов супруги Барабановы. И не удаленным временем, а как будто вчерашним видится Валерию Михайловичу и Нине Георгиевне день их бракосочетания - 10 февраля 1962 года. Расписавшись, молодые постояли, держась за руки, на высоком крыльце дома на проспекте Ильича, где в то время находился отдел ЗАГС. А потом в сопровождении близких пешком отправились на соседнюю улицу, к родителям молодого мужа, в квартире которых и играли свадьбу.

- По народному поверью, чтобы избежать неприятностей, жениху до свадьбы не положено видеть наряд невесты. Но Валерий хотел, чтобы платье мы выбрали вместе. И по его настоянию купили красивое шифоновое. Вот так примета не оправдалась - полвека прожили душа в душу, - говорит Нина Георгиевна.

До свадьбы молодые люди были знакомы почти два года. А началось все с письма. Соседка, тетя Серафима, попросила девятиклассницу Нину написать письмо Валерию Барабанову. Для молодой женщины парень был как родной, поскольку нянчилась с ним в раннем детстве. Тетя Серафима была неграмотной, и с того раза Нина регулярно под диктовку писала обстоятельные весточки солдату. А его фото висело на стене в комнате няни. Через несколько месяцев Валерий, приехав в краткосрочный отпуск, наведя к тете Серафиме, и та познакомила его с Ниной. Хрупкая милостивая девушка сразу приглянулась рослому статному парню. И у нее сердечко "затрепетало". Солдат отправился дальше служить срочную, Нина часто писала ему уже от себя и часто получала ответные послания.

Следующая их встреча была в ноябре 1961-го, когда закончилась у Валерия служба. Нина после десятилетки работала на Новотрубном. И Валерий здесь же стал трудиться. А вскоре состоялась их свадьба.

Молодые во всем оказались под стать друг другу: энергичные, работающие. Валерий в восьмом цехе быстро выдвинулся в лучшие электрики, и Нину, контролера уча-

ДОМ, ГДЕ ЖИВЕТ СЧАСТЬЕ

Золотая свадьба

стка ОТК в цехе № 3, ставили другим в пример. Со временем назначили мастером.

И в общественной жизни всегда участвовали. Н. Г. Барабанову избирали депутатом городского Совета. Была у нее мечта - получить диплом инженера. Поступила на вечернее отделение УПИ. Но родилась дочь, потом сын, и учебу пришлось оставить.

- Елена и Василий боготворят отца и мать, - говорит двоюродная сестра В. М. Барабанова Мария Рудольфовна Онянова. - У родителей переняли трудолюбие, отзывчивость. Как и старшие, они всегда спешат на помощь людям. В детях воплотились мечты Барабановых-старших о высшем образовании. Елена окончила педагогический институт, Василий - архитектурный, стали отличными специалистами.

По словам Елены Валерьевны Ладейщиковой, для нее и брата родительский дом - не только "начало начал", но и извечная точка притяжения.

Здесь с огромной радостью бывают трое внуков и внучка. Алиса, дочка Василия, пошла по его стопам, учится в Москве. Без пяти минут инженер - сын Елены Ильича. Другой ее сын, Даниил, работает. А самый младший представитель третьего поколения этого дружного рода - Сема - школьник.

Всем уютно в этом доме. Тут приветливо встречают любого гостя. По словам

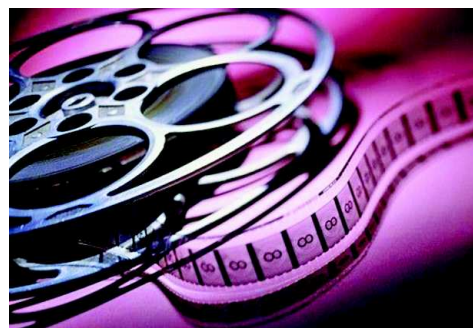
свадь, Галины Серафимовны Ладейщиковой, Нина Георгиевна - отменная хозяйка, в доме все сияет от чистоты и ухоженности. Нина Георгиевна - редкостный кулинару. И садовод - каких поискать. На грядках у нее порядок, и цветы радуют глаз с весны до глубокой осени.

А Валерий Михайлович, по отзывам родных и близких, умелец по технической части - и в машинах толк знает, и в строительстве. С помощью сына старый дом в Талице внутри приобрел современный облик. А баню такую соорудили, что поневоле все ахают от восторга.

У Барабановых всех поколений особая любовь к природе. Совсем маленьких детей Валерий Михайлович и Нина Георгиевна брали с собой в лес; ездили с ними к родственникам в деревню. И до сих пор общение с природой - душевная потребность старших и младших. А еще Барабановы - певческая семья, где жена, мама и бабушка - запевала.

Фото из семейного альбома.

К золотой дате трепетно готовятся родные и близкие юбиляров. Прозвучит на торжестве много от сердца идущих слов. Вот одно из поздравлений:
"Родные, любимые мама и папа, бабушка и дедушка! Поздравляем вас с золотой свадьбой. Для нас вы всегда молодые, красивые, лучшие на свете люди. Здоровья вам и долгих лет на радость всем нам!"



9 февраля

ДК ПНТЗ - форум ветеранов и пенсионеров с участием уральского композитора Евгения Радыгина и творческих коллективов города. Начало в 14 часов.

10 февраля

В 15 часов - игровая программа для детей "Вся наша жизнь - игра". Центр досуга поселка Новоуткинск.

В 21 час - вечер отдыха "Зима - хо-

ДЕНЬ ЗА ДНЕМ

Мероприятия муниципального управления культуры

лода". Дом культуры поселка Кузино.

11 февраля

В 16 часов - конкурсная развлекательная программа, посвященная Дню святого Валентина, "Стрела Амура". ДК села Новоалексеевское.

В 19 часов - "вечерка" в Народном доме.

В 21 час - вечер отдыха для молодежи "Нарисуй любовь", посвященный Дню святого Валентина. ДК поселка Кузино.

12 февраля

В 16 часов - вас приглашает кино клуб "Сinema". Муниципальный выставочный центр, ул. Вайнера, 15.



Золотые юбиляры Нина Георгиевна и Валерий Михайлович Барабановы с сыном и дочерью.



Галину Гасимовну ВАЛЕЕВУ
Поздравляем с юбилеем
И сердечный шлем привет!
По традиции желаем
Счастья в жизни, долгих лет.
Жить всегда без огорчений,
Без обид и без утрат.
И хорошее здоровье
Будет лучше всех наград!
Дети, внуки, сестры.

Дорогих Александра Федоровича и Валентину Степановну
ЕРЕТНОВЫХ поздравляем с золотой свадьбой!

Спасибо вам за все добро,
За то, что честно вы прожили,
За все душевное тепло,
Что нам и внукам подарили.
Пусть не иссякнет сил запас,
И не подводит вас здоровье.
Успехов, счастья и тепла,
Любви до головокруженья!

Бабиновы, Кондратьевы,
Мехонцевы, Ларионовы,
Плетневые.

14 и 15 февраля (вт., ср.)
с 10 до 19 часов в ТРЦ "Строитель".

Новые модели
Различные фасоны и расцветки! Размеры от 40 до 62.

МУТОН от 12000 руб. до 24 000 руб.
НОРКА от 30000 р.

ЦЕНЫ от производителя.
(Россия, Ставропольский край).

КРЕДИТ* 1-й взнос от 10% от 3-х месяцев до 3-х лет.
(2 документа гос. образца)

НОВОГОДНИЕ СКИДКИ!

* "Руофинанс Банк", ОАО "ОТП Банк"

Внимание! Кинотеатр «Сфера-синема» в 3-D формате.
СМОТРИТЕ!

С 9 по 22 февраля. 3D "Путешествие 2: Таинственный остров" (фантастика, приключения).

С 9 по 22 февраля. 3D "Звездные войны: Эпизод I - Скрытая угроза 9" (фантастика).

С 14 по 29 февраля. "Значит, война" (комедия, боевик).

С 14 по 29 февраля. "Золушка" (мелодрама, комедия).

С 23 февраля по 7 марта. 3D "Призрачный гонимик 2" (боевик, фантастика).

С 21 февраля по 7 марта. "Август. Восьмого" (военная драма).

С 1 марта. "Мамы" (семейная комедия).

ТРЦ "Строитель", пр. Ильича, 31, касса - 64-97-11, автоинформатор 29-79-50. Сайт: www.sfera3d.net

Кинотеатр "Восход" приглашает ветеранов, пенсионеров на очередной киномарафон, который состоится **15 февраля в 11 часов.**
Вход свободный.
Будет демонстрироваться **кинофильм "На краю стою".**

банк УралФинанс

ВОЗЬМИ

↓ кредит

БЕЗ КОМИССИЙ!

г. Первоуральск, ул. Малышева, 6 (офис Мотив)
г. Ревда, ул. Азина, 81 (офис Мотив)
8-800-2003-023 звонок бесплатный

Екатеринбург	Ревда	Нижние Серги	Ирбит
Артемьевский	Реж	Нижний Тагил	Каменск-Уральский
Асбест	Северуральск	Новая Липа	Карпинск
Белоярский	Серов	Новоуральск	Качканар
Богданович	Сухой Лог	Первоуральск	Красноуральск
Верхотурье	Талица	Полевской	Лесной

ООО КБ «УралФинанс», г. Екатеринбург, ул. Манина-Сибиряка, 111. Лицензия Банка России № 1370.

Работаем на основании ФЗ №190 от 04.08.2009

Городской
микрофинансовый центр

ОГРН 1106625001680

ЗАЙМЫ ПЕНСИОНЕРАМ

- Выдача займа за 1 час
- Минимум документов
- Возможность досрочного погашения

г. Первоуральск, ул. Трубников, 33/20
Тел. (3439)66-61-74, 66-67-26

ООО "Юрмис" **Внимание! Внимание!**

ЗАМЕНА с учетом материала - 3800 руб.,

КАНАЛИЗАЦИИ с учетом материала - 1800 руб.

РАЗМОРАЖИВАНИЕ ТРУБ,

ЧИСТКА КАНАЛИЗАЦИИ.

Тел. 63-50-60, 8-904-381-68-38.

ЗАЙМЫ для пенсионеров

до 50000 рублей без залога и поручителей
СТАВКИ СНИЖЕНЫ

г. Первоуральск, ТРЦ "Строитель" пр. Ильича, 31, оф. 7.
8(3439) 296-100

Все услуги для членов кооператива

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
ПЛЮС ПАНОРАМА
сервисное обслуживание и ремонт ранее установленных конструкций

г. Первоуральск, ул. Папанинцев, 1, оф. 65-А
тел: (3439) 66-06-52, 8-952-144-16-42

ДЕРЕВЯННЫЕ ЕВРО-ОКНА
АЛЮМИНИЕВЫЕ ЛОДЖИИ
АЛЮМИНИЕВЫЕ КОНСТРУКЦИИ

СЕЙФ-ДВЕРИ от эконом до элит класса
ДВЕРИ межкомнатные более 70 моделей
ОШИБКА, РАСШИРЕНИЕ БАЛКОНОВ
ВХОДНЫЕ ГРУППЫ ПЕРЕГОРОДКИ РОЛЬСТАВНИ

СКИДКИ РАССРОЧКА
Москитные сетки в подарок

Выдаем займ на улучшение жилищных условий на сумму
Материнского капитала
БЕЗ СПРАВОК И ПОРУЧИТЕЛЕЙ, БЫСТРОЕ ОФОРМЛЕНИЕ
(343) 286-25-11, 8-922-143-53-21

ООО «Алант» Установка и регистрация приборов учета воды.

ЗАМЕНА:

- водопровода;
- канализации;
- стояков ГВС, ХВС, отопления;
- радиаторов.

При заказе комплекса работ скидка **10%**

Установка санфаянса. Скидки не суммируются. Тел. 8-953-042-72-22, 8-905-804-31-79.

Любые сантехнические, электромонтажные, сварочные работы!

Салон дверей и окон

ТОП-ОКНА **Фаворит**

Сейф-двери от 3500р.
Двери межкомнатные
Окна пластиковые
Встроенные шкафы
Остекление балконов

Скидки до 80%

ул. Ватутина, 36, тел. 279-543, 8-906-805-60-60

Принимаем к оплате пластиковые карты

Кредит ("Русский стандарт", "ОТПбанк", "ХоумКредит")
Оформление в офисе

Рассрочка без переплаты на 3, 6, 10 месяцев

Для производства работ в г. Екатеринбурге **ТРЕБУЮТСЯ:**

- БРИГАДА МОНОЛИТИЧКОВ,
- ПРОИЗВОДИТЕЛЬ РАБОТ (прораб) на монолитные работы.

Телефон: +7-343-25-777-81.

Ищу мастера по выделке шкур кролика.
8-922-132-64-71

Продам 3-к. кв. в точке по ул. Вайнера, 61, 6/9, 35,7/53,2 кв. м или поменяю на 1-, 2-к. кв-ру на первом этаже в центре с доплатой.
8-965-546-31-10.

ООО «ГИДРОБУРСЕРВИС»

БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ, БУРОВЫЕ РАБОТЫ!

Тел./ф. 8 (343)210-34-33, 8-912-675-07-95, 8-908-631-60-25.

Гарантия 3 года. Документы (договор, паспорт скважины).

САХАР, МУКА, КРУПЫ, КОМБИКОРМ в ассортименте.

Пенсионерам скидки!

Доставка до квартиры бесплатно.

Тел. 62-06-01, 29-23-90.

САХАР МУКА КРУПЫ КОМБИКОРМ

ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО СКИДКИ

Тел. 64-15-93, 66-41-94, 8-961-761-24-27.

15-16 февраля
с 10 до 17 часов
покупаем
МОНЕТЫ СССР
от 1921-58 гг., от 1965-75 гг. Царские монеты - только серебро!
часы механические наручные
в желтых корпусах на запчастях
А также значки на закрутке и винте
ВОЛОСЫ
ДОРОЖЕ ВСЕХ (седые и крашенные от 40 см,
шиньоны, плетеные косы).
Оплата по прейскуранту.
Адрес: пр-т, Ильича, 31 (ТРЦ «Строитель»),
парикмахерская «Сакура», офис 18, 2 этаж.

УСЛУГИ
63-50-60,
8-904-381-68-38
МАНИПУЛЯТОРА,
АВТОВЫШКИ.

**Срочный
ремонт обуви**
ТЦ "Спутник"
(вход со двора)
График работы:
пн.-пт. с 10.00 до 19.00,
сб. с 10.00 до 15.00
вс. - выходной.
Тел.: 8-961-77-68-709.
Быстро. Недорого.

**ЩЕБЕНЬ, ОТСЕВ, СКАЛА,
ПЕСОК с доставкой,
возможна оплата
по безналичному расчету.**
Тел. 8-90890389-98.

**САНТЕХНИЧЕСКИЕ
РАБОТЫ:**
♦ Замена водопровода
— 1500 руб.
♦ Замена канализации
— 980 руб.
♦ Замена радиаторов
— 900 руб.
♦ Чистка и разборка
канализации.
**Тел.: 63-50-60,
8-904-381-68-38.**

**ПРЕДЛАГАЮ
ЩЕБЕНЬ, ОТСЕВ,
НАВОЗ, СРЕЗКУ
на дрова (КамАЗ)**
Тел. 63-74-01, 8-9126205289.

13 февраля с 14 до 15 часов
в аптеке № 15 "Радуга" (ул. Ватутина, 23).
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
от 3000 до 6500 руб. Усилитель звука - 1500 руб.
/ЗАПЧАСТИ/.
ЦИФРОВЫЕ (Германия, Дания, Швейцария) от 7500 до 15000 руб.
Заказ и выезд на дом по телефону: 8-912-743-06-65.
АКЦИЯ! Скидка 15% плюс дополнительная скидка -
600 руб. за один старый слуховой аппарат.
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.

УВАЖАЕМЫЕ ДОНОРЫ!
ГБУЗ СО "ОСПК" проводит прием доноров
18.02.2012 г., в субботу,
по адресу: г. Первоуральск, ул. Медиков, 10.
Часы приема: 7.00 - 12.00.
Донорская суббота проводится только
для доноров, работающих всегда с утра.
Остальных доноров принимаем
с понедельника по пятницу с 7 до 12 часов.
Справки по тел.: 66-74-88.

Комментарий врача нутрициолога
Ирины Георгиевны ФРАЙНД

Человек есть то, что он ест. Уже давно доказано, что 85% заболеваний человека зависят от его питания.

Прилавки магазинов завалены продуктами, а люди болеют, количество инвалидов увеличивается, продолжительность жизни уменьшается. Мы едим вкусную, красивую пищу в угоду своему желудку, а клетки организма не питаются и гибнут от голода. Ведь с такой пищей мы не поставляем им добротного стройматериала, а это значит, что новые клетки "ущербны". Они не могут выполнять предназначенные природой функции, они больны.

Но в природе всё закономерно, и в помощь нашему организму она подарила натуральный продукт питания, богатый источником уникальных витаминов А, Е (они работают, когда растворены в жирах), а также универсального носителя энергии в организме фермента Q-10, незаменимых жирных кислот омега-3,6, аминокислот, био-флавоноидов - красное пальмовое масло "Злата Пальма".

Красное пальмовое масло "ЗЛАТА ПАЛЬМА" является самым богатым источником в мире провитаминов А (каротиноидов), витамина Е (токоферолов и токотриенолов) в природном сочетании с моно- и полиненасыщенными жирными кислотами и натуральным коферментом Q10, которые являются мощнейшими антиоксидантами, защищающими наш организм от свободных радикалов (в процессе жизнедеятельности в нашем организме образуются агрессивные формы кислорода (свободные радикалы, они же оксиданты) и провоцируют процессы, сходные с ржавлением или гниением, это разложение буквально съедает нас изнутри).

В общей сложности в этом уникальном продукте содержится около 150 строительных материалов, которые помогают клеткам стать "крепкими кирпичиками", позволяющими сделать наш организм неприступной крепостью для болезней.

В России маслом "Злата Пальма" пользуются с 2003 года. И Челябинцы оценили этот продукт по достоинству, получая удивительные результаты по здоровью. "Злата Пальма" - полноценный, уникальный, стратегический продукт питания, под воздействием которого организм сам находит путь к восстановлению утраченного здоровья.

Спектр положительного действия масла поистине очень широк:

Масло "Злата Пальма" укрепляет иммунную и сердечно-сосудистую системы, эффективно при кожных заболеваниях, варикозе, гастрите, язвенной болезни желудка, 12-перстной кишки, незаменимый продукт при сахарном диабете, ожирении, уменьшает риск раковых заболеваний (в т. ч. молочных желез), нормализует давление, показано при заболеваниях суставов и позвоночника, восстанавливает зрение и защищает от катаракты, улучшает па-

КРАСНОЕ ПАЛЬМОВОЕ МАСЛО "ЗЛАТА ПАЛЬМА" — ДАР ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКУ

"Когда медицина основательно испортит себе желудок, применяя лекарства химического синтеза, и перепробует все органы тела животного, она возвратится к древнейшим лечебным средствам - лекарственным растениям и снадобьям".
(Основатель фармацевтической биологии профессор Александр Чирх 1909 г.).



мать, способствует нормальному протеканию беременности, защищает от преждевременного старения.

Врачи Российской диабетической ассоциации установили, что содержащийся в красном пальмовом масле витамин Е вместе с инсулином участвует в расщеплении сахара. Поэтому его рекомендуют больным сахарным диабетом, людям с избыточным весом.

Масло предупреждает такие грозные осложнения, как потеря зрения, почечная недостаточность, гангрена нижних конечностей.

В 2004 году врачи-маммологи для лечения женщин в послеоперационный период к традиционной терапии подключили масло "Злата Пальма" и отметили, что процент осложнений (лимфостаз) уменьшился. Маммологи считают целесообразным рекомендовать использование "Злата Пальма" в комплексной программе реабилитации женщин после мастэктомии (удаление молочной железы).

Двумя руками за применение масла "Злата Пальма" голосуют и кардиологи, так как масло - это единственный богатый источник токотриенолов (витамины Е), а они способствуют расширению сосудов, предупреждая образование тромбов, снижая риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Красное пальмовое масло "Злата Пальма" - один из основных продуктов федеральной программы России "Здоровое питание - здоровье нации".

От себя хочу добавить, что масло с уникальным сочетанием витаминов А и Е, которые являются исходным материалом для образования половых гормонов, удивительным образом решает проблемы мужского и женского здоровья, предупреждает и замедляет рост аденомы предстательной железы у мужчин. Без операционного вмешательства женщины избавляются от фибромиомы и мастопатии. Как врач, я могу сказать, что красное пальмовое масло "Злата Пальма" работает многопрофильно. Масло можно назвать великим дипломатом, поскольку его

основная функция состоит в том, чтобы сбалансировать все системы организма.

Поскольку масло "Злата Пальма" - натуральный продукт питания (как оливковое, подсолнечное и т. д.), оно не имеет противопоказаний. Его можно принимать беременным женщинам и кормящим матерям, давать детям с первого дня.

Употребление масла сочетается с назначенными врачом лекарствами, необходимыми в приеме которых постепенно исчезает. И те, кто принимает это масло, чувствуют прилив сил и энергии.

Сама я употребляю масло четвертый год и не могу не поделиться полученными результатами. Нормализовалось повышенное А.Д. (180/100-280/140), а сейчас 130/80. Холестерин снизился с 10 до 5,8. Вышли камни из желчного пузыря. Избавилась от мучительных болей в позвоночнике после перелома (18 лет донимали). Кишечник работает по часам. Разрешились суставные проблемы, приостановились процессы старения, дают на 15-20 лет меньше!

Я забыла дорогу в аптеку - спасибо маслу "Злата Пальма".

Кто гарантирует пищевое и целебное качество масла "Злата Пальма"?

- Государственный НИИ витаминов РФ.
- Российская диабетическая ассоциация.
- Российская ассоциация маммологов.
- Российский антидопинговый центр.
- Сертификат соответствия ГОСТа

Плюшкина Мария Прохоровна, 62 года:

— Принимаю масло "Злата Пальма" больше 3-х месяцев по 1 ст. ложке утром натощак. Прошла 1 бутылку. Нормализовалось давление, зрение (было +1.75 сейчас +1). Появилась бодрость и работоспособность. Страдала бессонницей по ночам, начала принимать масло - сон нормализовался. Перестали болеть колени и суставы, о болях не вспоминаю. Похудела на 5 кг. Продолжаю принимать масло, очень довольна результатами.

Овчинников Анатолий Ильич, 46 лет:

— Страдал перепадами давления, постоянно болело сердце, высокий холестерин в крови, хроническая усталость. После месяца приема масла перестало болеть сердце, и в это же время на меня напал сон, спал почти три дня, просыпался только чтобы покушать. После этого ушла хроническая усталость, почувствовал себя бодрым и энергичным. Давление нормализовалось. Масло принимаю уже 4 месяца, чувствую себя отлично, хотя раньше не было и дня, чтобы чувствовал себя здоровым.

Клепкина Мария Алексеевна, 74 года:

— Живу одна. Совсем отказывали ноги, не могла даже приготовить себе еду. От болей и невозможности себя обслуживать впадала в депрессию. Масло оказалось для меня эликсиром жизни. После трехмесячного приема уверенно хожу по квартире, сама себя обслуживаю. Вернулись радость и желание жить!

Исаева А. А., 68 лет:

— В течение 5 лет страдала стенокардией, постоянно принимала нитроглицерин. Приступы беспокоили при интенсивной ходьбе, физической нагрузке, при переживаниях. Таблетки носила постоянно при себе, начала бояться за свою жизнь. Через месяц после начала приема масла приступы прошли, перестала принимать нитроглицерин, чувствую себя прекрасно!

Мельник Валентина, 38 лет:

— У меня лимфотоз, пониженный гемоглобин. Два месяца принимала масло "ЗЛАТА ПАЛЬМА". Гемоглобин увеличился до 126 единиц. Стала прекрасной собой чувствую.

Кополако Анна Дмитриевна, 40 лет:

— Язвенная болезнь 12-перстной кишки. Принимала масло по 1 десертной ложке 3 раза в день утром натощак, перед обедом, вечером перед сном. Заживление через 1 месяц.

Садвакасов Сергей Анатольевич:

— Сахарный диабет II типа. За 3 месяца приема масла поправился на 4 килограмма, сахар в крови снизился от 18 до 7.

Оздоровление без лекарств действует.
Всего одна столовая ложка масла "Злата Пальма" в день ведет наш организм к оздоровлению!
Цена вашего здоровья - 18 рублей в день.
Бутылка объемом 1100 мл стоит 1980 рублей, ее хватает на 3,5 месяца.
Пенсионерам скидка 5%.

Справки и заказы принимаются по адресу:
г. Омск, 644119, а.я 6089.

**БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
СПЕЦИАЛИСТА
и ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА
СОСТОЯТСЯ
15 февраля с 13 до 14 часов
в ТРЦ "Строитель".**

КРУГЛОСУТОЧНО. ЕЖЕМИНУТНО

Из рапортов
единой дежурно-диспетчерской службы
Первоуральской службы спасения.

3 февраля

Поселок Прогресс, школа № 29. В системе отопления на подпитке замерзла вода. Для поддержания нормального функционирования отопления необходим подвоз воды. Выезжали специалисты добровольной пожарной команды Нижнего Села. Помощь оказали, воду в школу подвезли.

Дорожно-транспортное происшествие. На улице Ленина в районе молокозавода произошло столкновение двух автомобилей - "Тойоты" и "ДЭУ-Нексии". В результате аварии поверхностную травму шеи получил 49-летний мужчина. Пострадавший был госпитализирован в городскую больницу № 1.

4 февраля

Поселок Шайтанка, улица Красных партизан, 42. Перемерзание водопровода от естественного источника (родник). Вода начала поступать в подпол и овощную яму. Приехавшие на помощь специалисты произвели отогрев водопровода от ледяной пробки при помощи горячей воды.

5 февраля

Улица Малышева, 7. Загорание стоек в подвале дома на площади четыре квадратных метра. Выехали две автоцистерны и одна автолестница 47-й пожарной части.

6 февраля

Трасса Первоуральск - Шалы, район деревни Крылосово. Загорание легкового автомобиля "Пежо-206". Выгорели моторный отсек, панель приборов. Причина и ущерб устанавливаются. Выехали две автоцистерны 47-й и 193-й пожарных частей.

Производственная травма

Кондитер ООО "Хлебокомбинат" поступила в приемный покой городской больницы № 1. У девушки 1987 года рождения травматическая ампутация фаланг второго, третьего и четвертого пальцев правой кисти, травматический шок первой степени.

Редактор И. М. ГАЛИМОВА.

Газета зарегистрирована в управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Уральскому федеральному округу. Свидетельство ПИ № ФС11-1392 от 21 сентября 2007 г. Газета выходит два раза в неделю. Цена свободная. Подписной индекс 53825.

Телефоны:
редактор: 24-97-30, 24-91-74,
корреспонденты: 24-85-74, 24-69-75,
бухгалтерия: 24-97-30,
отдел рекламы: 24-53-45,
факс: 24-80-18.

E-mail: vecher@pervouralsk.ru. Адрес редакции и издателя: 623102, г. Первоуральск, ул. Вайнера, 15.
По вопросам доставки газеты обращаться по телефонам: городской узел связи - 66-02-22, 66-17-15, - отдел подписки - 66-05-53.

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА **Вечерний Первоуральск**
Учредители:
Администрация ГО Первоуральск и ПМУП "Общегородская газета".
Адреса учредителей: г. Первоуральск, ул. Ватутина, 41; ул. Вайнера, 15.
Издатель и распространитель: ПМУП "Общегородская газета".
Директор - Н. Д. БЕРЕЗНЯКОВА. Тел.: 24-94-54.

5 февраля 2012 года на 51-м году после продолжительной болезни ушла из жизни инспектор отдела кадров ОАО "Уральские газовые сети" **Ольга Петровна БЕЛЫХ.**
За двадцать лет работы в горгазе Ольга Петровна оставила о себе яркий след: грамотный специалист, доброжелательная и отзывчивая как коллега и добрый друг, всегда готовая прийти на помощь. Преданная супруга и любящая мама, вырастившая двоих прекрасных детей. Все было в ней - душа, талант и красота. Искрилось все для нас, как светлая мечта. Остановило время бег, и боль всю душу жгла. Ушел из жизни человек, каких на свете мало. Не выразить словами всей скорби и печали, В сердцах и памяти ты, Оля, с нами. Коллектив ОАО "Уральские газовые сети" соболезнует родным и близким своей коллеге, в наших сердцах она незабвенна. Светлая Вам память, Ольга Петровна! **Коллектив ОАО "Уральские газовые сети" г. Первоуральска.**



Газета отпечатана в ГУП СО "Первоуральская типография", г. Первоуральск, пр. Ильича, 26-а. Сдача номера в печать по графику 13.00. Фактически 8.02.2012 г. в 14.15. Заказ № 484. Тираж 5953.

Выходит при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям. **Реклама.** ® - публикации на коммерческой основе. Все рекламируемые товары подлежат обязательной сертификации. За содержание рекламы и объявлений редакция газеты ответственности не несет, ответственность несет рекламодатель.