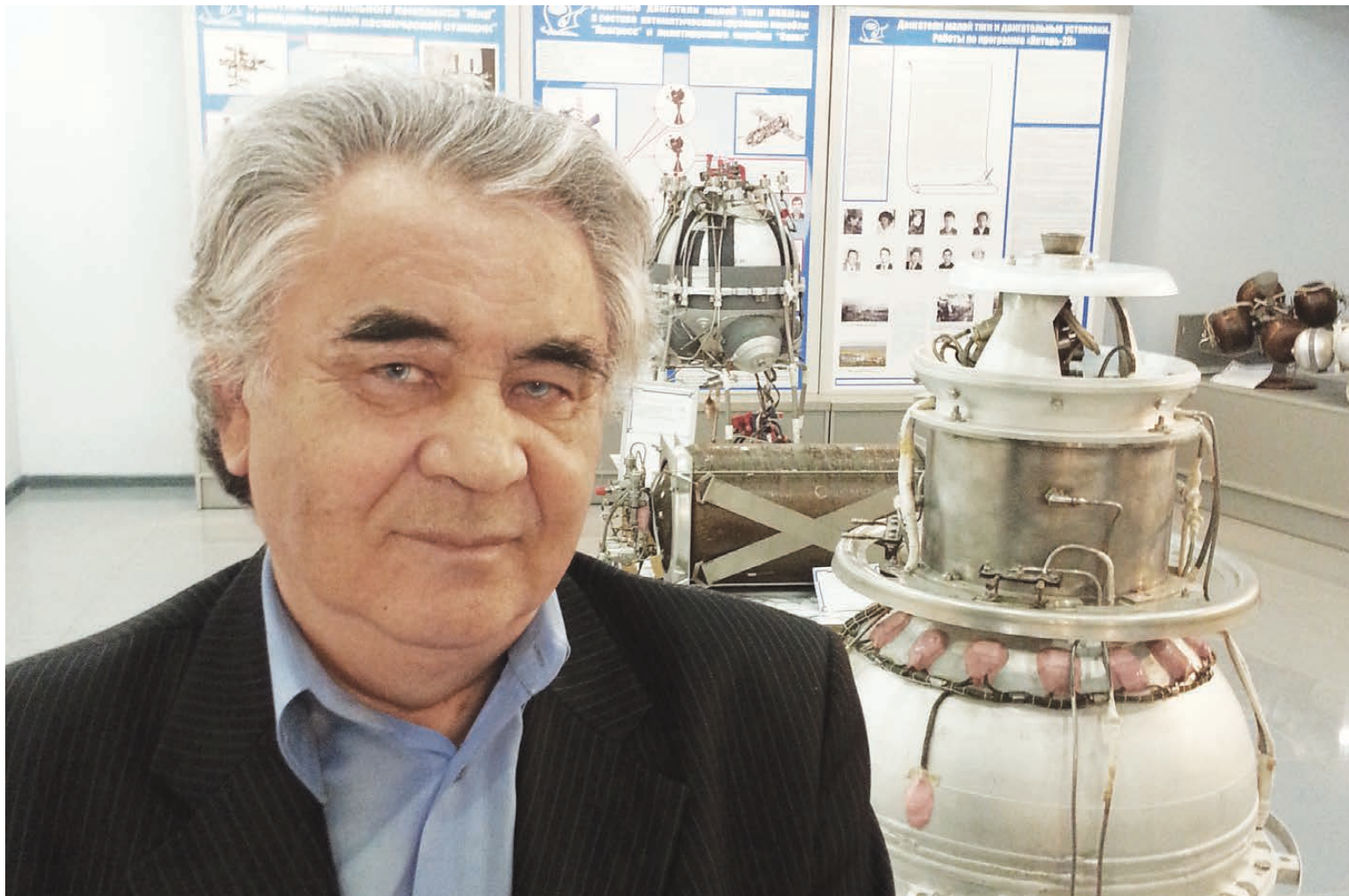


# Вся жизнь во имя космоса



12 апреля — День космонавтики. Этот день связан с запуском пилотируемого искусственного спутника Земли с человеком на борту, первым космонавтом — Юрием Гагариным. И это правильно! Но еще не надо забывать о том, что за всем этим стоят сотни тысяч людей, всю свою жизнь посвятивших работе во имя космоса...

Рашит Кутуев — высококвалифицированный специалист, конструктор-разработчик, непосредственно участвовавший в создании двигателей малой тяги

НИИ машиностроения, в настоящее время серийно освоенных и эксплуатируемых на космических кораблях «Союз» и «Прогресс», международной космической станции МКС, в разгонных блоках «Бриз-М». При непосредственном участии Рашита Хурматовича была разработана и изготовлена двигательная установка, которая успешно эксплуатируется в настоящее время в составе трех спутников связи. Рашит Кутуев родился в августе 1948 года в Оренбургской области. В 1973 году окончил Куйбышевский авиационный институт,

тогда же он начал свою трудовую деятельность в институте машиностроения, где за сорок один год прошел путь от инженера-конструктора до начальника сектора опытно-конструкторских и научно-исследовательских работ. Пятьдесят шесть лет назад правительством Советского Союза было принято решение создать в Нижней Салде филиал научно-исследовательского института тепловых процессов, который должен был иметь стенды для проведения огневых испытаний маршевых ракетных двигателей

тягой до сорока тонн. Сегодня это Научно-исследовательский институт машиностроения, задачей которого является создание жидкостных ракетных двигателей малой тяги для систем управления полета космических летательных аппаратов.

Можно с уверенностью сказать, что именно благодаря таким людям, как Рашит Хурматович Кутуев, его коллегам по предприятию, наша страна является одной из ведущих космических держав. И пусть так будет всегда!

Татьяна ПУТЕВСКАЯ

## СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ

2 Мнение

**Радость, омраченная унизительной подачкой**

Первого апреля государство повысило пенсионерам пособие на 1,7 %. Это в денежном выражении составляет примерно 130-200 рублей

2 Наша медицина

**В больнице намечена череда перемен**

3 Житье-бытие

**Деньги на мифический ремонт**

Жильцы дома №17/1 улицы Спортивной в течение пяти месяцев вносят дополнительную оплату на ремонт кровли...

3 Полезные советы

**Как правильно питаться в пост**

**ЛИЧНЫЕ НАЛИЧНЫЕ**  
деньги БЫСТРО  
ОЧЕНЬ БЫСТРО

**деньги за 15 минут**

нужен только паспорт

звонок бесплатный  
8-800-25-05-295  
www.lnmoney.ru

Верхняя Салда  
ул. Воронова, д.11 магазин "Товары для женщин" 35711  
Нижняя Салда  
ул. Ломоносова, д.17 магазин "Фаворит" 35701

на правах рекламы

на правах рекламы

**ЭНЕРГИЯ**

**ТЕХОСМОТР**

Аккредитованный центр

Тел: 5-20-50 г. Верхняя Салда, ул. Рабочая, 1а.

**Займ ЭКСПРЕСС**

Верхняя Салда  
ТК «Седьмой континент»  
ул. Энгельса, 87/1, пав. 24

**ДЕНЬГИ за 15 мин.\***  
без залога без поручителей

оформи заявку на сайте [zaimexpress.ru](http://zaimexpress.ru)

4-76-76  
8-902-509-87-87

ОГРН 1097746489741, рег. № МФО 2110177000538

на правах рекламы

на правах рекламы

**Текстиль+плюс**

г. Верхняя Салда, ул. Воронова, 11 (маг. «Товары для женщин»)

постельное белье 3D (сатин, печать),  
текстиль с символикой года лошади,  
покрывала 3D, полотенца  
и многое другое!

**САМЫЕ ЛУЧШИЕ ПОДАРОКИ**  
на свадьбу, юбилейную дату,  
день рождения

Более 500 видов тюли и портьер!  
(на заказ)  
Цена на разный вкус  
и кошелек!

Возможен вариант  
безналичного расчета.  
Работаем под заказ  
на оптовые поставки.

Тел.: 8-922-222-11-47 Рабочие дни: с 10:00 до 19:00 ВС: с 10:00 до 16:00



## АКЦИЯ

## Вы навсегда в нашем сердце!

**«Вы навсегда в нашем сердце... Идут поколения, друг друга сменяя, Но в памяти нашей, как прежде, живут  
Рассказ ветерана и былъ фронтовая, И все будто рядом, и всё снова тут».**

Год за годом уходит в прошлое одна из самых кровопролитных и вместе с тем памятных страниц истории нашего Отечества. Год за годом редуют ряды ветеранов, свидетелей тех страшных событий, но Праздник Великой Победы по-прежнему значим. В нем, как и прежде, — радость и боль, улыбки и слезы.

**Благотворительная акция «Мы вас никогда не забудем», приуроченная к 69-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне, стартует в Комплексном центре социального обслуживания населения города Верхняя Салда с 10 апреля по 10 мая 2014 года.**

Эта благотворительная акция — призыв к жителям города поделиться частичкой добра и теплоты с теми, кто дал нам возможность родиться и жить в мирное время. Теперь наше поколение несет ответственность за будущее страны. И оно напрямую зависит от того, насколько благодарны и внимательны мы к своим отцам и прадедам.

Для ветеранов во времена войны почта была неотъемлемой частью их жизни, связывая фронт и тыл, принося радостные и грустные вести о родных и близких, — не утратила она это значение для них и сейчас. Мы предлагаем всем желающим поздравить ветеранов Великой Отечественной войны с праздником Великой Победы, направив в их адреса поздравительные открытки или письма с поздравлениями.

Для этого необходимо написать на открытке или в письме свои поздравления и пожелания «безымянному» ветерану. Отправить можно не зная адресов и фамилий ветеранов, но благодарность к их подвигу, выраженная в словесной форме в поздравлении, обязательно дойдет до каждого из них.

А также обращаемся за денежной помощью к благотворителям и спонсорам с целью приобретения цветов для ветеранов к празднику Победы.

Специалисты срочной и участковой службы Комплексного центра доставят ветеранам все послания и подарят цветы.

**Для всех, кто откликнется и станет участником благотворительной акции, в здании Управления соц. политики и Комплексного центра социального обслуживания населения, на вахте стоит ящик для благотворительных целей, либо обращайтесь в кабинет № 4.**

*Заранее благодарны вам за отзывчивость и доброту!*

*Сотрудники срочной и участковой службы КЦСОН*

## МНЕНИЕ

## Радость, омраченная в День смеха

**Первого апреля страну облетела радостная весть: государство не в шутку повысило российским пенсионерам пособие на 1,7 процента.**

В денежном выражении это примерно в пределах 130-200 рублей. Посчитайте для верности, если средняя трудовая пенсия по старости в нашем городском округе составляет 12 тыс. 100 рублей, но есть еще ветераны, которые получают по 7-8 тыс. рублей в месяц. Раньше каждое повышение пенсионного пособия измерялось в народе колбасным эквивалентом, то есть в начале третьего тысячелетия за 200 рублей, скажем, можно было купить один кг. приличной колбасы. Сегодня за 180 рублей продавец вам свесит полкило вареной колбаски, от которой Мурка воротит мордочку. Эту прибавку к пенсии нельзя назвать иначе, как унижительной подачкой той категории населения, которое потеряло здоровье на производстве в годы Великой Отечественной войны, в трудный послевоенный и последующие периоды нашей истории. Как выживают наши пенсионеры, знают только они.

Неудержимый рост цен на продукты питания и товары первой необходимости больно бьет по карману населения, а особенно — по кошельку ветеранов. Как известно из средств массовой информации, жизнь в уральском регионе уже подорожала в этом

году на 1,2%. Цены на продукты и непродовольственные товары выросли в среднем почти на 5,5%. Сравните эту цифру с повышением пенсий на 1,7%, и средней теперь в 12 300 руб. и станет ясно, на что уйдет пенсионное обеспечение ветерана. Надо учесть и то, что с первого июля вырастут жилищно-коммунальные услуги, поднимутся цены на газ, на электроэнергию, подорожают



горюче-смазочные материалы. Больное население страны тратит приличные средства на лекарства и на лечение в больницах, которое у нас формально считается бесплатным по определенным государственным стандартам. Санатории, профилактории и дома отдыха доступны тем, кто имеет льготы, какие-то денежные сбережения или зарплату в пределах, условно говоря, ста тысяч рублей. С присоединени-

ем Крыма к России власти обещают народу райский отдых на берегу Черного моря. Уже подсчитано, что ВОСЕМЬ миллионов россиян могут в скором времени отбыть к югу, чтобы поправить там здоровье и получить на щедре солнце бронзовый загар. Перспективы заманчивые, но во сколько обойдется отдых семье простого рабочего, предсказать пока трудно.

**На фоне средней пенсии и зарплаты в сфере производства в 25-30 тыс. рублей в месяц заработной платы чиновников высокого уровня исчисляются «скромными» сотнями тысяч рублей (250-450 тыс. рублей в месяц). «По мнению президента РФ Владимира Путина, зарплата профессионалов в правительстве и Госдуме не может быть маленькой. Но если мы не будем платить серьезные деньги для того, чтобы получить хо-**

**роших специалистов, экспертов самого высочайшего мирового класса (а нам нужны в органах управления именно такие люди), то у нас не будет результатов в работе». Эта цитата взята из газеты «Аргументы и факты» №52 за 2013 г.. Несомненно, структурам власти нужны профессионалы высокого класса.**

О «высоком профессионализме» самого крупного депутата Госдумы, известного боксера, спортсменов, артистов, металлурга и строителя (ныне пенсионеров), представляющих интересы народа в российском парламенте, говорить, наверное, нет смысла.

Есть во властных структурах и чиновники — высокие «профессионалы в коррупции и в воровстве государственных денег». Президент РФ постепенно избавляется от таких деятелей, но некоторые из них слишком глубоко пустили корни, которые не так просто выкорчевать.

**Разница в зарплатах тех, кто производит продукцию на предприятиях, учит наших детей, лечит больных, кто работает в сфере услуг, кто получает маленькую пенсию, и теми госслужащими, у которых зарплата, повторяю, исчисляется сотнями тысяч рублей, вызывает у народа справедливое возмущение. Но слышит ли власть то, о чем говорят низы?**

*Валерий ФЕДОСЕЕВ*

## НАША МЕДИЦИНА

## В больнице намечена череда перемен

**Татьяна Александровна Зайцева в должности главного врача Верхнесалдинской центральной городской больницы около трех месяцев. На пресс-конференции с представителями местных средств массовой информации шел разговор о проблемах салдинской медицины и перспективах ее развития. Мы отступаем от традиционного формата — вопрос — ответ — и даем читателям изложение беседы.**

На назначение на должность главврача ЦГБ Верхней Салды Татьяна Александровна дала согласие без колебаний, отказавшись от коммерческой медицины, которой занималась ранее. Это совмещение запрещено законодательством.

Главный вопрос — кадры. Спичечный состав персонала больницы — более 600 человек, но специалистов не хватает, в том числе и в «Скорой», поэтому приходится приглашать на работу

(вахтовым методом) — врачей из Екатеринбурга и Нижнего Тагила. Такое практикуется в отечественной медицине. Только обеспечением медперсонала жильем, по мнению Татьяны Александровны, можно решить в какой-то мере кадровую проблему. На первых порах приходится уделять внимание организационным вопросам, перестановкам, что, может быть, не всем сотрудникам нравится. Но это пройдет со временем. В больнице есть системный администратор, в плане — обучение врачей современным компьютерным технологиям.

**На капитальный ремонт госпиталя готовится проектно-сметная документация, ввод его в эксплуатацию намечен на сентябрь 2015 года. Здесь разместятся поликлиники — взрослая и детская, оснащенные современным оборудованием. Инфекционное отделение (за Чернушкой) не в том состоя-**

**нии, в котором должно быть медицинское учреждение, и главврач наверняка предпримет меры, что преобразить это структурное подразделение ЦГБ. По весне, когда сойдет снег, намечается субботник по благоустройству больничного городка, а затем и ремонты больничных помещений, фасадов зданий.**

В одной из больниц Екатеринбурга произошел смертельный случай — погиб ребенок, которому медсестра ввела не то лекарство. Какие меры предприняты у нас, чтобы не повторилась трагедия? Контроль за препаратами и лекарствами, сообщила Татьяна Александровна, возложен на заведующую отделением и старшую медсестру. За этим строго следим.

Плановые прививки населения, диспансеризация проводятся по плану и охват очень высокий.

Грипп, простудные заболева-

ния обошли стороной наш город — обращений к врачам было мало. К сожалению, по онкозаболеваниям есть рост.

Проблемных моментов в Центральной городской больнице немало, они типичны для российской периферийной медицины. По итогам первого квартала, как заявила Татьяна Александровна, будет сделан анализ работы ЦГБ, тогда и придется, что нужно, изменить, добавить. Но главное, что средств на лечебные учреждения по национальной программе выделено достаточно для эффективного их использования.

**И еще один момент: жалобы и предложения, касающиеся медицинского обслуживания, можно записать в книгу, которая хранится у секретаря главврача в каб. № 35 городской поликлиники. Каждый конкретный случай рассматривается и принимаются меры, если пациент прав.**

*Соб. информ.*



ЖИТЬЕ-БЫТЬЕ

Деньги на мифический ремонт

Городское жилищно-коммунальное хозяйство не перестает удивлять собственников жилья своими неординарными выходками.

Неуведомив жильцов дома №9 ул. Воронова, к примеру, слесари-сантехники установили общедомовой счетчик на горячую и холодную воду. Благое дело вроде, но предварительно только не устранили протечки на трубах в подвале и не предупредили хозяев квартир. В результате общедомовой расход воды на всех потребителей разделили по какому-то непонятному расчету, не учитывая то, что в некоторых квартирах установлены счетчики на горячую и холодную воду. Получилась так называемая «коллективная ответственность», которая обошлась всем квартиросъемщикам по оплате в дополнительные 2-3 тысячи рублей в месяц.

Жильцы дома №17 (корп.1), ул. Спортивной вот уже в течение пяти месяцев вносят дополнительную оплату ежемесячно — от 150 до 300 рублей на мифический капитальный ремонт кровли. Дом был заселен в 1982 году, и за это время никакие ремонты, кроме косметических в подъездах (побелка, покраска стен, перил и полов), не проводились. Почему собственники квартир должны платить за услуги, которые им не оказывались?

И еще один парадокс в этой ситуации. Документы, подтверждающие факт проведения собрания жильцов (протокол) согласно п.2.1.10.14 Договора №17/1-

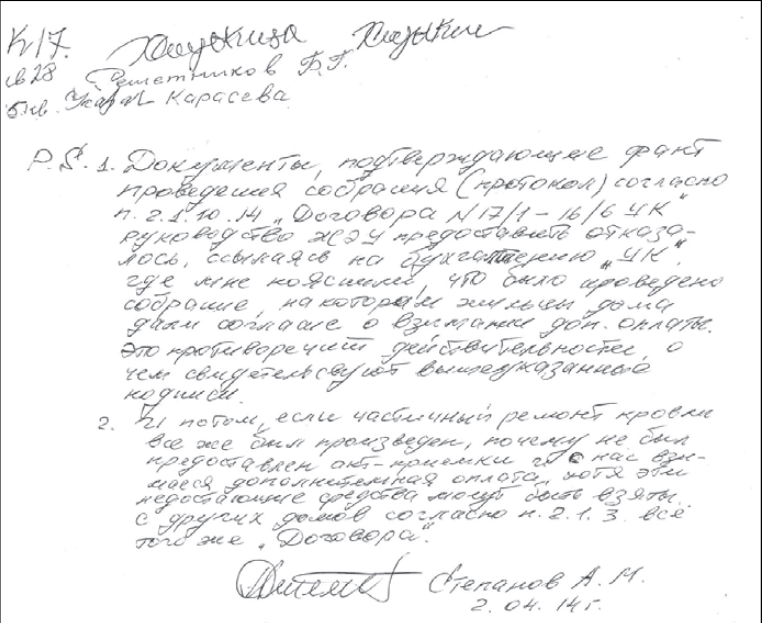
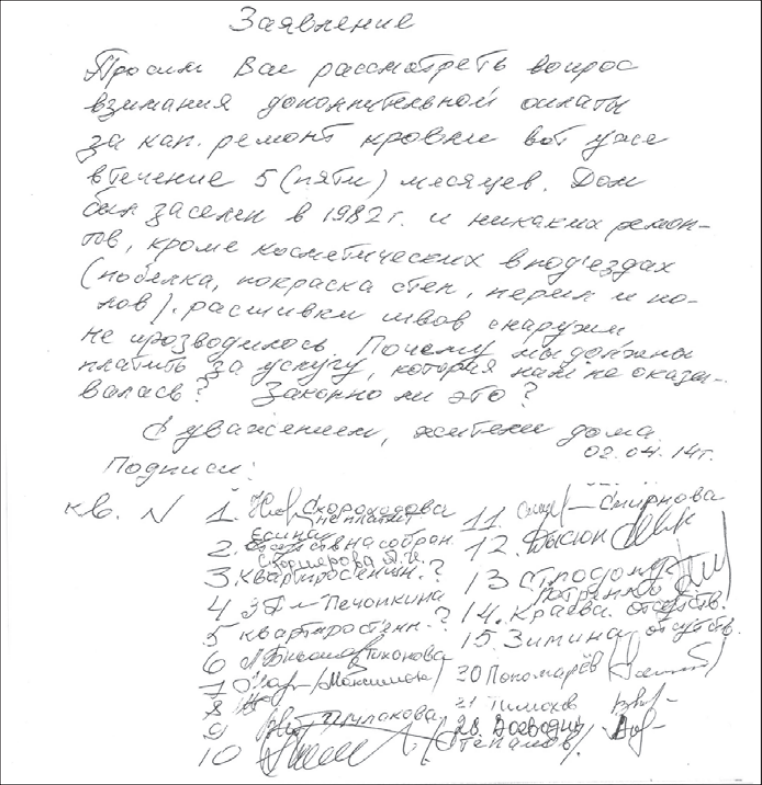
16/1 с Управляющей компанией, руководство ЖЭУ№4 предоставить отказалось, ссылаясь на бухгалтерию УК.

Собственник квартиры этого дома А.М.Степанов по просьбе жителей позвонил в бухгалтерию Управляющей компании, где ему сообщили, что собрание было проведено, на нем жильцы дома дали согласие о взимании дополнительной оплаты, в частности на ремонт крыши. Новость — ложь, как оказалось, не соответствует действительности, о чем свидетельствуют подписи квартиросъемщиков в жалобе на имя прокурора города Матвеева А.А. и в редакцию нашей газеты.

Но давайте предположим, что частичный ремонт кровли был все же выполнен, тогда почему собственникам жилья не предъявлен акт приемки работ? И если же Управляющая компания намерена отремонтировать в ближайшем будущем крышу дома №17, то недостающие средства можно взять (взаимобразно) со счетов других домов согласно п.2.1.3. все того же Договора, а не взимать деньги с квартиросъемщиков без их согласия.

По российскому законодательству все вопросы по содержанию дома, ремонту крыши, подъездов и подвалов должны обсуждаться и решаться на собрании собственников квартир, а не в кабинетах Управляющей компании.

Публикация подготовлена по письму жильцов дома №17/1, ул. Спортивной



судьбы людские

Студент по прозвищу Интеграл

Студенты — это большие дети. Они способны на розыгрыши, на всякие проделки, на безобидные шутки и несурзные выходки. Получается у них все спонтанно и необдуманно. Самое лучшее время в студенческой жизни — каникулы. Кто-то отправляется в поход, кто-то — в строительный отряд, а иногородние — в отчий дом. Виктор успешно сдал экзамены, без «хвостов», и прикатил в свой провинциальный город на севере области, где жили его родители.

Какое счастье — не надо вскакивать утром по будильнику и бежать на лекции, а можно высыпаться вволю, и как для желанного гостя мама накрывает стол. По вечерам — встречи с друзьями, танцы, кино. Однажды Виктор, возвращаясь со свиданья в радужном настроении, стоял на автобусной остановке и напевал любимую песню. У парня был красивый голос. Вдруг к нему подъезжает милицeйская маши-

на, и два дюжих блюстителя порядка завернули парню руки назад и втолкнули в машину. Все это произошло так быстро, что он даже не смог оказать сопротивление и спросить, за что его арестовали. В отделе милиции Виктора поместили в «обезьянник» — камеру предварительного заключения. Здесь бывалые «клиенты», которые не по разу отсиживали разные сроки за хулиганство, драки, дебош, мелкие кражи, всякие уличные, бытовые скандалы и нетяжкие преступления, встретили парня весьма радушно и даже приветливо. Сначала спросили, за что его держали, и дружно рассмеялись, когда узнали, что в их «коллектив» влился уличный певец.

Утром состоялся суд. Виктор собрался было объяснить свою безобидную ситуацию, в которой он оказался, как судья его спросил: «Сколько дней осталось до конца Ваших каникул?». «Восемь дней», — бойко ответил подсуди-

мый. «Восемь суток ареста», — такой вердикт вынес строгий судья.

В камере шло обсуждение приговоров. Кто-то из осужденных успокоил Виктора: «Ничего, студент, вот выйдет на дежурство Ножкин — он тебя освободит».

Ждать пришлось недолго. «Студент, — к дежурному», — передали в камеру.

Старший лейтенант предложил Виктору сесть. «Студент, значит, учишься в УПИ, Интеграл», — довольный своей шуткой, сказал офицер. Старший лейтенант задавал такие вопросы, которые обычно задают в милиции, — он хотел понять, за что парня держали на безлюдной автобусной остановке и что за человек сидит теперь перед ним. Разговор получился душевный, теплый. «Я ведь поступал в УПИ, хотел стать инженером, но несколько баллов недобрал и не прошел, — вздохнув, Ножкин подошел к окну. — Знаешь что, студент, посиди до утра, а завтра я поговорю с на-

чальством насчет тебя».

Утром Виктор вернулся домой, но так и не узнал, как старший лейтенант сумел убедить начальника отдела милиции в том, что он, Интеграл, ни в чем не виновен.

Позже Виктор узнал от знакомых печальную весть: Ножкин погиб при исполнении служебных обязанностей. Неправильное случилось в соседнем городе, куда его перевели с повышением. Следователь с нарядом милиции выехал на место преступления, где муж убил жену. Как только Ножкин переступил порог квартиры, убийца нанес ему топором удар по голове. У капитана остались без кормильца жена и двое детей. В последний путь проводить своего Милиционера вышел весь город.

(Фамилия и имя персонажей публикации изменены)

Виталий НИКОЛАЕВ

ОПРОС ГОРОЖАН

Весенние проблемы

Какая, на ваш взгляд, самая актуальная проблема в нашем городе с наступлением весны?

Жители города отвечают:

— Самая актуальная проблема у нас в Верхней Салде — это дороги. Мы любители ездить на машине, но дороги у нас очень плохие.

— Дороги — самая главная проблема. Сами посмотрите — нигде спокойно не проехать, не пройти. Асфальт со снегом сошел. И так у нас каждую весну.

Самой актуальной проблемой с наступлением весны оказались дороги как главные, так и внутриквартальные. И действительно, городские дороги людей не радуют. В прошлом году были выделены значительные средства и отремонтированы некоторые улицы города. С наступлением сезона таяния снега уже видны выбоины, причем даже на участках дорог, на которых было полностью заменено дорожное покрытие. Отсюда следует вывод, что деньги на ремонт дорог хотя и выделяются, но вот качество его оставляет желать лучшего.

В 2013 году проводились работы по прокладке газопровода до «Титановой долины». Работы велись и поздней осенью, и дорожки закапывали практически вперемешку со снегом. Сейчас, как только начался период активного таяния, массы грязи и глины дали о себе знать.

НОВОСТРОЙКА

На объекте — «движуха»

На главном строительном объекте города (школы №1) работают два экскаватора — рюк котлован под фундамент здания. Четыре самосвала вывозят грунт за пределы площадки, растаскивая на колесах грязь по близлежащей улице.

При выносе сетей к новостройке осенью была прорыта траншея, а по весне на ней образовался провал, захвативший часть ул.Энгельса. Служба городского хозяйства предъявила претензии подрядчику по этим замечаниям. В городе и так хватает грязи после прокладки газопровода к «Титановой долине». Положительные моменты тоже нельзя обойти вниманием: на объекте есть помещения — бытовки, сколочен из досок туалет на два рабочих места. Но главное, что начало строительства школы положено, а это, как гласит мудрость, уже половина дела.

Соб.информ.



# Инсульт объявлен глобальной эпидемией

**Острые нарушения мозгового кровообращения продолжают оставаться важнейшей медико-социальной проблемой, что обусловлено их высокой долей в структуре заболеваемости и смертности населения, значительными показателями временных трудовых потерь и первичной инвалидности.**

Острое нарушение мозгового кровообращения (ОНМК) — понятие широкое. Оно включает в себя инсульт, преходящие нарушения мозгового кровообращения (по отечественной классификации 1985 г.) или транзиторные ишемические атаки (по большинству зарубежных классификаций и классификации ВОЗ 1978 г.), а также малый инсульт (обратимый неврологический дефицит).

**Инсульт — (от лат. insulto — скачу, впрыгиваю) «мозговой удар» представляет собой группу заболеваний, обусловленных острой сосудистой патологией мозга. Это клинический синдром, представленный очаговыми неврологическими и/или общемозговыми нарушениями, развивающийся внезапно вследствие острого нарушения мозгового кровообращения, сохраняющийся не менее 24 часов или заканчивающийся смертью больного в эти или более ранние сроки. К инсультам в повседневной клинической практике относят инфаркты мозга (ишемические инсульты), кровоизлияния в мозг (геморрагические инсульты) и субарахноидальные кровоизлияния.**

Инсульт — не единовременное событие, а процесс, развивающийся во времени и пространстве — от незначительных функциональных изменений до необратимого структурного поражения мозга — некроза.

**По данным Всемирной организации здравоохранения, ИНСУЛЬТ объявлен глобальной эпидемией, угрожающей жизни и здоровью населения всего мира.**

В Российской Федерации заболеваемость от сосудистой патологии мозга оценивается как 350 — 400 человек на 100 тысяч населения. В России ежегодно инсульт переносят 450000 человек, т.е. каждые 1,5 минуты у кого-то из россиян впервые развивается это заболевание. Ежегодная смертность от инсульта в России — одна из самых высоких в мире (175 на 100 тыс. населения).

Отмечается «омоложение» инсульта с увеличением его распространенности у лиц трудоспособного возраста — до 65 лет.

По Верхнесалдинскому району за 2011 год выявлено 153 больных с острыми нарушениями мозгового кровообращения, из них трудоспособного возраста — 49 человек. За 3 месяца 2012 года — 43 больных с острыми нарушениями мозгового кровообращения, из них трудоспособного возраста — 9 человек.

Показатели заболеваемости и смертности от инсульта среди лиц трудоспособного возраста в России увеличились за последние 10 лет более чем на 30% (смертность составляет 41 случай на 100 тыс. населения).

Ранняя 30-дневная леталь-

ность — 34,6%. В течение года умирает каждый второй заболевший.

Инвалидизация вследствие инсульта занимает первое место среди всех причин первичной инвалидности. В России проживает свыше 1 млн. человек, перенесших инсульт, при этом треть из них составляют лица трудоспособного возраста, к труду же возвращается только каждый четвертый больной.

Непрямые расходы на инсульт при потере ВВП из-за преждевременной смертности, инвалидности и временной нетрудоспособности населения, составляют в России около 304 миллиардов рублей в год. По данным ВОЗ, за период 2005-2015 г.г. потеря ВВП в России из-за преждевременной смертности может составить 8,2 триллиона рублей.

Основное значение в снижении заболеваемости, смертности и инвалидизации вследствие инсульта принадлежит первичной профилактике, включающей регулируемые социальные, бытовые и медицинские факторы риска.

Неотложная госпитализация в ранние сроки (до 3 часов) с момента возникновения первых симптомов инсульта чрезвычайно важная задача госпитального этапа, от которой зависит исход заболевания. Часто сами пациенты, их родственники по различным причинам «увеличивают время» от начала инсульта до момента поступления в стационар, что приводит к отсрочке начала проведения эффективной терапии.

Важны сигналы инсульта для

своевременного экстренного обращения в «Скорую» (тел.03) за медицинской помощью.

**Сигналы инсульта:**

- 1) смазанная речь, сложность в понимании чужой речи;
- 2) неловкость и (или) онемение в односторонних конечностях (правые рука и нога или левые рука и нога);
- 3) односторонняя слабость в конечностях (правые рука и нога или левые рука и нога);
- 4) общая слабость;
- 5) головная боль, необычно сильная (или онемение половины лица);
- 6) глаза — снижение зрения на один или оба глаза;
- 7) головокружение;
- 8) перекося лица в правую или левую сторону.

**Как избежать инсульта? Что зависит лично от Вас?**

1. Если у Вас гипертония и ваше систолическое артериальное давление (верхнее) постоянно превышает 140 или, если диастолическое (нижнее) постоянно выше 90, проконсультируйтесь с участковым и цеховым врачом, т.к. вы должны постоянно принимать препараты для адекватного снижения артериального давления. После развития «микроинсульта» необходим постоянный прием препаратов, которые препятствуют образованию тромба при атеросклерозе. К ним относятся аспирин (в т.ч. тромбоасс, кардиомагнил, аспирин-кардио) и (или) курантил, или клопидогрел (плавикс).

2. Если у Вас мерцательная аритмия, необходимо под наблюдением врача постоянно принимать препараты для уменьшения свертываемости крови (чаще это варфарин, аспирин).
3. Если у Вас сахарный диабет, Вам необходимо следить за уровнем сахара крови и постоянно принимать сахароснижающие препараты.
4. Узнайте Ваш уровень холестерина, в случае его повышения, необходимо соблюдать диету (растительные жиры, овощи, фрукты, рыба и морепродукты) и принимать постоянно препараты для коррекции нарушенного жирового обмена (статины) под наблюдением врача.
5. Если Вы курите, прекратите!
6. Если Вы употребляете алкоголь, делайте это умеренно, т.к. употребление алкоголя в больших количествах повышает риск развития инсульта.
7. Если Вы принимаете оральные контрацептивы, посоветуйтесь с врачом.
8. Избегайте соленого и не досаливайте пищу.
9. Сбросьте вес. Регулярно занимайтесь физическими упражнениями.
10. ОБЯЗАТЕЛЬНО ОБРАТИТЕСЬ К ЛЕЧАЩЕМУ ВРАЧУ (участковому или цеховому) для проведения всестороннего обследования и поиска причин развития инсульта, для профилактики развития острого нарушения мозгового кровообращения.

**Т.Б. МУЗАЛЬКОВА,**  
*заведующая неврологическим отделением ГБУЗ СО «Верхнесалдинская ЦГБ»*

## РАБОЧАЯ ВСТРЕЧА

# Госпиталь — центр для пациентов

Руководитель администрации губернатора Свердловской области Сергей Пересторонин обсудил с инициатором и ключевым инвестором строительства госпиталя восстановительных инновационных технологий в Нижнем Тагиле Владиславом Тетюхиным текущий этап реализации проекта на рабочей встрече 8 апреля.

Напомним, в Нижнем Тагиле создается многопрофильный медицинский центр с современными высокотехнологичными хирургическими и амбулаторными методиками в области опорно-двигательного аппарата. Стоимость его составляет 4,4 миллиарда рублей, основная часть которых — собственные

средства Владислава Тетюхина.

По словам Сергея Пересторонина, ввод в эксплуатацию госпиталя позволит оказывать пациентам медицинские услуги на качественно новом уровне. Важно, что помощь будет предоставляться в Свердловской области, ведь раньше людям, нуждающимся в высокотехнологичном лечении, зачастую приходилось получать его в дорогостоящих зарубежных клиниках.

Генеральный директор ООО «Госпиталь восстановительных инновационных технологий» Владислав Тетюхин проинформировал главу администрации губернатора региона о том, что строительство госпиталя находится на завершающем этапе.

**«Ключевая задача — построить такой центр, который будет доступен нашим пациентам. Госпиталь изначально создавался путем обходов и выездов аналогичных центров — российских и зарубежных. Его проект был сделан при участии немецких специалистов. Поэтому вся медицинская часть нашего центра включает все те достижения, которые есть в Европе и в мире», — отметил он.**

**В ноябре 2012 года Президент Владимир Путин на встрече с губернатором Евгением Куйвашевым поддержал проект создания в Нижнем Тагиле госпиталя, основной специализацией которого станет эндопротезирование крупных суставов.**

## ВОЗВРАЩАЯСЬ К НАПЕЧАТАННОМУ

# А воз и ныне там

**В прошлом году в нашей газете (№28 за 11 июля) была опубликована статья под заголовком «Чинуши и ныне правят бал». В публикации сообщалось о том, что помещение первого почтового отделения больше похоже своим видом на заброшенный сарай.**

Мы снова побывали недавно в этом здании, чтобы своими глазами увидеть, что изменилось здесь за восемь месяцев минувшего года и как отреагировало руководство Нижнетагильского почтамта на критическую статью.

По большому счету, как нам сказали сотрудники почтового отделения, ничего существенного не произошло во внутреннем помещении. Все также свисают ключьями вымокшие и выгоревшие обои, электропроводка еле держится на креплениях, входная дверь вместе с коробкой может вывалиться в

любое время, к рамам окон боязно прикасаться — прогнившие штапики еле удерживают стекла, заплатки линолеума постоянно отстают от пола. Вид удручающий, позорный. И через это так называемое госучреждение проходят за месяц сотни посетителей. Единственное, что предприняло руководство Нижнетагильского почтамта, направило прошлой осенью бригаду, которая отремонтировала кровлю. А на косметический ремонт, говорят, нет денег. Интересно, какие же средства нужны на первое время, чтобы наклеить хотя бы обои, покрасить стены и заменить входную дверь? Этот вопрос мы адресуем начальнику Нижнетагильского почтамта Александре Волченковой, руководству областного Управления федеральной почтовой связи.

*Соб.информ.*



# С ДНЕМ КОСМОНАВТИКИ!

Кафе «САЛДА» ждет вас...  
(в здании бывшего хозяйственного магазина)

- ... на обеденный перерыв/бизнес-ланч **130 рублей**
- ... на банкет, свадьбу, на корпоратив, юбилей, день рождения  
(2 уютных зала, блюда грузинской и русской кухни)
- ... на выпускной
- ... на деловую встречу
- ... на романтическое свидание
- ... и по любому другому поводу...

**Наши цены вас приятно удивят!!!**

Мы ждем вас по адресу: К.Маркса, 51, контактный телефон: 8-919-366-79-92

ОРБИТА 96РФ



**ЖДЕМ ВАС НА НАШЕМ ИНФОРМАЦИОННОМ САЙТЕ**

## РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ

## НА ЛАВКАХ

## 2-55-39

## В САМОМ ЦЕНТРЕ ГОРОДА

**33 комода** с 20 февраля по 15 апреля

## ВЕСНА СКИДКАМИ КРАСНА



**КОМОД НА 3 ЯЩИКА**  
мебельной фабрики «Мама»

~~3165р~~  
**2849р\***

\*Скидка по дисконтной карте на акционный товар не распространяется.

**г. В.Салда ул. Сабурова, д. 6 ТЦ «Аракс», 2 этаж ☎ (34345) 5-44-34**

### ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ С 14 ПО 20 АПРЕЛЯ 2014 ГОДА



**ОВЕН**  
(21.03 - 20.04)  
Неделя обретения внутренней свободы, преобразования женской энергии. Вероятны приятное известие, романтический поступок, поддержка людей, от которых Вы не ждали понимания. Усиливается личное обаяние Овнов, магнетизм, воображение. Многие из них будут неистощимы на выдумки в организации праздников.  
**Благоприятные дни:** 14, 19;  
**Неблагоприятные:** 15.



**ТЕЛЕЦ**  
(21.04 - 21.05)  
Эта неделя отдыха и расслабления будет отмечена гармонией, получением космической энергии, справедливостью. Тельцы будут способны наладить пошатнувшиеся отношения со своими близкими, извиниться за причиненные неприятности. Неоднозначная неделя, связанная с искушениями легкой наживы, соблазнами.  
**Благоприятные дни:** 20;  
**Неблагоприятные:** 16.



**БЛИЗНЕЦЫ**  
(22.05 - 21.06)  
Существует вероятность состояния апатии и равнодушия ко всему происходящему. Эта апатия будет легко переходить в раздражительность и порождать желание удивлять публику. Возможно, что творческое воображение и стремление к новизне заставят Близнецов заняться долгосрочными планами или поменять сферу деятельности.  
**Благоприятные дни:** 18, 20;  
**Неблагоприятные:** 17.



**РАК**  
(22.06 - 23.07)  
Эта неделя связана с проблемами в личной жизни. Скорее всего, Раков просто в очередной раз не поймут и загонят в жесткие рамки. Несмотря на благие намерения, непримиримость Раков в форме внешнего смирения станет серьезной помехой в общении. Ракам будет нелегко в кругу собственной семьи.  
**Благоприятные дни:** 19;  
**Неблагоприятные:** 17.



**ЛЕВ**  
(24.07 - 23.08)  
Не исключены повороты судьбы, которые заставят Львов проявить максимальную активность и быстроту реакции на изменение ситуации. Излишнее тревожление может привести к самым плачевным последствиям. Обстоятельства заставят вас преодолевать высокомерие, брюзгливость. Противопоказано экстрасенсорное лечение.  
**Благоприятные дни:** 20;  
**Неблагоприятные:** 14.



**ДЕВА**  
(24.08 - 23.09)  
Неблагоприятная неделя, связанная с несбывшимися ожиданиями. Постороннее влияние может пагубно отразиться на вашей жизни. Неделя благоприятна для укрепления собственных позиций. Ваши чувствительность и ранимость, скрытые под маской внешней холодности, могут помешать достижению цели.  
**Благоприятные дни:** 17, 18;  
**Неблагоприятные:** 20.



# Волшебная сила искусства «Ренессанса»

Музыка, музыка, музыка... Она звучит всюду — и в танце, и в песне... Она всегда живет в душе человека, дарит вдохновение, красоту, радость, добро, яркие эмоции, хорошее настроение. А почувствовать всю прелесть искусства, конечно же, помогают люди, которые сами несут культуру в «жизнь».

Детская школа искусств «Ренессанс» — это мечта многих маленьких артистов и уже подрастающего поколения. Потому что эта школа вбирает несколько видов искусств: пение (сольное, хоровое, ансамблевое), хореография (классический, народный и эстрадный танец), изобразительное и декоративно-прикладное искусство, игра на музыкальных инструментах (фортепиано, синтезатор, гитара), театральные игры и актерское мастерство. Все это юные мальчишки и девчонки осваивают в комплексе. Благодаря творческому союзу дети имеют возможность развиваться разносторонне, гармонично.

В этой школе особая, волшебная аура, где царит добро и вдохновение. Создает такую

«домашнюю» обстановку творческий коллектив под чутким руководством директора школы, заслуженного работника культуры Крашенининой Людмилы Петровны. Именно она создала такой дружный коллектив единомышленников: Новоселова О.И., Распопова Ю.Ю., Курочкина Е.С., Гуреева Н.Ю., Макеев С.В., Постылякова Л.Н., Решетникова А.А., Осипова А.М., Копылова С.В., Соколов И.Е., Огоновский М.А.

**Детская школа искусств «Ренессанс» — молодая школа, ей всего 13 лет, но она уже достигла больших высот. Учащиеся выступают на областных и региональных, а также на всероссийских и международных конкурсах в Москве, Могилеве, Великом Устюге, Одессе, Санкт-Петербурге, Великом Новгороде, Кирове и других городах, являясь дипломантами и лауреатами.**

В 2013г. вокальное трио «Колор» (руководитель Новоселова О.И.), танцевальный коллектив «Krembers» (руководители Курочкина Е.С., Гуреева Н.Ю.), Котелевская К. (фортепиано, ру-

ководитель Распопова Ю.Ю.) участвовали в международном конкурсе «Вятские узоры» в г. Кирове и стали дипломантами I степени. Вокальный ансамбль «Бусинки» (руководитель Новоселова О.И.) принимал участие в международном конкурсе в г. Омске и завоевал диплом «За артистизм». Они вновь доказали, что в российских глубинках живут талантливые люди, которые влюблены в искусство.

Уже в 2014г. наши маленькие артисты показали себя на высшем уровне. Учащиеся 3 класса, исполнившие зажигательный и обворожительный танец «Кошки» и Заяц Светлана, которая показала изящество итальянского танца «Тарантелла» (руководители Курочкина Е.С., Гуреева Н.Ю.), стали лауреатами III степени на открытом областном конкурсе хореографических отделений ДШИ и ДХорШ «Золотая туфелька» в г. Новая Ляля.

Учащиеся показали свое мастерство в областном конкурсе «КЭМИ — НТ» (музыкально-электронные инструменты, руководитель Распопова Ю.Ю.), Усик М. — лауреат II степени, Ново-

жилова А. — лауреат III степени, Никитина В. — дипломант.

Хотелось бы отметить конкурс семейного ансамбля «Папа, мама, брат, сестра и я — музыкальная семья» в г. Н. Тагиле, в котором участвовала семья Новожиловых (руководитель Распопова Ю.Ю.). В трудной, упорной, но интересной борьбе они стали дипломантами I степени.

30 марта проходил открытый региональный конкурс «Наши Надежды» на базе Нижнетагильского колледжа искусств. Вокальное трио «Колор» (руководитель Новоселова О.И.) вновь удостоилось высокой награды — лауреаты III степени.

**Прививать культуру нужно с раннего возраста. Этому способствуют занятия в группах раннего эстетического развития (на базе ДШИ «Ренессанс»), где дети с 3 до 6 лет занимаются сразу по нескольким дисциплинам в комплексе: музыка, ритмика, изобразительное искусство. Это дает свои результаты и успех. В 2011г. шумовой оркестр «Искорка» (руководитель Распопова Ю.Ю.) и ансамбль «Бусинки» (руководи-**

**тель Новоселова О.И.), будучи еще совсем маленькими, тоже удостоились высоких наград на областном конкурсе «Музыкальные звездочки» в Екатеринбурге («Искорки» — лауреаты II степени, «Бусинки» — дипломанты).**

Традиционно ежегодно на сцене Дворца культуры им. Г.Агаркова проходят отчетные концерты школы («Дружба совершает чудеса», «Радоваться каждому дню», «Негасимая вера в мечту» и другие), в которых принимают участие учащиеся и преподаватели. В этом году новые творческие идеи можно будет увидеть в мае на очередном отчетном концерте «Праздник всем!».

...Конечно же, есть еще много интересных, креативных, удивительных идей, которые хочется осуществить, и они осуществляются, благодаря неиссякаемому творческому вдохновению и плодотворной работе талантливого коллектива детской школы искусств «Ренессанс».

Коллектив ДШИ «Ренессанс»

## АКЦИЯ!

**Подключи друга за 100 рублей**

Все, что тебе нужно — это:

- Заполнить купон на себя и своего друга (родственника, знакомого, соседа и т.д.), желающего подключиться к многоканальному телевидению «ОРБИТА»;
- Отнести купон в ближайшую кассу ООО «ОРБИТА-СЕРВИС».

И можешь смотреть телевизор **БЕСПЛАТНО** столько месяцев, сколько друзей ты подключил, или получить **бонус** за пользование сетями Орбита-Интернет в размере **200 рублей** за каждого подключившегося по твоей рекомендации абонента.

## КУПОН

**Подключай друзей — собирай бонусы!**

НОВЫЙ АБОНЕНТ	РЕКОМЕНДАТЕЛЬ
Ф.И.О. ....	Ф.И.О. ....
Адрес .....	Адрес .....
.....	№ л/счета .....
.....	Беспл. период .....
.....	Подпись администратора .....

Сдается в кассу «Орбита-Сервис»

**РАДИО ДАЧА**  
104.4 fm

**Закажите песню для близких и друзей**

**5-104-4 Удачный час**  
на правах рекламы

**ВЕРХНЯЯ САЛДА**  
100.7 fm

**РАДИО ТВОЕЙ МЕЧТЫ**

на правах рекламы

## ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ С 14 ПО 20 АПРЕЛЯ 2014 ГОДА

<b>ВЕСЫ</b> (24.09 - 23.10) Неделя имеет двойственную характеристику. Вероятны поездки, новые знакомства или встречи со старыми друзьями. Однако все это потребует затраты значительных денежных средств. Благоприятная неделя для разрешения конфликтных ситуаций с близкими людьми. <b>Благоприятные дни: 15;</b> <b>Неблагоприятные: 18.</b>	<b>СКОРПИОН</b> (24.10 - 22.11) Эта неделя благоприятна для реорганизации быта, крупных покупок, обмена. Вероятна поддержка со стороны: близкие вам люди могут взять часть финансовых проблем на себя. Случится нечто, что благоприятно повлияет на дела и материальное положение Скорпионов. <b>Благоприятные дни: 17;</b> <b>Неблагоприятные: 19.</b>	<b>СТРЕЛЕЦ</b> (23.11 - 21.12) Неделя предполагает суету, поспешность, разлуку. Вероятно, проблемы и ошибки в сфере профессиональной деятельности заставят вас погрузиться в нее с головой. Опасны физические нагрузки. Крайне неблагоприятная неделя, которая пройдет под знаком духовных метаний. <b>Благоприятные дни: 16;</b> <b>Неблагоприятные: 20.</b>	<b>КОЗЕРОГ</b> (22.12 - 20.01) Неделя предполагает защиту убеждений, происки недоброжелателей, лесть, подкуп. Неделя установления закономерностей, противостояния двух космических начал. Возможно, произойдет какое-то крупное событие в жизни пожилых Козерогов. <b>Благоприятные дни: 19;</b> <b>Неблагоприятные: 17.</b>	<b>ВОДОЛЕЙ</b> (21.01 - 19.02) Благоприятная неделя для пожилых Водолеев. Тайный недруг попытается подставить Водолеем подножку, но в результате сам предстанет в невыгодном свете. Беды должны обойти Водолеев стороной. Одиноким Водолеев ждут многообещающие встречи. <b>Благоприятные дни: 18, 20;</b> <b>Неблагоприятные: 17.</b>	<b>РЫБЫ</b> (20.02 - 20.03) Идеи и фантазии, которые придут Рыбам в голову, могут воплотиться в жизнь и принести им моральное и материальное удовлетворение. Вероятно, что Рыб-мужчин ждет романтическая встреча. Чувства и эмоциональная жизнь многих Рыб станут богаче, а мысли конкретнее. <b>Благоприятные дни: 19;</b> <b>Неблагоприятные: 18.</b>
---	---	---	--	--	---



# Как правильно питаться в Великий пост

Любой пост, а Великий пост особенно, при разумном подходе приносит только пользу. Не один век назад сложилась эта традиция, и современным диетологам остаётся лишь подтвердить мудрость наших прадедов. Чередование постных и скоромных периодов способствует тренировке иммунитета и очищению организма от шлаков. Если вы часто болеете ангиной или ОРВИ, у вас имеются заболевания суставов, повышен холестерин или есть склонность к полноте, знайте, что именно пост способен помочь устранить многие проблемы со здоровьем.



По церковным законам рекомендуется в течение семи недель воздерживаться от животной пищи: мяса, рыбы, молока, яиц и т. д. На первый взгляд такой срок кажется невероятно долгим, а отказ от всех этих продуктов чрезвычайно сложным и даже вредным. Но, поверьте, если знать, как правильно поститься, и придерживаться определённых правил и рекомендаций, эти недели пролетят довольно быстро, удивляя разнообразием новых, интересных и вкусных блюд, которые вы никогда не готовили ранее. При правильном подходе пост принесёт только пользу и радость. Повара из монастырей говорят, что постное меню не должно слишком сильно отличаться от обычного, привычного нам: пусть это будут любимые фаршированные перцы, борщ, щи, вареники или плов, но только без мяса, вегетарианские. Великий пост — отличная возможность разнообразить свой рацион новыми натуральными продуктами растительного происхождения и вкусными полезными блюдами. Одних овощных салатов в период поста можно приготовить великое множество. Взять ту же капусту: салат из капусты с морковью, капуста и свежих огурцов, капуста и сырой или варёной свёклы, капуста и сельдерея, капуста со свежими огурцами и помидорами, салат из морской капусты с солёными огурцами... И уж, конечно, салатных вариантов, приготовленных из других овощей, тоже немало. Кроме салатов, из овощей можно приготовить ещё столько разных удивительно вкусных блюд! Это овощные голубцы с рисом, морковь, тушенная с сельдереем и

сладким перцем в томатном соусе, протёртая варёная фасоль, заправленная жареным луком, сладкий перец, фаршированный овощами... И это лишь малая часть того, что можно приготовить в пост, приводимая для примера, чтобы немного сориентировать вас и разбудить аппетит и фантазию.

Дабы не нанести организму вред и улучшить здоровье, отнеситесь к питанию во время поста со всей серьёзностью и ответственностью. Что для этого нужно? Прежде всего, знать, как правильно поститься, что можно употреблять в пищу во время поста, а что нельзя и, главное — не скатиться в унылое однообразие, сев на картошку с капустой. Любой рацион должен быть сбалансированным и разнообразным, а постный — особенно!

**Существуют общие законы соблюдения постов, но есть правила, характерные только для Великого поста, во время которого самое строгое воздержание приходится на первую и последнюю (Страстную) недели поста, когда продукты употребляются в сыром виде, без термической обработки и без масла.** В другие дни поста можно есть исключительно вегетарианскую пищу. Добавлять в приготовленные блюда растительное масло можно только в выходные дни. Мидии, кальмары, креветки и другие морепродукты не считаются рыбой, поэтому некоторые верующие едят их в субботу и воскресенье. К рыбным дням относятся только Благовещение и Вербное воскресенье. Запрещён в пост и алкоголь, однако даже во время самого строгого поста возможны некоторые исключения. Так, натуральное красное вино

можно употреблять по субботам и воскресеньям, кроме Страстной недели. Все эти ограничения строго обязательны для служителей церкви и монахов, мирянам же достаточно придерживаться мягкого поста. Кроме того, от поста освобождаются тяжело больные люди, маленькие дети, беременные и кормящие мамочки, а также люди, занимающиеся тяжёлым физическим трудом, военные и путешественники. Впрочем, решение поститься каждый принимает для себя сам.

Приступая к разработке меню на период поста, помните, что пищеварительные функции организма меняют свою активность не только в течение месяца, но и в течение суток. Действуют так называемые биологические часы. По биологическим законам самое благоприятное время для приёма пищи с 12:00 до 20:00 часов, а вот с 22:00 до 4:00 часов организм наиболее активно занимается перевариванием и усвоением пищи. На отдых и самоочищение остаётся время приблизительно с 4:00 до 12:00 часов. На это тоже стоит обратить внимание, планируя приём пищи.

**Чрезвычайно важен не только рацион, но и порядок питания в Великий пост. Вне зависимости от намерения (духовного или физического очищения) поститься нужно правильно, без фанатизма, героизма и гордыни.** Конечно, держать пост, особенно тем, кто решился на это впервые, трудно, и ваш привыкший к скоромной пище организм будет требовать от вас любимых блюд, давая знать о себе в первые дни поста чувством голода. Попытайтесь отвлечь его употреблением фруктов, питьём свежесжатых овощных и фруктовых соков, травяных чаёв и настоев, а также питьевой негазированной воды. Приучите себя пить чистую воду в тёплом виде — так вы избежите отёков и разгрузите почки. Теперь непосредственно о продуктах. Перечень продуктов, которые можно употреблять во время поста, внушает уважение. Это разнообразные домашние заготовки (соленья и квашения, маринованные овощи и ягоды, соки и варенья, сушёные и вяленые продукты), свежие и замороженные овощи, фрукты и грибы, орехи, бобовые, семечки, сухофрукты, зелень и пряности во всех видах (они разнообразят любые блюда), постные продукты (соевые майонез, йогурт, молоко, творог и сыр), а также постные сладости, которые можно купить во всех супермаркетах, крупы, макароны, хлеб и хлебобулочные изделия, не содержащие сдобы. Пост не

исключает и употребление сахара, но гораздо полезнее заменить его мёдом.

Известно, что резкое исключение из рациона мяса, рыбы и молока приводит к потере многих нужных витаминов и микроэлементов. Поэтому есть смысл перед началом поста внимательно ознакомиться с составом продуктов растительного происхождения, которые могут восполнить этот пробел. Так, основными поставщиками белка в наш организм в постные дни становятся фасоль, горох, семена подсолнечника, орехи, грибы (их не зря в народе называют растительным мясом), сухофрукты. Блюда, приготовленные из этих продуктов, с успехом могут заменить мясо и рыбу, пусть не в полном объёме, но и не без пользы. Иногда, когда позволяют условия поста, вводите в рацион рыбу, креветки и другие морепродукты. А вот морскую капусту можно есть хоть каждый день. Покупайте консервированную или сушёную ламинарию, спирулину и другие морские водоросли — помимо ударных доз белка, они обогащают организм жизненно необходимым йодом и многими микроэлементами.

**За поставку жиров во время поста отвечают растительные масла. Лучше всего использовать нерафинированные масла, так как всем привычное «масло без запаха» ничего полезного в себе не несёт.** Заправляйте растительным маслом салаты из свежих или квашеных овощей и добавляйте немного масла в блюда при тушении. Нерафинированное подсолнечное и кукурузное масла тяжеловаты, на время поста их лучше заменить — льняным или рапсовым. Оливковое в этом смысле самое доступное, кедровое — самое полезное. Жарить на растительном масле не рекомендуется. И это отличный повод дать себе отдохнуть от жареных продуктов, которые уж слишком часто появляются на нашем столе.

Пост хорош ещё и тем, что в это время в организм поступают в основном полезные, так называемые «медленные» углеводы. Широкий выбор круп и бобовых даёт возможность не только внести приятное разнообразие в рацион, но и способствует постепенному и более полному насыщению. И когда ещё, как не в пост, попробовать «экзотику», о которой так часто читаешь на страницах «Кулинарного Эдема»! Булгур, амарант, кус-кус, маш, нут, дхал — всё это разнообразие можно купить сейчас как на рынках, так и в супермаркетах. «Быстрые» углеводы можно добыть из мёда, сладких фруктов, а также из погреба,

достав баночку душистого варенья — главное, не объедаться! «Быстрые» углеводы хороши в качестве перекуса и «скорой помощи» при острых приступах голода, особенно в первые дни поста. Приготовьте конфеты и энергетические батончики по рецептам сыроедов и веганов — вот кто знает толк в растительной пище! Используйте орехи, семечки, сухофрукты, мёд, цветочную пыльцу и пергу — все эти продукты дают нам не только углеводы, но и множество других полезных веществ.

Недостаток железа можно возместить с помощью орехов, тыквы, плодов шиповника, сельдерея, болгарского перца и трав (петрушка, кинза, укроп). Есть железо в клюкве, бруснике и малине. Свёкла, морковь, орехи, яблоки, мёд, шпинат, гранат и изюм восполняют наши потребности в железе, витаминах и других микроэлементах, а также улучшают работу сердечно-сосудистой системы, печени и мозга. Пополнить запасы кальция помогут кунжут и орехи. Их можно есть в «чистом», так сказать, виде, но лучше приготовить ореховое молоко, замочив кунжут или миндаль на сутки в прохладной кипячёной или фильтрованной воде, а затем измельчив при помощи блендера вместе с водой. В таком молоке кальция в десятки раз больше, чем в коровьем.


**Свежие фрукты и овощи несут в себе не только витамины, но и клетчатку, которая улучшает перистальтику кишечника, и энзимы — незаменимые вещества, помогающие пищеварению.** Витамины и энзимы разрушаются при нагревании, поэтому так важно ежедневно включать в меню хотя бы один салат из свежих овощей и съесть яблочко в полдень.

Итак, подводим итоги. Утро начинаем со стакана горячей воды, завтрак — ранний или не очень — сытный, с блюдами из круп, обеды и ужины с рецептами из растительных продуктов, перекусы из орехов, сухофруктов и полезных сладостей, больше зелени и свежих овощей и фруктов, и на ночь — снова стакан горячей воды, способствующий очищению и похудению.

И напоследок — ни в коем случае не воспринимайте пост как тяжкое бремя. Он дан нам в укрепление, относитесь к нему как к лекарству, способному исцелить от недуга, как к чудесной возможности что-то изменить в себе. Только в этом случае вы ощутите не только физическую лёгкость, но и душевное равновесие, которого так не хватает нам в нашей суетной жизни.

*Ваша ДАМА-хозяйка из инета.*



Персонаж "Отелло"				Уборочная страда						Армянский коньяк	Спортснаряд						
Игральная карта	Приток Оки	↓	Состояние вещества	Атрибут гаишника	↓	Болотное топливо	↓	Марка шампанского	Мощность		Озерный осадок	...Йорк	↓	Миф. персонаж			
→	↓		Царь Эпира	Мужской, женский		Форма рельефа	→		↓			↓		Типографский сплав			
Военный цвет		Кора, снятая с дерева	↓	→		Киножурнал	→						Геолог. период				
→				Холодное оружие		<div>на правах рекламы</div> <div></div>				Сорт картофеля	Зов		→				
Большая дверная задвижка	Мифологическое существо			↓							→	Седа	Неприличный сленг			→	
↓												Озеро в Северной Америке				→	
	→											→				Инициалы	Стержень
	→			↓								Монашеская одежда	Сумка гриба			→	↓
	Прерия	...Мартин	→				Стих. Лермонтова			→		Роман Л. Леонова	Отжившая плоть				
→			Воздушное печенье	Азерб. поэт	↓	Город и порт в Малайзии		Стихотворный размер	↓	Мать народа нгобо		→					
Род вооруж. сил	Пристань на Иртыше					Арабская страна		→				Козлы кучера		Приятели Барби			
→			Жара, пекло	→				Амурский язык	Родина инков		Укр. святки		→				
Граф ... (России)	Сырьсть	→					Спальный вагон	Ореховое дерево	→					Болезнь человека			
→		Млечный сок	↓	Лекарств. растение	Очерк	→				Галдеж	→		Большая обезьяна				
Вид радиосигнала		Житель Дагестана	→			Садовая смола	→			Невольник		→					
Долговой договор	→				Волчок	↓	Топит корабли	→				Единица площади	Буква греческого алфавита				
Марка авто	↓	Километр	→		Австр. архитектор	→			Город на юге Турции	→							
Полукруглый выступ здания	→						Сушеный виноград	↓	Хим. элемент	→							

Африканская муха	С	Чихание	Ч	И	Х	Должность Батяня	Х	Штраф, баскет-бол	... Мария	Охота	П	Вершина горы	Ф	Потерявший шивот
Ц	Е	Оружие женщины	Болезнь глаз	Р	Петров, Сидоров	С	А	Ф	А	Р	И	Очаговый кубик	И	А
Спорт. рынок	Р	Возвышенность	Англ. радионастроном	И	В	А	Н	О	В	Лондонский туман	К	Пенсне	Ш	Каренин
С	П	У	Р	Т	Священный титул	Н	Что охраняет стерь	Л	Е	С	Приток Волги	О	К	А
Отменные матерья	...банк	В	А	Городок в Италии	14					М	Большая казла	Ч	А	Н
В	Селение в Киргизии	А	И	Л						О	Волосы кося	К	Очень важная персона	Н
	О	Л	Л	И						Г	Р	И	В	А
У	Порода собак	Брат Герцы	Символ святости	В						Райский приворожник	Лекарств. растение	Мать богов	И	Южно-американские степи
С	У	К	Н	О						П	А	М	П	А
Шерстяная ткань	Болотное растение	А	И	Р	Чешский Лютер	Г	Рожденный позвать	Предмет для беседы	Т	Е	М	А	Полузащитник	Греческая буква
Торжественная песня	Г	И	М	Н	Остров в Финском заливе	У	Ж	Козлы кучера	Торговая марка	Т	М	Индийская "жорова"	Х	И
Р	Минерал	Вид спорта	Б	О	К	С	Жена дяни	К	Одежда якуты	Р	И	З	А	Самая первая леди
У	Ценные указания	Ц	Гран...	Спутник Юпитера	О	Восточная лютня	Т	А	Р	Конный экипаж	Сметное английшо	Е	В	А
Т	Народный писатель Латвии	У	П	И	Т	Буква славянской азбуки	Е	Р	Карточная партия	К	Э	Б	Бизнес-навар	Коме-тинская омель
И	Финская губерния	Вал в механизме	Р	О	Л	Электрический убийца	Т	О	К	Работа Шерлока Холмса	Л	У	Д	А
Л	Я	Н	И	Часть речи	И	М	Я	Стержень	О	С	Б	Румынский джип	О	Мать у казахов
Греческая буква	Кузина отпры-ти	И	Антигона	Б	Н	У	Фильм Шахназарова	С	Н	Ы	Египетский фараон	А	Х	А
К	С	И	Крик прыгуна	О	Отеч. архитектор	Н	Молочный продукт	Ы	Трос у крапа	С	Т	Р	О	П
Сантиметр	М	Чрезвычайное происшествие	Ч	П	Создат в Монголии	Ц	И	Р	И	К	Похвальная лозия	О	Д	А

**ГИПСОКАРТОН**

Размер 1200\*3000

9,5 мм - 250 р	ПП-60 - 50 р
9,5 мм влаг. - 390 р	ПН-28 - 35 р
	ПС-50 - 79 р
	ПН-50 - 61 р

**К. Маркса, 46** (около Монетки на Сабурова)

 **СЛУЖБА 01 СОВЕТУЕТ**

# Тренировки – уроки в случае пожара

За прошедшую неделю на территории Верхнесалдинского городского округа зарегистрирован один пожар. Жертв, пострадавших нет.

4 апреля в 17 ч. 21 мин. поступило сообщение о пожаре в частном доме по ул. Щорса. На момент прибытия пожарных подразделений происходило горение внутри строения. Пожар был быстро локализован и потушен.

В доме никто не проживал, кроме своры бездомных собак, так как 3 года назад в нем произошел пожар, после которого дом не восстанавливался, двор, крыша были сгоревшие. Доступ внутрь был свободный из-за отсутствия окон и дверей. Наиболее вероятной причиной пожара послужило неосторожное обращение с

огнем неустановленных лиц.

Отдел надзорной деятельности информирует, что на территории Верхнесалдинского городского округа с 1 по 30 апреля проходит месячник обучения населения мерам пожарной безопасности, посвященный 365-летию пожарной охраны России. Предлагаем в рамках месячника руководителям предприятий и организаций провести дополнительные инструктажи с работниками организаций о мерах пожарной безопасности в быту, в лесопарковой зоне и на рабочем месте, а также практические тренировки действий персонала в случае пожара.

**Наталья КОЙНОВА,**  
**ст. инспектор ОНД.**



ООО «Орбита-Сервис»  
для работников  
ОАО  
«Корпорация ВСППО-Ависма»  
предлагает удержание  
абонентской платы  
за услуги телевидения и  
интернета из заработной платы.  
Для этого необходимо написать  
заявление в кассах  
нашей компании.

**График работы касс:**  
ул. Энгельса, 61  
с 8-00 до 20-00  
ул. Спортивная, 17/1  
с 10-00 до 19-30


Телефон для справок:  
5-19-75

на правах рекламы

**ОТКАЗАЛИ В БАНКЕ!!!!**  
**подскажем, где**  
**ОДОБРЯТ 100%**

ООО "Результат" ОГРН 11266580043229

**8-922-187-53-24, 8-932-607-75-02**



# Требуется ВИДЕООПЕРАТОР

в службу  
информационного вещания

**5-104-4    5-42-10    2-55-39**





# СТЕНА ОБЪЯВЛЕНИЙ

## ПРОДАМ (недвижимость)

**\*ПРОДАМ** комнаты в общежитии №7 (13 кв.м. и 18 кв.м.), 1 этаж, пластиковые окна, сейф-двери, или обмен на 2-х комн. квартиру с доплатой // тел. 8-929-219-79-92

**\*ПРОДАМ** комнату в общежитии №5, общ. пл. 18,2 кв. м., 3-й этаж, сейф-дверь, стеклопакет // 8-904-984-07-48

**\*ПРОДАМ** комнату в общежитии № 6, 13,5 кв.м., 2-ой этаж, приватизирована, 450 тыс.руб.. Рассмотрим материнский капитал // тел.: 8-904-175-97-92

**\*ПРОДАМ** срочно, дешево! Комнату в общежитии, Фрунзе, 137, г. Н.Салда, 13,5 кв. м., новая электропроводка, фирм. вход. дверь, можно с обстановкой // тел. 8-967-850-42-13

**\*ПРОДАМ** малосемейку по адресу: ул. Восточная, 13, жил. площадь 17,6 кв.м., пластик. окно, ванна, обращаться после 20.00ч. // тел. 8-982-661-73-28

**\*ПРОДАМ** малосемейку по ул. К.Маркса, 49А, 3 этаж, с/б, жилая площадь 29 кв. м., комната 16 кв.м. // тел. 8-904-381-45-44

**\*ПРОДАМ** 1 комн. квартиру, 3 этаж, балкон, ул. К.Либкнехта, 5 // тел. 8-908-631-63-61

**\*ПРОДАМ** 1-ую квартиру в районе Ньюпорта, 4 этаж, б/б, 9/17/32, с/п, счетчики на воду // тел. 8-953-600-11-53

**\*ПРОДАМ** 2-х комн. квартиру. Карла Либкнехта, 16, 4 этаж (район маг. «Феникс») // тел. 8-908-915-70-13

## МЕНЯЮ

**\*МЕНЯЮ** 3-х комн. квартиру, 1 этаж, ул. К.Маркса, 25 на 2-х комн.квартиру с доплатой или на 2-х и 1 комн. квартиры с моей доплатой // тел.: 5-35-52, 8-904-382-05-43

**\*МЕНЯЮ** 3-х комн. квартиру, 3 этаж, 2 балкона, без ремонта, ул. Воронова, 11 на 2-х комнатную в районе 6-ой школы // тел. 8-904-389-18-48, 8-950-193-28-51

## СДАМ

**\*СДАМ СРОЧНО!** Торговую площадь в аренду под промышленные товары по адресу: г. В.Салда, ул. Евстигнеева, 17, магазин «Западный» // тел. 8-953-044-97-70

**\*СДАМ** магазин в аренду, площадь 30 кв.м. // тел. 8-909-028-33-65

## СНИМУ

**\*Семья снимет однокомнатную квартиру или малосемейку** в районе школы №14 на длительный срок. Своевременную оплату и порядок гарантируем // тел. 8-922-212-94-85

## ПРОДАМ дом, сад

**\*ПРОДАМ** недостроенный дом, ул. Базарная, 55, цена 1 млн. 800 тыс. руб., возможен торг // тел. 8-922-141-08-03

**\*ПРОДАМ** дом в Н. Салде, ул. Володарского, 18, баня, гараж, скважина, газ, мебель // тел.: 8-908-632-12-07

**\*ПРОДАМ** жилой дом в г. Нижняя Салда, ул. Свердлова, 34, размер дома 6х10, огород - 7,5 соток, дом на фундаменте, есть скважина, отопление - эл. котел, печь,

центральное отопление. Цена 1млн. 100тыс. руб., торг уместен // тел. 8-922-600-68-80

**ПРОДАМ**  
коттедж, кирп., газиф.,  
в центре города, жилая  
140 м.кв. + цокольный  
этаж 140 м.кв. (спорт-  
зал, сауна, баня, санузел,  
бассейн), кирпичный  
двор, 18х9 м, отдельная  
большая баня с предбан-  
ником, горячая-холодная  
вода, гараж 80 м.кв. (под  
ГАЗель), хороший ремонт  
// тел. 8-963-042-34-49

**МЕНЯЮ или ПРОДАЮ**  
газифицированный дом  
в Н. Салде, ул. Лермонтова,  
рядом с остановкой,  
750 тыс.руб. (торг уместен)  
// тел.: 8-908-921-88-37

**\*ПРОДАМ земельный участок**, ул. Уральских Добровольцев, 63. На участке 17,5 соток имеется гараж, погреб, скважина, газ, фруктовый сад // тел.: 8-912-053-21-46, 8-929-220-73-10

**\*ПРОДАМ** садовый участок в к/с № 13, кирпичный домик, рядом колонка // тел.: 8-982-660-86-57

## АВТОМОБИЛИ

**\*ПРОДАМ** ВАЗ-21150, 2002 г.в., серебристый металл, объем двигателя 1500 куб.см, 70 тыс. руб. // тел.: 8-952-740-80-45

**\*ПРОДАМ** Daewoo Matiz 2006 г.в., цвет черный матовый. Авто в хорошем состоянии, цена 130000, торг // тел. 8-952-743-19-34

## КУПЛЮ

**\*КУПЛЮ** стройматериалы для строительства дома // тел.: 8-908-911-96-13, 8-343-200-04-85

**\*КУПЛЮ** предметы старины и коллекционирования. За наличный расчет. Дорого! Оценка бесплатная. Св-во № 0150002729 от 26.02.2008, ул. Воронова, 2/1 с 10.00 до 18.00 // тел. 5-73-30, 8-906-808-88-01, 8-906-808-77-07, 8-912-266-44-46

## ПРОДАЖА

**\*ПРОДАМ СРОЧНО!** Холодильное оборудование: холодильные шкафы, низко-, средне-температурные холодильные прилавки-витрины, б/у, в рабочем состоянии. Недорого. // тел. 8-953-044-97-70

**\*ПРОДАМ** пчел, ульи, вошину // тел.: 8-902-260-11-84

**\*НАВОЗ, ДРОВА** (колодые), срубы из калиброванного бревна любой сложности. Доставка а/м «Газель», «ЗИЛ-131» тел.: 8-953-044-70-10, 8-952-744-44-78

**\*ПРОДАМ** дрова чурками, колодые, навоз. Быстро и недорого // тел. 8-952-742-48-04, 5-22-86

**\*ПРОДАМ** дрова колодые, навоз, срубы. Доставка // тел. 8-953-044-70-10, 8-952-744-44-78

**\*ПРОДАМ** нутриевую шубу, темно-коричневая с песочным воротником, трапеция (новая) // тел. 8-961-775-17-23, 5-36-89

**\*ПРОДАМ** коляску-трансформер (серо-розовая), короб (зима-лето), колеса надувные, москитная сетка, дождевик, короб можно пристегивать в автомобиле // тел.: 8-904-175-97-92

**\*ПРОДАМ** свадебное платье.

Цвет: теплый, белый, размер 40-44, фата расшита вручную, туфли, сумочка. Все куплено в Екатеринбурге, б/у 1 раз // тел. 8-950-657-70-11

**НАВОЗ**  
(коровий, конский, куриный)  
ДОСТАВКА а/м Газель, Урал  
// тел. 8-952-733-67-17

## УСЛУГИ

**\*УПРАВЛЯЮЩАЯ КОМПАНИЯ** предлагает в аренду под офисы и коммерческую деятельность помещения. Возможность подключения к интернету, телефонным линиям, кондиционирование, парковка на огороженной территории, ул. Энгельса, 67 // тел.: 8-953-824-96-10

**\*ЮРИСТ.** Решение договорных, земельных, жилищных, наследственных споров. Составление договоров. Оформление прав на недвижимое имущество // тел. 8-950-200-10-93

**\*ИЗГОТОВЛЕНИЕ И РЕМОНТ МОСКИТНЫХ СЕТОК.** В любое время дня и ночи // тел. 8-900-211-11-72

**\*МУЖЧИНА** поможет ухаживать за престарелыми людьми // тел. 2-12-32

**\*ТЕПЛИЦЫ** под поликарбонат от производителя. Установка, доставка // тел. 8-952-733-67-17

**\*ВСЕ ВИДЫ РЕМОНТНЫХ РАБОТ** по квартире, дому, офису, любое напольное покрытие, гипс, финская шпатлевка, штробление стен, сборка мебели. Работаю один и аккуратно, цены приемлемые даже пенсионерам // тел. 8-950-634-20-38

**\*ИЗГОТОВЛЕНИЕ КАРКАСНЫХ ДОМОВ.** Быстровозводимые дома: пристрой, садовый домик, магазин. Договор. Гарантия. // тел.: 8-908-911-96-13, 8-343-20-00-485

**\*САНТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛУГИ** любой сложности, качественно, с гарантией. Мы сами доставим весь материал // тел. 8-965-500-01-02

**РЕМОНТ ОФИСОВ, ДОМОВ, КВАРТИР.** Все виды ремонтных работ от косметического до капитального. Опыт работы более 20 лет. // тел. 8-963-046-38-18

**\*ЕВРОРЕМОНТ** квартир, офисов, любых помещений: монтаж ГКЛ, ламинат, линолеум, подвесные потолки, кафель, штукатурно - малярные работы, сантехника // тел. 8-953-039-77-54, 8-904-381-67-29

**АМК-групп** изготовит:  
любые металлоконструкции по эскизам заказчика.  
Теплицы-поликарбонат (изготовление, монтаж).  
Печи, баки, кессоны.  
Услуги сварки:  
аргон, полуавтомат, ручная.  
// тел.: 8-912-214-29-60  
8-904-169-96-93

**\*ЧП** выполнит любые строительные работы: высококачественный ремонт квартир,

ванных комнат, все виды сантехработ, электрику. Пенсионерам скидка 10%. Договор, гарантия // тел. 963-441-87-19

**\*БРИГАДА** выполнит все виды ремонтных работ любой сложности: от косметического до евроремонта. Отделочные работы. Сантехнические работы. Ванные комнаты «под ключ». Доступные цены! // тел. 8-905-800-31-40

**Принимаем заказы на**  
обрезной пиломатериал,  
продаем со склада брус,  
доски любых размеров,  
обрезной горбыль // тел.  
8-965-509-13-01  
8-922-153-21-06

**БРИГАДА ВЫПОЛНИТ**  
любые виды строительных  
работ: сантехника, ванные  
комнаты «под ключ», отделоч-  
ные работы, косметический  
ремонт, евроремонт, свароч-  
ные работы и т.д.  
// тел. 8-953-053-91-58,  
8-965-504-44-02,  
8-900-205-58-61

**Бесшовные натяжные потолки**  
от 300 руб., пр-во Франция,  
Бельгия. Ремонт квартир,  
офисов под ключ. Замена  
сантехники, электрики. Бы-  
стро, качественно. Недорого.  
Работают русские // тел.  
8-950-194-19-04

**КУРСОВЫЕ, ДИПЛОМНЫЕ**  
**ЧЕРТЕЖИ!**  
любые дисциплины!  
Любые сроки. Договор.  
Бесплатные доработки.  
Скидки постоянным клиентам.  
Звоните по тел. 8 (903) 086 85 85

**ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА, мы-**  
**тье окон, хим. чистка (сало-**  
**на авто, мягкой и кожаной**  
**мебели, ковров и ковровых**  
**покрытий). НЕДОРОГО //**  
тел. 8-953-045-11-77

**\*Сервисный центр «Интеграл»:**  
ремонт и обслуживание ПК, ноу-  
тбуков, оргтехники; установка и  
настройка ОС и ПО; антивирус-  
ная защита; восстановление по-  
терянных данных; заправка кар-  
триджей; установка СНПЧ, ПЗК;  
работа с корпоративными кли-  
ентами, ул. Энгельса, д.71а, оф. 15,  
// тел. 8-904-179-85-00, 4-77-96

**Скорая компьютерная по-**  
**мощь - «СЕРВИС РФ».**  
Установка Windows и  
программ. Настройка ин-  
тернета, LAV, Wi-Fi. Уда-  
ление вирусов, блокировок и  
паролей. Сборка компью-  
теров под заказ, доставка  
комплектующих. Быстро.  
Качественно. Недорого.  
Доверяйте специалистам  
// тел. 8-922-104-06-55

## ТРЕБУЮТСЯ

**\*ТРЕБУЕТСЯ** в финансовую ко-  
мпанию «ПРОИНВЕСТ» менеджер  
по работе с клиентами, зарплата  
высокая // тел.: 8-932-603-33-00

**\*ТРЕБУЕТСЯ** водитель на Газель,  
возраст старше 30 лет // тел.:  
8-953-044-70-10

**КОРРЕСПОНДЕНТ**  
**И ВИДЕООПЕРАТОР СЛУЖБЫ**  
**ИНФОРМАЦИОННОГО**  
**ВЕЩАНИЯ**  
// тел.: 5-42-10, 2-55-39

**\*ТРЕБУЮТСЯ** сварщики, слесари  
в цех металлоконструкций // тел.  
8-965-544-44-19

**\*Предприятию ТРЕБУЮТСЯ:**  
бульдозерист, экскаваторщик,  
тракторист, рабочие для произ-  
водства на территории ВСМПО  
// тел. 8-922-220-73-01

**ТРЕБУЮТСЯ АГЕНТЫ В**  
**СЛУЖБУ РЕКЛАМЫ //**  
тел.: 5-42-10

**\*ТРЕБУЕТСЯ** медсестра в стома-  
тологическую фирму, 6-ти часо-  
вой рабочий день // тел. 8-919-  
375-63-69, (раб.) 5-31-93

## УСЛУГИ ТРАНСПОРТА

**\*АВТОЭВАКУАТОР КРУГЛОСУ-**  
**ТОЧНО.** Цены приемлемые. По  
городу и области. Документы  
предоставляем. // тел. 8-908-  
922-19-91

**ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ**  
Газель-ТЕНТ Фермер 6 мест.  
Газель - тент удлиненная,  
борт 4,5 м. НЕДОРОГО.  
Город, область, Россия  
+ грузчики  
// тел. 8-912-637-25-62

**\*ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ** Газель-тент,  
1,5 т // тел. 8-953-381-68-22

**\*ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ** Газель  
«Фермер», грузчики // тел. 8-904-  
389-75-72

**ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ**  
Газель - тент, удлиненная  
// тел. 8-952-732-88-23

**\*ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ** Газель - тент  
+ грузчики // тел. 8-908-916-18-  
05

**\*ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ** Газель, 4  
м. Область, город, Россия // тел.  
8-952-742-01-67

**\*Погрузим, разгрузим, приве-**  
**зем. Газель - тент // тел.: 2-35-**  
**94, 8-905-808-48-85**

**\*ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ** «Газель -  
тент» + грузчики // тел. 8-967-  
850-09-74

**Круглосуточное агентство**  
**такси эконом - класса**  
Проезд по городу от 60 руб.  
// тел. 8-904-986-62-12

**Круглосуточное агентство**  
**такси комфорт - класса**  
Проезд по городу от 90 руб.  
// тел. 8-963-033-14-15

## ЖИВОТНЫЕ

**ПРОДАМ ЩЕНКОВ** породы Ки-  
тайская хохлатая пуховая, при-  
витые, родились 14.01.14 // тел.:  
8-953-000-51-38

**КРОЛИКИ**-великаны, возраст от  
1 месяца, **КОТЯТА** шотландские  
вислоухие // тел.: 8-952-744-44-  
78

**\*Индюшата, инкубационное**  
**яйцо индейки, цыплята поро-**  
**ды Брама, подрощенные // тел.**  
**8-904-177-67-01**





**КЕАР** КИНОТЕАТР

Расписание сеансов  
с 10 по 16 апреля

**3D**  
**Первый мститель**

10:00 150 р.  
14:55 180 р.  
21:40 250 р.

**2D**  
**Дивергент**

12:25 100 р.  
17:20 200 р.

**2D**  
**Окулус**

19:50 200 р.

**12 апреля** пройдет **НОН-СТОП**  
Начало в полночь  
2D Окулус  
2D Дивергент  
3D Ной  
ЦЕНА БИЛЕТА 250 рублей  
Смотрите в к/т «Недр» с 17 апреля  
2D СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ»  
3D РЕАЛЬНАЯ БЕЛКА  
24 АПРЕЛЯ  
огненное шоу  
К премьере «Новый человек пауз: Высокое напряжение».  
Фееричное, завораживающее огненное шоу!  
Только для зрителей к/т «Недр»!  
Спешите за билетами!

на правах рекламы

**БАНК РЕЗЕРВ**

**«Резерв»**  
**9,5 %**

Условия по вкладу:

- сумма первоначального вклада 10 000 рублей;
- ежемесячная капитализация процентов (в последний рабочий день месяца);
- возможность снятия капитализированных процентов;
- пополняемый в течение всего срока действия договора;
- сумма дополнительных взносов не ограничена;
- при досрочном расторжении капитализированные проценты сохраняются, от даты последней капитализации проценты начисляются по ставке «до востребования»;
- пролонгация вклада не предусмотрена, по окончании срока договора сумма вклада перечисляется на вклад «до востребования».

Дни	500
Рубли (%)	9,5%
Доллары, Евро (%)	4%

Банк «Резерв» (ОАО)  
454091, г. Челябинск, ул. Труда, 64/А. Тел.: (351) 247-47-25 (26).  
Филиал «ЕКАТЕРИНБУРГСКИЙ» Банк «РЕЗЕРВ» (ОАО) Дополнительный офис «Верхнесалдинский»  
624760, г. Верхняя Салда, ул. Воронова, 5. Тел.: (34345) 5-56-96, 5-62-00.  
www.bankreserv.ru

на правах рекламы

**УРАЛНЕТ** ОПТИКА  
www.uralnet.info

**ЛЕТО. СОЛНЦЕ.**

г. Верхняя Салда, ул. Воронова, 11, телефон 8-922-222-10-13

на правах рекламы

Верхнесалдинский филиал Федерального автономного учреждения  
«Свердловский центр профессиональной подготовки и повышения квалификации  
кадров Федерального дорожного агентства» Минтранса РФ

**Автошкола «У Маральского моста»**

Производит набор на курсы водителей категории «В». Переподготовка с «В» на «С», переподготовка с «ВС» на «Д», подготовка категории «СЕ».

Курсанты, закончившие курсы по категории «В» в нашем филиале, получают скидку при переподготовке с категории «В» на категорию «С»

**ВОЗМОЖНА РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА ЗА ОБУЧЕНИЕ ПОМЕСЯЧНО**

**Занятия по обязательной 20-часовой программе с водителями.**  
Проведение семинаров по эксплуатации, контролю и использованию тахографов, установленных на автомобилях.  
Занятия 3 раза в неделю по будням и в субботу.  
Форма обучения:  
дневная — 13.00 - 16.00, вечерняя — 18.00 - 21.00  
Наш адрес: г. Верхняя Салда, ул. Розы Люксембург, 2. Тел.: 2-12-43  
Мы ждём вас и с удовольствием поможем! Спешите, успевайте записаться!

на правах рекламы

**ГАЗБУКА** комфорта

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА И БАЛКОНЫ**

**Акция «Весна по зимним ценам»**

Пенсионерам скидки  
Рассрочка  
Кредит  
Солнцезащитные системы, натяжные потолки, двери

г. Верхняя Салда, ул. Восточная, 13 // 8 (34345) 5-74-00, 8-953-384-05-74

на правах рекламы

**ЛИНИЯ СВЕТА** МАГАЗИН-САЛОН  
ваш ориентир в интерьерном свете

г. Нижний Тагил, пр. Ленина, 7  
т. (3435) 25-27-00  
ул. Фрунзе, 15  
т. (3435) 24-16-47

с 01.04.2014 по 31.05.2014 **скидка 5%**

**ПРИГЛАШАЕМ В НОВЫЙ САЛОН**

ул. Газетная, 26  
т. (3435) 41-60-60

- профессиональная помощь в подборе светильника
- прямые поставки из Австрии, Польши и Германии
- новый уникальный формат магазина
- коллекция светильников 2014 года
- консультация дизайнера

на правах рекламы

КАЖДОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ

Общество «Трезвость и здоровье» на протяжении 28 лет проводит: лекции, беседы, консультации

**КОДИРОВАНИЕ**  
по методу Довженко

Алкогольная зависимость в 12.00 Избыточный вес - в 9.00  
Тел.: 8(3435)33-11-62, сот. - 8-922-200-55-64.

Адрес: г. Н. Тагил, ул. Уральская, 9 (ориентир: гостиница «Северный Урал»).

на правах рекламы

**НАШИ АКЦИИ**

1. Акция «СКИДКА НА МЕГАМОДУЛИ» — при заказе модуля в газете «Орбита+ТВ» 200 см и более — скидка 15%.
2. Акция «ВЕСЕННЯЯ ЦЕНА» — специальное предложение на рекламную информацию в газете «Орбита+ТВ» на апрель, май 2014 года.
3. Акция «У ТЕБЯ ЕСТЬ ДРУГ» — рекомендуем вашим знакомым и близким наше печатное издание и получите скидку 5% от стоимости заказа.
4. Акция «ПОДАРОК ОТ ОРБИТЫ» — при размещении рекламного материала в газете «Орбита+ТВ» в течение месяца (и более) — подарок.

Тел.: 8 (34345) 5-42-10

на правах рекламы

**Прогноз погоды на «РАДИО ДАЧА»**  
**104.4 fm**

**Будни:**  
07:20, 08:20, 09:20, 10:20, 11:20, 16:20, 17:20, 18:20

**Выходные:**  
08:20, 09:20, 10:20, 16:20, 17:20, 18:20

**Выходит в любую погоду!**

на правах рекламы

**ТЕЛЕФОН РЕКЛАМНОЙ СЛУЖБЫ 5-42-10**

Учредитель: ООО «Орбита-Сервис». Главный редактор О.В. Кунцев  
Редактор В.М. Федосеев. Дизайнер и верстка А.В. Семичева.  
Адрес редакции: 624760, г. Верхняя Салда, ул. Энгельса, 61.  
Тел.: 2-55-39, 5-42-10. Издатель: ООО «Орбита - Сервис» газета  
«Орбита+ТВ» 624760, г. В.Салда, ул. Энгельса, 61, ул. Спортивная, 17/1

За содержание и достоверность рекламных материалов редакция ответственности не несет. Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору за соблюдением закона в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия  
11 февраля 2005 г. Рег. № ПИ ФС77-19550

Газета отпечатана с готовых диапозитивов в ГУП СО «Нижнетагильская типография» (622036, г. Нижний Тагил, ул. Газетная, 81).  
Индекс 3898 9 апреля 2014 г.  
Время подл. в печать: по графику - 14.00, факт - 14.00.  
Цена свободная. Заказ № 1158 Тираж 1900 экз.