

Городская Газета

№ 121 (20372). Пятница, 26 октября 2012г.

**Читайте
в номере:**

Новоселье
доходного
дома

2

Великая война
в памяти
потомков

3

Самое время
подумать
о простуде

4

Любимые
каналы ТВ

5-12

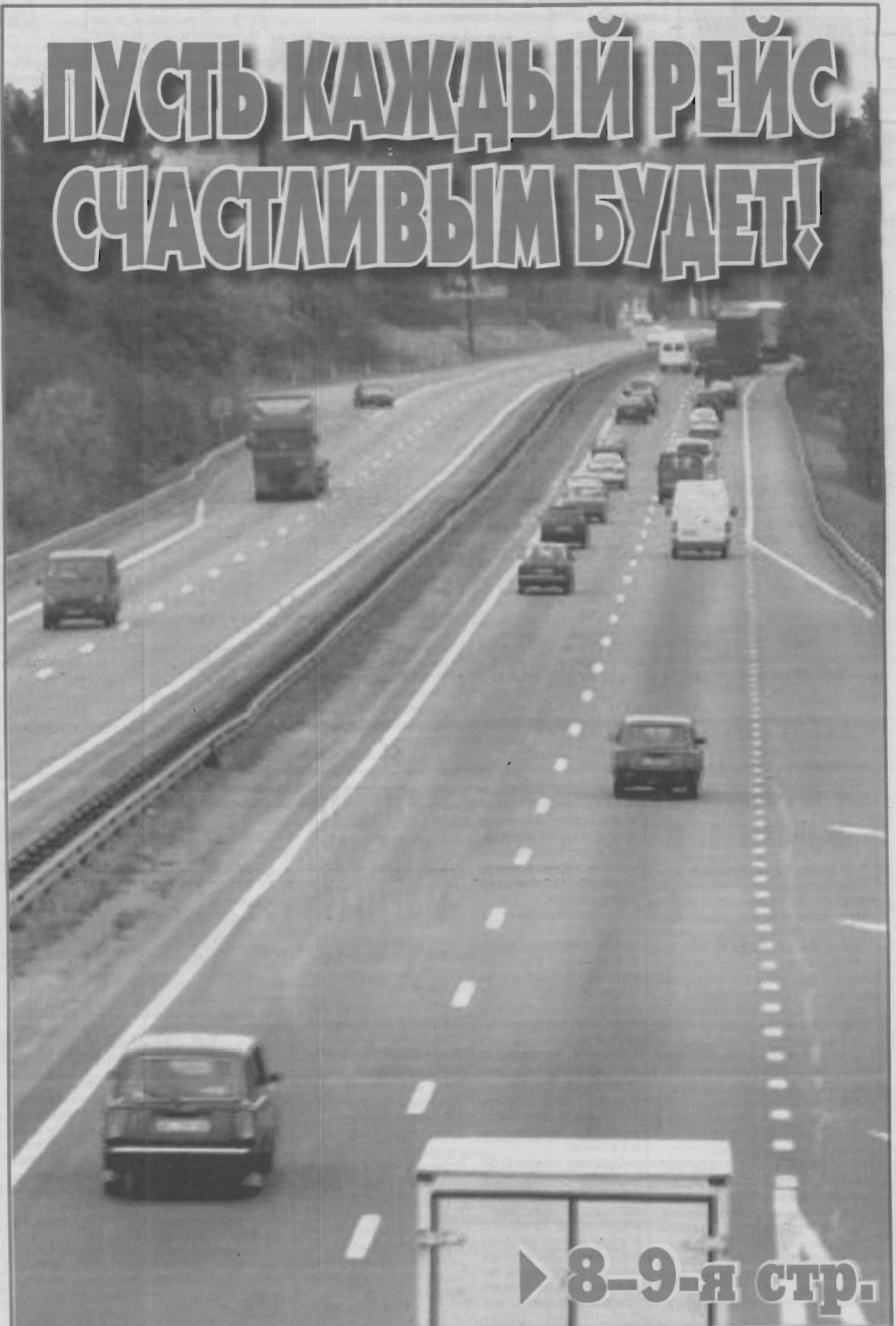
Уникальная
техника,
асы-водители

8

В ответе
за себя и
пассажиров

9

**ПУСТЬ КАЖДЫЙ РЕЙС
СЧАСТЛИВЫМ БУДЕТ!**



► 8-9-я стр.

У нас, в Ленинске-Кузнецком

НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЕ!

Уважаемые автомобилисты! Примите самые теплые, искренние поздравления с Днем работников автомобильного транспорта!

Транспорт был и остается фундаментом инфраструктуры страны, одной из промышленных основ Кузбасса, важной составляющей экономики нашего города. От четкой работы автомобильного транспорта зависит состояние дел и в нашей промышленности, и в социальной сфере. От добросовестного отношения автомобилистов к своим обязанностям зависит и безопасность, и хорошее настроение горожан.

Спасибо вам за труд, за вклад в экономику города, Кузбасса, России. Пусть на кузбасских дорогах вам всегда сопутствует удача, техника никогда не подводит вас, а в семьях царят благополучие и взаимопонимание. Безопасных дорог вам, хороших попутчиков! Счастья, здоровья, всего самого хорошего!

С уважением —
В.Н. ТЕЛЕГИН.

Глава города Ленинска-Кузнецкого.
В.В. БОЧКОВ.

Председатель Совета народных депутатов Ленинска-Кузнецкого городского округа.

ПРЕЗИДЕНТ России В.В. Путин провел видеоконференцию по поддержке и решению социальных проблем моногородов.

В целом в России в перечень моногородов включены 333 города, где численность безработных превышает 100 тыс. человек. Для решения проблем подобных населенных пунктов в 2010–2011 годах разработан и реализован "пилотный" этап господдержки, в результате которого удалось снять напряженность на рынке труда и создать около 60 тыс. постоянных рабочих мест.

На совещании В.В. Путин доложили, что наиболее успешно программа реализована в Кузбассе. При этом было подчеркнуто, что ре-

МОНОГОРОДА РАЗВИВАЮТСЯ

гион и федеральный центр "действовали, как одна команда" и во многом за счет этого смогли достичь хорошего результата.

Губернатор отметил, что решение В.В. Путина о поддержке моногородов было своевременным и чрезвычайно необходимо. За максимально короткий срок областные власти вместе с правительственной комиссией разработали реальные

планы модернизации всех моногородов. В результате в 2010 году три самых сложных моногорода области — Ленинск-Кузнецкий, Прокопьевск и Таштагол — вошли в федеральную программу.

А всего по трем моногородам область получила 3,2 млрд. руб. плюс привлекла еще 8 млрд. частных инвестиций. Все это позволило сохранить трудовые коллективы, с 2010 года создать 11 тыс. современных рабочих мест. Монозависимость снизилась на 6–10%. А уровень безработицы в этих моногородах и в целом по Кузбассу уменьшился в три раза, подчеркнул А.Г. Тулеев.

Н. ВЕРЕСК.

ДОМ ДЛЯ МОЛОДЕЖИ

Вчера в Ленинске-Кузнецком был сдан первый в городе доходный дом. Новоселье справили 48 семей, все они — молодые специалисты бюджетной сферы.

Трехэтажное здание, возведенное из теплоэффективных блоков «Теплостен», строители ООО «ЭкоСтрой ЛК» возвели всего за полгода. Комфортные, просторные квартиры заняли семьи молодых специалистов — медицинские работники, педагоги, работники культуры и другие. Только в нынешнем году после окончания высших учебных заведений в наш город прибыли 29 молодых специалистов.

Доходный дом еще называют домом эконом-класса. Квартиры здесь будут сдаваться внаем, жильцам необходимо будет вносить лишь символическую арендную плату и оплачивать коммунальные услуги. Снимать квартиру в доходном доме можно не более пяти лет, за это время молодые специалисты должны встать на ноги и приобрести собственное жилье.

Е. ЛЬВОВА.



БУДУТ ГАЗОНЫ В ПОРЯДКЕ

В Ленинске-Кузнецком проходит очередная молодежная акция по благоустройству, приуроченная к областному Дню шахтера-2013.

Молодежный трудовой отряд вышел на улицы города, чтобы привести в порядок газоны. 35 волонтеров с 22 по 31 октября будут работать на улицах Спасстанция, Пирогова, а также в районе Дворца культуры имени Ярославского.

Учащиеся политехнического и технологического техникумов, горно-технического колледжа, медицинского колледжа,

студенты Томского государственного архитектурно-строительного университета расчищают газоны от валежника, сухостоя, убирают срубленные и сломленные ветки. Весь этот растительный мусор волонтеры собирают в кучи, которые затем вывозятся за город работниками жилищно-коммунального хозяйства.

Е. УЛЬЯНОВА.



ПРАКТИКА ПОШЛА НА ПОЛЬЗУ

Уже традиционно осенью на предприятиях ОАО «СУЭК-Кузбасс» проходят отчеты студентов целевого набора КузГТУ о прохождении ими производственной практики.

Один из таких отчетов состоялся на шахте имени С.М. Кирова. Здесь практиковались 22 студента с первого по четвертый курс. Своими впечатлениями они поделились с директором предприятия

В.А. Ивановым, представителями центра обучения и развития персонала ОАО «СУЭК-Кузбасс», руководителями участков.

В целом ребята остались довольны и уровнем организации практики, и

отношением к ним наставников, и, главное, полученному практическому опыту. Практика организована так, что за пять лет учебы будущие инженерно-технические работники компании пробуют свои силы в качестве и горнорабочих, и горных мастеров, и даже помощников начальников участков. Есть возможность поработать в отделах нормирования и планирования, техотделе.

В ходе отчета студенты задали немало вопросов руководству шахты, а пятикурсники обозначили темы предполагаемых дипломных проектов, связанных с работой предприятия.

И. КАТИН.

На снимках: идет отчет о практике.



УЗНАЙ СВОИ ДОЛГИ

Граждане все чаще стали узнавать о своих долгах через информационную систему УФССП Кемеровской области «Банк данных исполнительных производств», которая быстро и точно выдает информацию о задолженностях.

Более 600 человек в день — таково среднее количество пользователей, посещающих сайт УФССП России по Кемеровской области. Кузбассовцы, среди которых немало и ленинско-кузнецчан, стали активно пользоваться услугой «Банка данных ИП» в отпускной сезон: туристы, отправляющиеся за границу, боятся оказаться в неловкой ситуации при посадке

на самолет, поэтому стараются узнать о своих долгах и оплатить их заранее.

Для того, чтобы узнать о долгах через «Банк данных ИП», достаточно ввести Ф.И.О. и дату рождения. Информационная система за считанные секунды выдает сведения обо всех имеющихся задолженностях.

«В преддверии профессионального праздника — Дня судебного пристава лучший подарок для сотрудников службы — это, конечно же, оплаченные долги», — подчеркнула заместитель руководителя УФССП России по Кемеровской области Лена Бессонова.

Пресс-служба УФССП.

СТАЛО УДОБНЕЕ

В рамках программ модернизации обрели новую жизнь 11 лифтов, давно нуждавшихся в ремонте.

Планомерная и целенаправленная работа по модернизации лифтового хозяйства идет в городе по инициативе губернатора А.Г. Тулеева, который предложил изыскивать бюджетные средства на столь нужное дело. В результате семь лифтов городских многоэтажек заменили и отремонтировали на федеральные деньги в рамках реформирования системы жилищно-коммунального хозяйства, а еще четыре — по областной программе.

До конца текущего года планируется дать новую жизнь четырём другим лифтам многоэтажных домов микрорайонов, жители которых уже оценили такую заботу, поскольку современное оборудование не только удобно в использовании, но и безопасно.

Г. ИВАНОВА.

ГОРОДСКОЙ краеведческий музей проводит на этой неделе цикл экскурсий и встреч, посвящённых Дню памяти жертв политических репрессий.

По традиции экскурсии знакомят школьников с музейными экспонатами, которые напоминают всем нам о временах произвола середины прошлого века. Это документы, фотографии, воспоминания очевидцев, есть даже скульптурная композиция, символизирующая горькую участь миллионов соотечественников, замученных в ГУЛАГе.

Один из свидетелей преступлений сталинизма — ветеран шахтёрского труда Э.А. Вейс, родителей которого в своё время репрессировали. Выступая перед молодежью, он рассказывает о том, как всё это было, как

ЗАЖЕЧЬ СВЕЧУ ПАМЯТИ

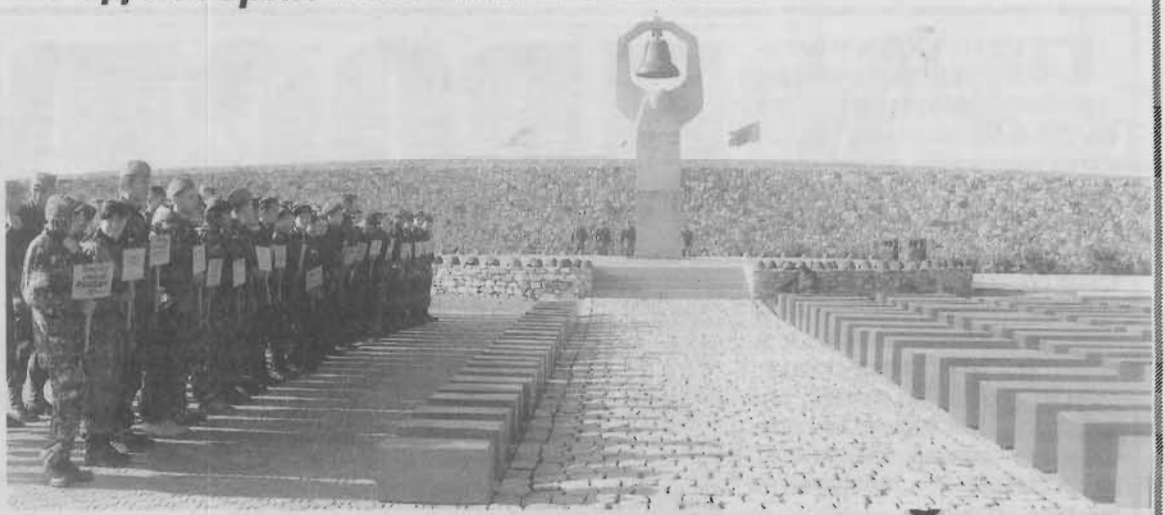
нам сделать так, чтобы никогда больше ничего подобного не повторилось.

Скорбная памятная дата ежегодно отмечается 30 октября, и в этот день нас приглашают не только прийти к памятнику у часовни иконы Божией Матери «Всех скорбящих радость», но и ровно в 20 часов по местному времени зажечь свечу, установив её на окне в своём доме. Наше участие в акции будет знаком единства и отражением общей гражданской позиции, которая служит лучшей защитой от любого произвола.

Е. АЛЕКСЕЕВ.

Год истории

НИКОГДА не думал Александр Владимирович Паненко, что встреча с отцом будет вот такой, скорбной. Мемориальное захоронение под Волгоградом, куда приехал он по приглашению, поражает своими размерами. Здесь покоится прах более десяти тысяч погибших воинов, причём как советских солдат, так и немецких. Оба кладбища находятся совсем рядом, через дорогу. Каждый год здесь происходит настоящее паломничество: почти память родных едут россияне, многочисленные граждане ближнего и дальнего зарубежья. Прошлое объединяет всех, и не случайно на том мемориале открыли музей. Его экспонаты – это личные вещи павших под Сталинградом фронтовиков, сражавшихся по обе стороны. А экспедиции поисковых отрядов продолжают доставать из земли их останки, солдатские медали, оружие, боеприпасы, снаряжение, воскрешая память.



В Книге памяти

Александра Владимировича Паненко мы приглашали недавно на презентацию заключительного, 20-го тома Всекузбасской Книги памяти. Это уникальное издание представляет собой героическую летопись подвига наших земляков, отдавших жизни за Родину на фронтах Великой Отечественной войны. Издаваемая по заказу администрации Кемеровской области и на средства областного бюджета, она стала составной частью федеральной программы «Всероссийская Книга памяти». Её первые тома увидели свет ещё в 1995 году, и один из них, четвёртый по счёту, целиком посвящён павшим ленинск-кузнецчанам.

На его страницах увековечено имя и Владимира Николаевича Паненко, отца Александра Владимировича. Как у большинства фронтовиков, судьба солдата очерчена здесь очень сухо и сжато: год рождения – 1914-й, призван на фронт в октябре 1941-го Ленинск-Кузнецким ГВК, старший сержант, командир взвода, пропал без вести в ноябре 1942 года. И лишь спустя семь десятилетий с помощью поискового отряда удалось выяснить, где и как он погиб.

«Я плакал, глядя ему вслед»

– Мне было два года, когда отец ушёл на фронт, – рассказывает сын. – Многих тогда, в 41-м, провожали в один день. Мама, помню, говорила, что я на руках у отца весело смеялся и хватался за вещевую мешок, куда положили в дорогу нехитрую снедь: буханку хлеба, кусок сала. Конечно, не понимал я тогда, почему плачет мать, почему отец не взял меня с собой, садясь в грузовик. Совсем маленький ещё был. Заплакал только вместе с матерью, глядя вслед уходящей машине. Наверное, почувствовал детским сердцем, что расстаёмся навсегда.

Через год пришло извещение: пропал без вести. Жена Евгения Петровна не верила до последнего, всё ждала, надеясь на чудо. Вдруг свершится оно, как бывает, и вернётся Володя домой, заживут, как прежде, радуясь каждому дню. Но время неумолимо. Вот и победный май 1945 года миновал давно, другая, мирная жизнь настала. А вестей всё нет и нет.

Жена солдата обращалась в архивы, стараясь получить хоть какие-то сведения. Но ответ везде был один – старший сержант Паненко значится как пропавший без вести.

Поиски прадеда

Осваивая Интернет, внучка Александра Владимировича Катя

ВСЮ ЗЕМЛЮ ТАМ ВОЙНА ПЕРЕПАХАЛА



заинтересовалась сайтом поиска ветеранов Великой Отечественной войны. Зарегистрировалась, заполнила анкету. По рассказам старших она знала, что её прадед пропал без вести в боях под Сталинградом. Так потянулась ниточка поиска.

И вот неожиданно в апреле этого года пришло сообщение поисковой группы «Надежда»: у села Россошки Городищенского района Волгоградской области в ходе раскопок обнаружены останки солдата и медальон. Текст записки, хотя и с большим трудом, но всё же удалось прочесть. Погибшим воином оказался ленинск-кузнецчанин Владимир Николаевич Паненко.

Архив Министерства обороны подтвердил полученные сведения, и поисковики завязали переписку с родными солдата, пригласив их на траурную церемонию перезахоронения. Она состоялась в августе на известном Россошкинском мемориале, где покоится прах десяти тысяч воинов, павших в годы войны под Сталинградом.

С воинскими почестями

– Мы сразу же, без промедления согласились поехать в Волгоград, – говорит Александр Владимирович. – Для нас это было святое дело – побывать на месте гибели отца, деда, прадеда. Вместе со мной собрались в дорогу сын Владимир, сноха Людмила и внучка Катя. Незабываемая, трогательная поездка. Прах отца предали земле со всеми воинскими почестями. Из родственников солдат, чьи останки были опознаны, приехали мы

одни. Знаю, что прах ещё одного земляка отправили на малую родину, в Алтайский край. А мы приняли участие во всей церемонии захоронения.

Ранним августовским утром деревянные ящики-урны с останками безымянных солдат хоронили в братской могиле. Далеко вокруг в тишине разносились залпы последнего салюта в честь защитников Отечества. Тем, кого удалось опознать, подготовили отдельные места последнего упокоения на свете. У могилы Владимира Николаевича Паненко есть скромная надгробная табличка. Рядом с ней родные положили живые цветы.

Жизнь, за которую ты отдал самое дорогое, солдат, продолжается. Живут твои потомки. И ты спи спокойно, выполнив долг перед ними, перед Родиной. Об этом говорили участники церемонии, не сдерживая слёз. А правнучка Катя прочла у мемориала свои стихи, посвящённые прадеду и великому народному подвигу.

До последнего патрона

– Вместе с моим отцом их было 14, всего 14 бойцов стрелковой дивизии, брошенных как десант навстречу наступающим немцам, – продолжает рассказ сын. – Задание было одно: во что бы то ни стало остановить продвижение фашистских войск к Сталинграду. И они его выполнили ценой собственных жизней, отбивая бесконечные атаки врага. Дралась до последнего патрона! У олдэвского карабина был взведён курок, когда его выкопали из-под земли. Это значит, что они ждали очередной атаки, были готовы к

бою. Но их окоп накрыла мощная авиабомба. Видимо, гитлеровцы решили разбомбить наши позиции, чтобы не терять здесь больше личный состав. Мы были на том самом месте, видели окоп с ещё одной, неразорвавшейся бомбой. Много сибиряков полегло в тех приволжских степях. На поле боя моего отца вообще ничего не растёт. Земля там насквозь войной перепажана: металл, оружие, останки погибших. Сколько ещё всего доставать – никто не знает.

И кладбища рядом

Чтобы точно определить неизвестные места боевых действий, поисковики обращались в наши и зарубежные архивы. Из Германии получили карту-схему аэросъёмки позиций советских и немецких войск осенью 1942 года, когда решалась судьба Сталинграда. Раскопки вели уже по этой карте, которая оказалась очень точной, выполненной с присущей аккуратностью. И поиски дали результаты.

Ещё в 1997 году у села Россошки было открыто военномемориальное кладбище. С тех пор сюда каждый год приезжают люди, чтобы почтить память соотечественников. Советское и немецкое кладбища находятся через дорогу. Они никогда не пустуют, ведь здесь похоронены тысячи солдат великой войны – и кто-нибудь из потомков да приедет на могилу. Память объединяет всех, кто воевал по обе стороны. Это неотъемлемая часть прошлого наших стран, глава мировой истории, многие страницы которой ещё предстоит открыть.

В тот августовский день, когда ленинск-кузнецчане побывали на церемонии захоронения защитников Отечества, был торжественно открыт музей Россошкинского мемориала. Его экспонатами из последних находок стали личные вещи двоих солдат – нашего и немца, найденные поисковиками.

Погиб за Родину

Вернувшись домой, семья Паненко решила передать в городской краеведческий музей всё то, что было найдено на месте гибели фронтовика. Это проржавевшие от многих лет забвения сапёрная лопатка, фляжка, кружка, котелок, железный остов карабина, кусок колючей проволоки. Экспонаты дополнили музейную коллекцию по теме «Безымянный солдат», приоткрыв ещё одну завесу военной тайны. Нет, не пропал без вести старший сержант Паненко, как написано в Книге памяти. Он героически погиб с боевыми товарищами, защищая Родину. В Книгу надо вносить поправку. Но это уже другая история. Пока что четвёртый том передан семье на хранение – как самая дорогая реликвия.

На его страницах увековечены двое братьев Паненко – Иван и Владимир. Старший погиб осенью 1942-го, а младший – в феврале 1944-го. Третий брат, Андрей, защищая Москву, встретил День Победы. Он был одним из тех ветеранов, кто постоянно участвовал во встречах поколений, храня память о народном подвиге и воспитывая патриотов Отчизны.

Верно сказано: война закончена тогда, когда похоронен её последний солдат. Недаром в центре Россошкинского мемориала высится фигура скорбящей матери. На вытянутых руках она высоко держит колокол – символ памяти и скорби, призыва к миру. Надо хранить его изо всех сил, чтобы не гибли больше миллионы. Такой урок оставила нам та великая война.

Т. СЫТИНА.

Хранитель краеведческого музея. На снимках: мемориал великой войны. Фото из музейного архива.

ПРОСТУДА - штука загадочная: часто возникает буквально на пустом месте. Именно поэтому о ней сочинено столько небывлиц, в которые мы свято верим. Сегодня попробуем разобраться, какие из наиболее популярных убеждений о простуде соответствуют реальности, а какие - чистый вымысел.

Простуду вызывает холод

Если бы это было так, мы не простужались бы летом. Конечно, переохлаждение, да еще на фоне ослабленного иммунитета и стресса, здоровья не прибавляет. Но человеку закаленному простуда от замерзших ног не грозит. Наоборот, доказано, что если при первых признаках насморка подвергнуть себя шоковой терапии холодом (например, принять холодный душ, а потом активно растереться), то болезнь исчезнет не начавшись.

Нельзя выходить на улицу после мытья головы

Этот миф воспитал у нескольких поколений женщин стойкую привычку мыть голову строго на ночь. Весь цивилизованный мир моется утром и болеет не чаще нас. Все дело опять же в степени закаленности и иммунитете.

Простуда и спорт несовместимы

Мало кому хочется идти в спортзал или бассейн в первые дни болезни. Но залеживаться и надолго брать «освобождение» от физкультуры нельзя. Как только температура нормализуется, занятия нужно возобновить, если, конечно, и до этого вы вели активный, подвижный образ жизни. Удерживаясь в меру, вы сможете организму выздороветь и укрепить иммунитет. Наиболее полезна получасовая ходьба или бег трусцой на свежем воздухе.

Если подавлять кашель, можно вызвать пневмонию

Стойкое заблуждение. Это может быть опасным только для тех, кто страдает тяжелыми хроническими заболеваниями легких. Всем остальным, напротив, нужно бороться с приступами непродуктивного сухого кашля, который не дает уснуть по ночам и напрягает и без того слабое горло. Благо, средств для этого существует немало. Дождитесь, пока они подействуют, и бронхи начнут очищаться сами. Тогда и кашляйте себе на здоровье.

Лучшее средство от простуды - алкоголь

Любимая точка зрения большинства мужчин и, увы, неверная. Водки вирус не боится, потому что не имеет шансов с ней встретиться. Алкоголь действительно обладает стерилизующим действием, но попадает-то он в организм (и покидает его) через желудочно-кишечный тракт, а вирусы - в основном через верхние дыхательные пути. Более того,

ПРОСТУДА:



МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

спиртное замедляет реакции организма, ослабляет его способность бороться с агрессорами, не говоря уже о том, что плохо влияет на печень.

Если простудились, надо хорошо питаться

На самом деле различные мясные деликатесы и копчености испытывают наш иммунитет на прочность не хуже, чем инфекции и стрессы. Лучшее, что можно сделать, чтобы не болеть зимой, - соблюдать пост. Постные дни - самый эффективный метод активизации иммунных сил.

Поэтому попробуйте хотя бы изредка, но регулярно на день отказываться от мясной и молочной пищи. Голодать при этом не нужно. Просто соблюдайте два правила: много и часто пить (до 3 л в день) и не есть мяса, рыбы, яиц и молока. Зато можно баловать себя жареной на растительном масле картошкой, пирожками с овощной или грибной начинкой, блинчиками, печеными яблоками или изюмом...

Овощи, фрукты, зелень, фасоль, грибы в любом виде, орехи, продукты из сои, каши и всевозможные салаты - гостная неделя при желании может быть сытной и вкусной. Кстати, при такой диете полезно сухое белое вино. А вот кофе и крепкий черный чай лучше заменить компотами и морсами из клюквы, брусники, черной смородины и шиповника. Дважды в день, в промежутках между едой, принимайте по 4-5 таблеток активированного угля.

Если сидеть под форточкой, можно заболеть

Это неправда. Если сидеть под форточкой или у открытого окна, можно застудить мышцы, но никак не схватить ОРВИ. Простуды и другие зимние заболевания не являются следствием переохлаждения или сквозняка, их вызывают вирусы, которые вряд ли залетят в вашу форточку с улицы.

Плохое самочувствие вызывают микробы

Не совсем так. Попадая в наш организм, микробы, так или иначе, сталкиваются с нашим иммунитетом. Если зараза не очень сильная, мы, скорее всего, даже не узнаем, что подхватили ее: она будет подавлена внутренними силами организма. Если же вирус достаточно силен, иммунитет будет бороться с ним более активно - и вот тут-то мы и почувствуем удар болезни на себе.

Банки помогают от простуды

К сожалению, это не так. Дело в том, что при установке банок кровь приливает к бронхам и легким, что затрудняет работу этих, и без того пострадавших от болезни, органов. В результате дышать становится труднее, а у пожилых людей и детей и вовсе может развиться легочная недостаточность.

Постельный режим обязателен

Отдохнуть и набраться сил больному человеку, конечно, не мешает. Но постоянно находиться в постели не стоит: при длительном лежании снижается вентиляция легких и бронхов, из-за чего могут возникнуть осложнения в виде бронхита или воспаления легких. А также «горизонтальное положение» способствует замедлению кровообращения и обмена веществ, в результате чего выздоровление может затянуться.

Нужно принимать много витамина С

Многие убеждены, что витамин С и цинк помогают излечить простуду и ускорить выздоровление. Безусловно, добавки витаминов и минералов еще никому не навредили, но не стоит надеяться, что благодаря им вы волшебным образом поправитесь и излечитесь от вируса. Никакие витамины не заменят жаропонижающих и других лекарств, которые нужно принимать в этом случае.

Если есть температура, душ противопоказан

Это заблуждение очень распространено, и дело здесь вот в чем: как правило, мы принимаем горячий душ или ванну, что провоцирует скачок температуры. В результате считается, что водные процедуры при простудах противопоказаны. А между тем это не так: через поры выводятся токсины, вырабатываемые организмом во время болезни, и очищать кожу с помощью душа или ванны не просто можно, а нужно для скорейшего выздоровления. Только вода должна быть теплой и ни в коем случае не горячей.

Стресс способствует развитию болезни

Это правда. Сильный стресс ослабляет организм не хуже инфекционной болезни, поэтому чем больше вы нервничаете, тем больше у вас шансов заболеть.

Легче всего заразиться в общественном транспорте

У этого заблуждения есть свои основания: в закрытом, плохо проветриваемом помещении микробы действительно имеют больше шансов перекинуться на нового носителя, тем более если эти носители стоят вплотную и дышат друг другу в спины. Но на самом деле чаще всего заражение происходит дома.

Чеснок и лук лечат от простуды

Очень неплохо в качестве профилактики съедать зубчик чеснока или дышать фитонцидами свежерезанной луковицы (помогает от насморка). Но совершенно ни к чему закапывать жгучий чесночный или луковый сок в нос - немало любителей традиционных рецептов из-за подобного неправильного толкования народной мудрости попали к врачам с ожогом слизистой. «Правильное» средство от

насморка готовят из нескольких капель лукового или чесночного сока, разведенных растительным или оливковым маслом. В любом случае, если вы сомневаетесь в точности рецепта, лучше его не использовать, а отдать предпочтение проверенным лекарствам из аптеки.

Лучше сразу лечиться антибиотиками

• Запомните: антибиотики против вирусов бессильны! Так что, принимая их во время ОРВИ или гриппа, вы нанесете напрасный антибактериальный удар по своему организму. Врач иногда выписывает антибиотики, если начались серьезные осложнения, но это уже совсем другая история. Обычно лечение простуды именно снимает симптомы: кашель, боль в горле, насморк.

• От мокрого кашля необходимо принимать отхаркивающие средства, которые помогают освободить бронхи от мокроты. Их следует отличать от лекарств, подавляющих кашлевой синдром, которые назначаются против сухого непродуктивного кашля. Ни в коем случае нельзя сочетать оба вида препаратов!

• Леденцы от боли в горле продаются в каждом киоске, однако большинство только смягчают боль, а против болезнетворных бактерий бессильны. Лечебным эффектом обладают таблетки для рассасывания типа «Стрепсилса» или «Стрепфена». О серьезности препарата обычно гласят надписи на упаковке, например «содержит антисептик» или «двойное антибактериальное действие».

• При борьбе с насморком мы тоже совершаем немало ошибок. Самая распространенная из них - злоупотребление сосудосуживающими каплями. Они рассчитаны на непродолжительное применение, иначе могут вызвать побочные эффекты и даже привыкание. Так что внимательней читайте инструкцию к выбранным каплям и спреям.

От простуды лучше всего лечиться теплом

Здесь все зависит от того, что подразумевается под словом «тепло». Обильное теплое питье - обязательное условие выздоровления, если только не поддаваться мифу о том, что чем горячий напиток, тем полезней он для здоровья. Слишком горячая жидкость, наоборот, раздражает и так воспаленное горло, что препятствует выздоровлению. Очень тепло укутываться при высокой температуре тоже нет смысла, чрезмерное тепло ложится дополнительной нагрузкой на организм, поэтому и одеваться надо так, чтобы было комфортно, но не жарко.

То же самое относится и к бане: подвергаться излишним тепловым нагрузкам, если вы заболели, просто вредно. Тем более что при повышенной температуре любые прогревания вообще противопоказаны, причем запрет сохраняется еще в течение 10 дней после того, как термометр вернулся к нормальному показателю. А вот если вы замерзли и боитесь, что из-за этого заболеете, то отправиться в баню будет очень даже неплохо: она активизирует обмен веществ, стимулирует иммунитет, освобождает организм от шлаков и, вполне возможно, уберечь вас от подступающей болезни.

По материалам сайта yourdoctor.ru.

ТЕЛЕПРОГРАММА С 29 ОКТЯБРЯ ПО 4 НОЯБРЯ

Понедельник, 29 октября

04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Женский журнал» (0+)

10.30 «Вести Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести Кузбасс»

21.25 Т/с «Пятницкий. Глава вторая» (16+)



07.00 М/с «Как говорит Джинджер» (12+)



06.00 М/с «Шоу Луни Тюнз-2» (6+)

18.51 «Метеоинформ»(0+)

14.00 «Званный ужин» (16+)



06.30 «Одна за всех» (16+)

19.00 Т/с «Кто, если не я?» (16+)



05.00 «Настроение»

18.50 «События»



07.00 «Сейчас»

Вторник, 30 октября

04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Женский журнал» (0+)

12.50 «Дежурная часть»
13.00 «Вести»



05.55 «НТВ утром»



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести Кузбасс»

01.35 Главная дорога (16+)



07.00 «Прогноз погоды»(0+)



06.00 М/с «Шоу Луни Тюнз-2» (6+)

19.51 «Все обо всем»(16+)

18.00 Т/с «Следаки» (16+)



06.00 «Свадебное платье» (12+)

18.21 «Погода за окном» (0+)



05.00 «Настроение»

17.10 «Барышня и кулинар» (6+)



07.00 «Сейчас»

Среда, 31 октября

1

04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Женский журнал» (0+)
08.15 «Жить здорово!» (12+)
09.25 «Контрольная закупка» (0+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обедать!» (0+)
11.50 «Дешево и сердито» (0+)
12.50 «Женский журнал» (0+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить» (12+)
14.00 «Новости»
14.15 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 Т/с «Неравный брак» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.50 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Мосгаз» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.20 Т/с «Без свидетелей» (16+)
23.55 Т/с «Белый воротничок» (16+)
00.45 Х/ф «Звуки шума» (16+)
02.45 Т/с «Следствие по телу» (16+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07,
06.35, 07.07, 07.35 «Вести Кузбасс»
08.00 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)
11.50 «Все будет хорошо!» (12+)
12.50 «Дежурная часть»
13.00 «Вести»

13.30 «Вести Кузбасс»
13.50 Т/с «Ефросинья. Таежная любовь» (0+)
14.45 Т/с «Кровинушка» (0+)
15.45 «Дежурная часть»
16.00 «Вести»
16.30 «Вести Кузбасс»
16.50 Т/с «Всегда говори всегда-5» (12+)
18.40 «Вести Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.40 «Прямой эфир» (12+)
20.30 Т/с «Дело следователя Никитина» (12+)
22.20 Т/с «Самара» (12+)
00.15 «Вести»



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Профессия - репортер» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.00 «ЧП. Обзор»
19.30 Т/с «Братаны-3» (16+)
21.25 Т/с «Пятничный. Глава вторая» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Правила угона» (16+)

01.35 «Квартирный вопрос» (0+)
02.35 «Дикий мир» (0+)
03.00 Т/с «Висяки» (16+)
04.55 Т/с «Час Волкова» (16+)



07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «Панорама событий» (16+)
07.22 «Метеоинформ» (0+)
07.25 «Все обо всем» (16+)
07.30 М/с «Как говорит Джинджер» (12+)
07.58 «Прогноз погоды» (0+)
08.00 «Панорама событий» (16+)
08.20 «Все обо всем» (16+)
08.24 «Гороскоп» (16+)
08.29 «Прогноз погоды» (0+)
08.30 Т/с «Охотники за монстрами» (12+)
09.00 М/с «Озорные анимашки» (12+)
09.25 М/с «Планета Шина» (12+)
09.50 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
10.50 М/с «Рога и копыта. Возвращение» (12+)
11.10 «Женская лига» (16+)
11.40 Х/ф «Лицензия на брак» (16+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Прогноз погоды» (0+)
14.01 «Панорама событий» (16+)
14.21 «Все обо всем» (16+)
14.25 «Гороскоп» (16+)
14.28 «Прогноз погоды» (0+)
14.30 «Дом-2. Lite» (16+)
16.30 «Интерны» Ситком (16+)
17.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
18.30 «Прогноз погоды» (0+)
18.31 «Панорама событий» (16+)
18.51 «Метеоинформ» (0+)
23.15 «Все обо всем» (16+)
23.59 «Прогноз погоды» (0+)

19.00 «Желаю счастья!» (16+)
19.46 «Гороскоп» (16+)
19.51 «Все обо всем» (16+)
19.55 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 «Интерны» Ситком (16+)
20.30 Т/с «Универ. Новая общага» (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Война невест» Комедийная мелодрама, США, 2009 г. (16+)
23.00 «Дом-2. Город любви» (16+)
00.00 «Дом-2. После заката» (16+)
00.30 «Панорама событий» (16+)
00.50 «Метеоинформ» (0+)
00.53 «Гороскоп» (16+)
01.00 Х/ф «Гамильтон» (18+)
02.40 Т/с «Сумеречная зона» (16+)
03.30 «Школа ремонта» (12+)
04.30 «Необъяснимо, но факт» (16+)
05.30 «Два Антона» (16+)
06.35 «Комедианты» (16+)



06.00 М/с «Шоу Луни Тюнз-2» (6+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик. Подробности» (16+)
07.30 «Загадки Вселенной» (16+)
08.30 «Территория заблуждений» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званый ужин» (16+)
11.00 «Не ври мне!» (16+)
12.00 «Какие люди!» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)
13.30 «Прогноз погоды» (0+)
13.31 «В эфире Белово» (16+)
13.46 «Метеоспутник» (0+)
13.50 Музыка (16+)
14.00 «Званый ужин» (16+)
15.00 «Не ври мне!» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)

17.00 «Любовь 911» (16+)
18.00 Т/с «Следаки» (16+)
18.30 «Новости 24» (16+)
19.00 «Штурм сознания» (16+)
20.00 «Экстренный вызов» (16+)
20.30 «Прогноз погоды» (0+)
20.32 «В эфире Белово» (16+)
20.47 «Метеоспутник» (0+)
20.50 «От чистого сердца» (16+)
21.00 «Спецпроект» (16+)
23.00 «Экстренный вызов» (16+)
23.30 «Новости 24» (16+)
00.00 Х/ф «Остров Ним» (12+)
01.45 Х/ф «Давай сделаем это побыстрее» (16+)
03.40 Т/с «Солдаты-3» (16+)



06.00 «Свадебное платье» (12+)
06.30 «Одна за всех» (16+)
07.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
07.30 «Одна за всех» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Таксистка-4» (12+)
09.30 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.30 «Звездная жизнь» (16+)
11.30 Т/с «Я лечу» (16+)
13.30 Д/ф «Моя правда» (16+)
14.30 «Звездная жизнь» (16+)
15.30 Мужчина мечты (16+)
16.00 Д/ф «Мне нагадали судьбу» (12+)

17.00 «Звездные истории» (16+)
18.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.26 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Кто, если не я?» (16+)
21.00 «Одна за всех» (16+)
21.30 «Достать звезду» (16+)
22.00 «Лавка вкуса» (0+)
22.30 «Женщины не прощают...» (16+)
23.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.21 «Погода за окном» (0+)
23.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
23.30 Х/ф «Шальная баба» (16+)
01.10 Х/ф «Брачный контракт» (16+)



05.00 «Настроение»
07.35 Х/ф «Разные судьбы» (0+)
09.40 «Врачи» (12+)
10.30 «События»
10.45 Х/ф «Попытка Веры» (12+)
12.40 «Про жизнь» (16+)
13.30 «События»
13.45 «Деловая Москва»
14.10 «Петровка, 38» (16+)
14.25 «Треугольник» (16+)
15.10 М/ф «Сармико» (0+)
15.30 Т/с «Секретные поручения» (12+)
16.30 «События»
16.50 «Петровка, 38» (16+)
17.10 «Приглашает Борис Нот-

кин» (12+)
17.40 «Право голоса» (16+)
18.50 «События»
19.15 «Доказательства вины» (16+)
20.05 Д/ф «Какую рыбу мы едим» (16+)
20.55 Т/с «Беглец» (16+)
22.50 «События»
23.25 Х/ф «Горбун» (6+)
01.30 Х/ф «Звезды на крыльях» (6+)
03.00 Д/ф «Советский космос: четыре короля» (12+)
04.05 «Врачи» (12+)



07.00 «Сейчас»
07.10 Д/ф «Рамзес III - легенды и реальность» (12+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Десантура» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Десантура» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 «Право на защиту» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Полосатый рейс» (6+)
01.50 Х/ф «Одиноким один» (12+)
03.45 Д/ф «Последний маршал Советского Союза» (12+)
04.35 «Совершенно секретно» (12+)
05.30 Д/ф «Адольф и Ева» (12+)
06.15 Д/ф «Рамзес III - легенды и реальность» (12+)

Четверг, 1 ноября

1

04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Женский журнал» (0+)
08.15 «Жить здорово!» (12+)
09.25 «Контрольная закупка» (0+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обедать!» (0+)
11.50 «Дешево и сердито» (0+)
12.50 «Женский журнал» (0+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить» (12+)
14.00 «Новости»
14.15 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 Т/с «Неравный брак» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.50 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Мосгаз» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.20 Т/с «Без свидетелей» (16+)
23.55 Т/с «Гримм» (16+)
00.45 Х/ф «Жизнь хуже обычной» (16+)
02.50 Т/с «Следствие по телу» (16+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07,
06.35, 07.07, 07.35 «Вести Кузбасс»
08.00 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)

11.50 «Все будет хорошо!» (12+)
12.50 «Дежурная часть»
13.00 «Вести»
13.30 «Вести Кузбасс»
13.50 Т/с «Ефросинья. Таежная любовь» (0+)
14.45 Т/с «Кровинушка» (0+)
15.45 «Дежурная часть»
16.00 «Вести»
16.30 «Вести Кузбасс»
16.50 Т/с «Всегда говори всегда-5» (12+)
18.40 «Вести Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.40 «Прямой эфир» (12+)
20.30 Т/с «Дело следователя Никитина» (12+)
22.20 Т/с «Самара» (12+)
00.15 «Вести»



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Медицинские тайны» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.00 «ЧП. Обзор»
19.30 Т/с «Братаны-3» (16+)
21.25 Т/с «Пятничный. Глава

вторая» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Правила угона» (16+)
01.35 «Дачный ответ» (0+)
02.35 «Дикий мир» (0+)
03.00 Т/с «Висяки» (16+)
04.55 Т/с «Час Волкова» (16+)



07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «Панорама событий» (16+)
07.22 «Метеоинформ» (0+)
07.25 «Все обо всем» (16+)
07.30 М/с «Как говорит Джинджер» (12+)
07.58 «Прогноз погоды» (0+)
08.00 «Панорама событий» (16+)
08.20 «Все обо всем» (16+)
08.24 «Гороскоп» (16+)
08.29 «Прогноз погоды» (0+)
08.30 Т/с «Охотники за монстрами» (12+)
09.00 М/с «Озорные анимашки» (12+)
09.25 М/с «Планета Шина» (12+)
09.50 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
10.50 М/с «Рога и копыта. Возвращение» (12+)
11.10 «Женская лига» (16+)
11.40 Х/ф «Война невест» (16+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Прогноз погоды» (0+)
14.01 «Панорама событий» (16+)
14.21 «Все обо всем» (16+)
14.25 «Гороскоп» (16+)
14.28 «Прогноз погоды» (0+)
14.30 «Дом-2. Lite» (16+)
16.30 «Интерны» Ситком (16+)
17.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
18.30 «Прогноз погоды» (0+)
18.31 «Панорама событий» (16+)

18.51 «Найди себя» (12+)
18.53 «Метеоинформ» (0+)
18.56 «Все обо всем» (16+)
19.00 «Прогноз погоды» (0+)
19.02 «Желаю счастья!» (16+)
19.46 «Гороскоп» (16+)
19.51 «Все обо всем» (16+)
19.55 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 «Интерны» Ситком (16+)
20.30 Т/с «Универ. Новая общага» (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «100 миллионов евро» Комедия, Франция, 2011 г. (16+)
23.00 «Дом-2. Город любви» (16+)
00.00 «Дом-2. После заката» (16+)
00.30 «Панорама событий» (16+)
00.50 «Метеоинформ» (0+)
00.53 «Гороскоп» (16+)
01.00 Х/ф «Месть мертвецов» Ужасы, США, 2004 г. (16+)
02.55 Т/с «Сумеречная зона» (16+)
03.45 «Школа ремонта» (12+)
04.40 «Необъяснимо, но факт» (16+)
05.40 «Атака клоунов» (16+)
06.15 «Два Антона» (16+)
06.45 «Комедианты» (16+)



06.00 М/с «Шоу Луни Тюнз-2» (6+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик. Подробности» (16+)
07.30 «Загадки Вселенной» (16+)
08.30 «Территория заблуждений» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званый ужин» (16+)
11.00 «Не ври мне!» (16+)
12.00 «Какие люди!» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)
13.30 «Прогноз погоды» (0+)

13.31 «В эфире Белово» (16+)
13.46 «Метеоспутник» (0+)
13.50 Музыка (16+)
14.00 «Званый ужин» (16+)
15.00 «Не ври мне!» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)
16.00 «Любовь 911» (16+)
18.00 Т/с «Следаки» (16+)
18.30 «Новости 24» (16+)
19.00 «Штурм сознания» (16+)
20.00 «Экстренный вызов» (16+)
20.30 «Прогноз погоды» (0+)
20.32 «В эфире Белово» (16+)
20.47 «Метеоспутник» (0+)
20.50 «От чистого сердца» (16+)
21.00 «Тайны мира» (16+)
22.00 «Какие люди!» (16+)
23.00 «Экстренный вызов» (16+)
23.30 «Новости 24» (16+)
00.00 Х/ф «В одну сторону» (16+)
02.10 Т/с «Ходячие мертвецы-2» (16+)
04.50 Т/с «Солдаты-3» (16+)



06.00 «Свадебное платье» (12+)
06.30 «Одна за всех» (16+)
07.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
07.30 «Одна за всех» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Таксистка-4» (12+)
09.30 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.30 «Звездная жизнь» (16+)
11.30 Т/с «Я лечу» (16+)
13.30 Д/ф «Моя правда» (16+)
14.30 «Звездная жизнь» (16+)

15.30 Мужчина мечты (16+)
16.00 Д/ф «Мне нагадали судьбу» (12+)
17.00 «Звездные истории» (16+)
18.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.26 «Мир православия!» (16+)
18.46 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Кто, если не я?» (16+)
21.00 «Одна за всех» (16+)
21.30 «Достать звезду» (16+)
22.00 «Лавка вкуса» (0+)
22.30 «Женщины не прощают...» (16+)
23.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.21 «Погода за окном» (0+)
23.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
23.30 Х/ф «Белый Бим, черное ухо» (6+)
03.00 Х/ф «Обида» (16+)
05.35 «Холостяки» (16+)



05.00 «Настроение»
07.30 Х/ф «Безотцовщина» (6+)
09.20 «Петровка, 38» (16+)
09.35 «Врачи» (12+)
10.30 «События»
10.45 Х/ф «Вторая жизнь Федора Строгова» (12+)
12.40 «Про жизнь» (16+)
13.30 «События»
13.45 «Деловая Москва»
14.10 «Петровка, 38» (16+)
14.25 «Треугольник» (16+)
15.10 Мультфильмы (0+)
15.30 Т/с «Секретные поруче-

ния» (12+)
16.30 «События»
16.50 «Петровка, 38» (16+)
17.10 «Города мира. Гонконг» (16+)
17.40 «Право голоса» (16+)
18.50 «События»
19.15 Д/ф «Жизнь напонтах» (12+)
20.55 Т/с «Беглец» (16+)
22.50 «События»
23.25 Х/ф «Срок давности» (6+)
01.10 Х/ф «Взбесившийся автобус» (16+)
03.20 Д/ф «Городские войны» (0+)
04.05 «Врачи» (12+)



07.00 «Сейчас»
07.10 Д/ф «Гладиаторы. Жестокая правда» (12+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Х/ф «Шел четвертый год войны» (12+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Х/ф «Золотая мина» (12+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 Х/ф «Не может быть» (12+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Медовый месяц» (12+)
02.55 Х/ф «Контракт века» (12+)
05.10 «Совершенно секретно» (12+)
05.55 Д/ф «Гладиаторы. Жестокая правда.» (12+)

ЗВЕЗДЫ ВАМ СОВЕДУЮТ

Гороскоп на следующую неделю (29 октября – 4 ноября)



ОВЕН

На этой неделе интеллектуальные способности представителей зодиакального знака Овен могут стать главным предметом общественного признания. Возможно, вы будете стараться выразить свои идеи, поделиться знаниями и опытом и получите такую возможность. Обстоятельства этого периода наверняка будут способствовать вашему общению с вышестоящими руководителями и клиентами. Когда астрологические обстоятельства складываются подобным образом, как на этой неделе, полученная вами информация, относящаяся к вопросам карьеры, а также других ваших устремлений, наверняка будет приятной. Эта неделя благоприятна для работы с документами и для деятельности, связанной с повышением вашего профессионального уровня.



ЛЕВ

В эту неделю на первый план в жизни Львов, скорее всего, выйдут вопросы рабочего распорядка дня, решение организационных задач и выполнение обязанностей, связанных с профессиональной деятельностью. Независимо от того, что вы планировали на эту неделю, вам, скорее всего, придется вплотную заняться вопросами планирования. Рабочая атмосфера будет переполнена незначительными делами и информацией. При благоприятных астрологических аспектах, образуемых нынешней расстановкой небесных тел и планетами вашей натальной карты, вероятны приятные новости, связанные с работой.



СТРЕЛЕЦ

Большую часть времени этой недели у обладателей зодиакального знака Стрелец затронут вопросы вашей финансовой состоятельности. В числе наиболее приоритетных задач будут изучение собственных расходов и оплата счетов, денежные сделки и походы по магазинам. При благоприятных астрологических аспектах этого периода к натальным планетам вашего персонального гороскопа, преимуществ можно добиться, поведав другим о взгляде на систему своих ценностей и приоритетов. В денежных делах может быть обнаружена и своевременно устранена ошибка, что, несомненно, пойдет вам на пользу.



ТЕЛЕЦ

Астрологические обстоятельства этой недели потребуют от Тельцов выхода за рамки привычного окружения, если только вы желаете обрести лучшее понимание среди окружающих вас людей и открыть для себя новые перспективы развития. На этой неделе вашего внимания потребуют вопросы поездок и повышения квалификации. Не исключено, что в этот период активизируется спор с родственниками со стороны вашей второй половинки, вашего внимания могут потребовать вопросы здоровья или работы одного из близких родственников. При благоприятных аспектах планет к натальным планетам вашего гороскопа, любое запланированное вами в это время путешествие будет успешным, удача вас ожидает также в торговле и в сфере рекламного бизнеса.



ДЕВА

Многих из представителей зодиакального знака Дева на этой неделе заинтересуют виды деятельности, связанные с проявлением творческих устремлений. Кроме этого, возможно приятное путешествие в компании с романтическим партнером, не менее интересное общение с близкими людьми или друзьями. Ваши планы в этот период могут быть связаны с развлекательными мероприятиями и событиями светской жизни. Полученная информация или новости, касающиеся вашего любимого человека, как и результат творческих устремлений, скорее всего, будут позитивными.



КОЗЕРОГ

Астрологическая ситуация этой недели в отношении представителей знака Козерог затрагивает информацию о вас или предназначенную, прежде всего, вам. Осознанно или же нет, но ваши мысли и споры в это время будут продиктованы эгоцентризмом. Вполне вероятно, что совсем не вы станете инициатором того или иного разбирательства, а просто окружающие вас люди спровоцируют вас, затронув в беседе ваши качества характера или профессиональные способности. В случае благоприятных астрологических аспектов этого периода по отношению к натальным планетам вашего гороскопа, информация, которую о вас получают окружающие, произведет на них хорошее впечатление.



БЛИЗНЕЦЫ

В астрологических условиях этой недели оценка и развитие собственных способностей представителей зодиакального знака Близнецы потребуют затрат времени и вашего внимания. Предметом ваших планов в этот период станут вопросы совместных доходов. Ваша деятельность может включать в себя вопросы наследства, налогообложения, страхования, получения или выплаты долгов. Возможно, вы заинтересуетесь поиском информации или по какому-то проекту или интересующему вас в этот период вопросу. В случае благоприятных аспектов планет этого периода к натальным планетам вашего гороскопа, вопросы получения нужной вам информации будут успешно решены, а ваши долги, если таковые имеются, вернут вам долг.



ВЕСЫ

В астрологических обстоятельствах этой недели в центре внимания представителей знака зодиака Весы будут организационные мероприятия. Возможно, в этот период вы посетите то место, где прошло ваше детство, заинтересуетесь историей вашей семьи или семейными реликвиями. К другим сферам деятельности Весов в этот период относятся сделки, связанные с недвижимостью, ремонт дома и покупка предметов домашнего обихода. При благоприятных астрологических аспектах к натальным планетам вашего персонального гороскопа, сделки, касающиеся недвижимости, контакты с родственниками и семейные поездки будут успешными. Эта неделя также будет удачна для покупки оргтехники и установки в вашем доме средств коммуникации.



ВОДОЛЕЙ

Когда астрологическая ситуация складывается для обладателей зодиакального знака Водолей таким образом, как на этой неделе, вряд ли у вас возникнет желание поделиться с кем бы то ни было своими мыслями и идеями. В этот период ваша деятельность, вероятнее всего, будет носить оттенок конфиденциальности. Информация, которую вы получите на этой неделе, может таить в себе тонкий, скрытый смысл. На первый план выступят ваша интуиция и подсознание. Не исключены, как на этой, так и последующей неделе тайные поездки или контакты с незнакомыми людьми. В это время вы также можете обнаружить информацию, которую от вас утаивали.



РАК

При нынешних астрологических обстоятельствах в центре внимания Раков на этой неделе будут вопросы юридического характера, переговоры по контрактам, партнерство и совместные предприятия. Ваши действия в этот период, скорее всего, потребуют помощи партнеров. При благоприятных аспектах планет к натальным планетам вашего гороскопа, партнерство и совместные предприятия будут успешными и взаимовыгодными. В такие периоды вам вполне по силам добиться выгодных условий в договоренностях с партнерами, также вы можете улучшить с ними свои отношения.



СКОРПИОН

Астрологическая ситуация этого периода обещает Скорпионам хлопотную в физическом отношении неделю. Поскольку ваши интересы в это время, скорее всего, распространятся на разные сферы деятельности, вряд ли вы будете склонны к праздному времяпрепровождению. Наиболее вероятно, что целью ваших устремлений будут деловые проекты, работа с корреспонденцией, короткие поездки и контакты с родственниками примерно одного с вами возраста. Поток информации и идей на этой и последующей неделе усилится, больше придется тратить времени и сил на организацию и сами поездки, компьютеры, оборудование для дома или офиса.



РЫБЫ

Для Рыб общение на этой неделе будет ограничено кругом родных, друзей и товарищей, теми людьми, с которыми вы встречаетесь каждый день. К потенциальным занятиям этого периода для представителей вашего знака зодиака можно отнести активное общение или путешествие с близкими людьми, вероятно проявление повышенного интереса к общественным образованиям и даже участие в их работе. Когда расположение планет этого периода образует благоприятные аспекты к натальным планетам вашего персонального гороскопа, для вас наступает прекрасное время для собраний и общения в группах людей.

К Дню работников автомобильного транспорта

НЕМАЛО реорганизаций пережил коллектив ОАО «Управление по профилактике и рекультивации». Был конторой по обслуживанию бульдозерной техники шахт Ленинского рудника, управлением по профилактике, тушению подземных пожаров и рекультивации, а с 1998-го носит нынешнее название. В 2003 году УПИР вошло в группу предприятий СУЭК, что открыло совершенно новую страницу в его развитии. Высокопрофессиональному коллективу заслуженно передали весь транспорт и дорожно-строительную технику шахт и сервисных предприятий Ленинского и Прокопьевского угольных районов региональной компании. Каков же на сегодня набор и характер работы управления? Об этом мы попросили рассказать его директора А.А. КОНЕВА.



- Стоит с завистью добавить, что предприятие имеет и спецтехнику той же марки. Так?

- Да. Мы располагаем двумя автокранами грузоподъемностью 60 и 90 тонн для перемещения шахтовых негабаритных грузов. 90-тонник с 41-метровым вылетом стрелы может выполнять просто уникальные операции. Только с их помощью в прошлом и в этом году удалось капитально обновить вентилятор главного проветривания на шахте «Комсомолец», включая снятие колеса с копра. Горняки поставили нам пятёрку за ювелирную работу!

- Александр Анатольевич, просто невозможно не затронуть вопрос о проводимой предприятием рекультивации земель.

- И здесь мы в последнее время активизируем свою деятельность, ежегодно осваивая на этих работах порядка 30 миллионов рублей. Так, в 2011 году предприятие восстановило пять гектаров нарушенных горняками земель в пойме реки Ини у посёлка Байкаим.

Гектары эти передали Ленинску-Кузнецкому спланированными, отсыпанными породой, глиной и плодородным слоем земли, на который высажена трава, высажен кустарник. В следующем году продолжим работы в этом районе и передадим городу ещё пять гектаров ранее арендуемых земель. Таким же образом приведены в порядок бывшие отстойники шахты имени Кирова на площади 3,5 гектара.

В 2012-м УПИР добралось, наконец, до трёх брошенных участков в районе бывшего Мясокомбината. Они облагоустроены по заявке шахты «Красноярская» в короткий срок и качественно. Руководство ОАО «СУЭК-Кузбасс» держит решение этого вопроса под постоянным контролем.

- Как раз в праздник и спросить: что доброго в последнее время сделано на предприятии по улучшению условий труда работников?

- Изменяющегося высокотехнологичного оборудования отмечу две немецкие мойки высокого давления для ухода за большегрузными автомобилями. Когда в УПИР пришли новые «КамАЗы», сразу обострилась проблема смены тормозных колодок на них. Угольная компания оперативно приобрела для предприятия отличный станд. для фиксации и клепки накладок на колодках. Раньше каждую из них клепали вручную в течение часа. Нудный, «чёрный» труд, долгий ремонт. Теперь на эту механизированную операцию уходит всего 15 минут.

Добавлю, что на сегодня на предприятии заметны улучшения и в бытовых условиях. Проведён капитальный ремонт всех помещений производственных участков. В них появились хорошие душевые, санузлы, комнаты отдыха с набором бытовой электротехники для приготовления и приёма пищи. Имеются и новые кабинки для хранения и сушки рабочей одежды.

Так что с лёгким сердцем, от души поздравляю замечательный коллектив управления – дружный, сплочённый, дорожающий своей репутацией – с профессиональным праздником! Семейного счастья всем, новых машин, лёгких дорог и только с безаварийной работой!

Е. НОСИРЕНКО

На снимках: директор предприятия А.А. Конев; передовик, водитель «КамАЗа» с 23-летним стажем В.В. Филлюк; начальник автомобильного участка № 2 С.И. Волгошин.

Фото автора.

РУЛЕВЫЕ СВОЕЙ СУДЬБЫ

- Характер работы остался многопрофильным, - отметил Александр Анатольевич. - Наш коллектив продолжает выполнять свои главные функции. В первую очередь вывозить породу с имеющихся обогатительных фабрик Ленинск-Кузнецкого угольного района на два здешних отвала. Объём перевозок остаётся огромным, поскольку региональная компания из года в год наращивает добычу угля.

Объектом номер один для предприятия стала шахта имени Кирова. На ней вводится в строй новая обогатительная фабрика с проектной мощностью переработки в пять миллионов горной массы в год. Плюс остаётся в строю старая. Таким образом, нашим водителям в скором времени придётся вывозить отсюда не миллион тонн породы, как раньше, а порядка 2,5 миллиона.

Оживляется в добыче шахта «Комсомолец». И ей – постоянное внимание автомобилистов. Со здешней обогатительной фабрики вывозится порядка 500–600 тысяч тонн породной массы в год. Одним словом, лишний раз перекурить нашим шоферам некогда бывает!

- Ну, то же самое, наверное, можно сказать и о водителях, занимающихся перевозкой главного кузбасского богатства?

- Вы правы. Перевозка угля с шахт и разрезов до железнодорожных станций остаётся одной из главных составляющих работы предприятия. На сегодня наиболее интенсивные маршруты – с разрезов «Камышанский» и «Заречный», шахты «Талдинская-Западная-1» Прокопьевского угольного района на новую железнодорожную станцию Челябинск. Здесь в сутки используется до 35 большегрузных машин. Плетчо перевозок немалое, 15–20 километров, да ещё по разбитым отсыпным дорогам. Зимой – в суровый мороз. От водителей требуется предельная внимательность, терпение, высокий профессионализм.

Всего этого в достатке у таких асов вождения, как Анатолий Викторов, Владимир Максименко, Александр Семенихин, Сергей Ерехин, Максим Денисенко, Евгений Буев, Игорь Овсянников, Иван Калинин, Геннадий Колмыков, Василий Чуйко, Эльбрус Таджиев, Сергей Горячев, Константин Алегин – всех перечислить просто невозможно. А вышкой организации их работы делятся опытные и начальные специалисты автомобильных участков в Сергей Иванович Волошин, Евгений Владимирович Гладышев, Алексей Викторович Гуляев, Владимир Вадимович Полунов, который быстро, все го

лишь с весны этого года, когда к нам пришли машины «Вольво», поставил на ноги новый участок № 15.

- Александр Анатольевич, раз уж заговорили о людях, стоит отметить, что в последние годы водителям стало работать полегче: региональная компания значительно укрепила ваш автопарк.

- И это правда. Сегодня мы имеем четыре полноценных автомобильных участка с постоянным отрядом водителей на уровне 550–560 человек. Не все горожане знают, что они не только вывозят с шахт, разрезов породу и уголь, но и горюче-смазочные материалы для подземных дизелевозов, занимаются отсыпкой и поливкой некоторых горючих, а также – в зиму – технологических дорог.

Понятно, наш автопарк увеличивается соразмерно росту добычи угля. И в 2011 году он пополнился сразу 50 новыми большегрузными «КамАЗами», в нынешнем году – 27 трузовиками «Вольво», двумя топливозаправщиками и четырьмя поливочными машинами. Особенно ценна прибавка «КамАЗами»-вездеходами,

которые способны работать на труднодоступных участках производства. Скажем, на шахте «Котинская», куда нужно по полювому бездорожью, в дождь и снег постоянно доставлять в большом количестве материалы и оборудование, воду для дегазационных установок. Пока со стороны горняков нареканий в наш адрес по поводу задержек, а тем более срывов рейсов не было.

- Тут можно плавно перейти и к бульдозерному парку. Говорят, в нём есть просто уникальная техника?

- На сегодня это очень важный участок производства, занимающийся на всех шахтах приёмкой угля и планировкой его на угольных складах, наталкиванием в приёмные бункеры. Хозяйство хлопотное, ответственные. Благодаря опытным специалистам-организаторам – начальникам участков № 4 и 11 Александру Дмитриевичу Шевченко и Василию Михайловичу Сбитневу оно всегда находится в высоком тонусе.

Точно так же умелые руки и светлые головы самих бульдозеристов, мастеров механической службы позволяют свести к минимуму простой ненужных

отечественных тракторов Т-70, Т-20, польских ТД-25. Но настоящей гордостью коллектива являются, конечно, сверхмощные бульдозеры «Либхерр» австрийского производства. Они имеют общую массу 56 тонн, 36-кубовую ёмкость отвала, производительность на уровне 350–380 кубометров перемещаемой массы в час, поэтому заняты на самых углёмких шахтах компании.

К примеру, сразу шесть таких машин трудятся сегодня на стремительно развивающейся «Красноярской» с её пятиметровой мощности угольным пластом. Наш коллектив имеет непосредственное отношение к установленному нынешним летом на шахте «Талдинская-Западная-1» российскому рекорду месячной добычи, равному 827 тысячам тонн. С тройной нагрузкой работали тогда наши бульдозеристы Николай Борзылов, Сергей Редечкин, Николай Ильянченко. Не отстают от них и передовики Ленинск-Кузнецкого угольного района Александр Бугай, Николай Бурнайкин.

Удивительные люди. Потребовалось – работали в прошлый Новый год, оставив семью, отлучившись в праздник. По-солдатски. Планировали: так нужно общему делу. И водители той же заправки – срочно ушли в ночной рейс в Чокуюзнецк за двигателем на лавный приезд для шахты «Польсаевская», в другой раз – за секциями мехкрепей в Юргу. И это повседневные примеры.

Здесь особо отмечу тот радостный факт, что только в этом году предприятие приросло сразу 16 молодыми бульдозеристами. Их привлекают и достойная зарплата, и возможность работать в прекрасных условиях, которые предоставляет зарубежная техника. Те же легкоуправляемые, с компьютерным выполнением всех технологических операций «либхерры» имеют в просторных кабинах кондиционеры, обогреватели для работы зимой и так далее. Кого такое не привлечёт!



К Дню работников автомобильного транспорта

ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЕ!

От всей души поздравляю весь коллектив филиала Беловского ПАТП «Ленинск-Кузнецкая автоколонна» с профессиональным праздником – Днем работников автомобильного транспорта!

Без автотранспорта сегодня нельзя представить развитие экономики, но и повседневную жизнь людей. Мы уже не мыслим жизнь без личных транспортных средств, автобусов и трамваев, такси и маршруток. Городская жизнь насыщена движением, и от вас, уважаемые автомобилисты, вашего профессионализма, ответственного и безопасного вождения зависит деятельность тысяч людей, которые ежедневно пользуются пассажирским транспортом.

Профессия водителя – без сомнения, одна из самых нужных, важных, и в то же время самых тяжелых. Ваша работа требует внимательности, ответственности, терпения, большой самоотдачи, выносливости и, конечно, профессионализма. И все это, уважаемые работники Ленинск-Кузнецкой автоколонны, у вас есть.

В этот профессиональный праздник желаю всем, чья жизнь связана с автотранспортом, удачи, приятных, легких, ровных и свободных дорог! Здоровья, стабильности и благополучия вам и вашим семьям!

А.А. ПАСТУХОВ,
Начальник филиала.

ПРОФЕССИЯ водителя всегда считалась одной из самых сложных, напряженных, опасных. И хотя, благодаря новейшим технологиям, автомобильная техника в последнее время оснащается компьютерными программами, различными приспособлениями для безопасности водителя и пассажиров, становится более легкой в управлении, интенсивность движения с каждым годом возрастает, а значит, ситуация на дорогах становится более напряженной. И здесь по-прежнему все зависит от правильного решения и грамотного вождения шофера.

Общественным транспортом ежедневно пользуется большое количество людей. Даже когда есть возможность отправиться в путь на собственной машине, многие все же выбирают автобус. Особенно если погода ненастная – льет проливной дождь, дует сильный ветер, а то и того хуже: на дорогах гололеда или путь переметает пурга. Пассажиры уверены – так гораздо безопаснее, ведь за рулем большой машины сидят высококлассные специалисты, профессионалы своего дела, которые обязательно доставят их до места назначения живыми и здоровыми.

– Да, в нашем коллективе – только такие водители, – говорит начальник филиала Александр Алексеевич Пастухов. – Надежность, ответственность, дисциплинированность – вот что отличает наших ребят-водителей, которые искренне любят и ценят свою работу.

Очередной профессиональный праздник – День работников автомобильного транспорта – коллектив Ленинск-Кузнецкой автоколонны, как всегда, встречает с отличным настроением. Радостных событий в этом году было немало. Так, совсем недавно автопарк ПАТП пополнился двумя новыми автобусами городского типа марки «МАЗ». Подобных машин на городских маршрутах еще не было. Эти большие, просторные автобусы с автоматической коробкой передач

В ПУТЬ – С ХОРОШИМ НАСТРОЕНИЕМ

и двигателем фирмы «Мерседес» оснащены специальным оборудованием, предназначенным для удобства передвижения людей с ограниченными возможностями. Ступеньки на входе и выходе имеют выдвижную платформу, с помощью которой в автобус могут легко подняться люди в инвалидной коляске, а в салоне имеются оборудованные для инвалидов специальные места. За два месяца, в течение которых «МАЗы» ходят по маршруту № 11, ленинск-кузнецкие успели оценить комфорт новых автобусов. Тем более, что работают на них одни из лучших водителей предприятия.

– Более 60 процентов наших водителей – это водители первого класса, опытные, грамотные, ответственные профессионалы, – говорит главный инженер ПАТП А.Г. Афанасьев. – Хотя, что и го-

ворить, работа у них не из легких. В любую погоду выходят ребята на маршрут, ведь общественный транспорт необходим каждый день. И мы не можем подвести своих пассажиров.

Еще одно приятное событие нынешнего года – призовое место областных соревнований по про-

фессиональному мастерству среди водителей пассажирских автопредприятий, которое занял водитель первого класса П.В. Николаев. Это один из тех людей, которые не только любят свою работу, но и душой болеют за родное ПАТП. А таких в коллективе автоколонны большинство, ведь случайные люди здесь просто не задерживаются.

Ленинск-Кузнецкое ПАТП – предприятие немаленькое. Здесь трудятся более 400 человек – водители, ремонтники, кондукторы, инженерно-технический персонал и работники вспомогательного производства. Ежедневно все они работают ради того, чтобы мы с вами, стоя на остановке, дождались вовремя пришедший автобус. А чтобы это произошло, водителям приходится преодолевать немало трудностей.

– У каждого водителя есть свой

график, которого он обязательно должен придерживаться, – говорит А.Г. Афанасьев. – В последнее время интенсивность движения резко увеличилась, а потому прийти к остановке в четко установленное время – это мастерство наших водителей. Не менее важно и соблюдение правил дорожного движения, тем более, что на дорогах появилось немало любителей полихачить.

Непростые задачи подкидывает и технический прогресс. Механизмы новых машин, которые приходят на предприятия, с каждым годом усложняются, поэтому водителям и механикам нужно идти в ногу со временем. 80 процентов автобусов ПАТП оборудованы современной навигационной системой (ГЛОНАСС), которая позволяет отображать информацию о местонахождении транспортного средства в режиме реального времени.

Заслуженные награды лучшим работникам Ленинск-Кузнецкой автоколонны были вручены на губернаторском приеме, посвященном Дню работников автомобильного транспорта. Благодарственные письма министра транспорта РФ получили водители В.И. Плисов и М.С. Халимов, медалью «Отцовская слава» был награжден старший механик предприятия Г.Г. Белаяев, Почетные грамоты администрации Кемеровской области вручены С.А. Батанову, Н.Ю. Головач, А.И. Малиновскому. Хотя наград, без сомнения, достойны все работники автоколонны. Примите искренние поздравления с профессиональным праздником от благодарных пассажиров, пусть ваша дорога всегда будет ровной и за каждым поворотом вас ждет не только новый участок дороги, но и новые успехи!

Е. МАЛЕНКОВА,

КРЕПКОЕ ПЛЕЧО БРАТА

Зарудные – поналуи, самая крепкая династия водителей Ленинск-Кузнецкой автоколонны. Братья-погодни, Геннадий Алексеевич и Виктор Алексеевич, проработали на предприятии около 40 лет. А если посчитать годы работы третьего брата Василия и сына Геннадия Алексея, то общий семейный стаж перевалит за сотню лет. Для этих мужчин любимая профессия действительно стала частью жизни, без которой они уже себя не представляют.

Год назад Геннадий Алексеевич оставил профессию водителя рейсового автобуса. «Хватит, достаточно поездил», – говорит. Чуть позже к нему присоединился и брат Виктор, который тоже сменил работу. «Возраст уже не тот, да и не просто выходить в рейс, не чувствуя рядом крепкое плечо брата», – говорит Виктор. Более 20 лет отработали они напарниками на между родных автобусах, братьев Зарудных уважали пассажиры, знали: если за рулем Виктор или Геннадий, значит, в дороге все будет хорошо.

– Наши пассажиры до сих пор звонят, спрашивают, как у нас дела, интересуются здоровьем, – рассказывает Виктор Алексеевич. – Просто было немало людей, которые по работе часто ездили с нами. Спасибо им большое, что не забывают, такое внимание приятно.

Хотя на маршруты братья больше не выходят, работу на родном предприятии не оставили. Виктор – оператор на майке, Геннадий – водитель внутригаражных перевозок. Мужчины признаются: смотреть, как твой автобус выходит в рейс с другим водителем, было тяжело. Но это только первое время. Теперь они уже привыкли к своим новым обязанностям, главное, что они по-прежнему рядом с машинами и друг с другом.

Они всегда были вместе. Родившись с разницей всего в год, Виктор и Геннадий росли дружными ребятами, друг за друга горой. Бывали, конечно, и ссоры, порой и драки, но все это – несерьезно, они ведь родные братья. Только однажды им пришлось расстаться на долгих три года, ария разлучила. Виктор служил в Новосибирске, Геннадий пошел в частую, работавшую в далеком Норильске. Именно на службе и началась их водительская стезя.

– Отца наш, Алексей Яковлевич, всю жизнь отработал на шахте «Полысаевская-1», – рассказывает Геннадий. – Хотел, чтобы и мы стали горняками. Я, кстати, после армии даже выучился на электрослесаря подземного, но вот профессию все же выбрал другую. И об этом ни разу не пожалел.

Первым в ПАТП пришел работать Виктор. Хотел водить такси, но ему выдали старенький «ЛАЗ», на котором без должного ремонта выходить в рейс было нельзя.

– Буквально по винтику восстанавливал машину, – говорит Виктор. – Тогда и начал накапливать опыт ремонта автобусов. Пошел в первый рейс по маршруту №3, конечная остановка – «Шахта имени 7 Ноября». Автобус хоть и отремонтировал, но все равно еле дотянул до середины пути. Бабушки-пенсионерки, видя, что уже дым из-под капота валит,



стали просить: «Сынок, но ты хоть до следующей остановки дотяни, а там уже останавливайся!». Не удалось, к сожалению.

Геннадий Алексеевич пришел на предприятие через год после старшего брата. Сначала тоже были городские маршруты, а потом, набравшись достаточно опыта, вступил в ряды междугородников. Они – бригада особая, дружные, надежные ребята.

– Шли мы как-то с Бердска, весна была, но время от времени еще мело, – вспоминает Виктор Зарудный (он, кстати, в семье самый разговорчивый). – Обогнали на новосибирской трассе рейсовый автобус, наши ребята пассажиров в Ленинск-Кузнецкий везли. А тут метель началась, снежная крупа повалила, не видно ничего. Вдруг получаем по радиации сигнал от тех водителей: мол, съехали, никак не выйдемся, соль не подействует. Решили пассажирова в наш автобус пересадить, но нам не повезло. Дорогу замело так, что

ехать, рисковать жизнями пассажиров было невозможно. Так все вместе мы заночевали на обочине. А наутро еле вышли – автобус скрыло снегом по самую крышу. Потом уже за нами приехали, все обошлось.

Да, признаются братья Зарудные, трудностей в их работе хватало, но раз судьба во время пути щекотала нервы. Однажды Виктор не выдержал, рассчитался с ПАТП и ушел на угольный разрез. Но привыкнуть к новой машине так и не удалось. Тем более, что брата рядом не было. Через пару лет вернулся.

Они и сейчас почти всегда вместе. Крепко дружат семьями, отдыхать предпочитают на даче у Виктора Алексеевича, там и баня крепкая, а после – мужские разговоры, побратски. И все о ней, о любимой работе, в которой они по-прежнему вместе.

Е. ЛЬВОВА
На снимке: братья Зарудные.
Фото Ю. Т. АПАНДИНА

Пятница, 2 ноября



04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Женский журнал» (0+)

09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)

17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»

16.30 «Интерны» Ситком (16+)
17.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)

09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званый ужин» (16+)
11.00 «Не ври мне!» (16+)

08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Страховщики» (16+)

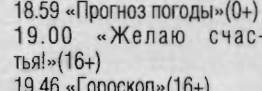
12.40 «Pro жизнь» (16+)
13.30 «События»
13.45 «Деловая Москва»

04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести Кузбасс»

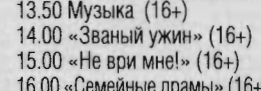
05.55 «НТВ утром»
08.40 «Женский взгляд» (0+)
09.30 «ЧП. Обзор»



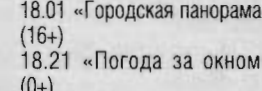
07.00 «Прогноз погоды»(0+)
07.02 «Панорама событий»(16+)



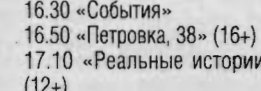
18.51 «Метеоинформ»(0+)
18.55 «Все обо всем»(16+)
18.59 «Прогноз погоды»(0+)



13.31 «В эфире Белово» (16+)
13.46 «Метеоспутник» (0+)
13.50 Музыка (16+)



18.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)



15.30 Т/с «Секретные поручения» (12+)
16.30 «События»
16.50 «Петровка, 38» (16+)

Суббота, 3 ноября



05.00 «Новости»
05.10 Х/ф «Дети Дон-Кихота» (0+)

03.40 Х/ф «За витриной универмага» (0+)
05.35 «Сельское утро» (0+)
06.05 «Диалоги о животных» (0+)

08.15 Потеря «Золотой ключ» (0+)
08.45 «Их нравы» (0+)

09.57 «Прогноз погоды» (0+)
10.00 «Школа ремонта» (12+)

12.00 Т/с «Последний бронепоезд» (16+)
16.00 Т/с «На безымянной высоте» (16+)

16.00 Х/ф «Пара гнедых» (16+)
18.00 «Погода на «Домашнем» (0+)

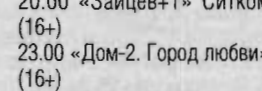
10.45 «Хроники московского быта» (12+)
11.35 Х/ф «Отцы и деды» (6+)

05.30 Мультфильм (0+)
05.50 Х/ф «И снова Анискин» (12+)

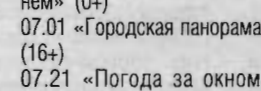
05.30 Мультфильм (0+)
05.50 Х/ф «И снова Анискин» (12+)



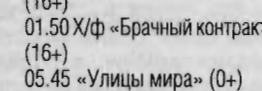
06.00 М/с «Приключения Джимми Нейтрона, мальчишки-гения» (12+)



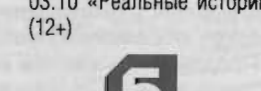
19.30 «Прогноз погоды»(0+)
19.31 «Желаю счастья!»(16+)



06.00 «Свадебное платье» (12+)
06.30 «Одна за всех» (16+)



04.55 «Марш-бросок» (12+)
05.30 Х/ф «Шапка мономаха» (0+)

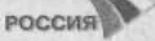


08.00 Мультфильмы (0+)
11.00 «Сейчас»
11.10 Т/с «След» (16+)

Воскресенье, 4 ноября



05.00 «Новости»
 05.10 X/ф «Первый троллейбус» (0+)
 07.00 X/ф «Дорогой мой человек» (0+)
 09.00 «Новости»
 09.15 X/ф «Мужики!» (12+)
 11.00 «Новости»
 11.15 X/ф «Офицеры» (12+)
 13.10 X/ф «Вокзал для двоих» (12+)
 15.55 «Богини социализма» (16+)
 17.00 «Вечерние новости»
 17.20 X/ф «Август. Восьмого» (16+)
 20.00 «Время»
 20.20 X/ф «Бриллиантовая рука» (0+)
 22.15 X/ф «Пассажирка» (16+)
 00.05 X/ф «Не отпускай меня» (16+)
 02.00 X/ф «Охота за бриллиантами» (16+)
 03.45 Т/с «Тerra Nova» (12+)



04.25 X/ф «Мимино» (0+)
 06.20 «Вся Россия» (0+)
 06.30 «Сам себе режиссер» (0+)
 07.20 «Смехопанорама» (0+)
 07.50 «Утренняя почта» (0+)
 08.30 «Сто к одному» (0+)
 09.20 «Вести Кузбасс» События недели.
 10.00 «Вести»
 10.10 X/ф «Лекарство для

бабушки» (12+)
 13.00 «Вести»
 13.20 «Вести Кузбасс»
 13.30 X/ф «Лекарство для бабушки» (12+)
 14.15 X/ф «Русская смута. История болезни» (0+)
 15.20 «Измайловский парк». Большой юмористический концерт (0+)
 17.15 «Битва хоров» (0+)
 19.00 «Вести»
 19.35 X/ф «Шпион» (16+)
 22.50 X/ф «Елена» (16+)



05.45 X/ф «И снова Анискин» (12+)
 07.00 Т/с «Супруги» (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.15 Лотерея «Русское лото» (0+)
 08.45 «Их нравы» (0+)
 09.25 «Едим дома» (0+)
 10.00 «Сегодня»
 10.20 «Бывает же такое!» (16+)
 10.55 «Еда без правил» (0+)
 12.00 «Дачный ответ» (0+)
 13.00 «Сегодня»
 13.20 Т/с «Брат за брата» (16+)
 16.20 Чемпионат России по футболу 2012 г. / 2013 г. ЦСКА - «Локомотив»
 18.30 Т/с «Брат за брата» (16+)
 19.00 «Сегодня»
 19.25 Т/с «Брат за брата» (16+)
 22.45 X/ф «Шапито-шоу» (16+)
 00.55 Т/с «Погоня за тенью» (16+)
 02.55 Т/с «Висяки» (16+)

04.45 «Ангелы и демоны. Чисто кремлевское убийство»



06.00 М/с «Пингвины из Мадагаскара» (12+)
 07.00 Т/с «Айкарли» (12+)
 08.35 «Прогноз погоды» (0+)
 08.36 «Все обо всем» (16+)
 08.40 «Гороскоп» (16+)
 08.45 «Метеоинформ» (0+)
 08.48 «Все обо всем» (16+)
 08.52 «Прогноз погоды» (0+)
 08.55 «Спортлото 5 из 49» (16+)
 09.00 «Золотая рыбка» (16+)
 09.05 «Бинго» (16+)
 09.25 М/с «Бакуган. Импульс Мектаниума» (12+)
 09.50 «Первая национальная лотерея» (16+)
 10.00 «Школа ремонта» (12+)
 11.00 «Про декор» (12+)
 11.30 «Два с половиной повара. Открытая кухня» (12+)
 13.00 «Реальные пацаны» (16+)
 15.00 «Желаю счастья!» (16+)
 16.14 «Прогноз погоды» (0+)
 16.16 «Гороскоп» (16+)
 16.21 «Метеоинформ» (0+)

16.24 «Все обо всем» (16+)
 16.28 «Прогноз погоды» (0+)
 17.00 «Реальные пацаны» (16+)
 19.30 «Прогноз погоды» (0+)
 19.31 «Желаю счастья!» (16+)
 19.55 «Все обо всем» (16+)
 20.00 «Реальные пацаны» (16+)
 23.00 «Дом-2. Город любви» (16+)
 00.00 «Дом-2. После заката» (16+)
 00.30 «Свадебный разгром. Комедия, Австралия, США, 2011 г.» (18+)
 02.20 «Дом-2. Город любви» (16+)
 03.20 «Школа ремонта» (12+)
 04.20 «Необъяснимо, но факт» (16+)
 05.20 «Два Антона» (16+)
 06.00 М/с «Пингвины из Мадагаскара» (12+)



06.00 Т/с «Последний бронепоезд» (16+)
 10.00 X/ф «Мексиканский вояж Степаныча» (16+)
 11.30 Концерт Михаила Задорнова «По родной стране» (16+)
 14.00 «День космических историй» (16+)
 15.00 «По звездному пути» (16+)
 16.00 «Лунная гонка» (16+)
 18.00 «НЛО. Секретные файлы» (16+)

19.00 «Сойти с орбиты» (16+)
 20.00 «Битва за Марс» (16+)
 21.00 «Морские дьяволы» (16+)
 22.00 «Тайна подводных цивилизаций» (16+)
 23.00 «Космические странники» (16+)
 00.00 «В поисках новой Земли» (16+)
 01.00 «Любовь древних богов» (16+)
 02.00 X/ф «Фантазм-2» (18+)
 04.00 X/ф «Чужой против чужого» (16+)



06.00 «Свадебное платье» (12+)
 06.30 «Одна за всех» (16+)
 07.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
 07.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
 07.03 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
 07.30 «Одна за всех» (16+)
 08.00 «Полезное утро» (0+)
 08.30 Т/с «Комиссар Рекс» (12+)
 09.30 «Сладкие истории» (0+)
 10.00 «Одна за всех» (16+)
 10.15 «Главные люди» (0+)
 10.45 X/ф «Неуловимые мстители» (0+)
 12.15 X/ф «Новые приключения неуловимых» (0+)
 13.50 X/ф «Корона Российской империи, или Снова неуловимые» (0+)

16.30 «Лавка вкуса» (0+)
 17.00 «Звездная территория» (16+)
 18.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
 18.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
 18.03 «Ваши поздравления!» (16+)
 19.00 Т/с «Великолепный век» (12+)
 21.00 «Жены олигархов» (16+)
 22.00 «Одна за всех» (16+)
 23.00 «Погода за окном» (0+)
 23.03 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
 23.05 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
 23.30 X/ф «Леди Чаттерлей» (18+)
 02.45 «Звездная жизнь» (16+)
 03.15 X/ф «Брачный контракт» (16+)
 04.15 «Городское путешествие» (0+)
 05.30 «Одна за всех» (16+)
 06.00 «Свадебное платье» (12+)



05.00 X/ф «Марья-искусница» (0+)
 06.15 X/ф «Отцы и деды» (6+)
 08.00 Д/ф «Мистер Икс российской истории» (0+)
 08.45 X/ф «Солдат Иван Бровкин» (6+)
 10.30 «События»

10.45 X/ф «Иван Бровкин на целине» (6+)
 12.40 «Смех с доставкой на дом» (12+)
 13.20 «Приглашает Борис Ноткин» (12+)
 13.50 «Московская неделя»
 14.20 Концерт «15 лет вместе!» (12+)
 17.00 X/ф «В погоне за счастьем» (12+)
 20.00 «В центре событий» (16+)
 21.00 «Приют комедиантов» (12+)
 22.55 «События»
 23.15 X/ф «Краповый берет» (12+)
 02.35 Д/ф «Траектория судьбы» (12+)
 04.10 «Хроники московского быта» (0+)



07.00 Д/ф «Холоднокровная жизнь» (6+)
 08.00 Д/ф «Прогулки с чудищами» (6+)
 09.00 Мультфильмы (0+)
 11.00 «Сейчас»
 11.10 Т/с «Детективы» (16+)
 19.30 «Сейчас»
 19.45 Т/с «Спецназ» (16+)
 22.35 Т/с «Спецназ-2» (16+)
 02.15 X/ф «Луна 2112» (16+)
 03.55 X/ф «Фэй Грим» (18+)
 05.40 Д/ф «Прогулки с чудищами» (6+)
 06.10 Д/ф «Холоднокровная жизнь» (6+)

Реклама, объявления

ВНИМАНИЕ: ТОРГИ!

Организатор торгов ООО «Сфера права» (ИНН 5501228598, КПП 550101001, ОГРН 1105543030284, 644122 г. Омск, ул. 5 Армии, д. 4, оф. 1, т. (83812)246309, sfera_prawa@mail.ru), действующее на основании поручения конкурсного управляющего по делу А27-2277/2011 от 31.10.2011г. Арбитражного суда Кемеровской области, объявляет торги по продаже имущества должника – ИП Цыганец Э.В. (ИНН – 421200343466 ОГРНИП 3044212058100466, 652523 Кемеровская область, г. Ленинск-Кузнецкий, пр-т Кольчугинский, 5-13) – в форме открытого аукциона на повышение стоимости, с открытой формой представления предложения о цене. Состав лота: 1/2 доля в праве собственности на здание магазина общей площадью 763,6 кв.м, кадастровый номер 42:26:000000:00004417/1:1000/А, расположенного по адресу: Кемеровская область, г. Ленинск-Кузнецкий, пр. Ленина, 84 «А». Начальная цена лота – 13 515 000 рублей, шаг аукциона – 5%, задаток – 10%. Имущество обременено залогом ОАО «Банк Москвы». Продажа имущества осуществляется в порядке, установленном Федеральным законом «О несостоятельности (банкротстве)» от 26.10.2002г. № 127-ФЗ, с учетом ст.250 ГК РФ. Преимущественное право приобретения имущества должника имеет супруг Цыганец Е.Ф., как участник долевой собственности. О намерении воспользоваться преимущественным правом Цыганец Е.Ф. должен письменно заявить организатору торгов в течение месяца с момента настоящей публикации. Торги состоятся 10 декабря 2012г. в 10.00, время подведения итогов торгов 10 декабря 2012г. в 12.00 на сайте электронной торговой площадки ООО «Аукционы Сибири» в сети Интернет по адресу <http://www.ausib.ru>. Дата начала приема заявок и задатка 29.10.2012г. в 10.00, срок окончания 04.12.2012г. в 16.00 (время московское). Задаток перечисляется по реквизитам организатора торгов р/с 4070281070130000313 в Омском филиале «НОМОС-БАЧКА» (ОАО) г. Омск, БИК 045209841, к/с:3010181080000000841. К участию в

торгах допускаются юридические и физические лица, признанные покупателями по законодательству РФ, своевременно подавшие заявку необходимой формы и раздела IV Приказа Минэкономразвития России от 15.02.2010г. № 54.

Прием заявок и документов осуществляется по адресу <http://www.ausib.ru> и оформляется в форме электронного документа. Ознакомление с имуществом, получение дополнительной информации по адресу: Кемеровская область, г. Ленинск-Кузнецкий, пр. Ленина, 84 «А», в рабочие дни, предварительно позвонив по телефону 8-903-907-8977. Документы, прилагаемые к заявке, представляются в форме электронных документов, подписанных электронной цифровой подписью заявителя. Победителем торгов признается участник, предложивший наиболее высокую цену за лот, в случае отказа участника долевой собственности, имеющего преимущественное право приобретения имущества. Прием заявок, проведение торгов и подведение итогов торгов проводятся в соответствии с приказом Минэкономразвития России от 15.02.2010г. № 54 и Регламентом проведения открытых торгов в электронной форме на электронной торговой площадке. В течение 5 дней с даты определения победителя торгов конкурсный управляющий Смолякова Н.П., ИНН 421201054450, член НП «СМСОАУ» (ИНН 5406240676, ОГРН 10254024788980, 644122 г. Омск, ул. 5 Армии, д.4, оф.1 т. (3812) 246309) заключает договор купли-продажи.

Оплата стоимости лота производится в срок не позднее 30 дней с момента подписания договора купли-продажи, на специальный счет Должника, указанный в договоре. Суммы внесенных заявителями задатков возвращаются всем заявителям, за исключением победителя торгов, в течение пяти рабочих дней со дня утверждения протокола о результатах проведения торгов. Ознакомиться с проектом договора о задатке, с проектом договора купли-продажи имущества можно на электронной площадке.

Примите к сведению!

В связи с ремонтом будет произведено отключение электроэнергии:

31.10; 01, 02, 06.11.2012г.

с 9.00 до 17.00

Ул. Фрунзе, 25 – 69, 24 – 56; ул. Куйбышева, 11; ул. Камышанская, 61 – 97, 70 – 112; ул. Буденного, 29 – 57; ул. Моховская, 45 – 49.

31.10.2012г.

с 9.00 до 16.00

Ул. Средняя, 2 – 12; ул. Посадочная, 1 – 16, 2 – 18; ул. Районная, 7 – 2, 8 – 26; ул. Заречная, 2 – 6; ул. Байкаимская, 9 – 61, 4 – 22; пер. Районный.

01.11.2012г.

с 9.00 до 16.00

Ул. Заречная, 8 – 14, 5; ул. Средняя, 18 – 84, 19 – 61; ул. Байкаимская, 10 – 34, 61 – 65; пер. Заречный.

с 9.00 до 13.00

Ул. Декабристов, 5 – 33, 2 – 52; ул. Павленко, 1 – 7, 36 – 38; ул. Щедрина, пер. Декабристов, 4 – 8, 7 – 9; пер. Павленко, 25 – 43, 22 – 36; пер. Щедрина, 29 – 35, 20 – 42; пер. Плотный, 3 – 9, 4 – 20.

02.11.2012г.

с 9.00 до 16.00

Ул. Васнецова, 17 – 23, 40 – 44; ул. Ермака, ул. Гражданская, ул. Карамзина, 2 – 20, 7 – 49; ул. Некрасова, 2 – 18, 3 – 17; ул. Омская, 33 – 35, 44 – 54.

с 9.00 до 17.00

Ул. Зимняя, 5а – 49, 4 – 28; пер. Грамотеинский, 2 – 12.

06.11.2012г.

с 9.00 до 16.00

Ул. Средняя, 33 – 124, 63 – 81; ул. Заречная, 71 – 113, 96 – 152.

с 9.00 до 17.00

Ул. Прокопьевская, 116, 216; ул. Орджоникидзе, 51 – 59, 62 – 68; ул. Зорина, 7а, 7 б, 13; ул. 8 Марта, 47 – 53, 38 – 48; ул. Горького, 44, 44а.

ООО «Ленинск-Кузнецкая Электросеть».

ЕСЛИ НИЧЕГО НЕ ЗНАТЬ О СПИДЕ, ТО ОТ СТРАХА МОЖНО УМЕРЕТЬ

У Марии - ВИЧ-инфекция. Известие о том, что она больна, стало для молодой женщины шоком. Впрочем, как и для ее немногочисленных друзей, с которыми она общается с самого детства. Теперь ей придется строить свою жизнь по-новому.

ПЕРВАЯ РЕАКЦИЯ

Люди, употребляющие наркотики, убивают себя с каждой дозой. Как показывает практика, именно эта категория ВИЧ-инфицированных воспринимает известие о своей болезни легче всего. Но для тех людей, кто ведет вполне нормальный, здоровый образ жизни, к которым относится и Мария, первая реакция на диагноз – шок. Кажется, что движение жизни остановилось, и впереди – страшный, мучительный конец. К тому же – страх, что общество, заранее определившее всех ВИЧ-инфицированных в разряд наркоманов, доступных женщин и сексуальных извращенцев, будет относиться также и к тебе. И тут появляются мысли: а, может быть, всё кончить разом?

Стоп! Все эти мысли, страхи, паника – от безграмотности. На самом деле жизнь продолжается.

Марии всего 28 лет. Она работает в одном из многочисленных офисов. Не наркоманка, и уж тем более не женщина легкого поведения. Как и все – училась, работала, пыталась устроить личную жизнь. Год назад вышла замуж. До этого был «пробный» брак с другим человеком, но, к сожалению, все закончилось разрывом. Заподозрить в чем-то этого «приличного» человека она не могла. А нынешний муж оказался совершенно здоров.

На адаптацию психики, привыканию к новой, страшной мысли ушло немало времени. И это – далеко не самый тяжелый случай. У некоторых, особо мнительных людей, шоковое состояние может продолжаться на протяжении всей жизни.

– Это было время, когда я будто не жила, – рассказывает Мария. – Я, как в замедленном кадре, еле двигалась, плохо слышала и понимала окружающих. Пришлось обратиться к психологу.

Именно незнание и дезинформированность по поводу заболевания заставляют людей обрекать себя на такие страдания. Многие ВИЧ-инфицированные живут в семьях, где все остальные здоровы. И сразу ты становишься белой вороной. А ведь подхватить ангину или тяжелый грипп в быту гораздо проще, ведь эти заболевания намного заразнее ВИЧ. Вирус иммунодефицита очень неустойчив во внешней среде. Он погибает от горячей воды и любого дезинфицирующего средства. К тому же он вообще не живет вне организма человека. Наука не знает ни одного случая заражения бытовым путем. Опасное количество вируса содержится в крови, и то только свежей. Заражение произойдет, если такая кровь попадет в открытую рану здорового человека.

ОНИ НЕ ЧУЖИЕ И НЕ ПРИШЕЛЬЦЫ

С этим приходится мириться, но как-то дико узнавать, что в наш просвещенный

век о ВИЧ-инфекции и СПИДе люди имеют весьма поверхностные представления. Многие считают, что раз эта беда их не коснулась, то и задумываться о ней особо не стоит. Но стоит лишь заговорить о цифрах – обеспокоенность за свое собственное здоровье сразу же появляется. Только с начала 2012 года в Ленинске-Кузнецком зарегистрировано 240 вновь выявленных случаев ВИЧ-инфекции. И это только те, кто пришел сдавать кровь самостоятельно, в ходе какого-либо исследования. А ведь у каждого из них есть половые партнеры, порой и не один, а если выявленный ВИЧ-инфицированный употребляет наркотики и пользуется со своими товарищами одним шприцем – масштаб предполагаемого заражения значительно расширяется. Это латентная (скрытая) составляющая, которая со временем тоже проявится.

В нынешнем году на территории Кемеровской области было зарегистрировано свыше 28400 случаев ВИЧ-инфекции, показатель на 100 тысяч населения составил 1001,6. Задумайтесь – стоит ли отодвигать проблему на задний план, действуя по принципу: пока гром не грянет – мужик не перекрестится? Инфицированные люди живут среди нас, и потенциальная опасность заражения актуальна для всех.

В середине восьмидесятых годов прошлого столетия, когда исследование ВИЧ-инфекции только начиналось, весь мир был восхищен «подвигом» принцессы Дианы, пожалевшей руку ВИЧ-инфицированному человеку. Сегодня дополнительно известно, что через рукопожатие СПИД не передается, но все же информированность многих людей об этом заболевании по-прежнему остается на уровне далеких восьмидесятых. И те, кто узнает о своей инфицированности вирусом, склонны считать, что жизнь их теперь закончилась. Конечно, ВИЧ-инфекция – опасное заболевание, но культивировать страх и тем более оторвать из своей жизни заболевших людей не следует. Чтобы не бояться болезни, нужно знать о ней всё.

СОЗНАНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ, СО ЗНАНИЕМ!

На деле, как рассказывает Мария, самым страшным оказывается внутренняя изоляция, когда ты хочешь, но не можешь поделиться с близкими людьми, рассказать о своей беде, боясь неправильной реакции. Конечно, отторжение в подобной ситуации – не редкость. И чаще всего люди просто скрывают свой диагноз от окружающих.

– Мне искренне жаль тех, кто вынужден скрывать свой диагноз абсолютно от всех, – рассказывает Мария. – Такой человек, по сути, – один на целой планете. Это очень тяжело.



Слушая ее, понимаешь, что каждый человек должен иметь хотя бы минимум знаний о СПИДе – пути заражения и передачи ВИЧ-инфекции, чтобы не впасть в панику, случайно узнав о диагнозе близкого человека.

До недавнего времени основной группой риска считались люди с гомосексуальной ориентацией, наркоманы и женщины легкого поведения. Однако статистика показывает, что опасность заражения ВИЧ одинаково возможна для всех людей, независимо от того, к какой социальной группе они принадлежат или какой сексуальной ориентации придерживаются.

Каждому нужно знать, что иммунодефицит – это потеря организмом способности сопротивляться инфекциям. Пути передачи ВИЧ хорошо изучены наукой. Во-первых, вирус может попасть человеку при контакте кровь в кровь. Это происходит, когда используют нестерильные медицинские инструменты, такие, как скальпели и шприцы, переливают непроверенную кровь. Но чаще всего заражение происходит через иглу при употреблении наркотиков.

Во-вторых, ВИЧ передается при незащищенном половом контакте. Вирус проникает внутрь организма через слизистую и открытые ранки на коже. Внешне больной человек никак не отличается от здорового. Так и Мария не могла определить, что ее молодой человек, с которым собиралась строить серьезные отношения, заражен этим вирусом. Такое может случиться с каждым. Ведь никто не ведет своего нового знакомого и по-

тенциального избранника в поликлинику сдать кровь на ВИЧ-инфекцию.

В-третьих, ВИЧ может передаваться от матери к ребенку во время родов или в период грудного вскармливания. Но даже у инфицированной женщины могут родиться здоровые дети. При правильном лечении матери риск передачи вируса ребенку не превышает двух-трех процентов.

Другие жидкости человеческого организма: слюна, пот, слезы – не опасны. Вирус может там находиться, но в очень малом количестве. Например, для того, чтобы заразиться от человека через слюну, ее понадобится три литра, пота – целая ванна, а слез – бассейн. Так что целоваться – безопасно. ВИЧ не передается, если пожать руку инфицированному человеку или обнять его, потому что неповрежденная кожа – непреодолимый барьер для вируса. ВИЧ не передается через полотенца, одежду, постельное белье – вирус быстро погибает во внешней среде. Невозможно заразиться им в бассейне, сауне, ванной. За 25 лет эпидемии ВИЧ ни разу не передался ни в маникюрном салоне, ни у стоматолога. За все время существования вируса не зарегистрировано ни одного случая его передачи бытовым путем!

М. СТРЕЛЬНИКОВА.
Психолог ГБУЗ КО «Ленинск-Кузнецкий центр СПИД».

**«Ленинск-Кузнецкий»
центр СПИД»:
улица Земцова, 9.**

Страница
для автолюбителей



Символ чистоты

0,0 промилле сохраняется

Белые годежанные автомобили продаются намного легче авто других цветов. К такому выводу пришли эксперты, проанализировавшие ситуацию на рынке Великобритании за последние пять лет.

Автомобили белого цвета, как правило, сохраняют цену и уровень спроса. Анализ показал, что покупателей интересуют также синие и фиолетовые легковушки. Не в пример нашим автолюбителям, в числе нежеланных на туманном Альбионе считают автомобили зеленого цвета.

Для первых лиц

Управляющий делами президента России В.Кожин сообщил в прессе, что новый автомобиль для первых лиц государства проходит тесты.

Машина сконструирована на базе ЗИПа в кооперации с такими известными брендами, как БМВ и «Форд». Как отмечают специалисты, это будет целая линейка автомобилей — от представительного лимузина до автомобиля самой простой комплектации и микроавтобуса.

ПРИВОД ГРМ: ремень? цепь?

В современных двигателях часто механизм ГРМ приводится зубчатым ремнем или цепью. А что предпочтительнее? На самом деле у каждого типа привода есть свои плюсы и минусы. Главные преимущества цепной передачи — это ее долговечность. Если при изготовлении цепи использовались высококачественные материалы, а ее эксплуатация проходит с соблюдением всех необходимых условий (обильная смазка, правильное натяжение и т.д.), то она может служить очень долго. По крайней мере, не меньше, чем сам мотор.

К тому же цепь компактнее ремня, ширина которого обычно достигает 2–3 см. С другой

Такие решения вынесла фракция «Единой России» в Госдуме. Кроме того, за езду в пьяном виде или отказ от медицинского освидетельствования депутаты хотят наказывать штрафом в 50 тысяч рублей и лишением водительского удостоверения на три года. Напомним, что порог в 0,3 промилле был отменен в 2010 году.

Робот за рулем

Это уже не фантастика. Как сообщили некоторые средства массовой информации, в Калифорнии на дороги вышли автомобили, управляемые роботами. Этот штат стал третьим в Америке, где разрешили ехать на дороге автомобилям без водителей. Пока таких автомобилей три. На них установлены особые номерные знаки, позволяющие отличить их от обычных машин. Автомобили оснащены пятью радаром, ведущими сканирование окружающего пространства на 70 метров. Один установлен на крыше, четыре — на бамперах, которые позволяют определить расстояние до объектов. Кроме того, машины оснащены специальными датчиками.

стороны, цепной привод дороже и сложнее в производстве. Поэтому чаще он применяется в двигателях дорогих автомобилей, таких, как, например, БМВ, «Mercedes» или «Jaguar». Зубчатый ремень обходится автопроизводителю заметно дешевле. Благодаря этому он получил широкое распространение на моторах массовых, доступных машин. Еще один весомый аргумент в его пользу — при работе он производит меньше шума, чем цепь. Что же касается срока службы — основного минуса ремня, то сегодня многие производители заявляют его на уровне 100 000–150 000 километров. А это согласитесь, совсем не мало...

ДОРОГА для водителей не лишена всевозможных неожиданностей. Никогда нельзя на 100% быть уверенным в исправности своего автомобиля. И для того, чтобы дорога не преподнесла нам неожиданные «сюрпризы», лучше подготовиться к ним заранее.

Конечно, если водитель обладает достаточным багажом знаний и навыков, то в большинстве случаев он найдет выход из сложившихся ситуаций. Но что делать, если неисправность автомобиля серьезная и устранить ее в дорожных условиях просто невозможно? В этом случае единственный и верный выход — доехать на буксире. Поэтому не забывайте брать с собой в дорогу буксирный трос. Пусть лучше вы постоянно будете ездить с буксирным тросом, и он вам ни разу не понадобится, чем однажды окажетесь без него в трудной ситуации.

Буксирный трос лучше брать нейлоновый, поскольку он достаточно эластичный, прочный и, кроме того, занимает мало места в багажнике. Длина буксирного троса должна быть, согласно правилам дорожного движения, от 4 до 6 м. При буксировке необходимо закрепить на тросе через каждый метр флажки для лучшей его видимости в дневное и ночное время суток. Перед буксировкой необходимо водителям договориться как о скорости предстоящего движения, так и о предупредительных сигналах. Во-первых, перед началом движения ведущий водитель обязательно должен включить фары ближнего света, а ведомый водитель — аварийную сигнализацию. Кроме того, в случае вынужденной остановки водители должны предупредить друг друга об этом путем мигания фар или звукового сигнала. Для предупреждения ведомого водителя о возможном торможении ведущий, как правило, подает сигнал путем нескольких легких нажатий на педаль тормоза. Для оповещения друг друга о предстоящих маневрах водители обычно

БУКСИРОВКА АВТОМОБИЛЯ

используют сигналы указателей поворотов. Кроме того, в процессе буксировки необходимо соблюдать следующие основные правила.

1. Для того, чтобы движение было плавным и без рывков, буксирный трос всегда должен быть в натянутом состоянии. Таким образом, ведущий водитель, трогаясь, должен сначала плавно натянуть трос или же потянуть за него, что ведомый автомобиль начал двигаться, должен постепенно увеличивать скорость.
 2. Разгоны, торможения и переключения передач должны выполняться плавно. Особенно это касается подъемов, спусков, поворотов.
 3. По мере возможности, ведомый водитель при движении должен немного (в пределах разумного) сместить свой автомобиль к центру дороги для обеспечения лучшего обзора.
 4. Скорость буксировки должна быть не более 50 км/ч.
 5. Автомобиль с неисправным или недействующим рулевым управлением должен буксироваться только с частичной его погрузкой на специальное опорное приспособление или платформу.
- Буксировка запрещается:**
- в гололедицу;
 - на гибкой сцепке;
 - мотоциклами, не имеющими бокового прицепа;
 - в случае, если общая протяженность сцепленных автомобилей составляет более 22 м (для маршрутных транспортных средств допускается длина сцепления до 30 м);
 - для двух и более автомобилей одновременно;
 - для автомобиля или иного транспортного средства с прицепом.

КАК НЕ УБИТЬ АККУМУЛЯТОР

Автомобильные аккумуляторы требуют пусть не трепетного, но бережного отношения. Для них губны и сильный холод, и знойная жара. Но чаще всего их губит неправильная эксплуатация.

Причины выхода из строя автомобильного аккумулятора

Заряд автомобильного аккумулятора повышенным током. Последствия: для электролита, коррозия электродов, разрыв, разрушение сегментов, осыпание активной массы и т. п.

Систематический перезаряд автомобильного аккумулятора из-за неисправности системы «зарядки» автомобиля. Последствия: снижается уровень электролита, повышается его плотность, что ведет к сульфатации электродов.

Перегрев автомобильного аккумулятора. В летнюю жару, если температура электролита превышает +35°C, процессы износа электродов активизируются.

Загрязнение электролита. Автомобильный аккумулятор необходимо протирать чистой тряпкой. Если грязь попадет в электролит, то аккумулятор будет «умирать».

Долив недистиллированной воды. Электроды очень быстро теряют работоспособность, и автомобиль-

ный аккумулятор выходит из строя.

Использование неспециализированного электролита из технической серной кислоты.

Короткое замыкание. Оно может моментально вывести автомобильный аккумулятор из строя.

Пониженное напряжение бортовой сети. Автомобильный аккумулятор систематически разряжается, плотность электролита снижена. Снижение емкости из-за низкой температуры, особенно в зимний период. Если вовремя не подзарядить автомобильный аккумулятор, он потеряет работоспособность. Поэтому даже необслуживаемые АКБ желательно эпизодически подзарядать стационарной установкой.

Замораживание автомобильного аккумулятора в сильные морозы ведет к снижению плотности электролита ниже допустимых значений. Корпус может дать трещину, и электролит вытечет. Обычно такое случается, если доливают дистиллированную воду после постановки машины на стоянку, из-за чего она не смешивается с электролитом, или оставляют глубоко разряженную АКБ на морозе после безуспешных попыток пуска двигателя.

Использование мощного неспециализированного пускового

устройства для запуска холодного двигателя. Автомобильный аккумулятор может «взорваться» из-за вскипания электролита и избытка выделяемых газов.

Глубокий разряд стартерными токами. При затрудненном пуске, когда стартер перестает «проворачиваться», автомобильный аккумулятор разряжается до такой степени, что начинают корродировать и осыпаться пластины.

Если не доливать дистиллированную воду, аккумулятор выйдет из строя.

Обслуживание

автомобильного аккумулятора

Название «необслуживаемый» не означает, что контроль операций, проверка ременя; натяжка накопителей на клеммах, своевременная их очистка от окислов; очистка корпуса от грязи; проверка вентиляционных каналов для удаления газа, образующегося в процессе работы автомобильного аккумулятора.

Зарядать автомобильный аккумулятор необходимо от источника постоянного тока. При этом устройство, предназначенное для заряда одной 12-вольтовой батареи, должно обеспечить возможность увеличения зарядного напряжения до 16,0–16,5 В, иначе зарядить необслуживаемую АКБ полностью (до 100%) не удастся.

Если уровень электролита доводить до нормы путем доливки дистиллированной воды, автомобильный аккумулятор очень быстро выйдет из строя. Если уровень нечего не доливать, ресурс так же существенно снизится.

КУДА ПОЙТИ, ЧТО ПОСМОТРЕТЬ Здесь вас ждут, здесь вам рады

Дата	Время	Мероприятие
ДК им.Ярославского (пр.Кирова, 106), тел.: 7-30-20, 7-29-07		
26.10	11.00	Молодежная программа по борьбе с наркотиками «Нас не победить»
ДК «Строитель» (ул.Рижская, 20), тел. 2-76-01		
27.10	20.00	Молодежно-танцевальная программа «Веселая вечеринка»
ДК «Никитинский» (пр.Шахтеров, 21), тел. 6-32-73		
27.10	21.00	Молодежная развлекательная программа «Танцевальный бум»
Выставочный зал (пр.Кирова, 62), тел. 3-33-49		
29.09–31.10		Персональная выставка Ю.Михайлова «Казачий строй» – скульптура, графика, куклы, г.Мариинск
ДМШ № 12 (ул.Пушкина, 17), тел. 7-15-46		
26.10	19.00	«Гала-концерт трех баритонов», посвященный юбилею Муслима Магомаева

Эксклюзивное предложение

от компании
«Тенториум»



Первая (человеческая) компания
Тенториум

Продуктовый набор для руководителей, повышающих интеллект



(улица
Энгельса, 8,
среда -
с 14.00
до 17.00).

Телефон 8-905-900-6299.

ВНИМАНИЮ ГОРОЖАН!

Диагностика всего организма после полуторачасовой лекции о рассмотрении причин заболевания.

Запись по телефону: 8-908-947-6003
(Наталья Алексеевна).

ПРИГЛАШАЮТ НА РАБОТУ

В городскую инфекционную больницу требуются: санитарки, медицинская сестра процедурной; слесарь-сантехник (желательно пенсионер). Обращаться в о/к по ул. Чекмарева, 7.

Телефоны для справок: 5-21-21, 5-21-13.

ПРЕДЛАГАЮТ УСЛУГИ

Коллегия адвокатов № 31
Ведение уголовных и гражданских дел, составление заявления в суд, арбитраж. Жилищные, наследственные, возмещение ущерба по ДТП, дела частного обвинения, обжалование приговоров.

Адрес:
пр. Кирова, 55,
тел. 7-33-75
xxx

Водоснабжение. Отопление. Вентиляция. Дома, коттеджи, квартиры. Демонтаж, монтаж водоснабжения, отопления, отопительных приборов. Замена стояков, разводка по квартире. Установка котлов, водосчетчиков, насосов, душевых кабин, водонагревателей, радиаторов. Большой опыт работы. Материал - металл, металлопластик, полипропилен. Качественно. Гарантия. Договор. Расчет наличный, безналичный.
Тел. 8-952-926-2413.
xxx

Монтаж водопровода (можно без вскрытия грунта), копка и монтаж канализационных ям в частном секторе. Быстро, качественно, недорого.
Тел.: 8-951-172-4349,
8-923-503-4210.
xxx

Кладка печей, обшивка жстью. Монтаж отопления,

водоснабжения, канализации. Ремонт и монтаж кровли (крыши).

Тел. 8-951-589-7508.
xxx

Ремонт крыш гаражей и производственных объектов. Заливка фундамента. Установка заборов. Любые сварочные работы без доступа к электричеству.

Тел.: 8-913-283-3138,
8-906-934-4646.
xxx

Водопровод, канализация траншейным и бестраншейным способами, автономное отопление.

Тел.: 8-951-587-1929;
8-951-606-1829;
8-950-583-9818.
xxx

Замена, ремонт водоснабжения, отопления, канализации. Любым материалом. Быстро, качественно, недорого.

Тел.: 8-951-172-4349,
8-923-503-4210.
xxx

Привезу уголь по вашим талонам, песок, пгс, шлак, навоз и т.д. Тел. 8-908-942-6917.
xxx

Репетитора по математике – 5–11-е классы. Интенсивная подготовка к ГИА – 9-е классы, ЕГЭ – 11-е классы.
Тел. 8-908-954-5591.

ДЕНЬ ПАМЯТИ

30 октября, в День памяти жертв политических репрессий, приглашаем всех реабилитированных граждан и членов их семей в 11.00 принять участие в панихиде у часовни иконы Божией Матери «Всех Скорбящих Радости» и возложении цветов к «Камню памяти» (напротив прокуратуры).

Т. ФРОШКАЙЗЕР.
Начальник УСЗН.

ПРИГЛАШАЕМ НА ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ!

* Диагностика всего организма по доступной цене (акция) *Бесплатный вибромассаж
Запись по телефону: 8-913-439-2779.



РЕМОНТ

СТИРАЛЬНЫХ,
ПОСУДОМОЕЧНЫХ
МАШИН, ЭЛЕКТРОПЛИТ,
МИКРОВОЛНОВЫХ ПЕЧЕЙ,
ВОДОНАГРЕВАТЕЛЕЙ

ЗАПЧАСТИ
ГАРАНТИЯ
СКИДКИ
БЕЗ
ВЫХОДНЫХ

Тел.: 8-983-251-87-28

ПРОДАМ

3-комнатную крупногабаритную квартиру (в районе ДК им. Ленина), телефон 4-00-85;
xxx

«ВАЗ-21074», 2010 года выпуска. Пробег – 7000 тыс. км. Цвет – светло-серебристый металлик. Цена – 160 тыс.рублей.

Телефон 8-906-933-1702;
xxx

«Дайхатцу», 2000 г., цвет синий; ХТС; зимняя шипованная резина; вложений не требует. Цена – 183 тыс. руб. Небольшой торг.

Телефон 8-904-574-4636;
xxx

дублёнку жен., р.48-й (до колена, коричневая, с богатым воротником из енота). Очень оригинальный покрой. Облегчённая. Недорого.

Телефон 8-983-213-35-11;
xxx

земельный участок, 15 соток (с. Подгорное, ул. Центральная, 9). Железное ограждение, колонка, скважина, насаждения, фундамент под баню 4x4. Рядом: остановка, магазин, клуб, сбербанк, почта, речка, лес, дорога полностью – от Ленинска до с. Подгорное – асфальтированная. 120 тыс., торг, рассрочка.

Телефон 8-951-597-8157;
xxx

шубу из меха нутрии (размер 48–50-й), в хорошем состоянии. Тел. 3-82-70;
xxx

двойной киоск на сельском рынке (№ 18 вместе с детским товаром). Товар по новосибирским ценам. Недорого.

Тел.: 8-951-606-1577, 3-38-26;
xxx

дом в пгт Крапивинский, на берегу реки Томи.

Телефоны:
8-950-579-1711, 8-923-611-6777;
xxx

капитальный гараж, 7 x 5 (у троллейбусного парка). Имеется погреб.

Телефон 8-950-583-4223;
xxx

гараж металлический, 3,5 x 6 (2-й микрорайон, магазин «Гермес»).

Телефон 8-950-583-4223.

ТРЕБУЮТСЯ

Новые возможности на рынке труда.

Телефон
8-951-614-0064.
xxx

Полная и частичная занятость. Несколько видов дохода. (Звонить с 11.00 до 21.00.)

Телефон
8-913-439-2779.
xxx

Требуются в офис творческие, самостоятельные, целеустремлённые. (Звонить с 11.00 до 21.00.)

Телефон
8-904-371-8026.
xxx

Срочно. В офис сотрудники.

Тел. 8-951-222-5958.
xxx

Работа для тех, кто стремится к доходам.

Тел. 8-961-725-4916.
xxx

Работа с деловыми бумагами. Обучение. Возможно совмещение.

Тел. 8-950-585-8994.
xxx

Хотите получать не только доход, а создать постоянно растущий денежный поток? Не упустите свой шанс. Звоните!

Тел. 8-951-170-2035.

ЗДЕСЬ ВАМ ПОМОГУТ

БРОСИТЬ ПИТЬ без кодирования и гипноза (методом КВЧ, лазероблокирования). Пройдя два сеанса, вы избавитесь от алкогольной зависимости.

Прием – с 9.00 до 14.00.

БРОСИТЬ КУРИТЬ – по записи.

В КОРРЕКЦИИ ВЕСА – по записи.

Доктора Вергун О.Н., Вергун С.Н., г. Новокузнецк, ул. Бардина, 10, тел.: (8-384-3) 73-71-82, 73-75-68. Воскресенье – выходной. Имеются противопоказания. Необходима консультация врача.

Лицензия 42-01-000493, выд. 07.06.2007.



Администрация и профсоюзная организация ФГБЛПУ «Научно-клинический центр охраны здоровья шахтеров» скорбят в связи с преждевременным уходом из жизни

АБРАШКИНА
Юрия Валентиновича

и выражают искренние соболезнования семье и близким покойного.
В эти тяжелые минуты мы разделяем вашу горе и скорбь.

Поздравляем Ивана Алексеевича и Раису Александровну БРЕДИХИНЫХ с бриллиантовой свадьбой!

Любимые наши, родные,
Не скрыть на висках седины,
Ваш характер – бриллиант,
Брак ваш – лучший вариант!
Вы – пример для нас всегда,
Пережили все года:
И голодные, лихие, урожайные и злые.
Всю вашу силу вы находите друг в друге.

Чтоб глазки, родимые, ваши
Не знали предательских слёз,
Чтоб вечно вы были с нами,
Тепло дарили и ласку,
Ведь мы дорожим сильно вами.
Вы 60 лет прожили любя,
И минули все-все невзгоды.
Пусть солнышко сияет над вашими сердцами!
Дети, внуки, правнуки.

Администрация и профсоюзная организация Ленинск-Кузнецкой автоколонны поздравляют водителей, кондукторов, ремонтников, инженерно-технических работников, пенсионеров и ветеранов предприятия, а также всех пассажиров города с Днём работников автомобильного транспорта!

Примите искренние пожелания здоровья, счастья, хорошего настроения, новых надёжных машин и отличных дорог!

А.А. ПАСТУХОВ.
Начальник филиала Беловского ПАТП
"Ленинск-Кузнецкая автоколонна".
Ю.И. АФАНАСЬЕВ.
Председатель профкома.

Реклама, объявления

КУПЛЮ
фарфоровые
статуэтки
советского
периода.
Телефон
8-913-296-4095.

КРЕДИТНЫЙ СОЮЗ СОЛИДАРНОСТЬ
ОГРН 1034212003044 Основан в 2003 году

9 лет
Вашего доверия

ЗАЙМЫ НА ПРИОБРЕТЕНИЕ ЖИЛЬЯ
СБЕРЕЖЕНИЯ 22%
ставка до
прогрессивная ГОДОВЫХ

ЗАЙМЫ для ПЕНСИОНЕРОВ и РАБОТАЮЩЕГО НАСЕЛЕНИЯ
до **60 000** рублей
на льготных условиях

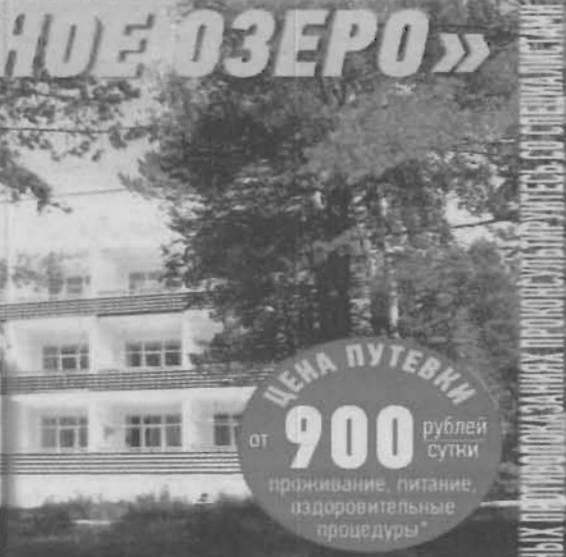
г. Полысаево, ул. Космонавтов, 57, ☎ 2-53-11
г. Ленинск-Кузнецкий, пр. Кирова, 38, ☎ 7-22-87
г. Ленинск-Кузнецкий, пр. Ленина, 76а, ☎ 3-41-05
пгт. Зеленогорский, Торговый центр, ☎ 2-55-24, 8-951-5-888-928

САНАТОРИЙ
www.lesnoezero.ucoz.com

«ЛЕСНОЕ ОЗЕРО»

ОТДЫХ В СОСНОВОМ БОРУ
на святых источниках
Салаирского края

- лечебные ванны, подводный душ-массаж
- сухая углекислая ванна;
- медицинский массаж (ручной, механический)
- физиолечение;
- аэрофитотерапия;
- теплолечение;
- кислородный коктейль, фиточай



ЦЕНА ПУТЕВКИ
от **900** рублей
сутки
проживание, питание,
оздоровительные
процедуры*

Кемеровская область, Гурьевский район, Лесное озеро,
Тел 923-485-8777, lozero2010@yandex.ru

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

http://www.rambler.ru

	26 октября		27 октября		28 октября		29 октября		30 октября		31 октября		1 ноября	
	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ
Облачность, осадки														
Давление, мм	750	750	747	749	753	753	753	755	749	747	736	735	747	750
T, °C	-8	-5	-8	-5	-10	-3	-4	0	-6	+2	-4	+2	-5	-2
Влажность, %	70	63	70	51	83	66	78	79	90	64	64	51	86	76
Ветер, м/сек.	Ю-В 1	Ю-В 2	С 1	С-З 1	Ю 3	Ю 2	Ю-З 3	Ю 1	Ю-В 3	Ю-В 2	Ю-В 4	Ю 3	Ю-З 3	З 2
Долгота дня	9.38		9.34		9.30		9.26		9.21		9.16		9.12	

*Прогноз долгосрочный, возможны изменения.

Городская Газета

УЧРЕДИТЕЛИ:

Администрация Ленинск-Кузнецкого городского округа и автономное учреждение «Редакция газеты «Городская газета» города Ленинск-Кузнецкого»

Газета основана 1 октября 1930г.

До 1994г. выходила под названием «Ленинский шахтер».

Главный редактор С.П.БАРАНОВ.

Газета перерегистрирована Сибирским окружным межрегиональным территориальным управлением Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций 28 мая 2003 г. Рег. №: ПИ 12 - 1893
Выходит 3 раза в неделю: во вторник, среду, пятницу. Индекс 51915.. Тираж 4600

Адрес редакции и издателя:
652500,
г. Ленинск-Кузнецкий
Кемеровской области,
пр.Кирова, 476

Электронный адрес:
gazeta@lnk.kuzbass.net
GorodGaz@yandex.ru

Телефоны редакции:

главный редактор – 5-13-45; заместитель главного редактора – 7-04-54; отделы: промышленный – 5-21-93, строительный – 5-20-53, социальной сферы – 5-20-38; бухгалтерия (приём рекламы и объявлений) – 5-14-56.

Авторы опубликованных материалов несут ответственность за достоверность и точность приведенных фактов. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. За содержание рекламных материалов отвечают рекламодатели. Ответственность за достоверность информации несут рекламодатели. Ответственность за достоверность информации несут рекламодатели.

Газета отпечатана в ОАО «ИПП «Кузбасс», г. Кемерово, пр-т Октябрьский, 28.

Объем 4 п.л. Номер подписан в печать в 12 часов 25.10.2012г.

Печать сфрегатная. В розницу - свободная цена.