

Городская газета

№ 11 (20554). Пятница, 31 января 2014г.

Читайте в номере:

Спортзал
для будущих
чемпионов

2

Помочь тем,
кому
трудно

3

Любимые
каналы ТВ

5-12

Почтальон
получает
награду

7

У каждой
болезни
свой срок

10

Началась
досрочная
подписка

16

Любят в городе троллейбус!

30



С юбилеем!

8-9-я стр.

Фото Ю.ГАЛАНДИНА.



В КАЛЕНДАРЕ воинской славы России 2 февраля – один из самых знаменательных дней. Более семи десятилетий назад, в 1943 году, советские войска завершили разгром врага в Сталинградской битве, положив начало коренному перелому в ходе Великой Отечественной войны.

Эхо великой битвы

Сегодня среди наших фронтовиков остаются в строю всего три участницы исторической битвы за город на Волге. Это Елена Николаевна Ванина, Александра Яковлевна Зимина и Нина Ильинична Саблина. По сложившейся традиции ветеранов Сталинграда пригласили в городской краеведческий музей, где они сегодня в центре внимания встречи поколений. Здесь, как всегда, расскажут о военном лихолетье и дадут слово очевидцам исторических событий, внимательно

выслушают их воспоминания, покажут кинохронику тех незабываемых лет. Долгим эхом войны прозвучит взволнованный призыв ведущей помнить о народном подвиге и хранить мир на земле. Ленинск-кузнецчанкам, прошедшим Сталинград, вручат подарочные наборы и поздравительные открытки от главы города В.Н. Телегина.

Для Елены Николаевны Ваниной эти дни особые: 27 января сняли блокаду Ленинграда, а 2 февраля, годом ранее,

разгромили фашистов на Волге. Фронтовичка обороняла город-герой на Неве, участвовала и в Сталинградской битве, а затем освобождала от фашизма Европу, встретив Победу на территории Австрии. Недавно она подарила музею уникальную книгу своих стихов и воспоминаний, которая называется «Эхо войны». Эта реликвия сразу стала частью не только музейных фондов, но и всего историко-культурного наследия города.

И. ВЕТРОВ.

СВЫШЕ 160 новых потребителей Ленинска-Кузнецкого получили в 2013 году качественную электроэнергию от Ленинск-Кузнецкой электросети, в том числе школа-интернат №6 VIII вида и детский садик № 34.

2013 год стал рекордным по количеству выполненных технологических присоединений к городским электрическим сетям. Все заявки были выполнены качественно и в установленные сроки. В результате еще 143 частных домовладельца и 20 предприятий и учреждений Ленинска-Кузнецкого получили возможность пользоваться электроэнергией.

Для этого специалисты общества «Ленинск-Кузнецкая электросеть» дополнительно построили 5 километров магистральных воздушных линий напряжением 0,4 кВ и 2 км вводов в частные дома с применением новых технологий. Были установлены долговечные железобетонные опоры, на которых смонтирован самонесущий изолированный провод, более безопасный и надежный в эксплуатации.

На эти цели Северо-Кузбасская энергетическая компа-

ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЮ – В КАЖДЫЙ ДОМ



ния направила более шести миллионов рублей. Причем потребители заплатили лишь по 550 рублей каждый (191,4 тыс. рублей), то есть минимальную ставку согласно Правилам технологического присоединения, утвержденным Постановлением Правительства РФ № 861 (так как заявленная мощность составила до 15 кВт).

Всего в прошлом году пред-

приятия СКЭК выполнили около тысячи (985) заявок на технологическое присоединение в Кемерове, Березовском и Ленинске-Кузнецком. Работ выполнено на сумму 52 млн рублей, при этом плата потребителей, подавших заявки, составила 840,4 тыс. рублей.

На снимке: и у школы-интерната теперь надёжное энергоснабжение.

В новый зал словно вошло дыхание Сочи!

В школе № 1 прошло торжественное открытие капитально отремонтированного спортивного зала. На празднике присутствовали руководители администрации и депутаты городского Совета, представители департамента образования и науки Кемеровской области, видные спортсмены - кикбоксёры, гимнасты, выступившие с показательными выступлениями. А также спонсоры и родители учащихся, много сделавшие для общего благоустройства второго дома своих подопечных, детей.

Ярким элементом праздника стал пронос факела предолимпийской эстафеты, шедшей на территории Кузбасса, воспитаником СДЮСШОР имени И.И. Маметьева, заслуженным мастером спорта России по спортивной гимнастике Игорем Пахоменко. Говорят, столица открывающейся зимней Олимпиады однозначно удивит, а большей частью поразит участников и гостей красотой, архитектурными изысками сданных объектов. И присутствовавшие на открытии зала были единодушны в оценке уровня проведённой здесь четырёхмесячной работы: теперь тут вполне можно готовить будущих чемпионов.

Зал имеет новые паркетный пол, системы освещения и отопления с дополнительными инфракрасными обогревателями, впервые появившуюся приточно-вытяжную вентиляцию, блестящие кафелем и импортной сантехникой душевые комнаты для

мальчиков и девочек. К шведским стенкам добавились фактически эксклюзивные снаряды-пионеры: гимнастические кольца, перекладина, канат... На радость школьникам от спонсоров - долгожданные комплекты пластиковых лыж, мячей для игровых видов спорта, скакалок, обручей, три комплекта формы для своих сборных. «В изобилии хватит для каждого класса, для каждого из наших 1166 обучающихся!» - довольна директор школы Лариса Михайловна Швачунова.

Более четырёх миллионов рублей ушло только на строительско-коммунальное обустройство зала, ставшего частичкой федеральной программы модернизации общего образования в стране и активно реализуемой в Кузбассе. После обновления не одно поколение учащихся укрепит здесь здоровье, а кого-то, возможно, уведёт в большой спорт.

Н. ВЕРЕСК.

В ЛЕНИНСК-КУЗНЕЦКОМ горнотехническом колледже состоялся традиционный конкурс профессионального мастерства среди мастеров производственного обучения.

На этот раз, кроме индивидуального зачета, учитывалось и умение работать в команде. Все участники, а их собралось 13 человек, были разбиты на три команды, которые подготовили «домашнее задание», озвучили девиз и свое название. Затем мастера приступили к первому этапу конкурса – проверке теоретических знаний по горным дисциплинам. Конечно, участникам с богатым опытом рабо-

Мастерство мастеров

ты (у большинства мастеров более 20 лет) было несложно ответить на вопросы по горной электротехнике и автоматике. И уж тем более показать свое мастерство на практическом этапе – подключить электродвигатель, светильники, собрать схему реверсивного пускателя.

В итоге призовые места распределились следующим образом: 1-е место – Л.Н. Зазуля, 2-е место – В.Н. Пушкаш, 3-е место – В. И.Яцков.

И. ВИКТОРОВ.

СОКРАЩАЯ ВРЕМЯ В ПУТИ

Для достижения максимальной эффективности и надежности перевозок угля по железным дорогам страны ОАО «СУЭК» совместно с ОАО «РЖД» уже в начале 2014 года осуществили комплекс мероприятий по планированию и организации погрузки угля. Определены приоритетные и взаимовыгодные для двух сторон направления перевозок.

Со стороны всех предприятий ОАО «СУЭК» отгрузка производилась прямыми отправительскими маршрутами, это сократило эксплуатационные затраты ОАО «РЖД», связанные с переработкой поездов в пути следования. Также, благодаря активному использованию под перевозки угля инновационных вагонов грузоподъ-

емностью 75 тн/ваг, закупленных ОАО «СУЭК» в конце 2013 года, сократилась длина поезда с сохранением его весовой нормы, повышены гарантийные плечи движения поездов без технологических осмотров, и ускорился процесс выгрузки в портах.

На Дальневосточной железной дороге

было организовано движение поездов с регулярным подводом груженых и выводом порожних вагонов, что позволило исключить факт «брошенных и оставленных от движения» составов. На Ванинском балкерном терминале введены в эксплуатацию комплексы СМРК, которые успешно позволяют восстанавливать сыпучесть угля, прибывающего в смерзшемся состоянии. Данная техника не имеет аналогов ни в одном порту России и доказала свою высокую эффективность. В течение года среднесуточный показатель выгрузки на Ванинском балкерном терминале СУЭК составлял до 800 вагонов в сутки.

«На протяжении года ОАО «СУЭК»

и ЗАО «Дальтрансуголь» не допустили ни одного простоя или отставленного от движения железнодорожного вагона в адрес Ванинского балкерного терминала, таким образом, внося большой вклад в стабильность работы всего БАМа», - отмечает директор по железнодорожным перевозкам ОАО «СУЭК» Илья Ястребов. По его словам, совместная конструктивная работа ОАО «СУЭК», ОАО «РЖД» и ЗАО «Дальтрансуголь» позволила увеличить объем погрузки и выгрузки вагонов с углем в этом направлении, иногда даже выше перерабатывающей способности порта, сократить сроки доставки груза и, как следствие, оздоровить эксплуатационную обстановку на Дальневосточном полигоне.

И. КАТИН.

ЭРА МИЛОСЕРДИЯ

Программа социальной поддержки населения, утверждённая депутатами Ленинск-Кузнецкого городского округа на 2014-2016 годы, находится у нас в тройке наиболее затратных вместе с образованием и коммунальным комплексом. А это уже само по себе говорит о приоритетности политики социальной защиты, которая складывается из повседневной заботы о людях, нуждающихся в особом отношении со стороны государства и общества. Причём здесь, действительно, важно не столько получение льгот, сколько наше общее стремление помочь ближнему, облегчив его незавидное существование. Это касается, в первую очередь, инвалидов – взрослых и детей с ограниченными возможностями, а также многочисленных льготных категорий горожан, требующих внимания. О том, что представляет собой столь важная муниципальная программа, мы расскажем сегодня читателям «Городской газеты».



Кто нуждается в защите

В паспорте программы есть наглядные цифры, которые ярко иллюстрируют всю остроту проблемы. Численность пенсионеров в городе достигла за последние годы 35,6%, а число инвалидов составляет почти 11% ленинск-кузнецчан. То есть старение населения и высокий уровень инвалидности – две основных её составляющих. Многие семьи, воспитывающие несовершеннолетних детей и нуждающиеся в материальной поддержке, обращаются за помощью в администрацию. Если в 2012 году пришли за помощью 404 семьи, то за 10 месяцев прошлого – 306, и эта категория составляет 54% от общего числа тех, кто пользуется такой поддержкой. Всего же из бюджета за прошлый год получили материальную помощь более 700 человек на общую сумму около 2,4 млн. рублей.

Решают крупные социальные задачи, охватывая широкий круг горожан, общественные организации инвалидов, слепых и глухих, а также городские советы ветеранов и женщин, отделение Красного Креста. Не имея возможности самостоятельно зарабатывать средства, они получают субсидии на аренду помещений и оплату услуг, проведение своих массовых мероприятий. Но больше всего, конечно, делается на уровне города и Кузбасса в целом.

Широкий спектр помощи

Кемеровская область, подчёркивается в программе, – один из самых социально ориентированных регионов России. Здесь в полной мере реализуются как федеральные льготы, так и широкий спектр региональных мер поддержки. Только в Ленинске-Кузнецком более 18 тыс. человек из числа ветеранов труда, тружеников тыла, реабилитированных, детей из многодетных семей, инвалидов и детей-инвалидов пользуются бесплатным и льготным проездом, а 3742 горожанина получают кузбасскую пенсию. Большая

забота проявляется о семьях с детьми: это и пособия, и льготы многодетным семьям, и областной материнский капитал.

В городе сейчас работают 4 муниципальных учреждения социального обслуживания, 1250 пожилых людей и инвалидов получают помощь на дому, в отделениях дневного пребывания, а это 753 тысячи ежегодных социальных услуг. У нас действует отделение социальной адаптации для людей без определённого места жительства, освободившихся из мест лишения свободы и попавших в трудную жизненную ситуацию. В течение года им обычно оказывается до одной тысячи различных услуг. Кроме того, в центре для несовершеннолетних «Радуга» ежегодно получают адресную помощь и реабилитацию около 270 ребят, а более 400 детей-инвалидов проходят курс в реабилитационном центре.

Забота горожан

Как отметил в Бюджетном послании глава города В.Н. Телегин, создание благоприятных условий для ленинск-кузнецчан с ограниченными возможностями было одним из приоритетов социальной политики минувшего года. И это принесло нам отличные результаты.

Оборудованы пандусами детская поликлиника № 1, филиал библиотеки № 2 и Дворец творчества, а в школе № 2 установлен подъёмник и организовано дистанционное обучение с помощью Интернета 20 детей-инвалидов. Цель – обеспечение свободного доступа ребят к знаниям, лечению и творчеству. Продолжило также работу социальное такси, расширяющее границы общения инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Кроме того, для комфортной и безопасной перевозки инвалидов, удобства всех горожан у нас появились 5 низкопольных автобусов и 1 троллейбус, а 28 троллейбусов оснастили речевыми информаторами и табло «бегущая строка». Большое значение имеет оснащение перекрёстков и пешеходных переходов светофорами, часть которых снабдили звуковыми приставками. Играют свою положительную роль и парковые диваны, установленные на улицах в местах отдыха.

А ребята из реабилитационного центра получили к Дню шахтёра-2013 оборудованную игровую прогулочную площадку. Ещё одним прекрасным подарком для наших детей-инвалидов стал кабинет гидротерапии, открытый заботами города и социального предпринимательства.

Система поддержки

Программа ставит целью повысить эффективность системы социальной поддержки и социального обслуживания горожан, чтобы на этой основе улучшить наше качество жизни. Она включает в себя три подпрограммы, которые предусматривают всестороннюю помощь отдельным категориям ленинск-кузнецчан, развитие социального обслуживания населения и реализацию дополнительных мероприятий, направленных на повышение качества жизни.

Наиболее весомая первая из них, требующая ежегодного финансирования в объёме от 485 млн. до 497 млн. рублей, а на три года – более 1 миллиарда 477 миллионов. Её составляющая – это предоставление денежных выплат (пособий, компенсаций) и поддержка в натуральном выражении (например, бесплатный проезд) различным льготным категориям горожан. Среди них ветераны труда, труженики тыла, реабилитированные и признанные пострадавшими от политических репрессий, инвалиды, пенсионеры, многодетные и приёмные семьи, малообеспеченные граждане, семьи с детьми и так далее.

Почти по 130 млн. рублей составят ежегодные затраты на реализацию подпрограммы развития социального обслуживания, что даст в целом около 390 млн. рублей вложений. А меры по повышению качества жизни имеют абсолютно точное денежное наполнение: 5550 тыс. рублей каждый год, и 16650 тыс. рублей в целом. Если же брать всю программу, то она рассчитана на финансирование в объёме более 1 млрд. 883,5 млн. рублей – от 620,7 млн. в 2014 году до 630 в 2015-м и почти 633 миллиона в 2016-м. Так что социальная поддержка выводит у нас на второе место по затратам после образования.

По адресному принципу

В социальной работе, по общему мнению, важно дойти до каждого, чтобы помощь шла именно тому, кто в ней нуждается. Такая адресность предполагает, прежде всего, повышение качества и доступности социальных услуг, укрепление материально-технической базы тех учреждений, которые работают в этой сфере, поддерживая взрослых и детей. Всё это есть в программе, где главный упор сделан именно на адресную помощь нуждающимся и социально незащищённым категориям горожан, а также семьям с детьми как основе общества.

Кроме того, важно стимулировать общественную активность и здоровый образ жизни наших пенсионеров, создать доступную среду для реабилитации инвалидов. И, конечно, постоянно проводить для них социально значимые мероприятия, связанные, в первую очередь, с праздниками, юбилеями, датами. В этом ряду должны находиться все категории горожан, которых мы чествуем, поддерживая морально и материально. Среди них фронтовики и труженики тыла, долгожители, ровесники города, молодёжь, многодетные матери, приёмные семьи, призывники и другие. Будет идти оздоровление детей, которые попали в трудную жизненную ситуацию. Продолжатся ежемесячные денежные выплаты тем, кто организует приёмные семьи. И ещё многое, что позволит именно адресно повысить уровень доходов и социальную защищённость многих категорий ленинск-кузнецчан.

Это и есть конечный результат всей программы социальной поддержки, принятой у нас на 2014-2016 годы. Расширение адресного принципа этой работы, конечно, будет реально способствовать повышению качества жизни горожан, к которому все стремимся. А за этим – укрепление общественной стабильности, преемственности поколений и, как следствие, наш общий вклад в устойчивое социально-экономическое развитие. Словом, в городе начинается эра милосердия, когда доброта и помощь будут во многом определять весь дальнейший рост.

В. БЛАГОВ.



Более двадцати лет назад я очень тяжело переболела гепатитом. Тогда еще не было маркеров на гепатит «С», и мне поставили диагноз «гепатит», ни «А» ни «В». Больше месяца провела в стационаре, около двух недель находилась между жизнью и смертью в реанимации. Моя печень сморщилась до размера кулака, анализы были ужасные. Как сказали мои коллеги, «протянешь года два, потом цирроз, и медицина бессильна». Я, конечно, поверила: сама медик, знаю, что это такое. Из-за гормонального препарата, назначенного в стационаре, который пришлось почти год принимать дома, я перешла с 46 размера одежды на 56 и продолжала увеличиваться. Только умирать почему-то не хотелось. Как говорят, «Бог надоумил», хотя была я тогда яркой атеисткой. Мне действительно очень хотелось жить. Несмотря на результаты анализов, на мнение специалистов, я сопротивлялась и искала альтернативу. Даже если есть всего один шанс, надо обязательно им воспользоваться, так говорит мой врач Сергей Никифорович Лазарев. Он предложил мне пройти «Сибирскую чистку». Я досконально изучила все и начала принимать масло «Сибирское» с медвежьим жиром по схеме чистки. Буквально через неделю у меня прошла сонливость и разбитость. Через месяц заметила, что одежда на мне начала болтаться. Через некоторое время при контрольной сдаче анализов и доктор, и я были очень удивлены результатами. Я даже была вынуждена анализы пересдать, так как решила, что произошла ошибка. Анализы были практически нормальными, а я себя чувствовала вообще замечательно. Через два года в краевом диспансере мне сказали, что никакого гепатита у меня не было, я все придумывала, но на руках у меня есть справка, теперь это просто мой архивный документ.

Светлова Любовь Ивановна, Сибирь

Как удалось воссоздать рецептуру масла «Сибирского», которое помогает при огромном количестве заболеваний? В поисках ответов на вопросы мы обратились к доктору медицинским наук С.Н.Лазареву



— Сергей Никифорович, какие принципы и компоненты легли в основу масла «Сибирского»?

— Во-первых, рецептура основана и составлена по всем законам тысячелетнего врачевания и целительства. В основе метода лежат широко используемые сибиряками методики лечения. В составе натуральные дары тайги: живица кедровая, медвежий жир, масло кедровое, мёд, масло облепиховое, прополис и вытяжки.

— Во-вторых, издревле используются известные свойства трав, бальзамов, вытяжек из растительного и животного сырья, оказывающие не только химическое, но также биологическое воздействие на пораженный орган. До тех пор, пока лечение не будет затрагивать сущность болезни, оно будет поверхностным и кратковременным. Масло «Сибирское» как раз воздействует на организм в целом. Отсюда его высокая эффективность. Оно приобрело множество сторонников и прошло в серьезных лечебных и реабилитационных центрах многоступенчатые испытания, получив высокую оценку эффективности и соответствующие сертификаты.

ОТКЛИКИ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ, ВОТ ЧТО ОКОНЧАТЕЛЬНО УБЕДИЛО НАС

ДОЧКИНО СПАСЕНИЕ.

Около 10 лет болела сахарным диабетом. Ежедневные уколы, диеты, но болезнь не стояла на месте, с каждым годом прогрессировала все сильнее. Пальцы на ногах стали синевато-фиолетового цвета, как будто их отбили. Доктора настояли на ампутации пальцев. После операции суставы и голени стали болеть еще больше. Он не мог даже спокойно уснуть, о ходьбе, да же по дому, пришлось забыть. Лежал целыми днями, нервным стал, озлобленным, к мучительной смерти готовился. Да и понятно, такие боли постоянно терпеть. Дочка привезла нам масло «Сибирское», сразу 12 упаковок и настояла, чтобы я вместе с отцом начала принимать. Что могу сказать, очень нам это масло «Сибирское» помогло. Потихоньку, помаленьку начал подниматься, ходить пробовать. Боли в ногах за столько времени ушли. Спокойным стал, почувствовал, что легче ему с каждым днем становится, сахар понижается. У меня тоже общее самочувствие значительно улучшилось, похудела, кишечник лучше работает, прошли запоры, вздутия, отрыжка. В туалет не ходила по 7 дней, теперь эта процедура стала ежедневной. Дочку каждый день благодарим, что нашла ему спасение. Будем продолжать принимать масло «Сибирское», действенное средство.

Волчковы г. Киров

ГЛОХНУ.

В молодости замучили меня отиты, постоянно болели уши. Воспаление барабанной перепонки в левом ухе было, слышать стала я после этого хуже. К пятидесяти на левое ухо почти совсем оглохла, шум только там и все. Так и думала буду жить, хоть одно слышит. Но и правое со временем стало хуже слышать, я понимала, что глухну вовсе. Маслом «Сибирским» я натираю за ушами и внутрь принимаю. Правое ухо уже хорошо слышит. Левое хуже, но начала я и им уже слышать. А еще гемморой не кровоточит у меня, прошла одышка, исчезли чирьи с нарывами, кожа очистилась. В общем лучше себя чувствую. Думаю дальнейшие курсы масла «Сибирского» вернут мне слух.

Булга А. И. Самарская обл.

МУЖСКИЕ ФУНКЦИИ.

Никогда не считал себя больным. Мне 52 года. Чувствовал себя хорошо. Вот только до того момента, пока у меня с женой ничего не получилось. Ох, и расстроился же я. Места себе не находил. Как, в таком возрасте я уже не мужчина. А если учесть, что жена моложе меня на 10 лет, то сами понимаете, в каком настроении я находился. Диагнозу не удивился, аденома и простатит. Сначала обычных симптомов, таких, как рези или частое мочеиспускание, у меня не было, вот это и плохо, то бы раньше обратил внимание на начинающуюся болезнь. Позже всё это началось, бесконечное беганье по ночам в туалет с адской болью, но было уже поздно. Лечиться стал обычными лекарствами, но положительных результатов я не наблюдал. Жена друга посоветовала масло «Сибирское». Вот принимаю его уже третью баночку. И радостно мне очень, мужские функции мои восстановились! И настроение сразу улучшилось. Буду и дальше принимать масло, чтобы болезни обходили меня стороной.

Губунко Г. Е. Кубань

Мы с женой хотим выразить вам благодарность за содействие в оздоровлении организма моей жены от таких заболеваний как, остеохондроз позвоночника, гипертония, щитовидная железа, варикоз нижних конечностей, кишечный колит и вздутие живота. Также улучшилась работа печени, улучшился сон, прошла быстрая утомляемость, прошло головокружение. Желаем вам, сотрудникам сибирского здоровья, Божьего благословения в вашей полезной работе для блага страдающих людей.

Бабенко Георгий Ульянович, г. Шахты

СИБИРСКАЯ ЧИСТКА.

Ходила я желтого цвета, это все камни в печени давали такой цвет. Еще на почках кисты большие. Врачи все на операциях настаивали. Но не решилась я. Стала я маслом «Сибирскую чистку» делать, гора гадости из меня вышла, каловые камни, слизь и билирубиновые пробки. В свои 76 лет почувствовала такой прилив сил, бодрости. Кожа стала выглядеть нормально, нет больше желтизны. Печень меньше беспокоит, сильные боли нет, легче стало с почками, кисты почти рассосались, и желудок хорошо заработал. Буду и дальше принимать масло, помогает мне оно очень.

Терехина Валентина Николаевна, пос. Нижние Вязовые

ДЛЯ ВСЕХ.

Пользуемся маслом «Сибирским» всей семьей. Я, муж, брат, дочка. Результат нас очень удивил и порадовал. Вижу очень много плюсов, у дочери улучшилась щитовидка, у брата жировик за ухом спал, у меня поднялся иммунитет, мужа простатит по ночам не догоняет, он меня по ночам теперь будоражит. Мы забыли, что такое грипп и ОРЗ, а раньше часто болели простудами. А какой прилив сил, сколько бодрости! Очень довольна результатом от применения вашей «палочки-выручалочки», будем продолжать принимать.

Семья Наумовых, г. Нурлат, 51 год

БЕЗ ГОРМОНОВ.

Щитовидка не вырабатывала гормоны, приходилось постоянно принимать гормональные препараты, а если я не приму таблетку, то и ходить не могла. А гормоны, сами знаете, как влияют на организм, а тем более в пожилом возрасте. То в жар бросит, то в холод, слабость сильная. Принимала масло «Сибирское» в течение месяца, улучшения заметны сразу, состояние лучше намного стало, а главное, силы появились. Таблетки забросила, не принимаю их и живу ладно. Спасибо за такой препарат!

Гоголева Валентина Александровна, г. Волгоград

БЕГАТЬ, КАК МОЛОДАЯ.

Мне 70 лет, проработала всю жизнь в инкубаторе разнорабочей. Тяжелая работа дает о себе знать. Беспокоили бронхи, кашель, хрипы, ноги и суставы сильно болели. Прошла масло «Сибирское» всего 10 дней, и мне уже стало легче передвигаться, перестали мучить суставы, кашель прошел, хрипов совсем нет. Вот думаю, даже и огород в этом году посажу. Приобрела еще на курс масла, чтоб совсем забыть о болях в суставах, и буду бегать как молодая!

Степанова Наталья Ивановна, г. Верхнеуральск

Для справки: в холодильнике медвежий жир застывает, а при комнатной температуре быстро тает. Положив немного застывшего медвежьего жира на ладонь, он начинает таять на глазах, чего не происходит со свиным и говяжьим. По данным лаборатории температура плавления медвежьего жира 21-23 градуса, температура застывания 8-10 градусов.

— Сергей Никифорович, как быстро можно наблюдать положительные результаты?

— Здесь все зависит от стадии заболевания, остроты процесса, состояния иммунной системы, возраста. При использовании масла нужно понять, что степень и тяжесть заболеваний у каждого человека разная, поэтому профилактический месячный курс для каждого человека начинается от 4 упаковок, а в дальнейшем каждый уже решает сам, стоит продолжить или достаточно полученных результатов.

При хронических заболеваниях рекомендуется принимать не менее двух - четырех месяцев, так как от давно возникшего заболевания нельзя избавиться в один прием. Необходимо отметить, что одновременное использование нескольких комплексов резко усиливает эффект. Положительный результат достигается более чем в 90% случаев.

— Сергей Никифорович, как защитить или помочь справиться организму с болезнью?

— Не случайно говорят, что в первой половине жизни человек успешно приобретает болезни, от которых безуспешно пытается избавиться всю вторую половину. Кто из нас мысленно не восклицал: «Эх, где бы раздобыть такое лекарство или иное средство, чтобы наверняка наступило исцеление?!» Тем, кто согласен со мной, могу рекомендовать 100% натуральные комплексы: масло «Сибирское», бальзам «Егерь», эликсир «Медведь», «Гепар ПРО+», «Сустав», «Кардио», «Иммуно», «Грация», «Детокс», «Ивапирин», а также растрирки для наружного применения «Медведь», «Серебряный», «БиоГель».

— Сергей Никифорович, каков спектр применения этих комплексов?

— В моей медицинской практике есть все очевидные результаты, как при простуде, так и при устранении самых сложных инсультных заболеваниями, вторгающихся в жизни миллионов людей. Уже в первые дни применения как здоровые, так и люди, имеющие какие-либо заболевания, чувствуют прилив сил, у них повышаются иммунитет, выносливость, спадают отечности, нормализуются давление и сон. Очевидно улучшение состояния здоровья, особенно при острых формах заболеваний.

Хороший результат достигается при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, кишечных расстройствах, болезнях печени, геморрое, запорах, гнойно-инфекционных ранах. У больных наблюдается быстрое восстановление при ожогах, переломах, вывихах, ушибах, растяжениях, ревматизме, радикулите, остеохондрозе, головной боли, мигрени и головокружении. Комплексы помогут пациентам, страдающим эпилепсией, невралгией, параличом лицевого нерва, воспалением молочной железы, кровотечением из легких, туберкулезом, ангиной, насморком, бронхиальной астмой, сахарным диабетом, тромбозом, циститом.

Вам удастся устранить нарушение функций при сердечно-сосудистых заболеваниях, онкологии, гинекологии, урологии, глаукоме, катаракте, гепатите, мочекаменной болезни, алкоголизме и многих других заболеваниях. Комплексы значительно облегчают восстановительный послеоперационный период, устраняют нежелательные последствия химио- и радиотерапии. Таким образом, вкратце были затронуты наиболее тяжелые и распространенные виды заболеваний, при которых эти комплексы показали свою высокую эффективность.

— Сергей Никифорович, были в вашей практике интересные случаи?

— Были и такие. Мой пациент Павел Кириллович, проснувшись однажды утром, подумал, что оглох. Только через несколько минут он понял, что шум в голове, тот, который преследовал его на протяжении 36 лет, исчез. Больше всего меня удивило то, что для этого потребовалось всего 6 дней применения масла «Сибирского». Другая моя пациентка, Анна, чувствовала боль под мышкой, не обращала внимания, пока не заметила опухоль, которая увеличивалась в размерах. Диагноз - мастопатия. Через 1,5 месяца применения масла она не чувствовала той ужасной боли, а еще через 2 месяца опухоль исчезла.

Мучил Елену Андреевну сахарный диабет, уровень сахара был сначала 9,7, а через два месяца применения масла «Сибирского», снизился до 5 единиц, нормализовалось давление, перестала болеть голова. Исчезли шумы в голове. Давление, которое было 190/120, снизилось до 120/80.

— Сергей Никифорович, не присутствует ли здесь элемент психотерапии и факторов веры человека?

— Элемент психотерапии присутствует даже при лечении таблетками. Человек может верить и не верить в то, что таблетка ему поможет, но когда он чувствует улучшение своего состояния, то убеждается в действии препарата. Фактор веры может лишь в некоторой степени помочь в лечении, но не стоять во главе угла схватки с болезнью.

P.S. Об удивительных свойствах масла «Сибирского» можно рассказывать вам часами. Рекомендую всем это проверенное средство. С маслом «Сибирское» вы вновь обретёте здоровье и счастье.

РАЗНАЯ ГАДОСТЬ.

В детстве переболела желтухой. Не прошло это бесследно для меня. С возрастом все чаще перенесенная болезнь напоминает о себе. Ни жирное, ни соленое, ни копченое давно уже есть не могу, сразу тяжесть в желудке, тошнит, живот начинает болеть. Постоянная слабость, усталость, даже кушать приготовить трудно, руки опускаются. УЗИ показало увеличение печени. Не задумываясь, приобрела сразу 8 баночек масла «Сибирского», наслышана уже была о «Сибирской чистке». Каково же было мое удивление, когда через две недели приема масла «Сибирского» я почувствовала такое облегчение, прямо воздушность повисла во мне. Конечно, много разной гадости из меня вышло, которая накопилась за всю жизнь и сидела во мне, травила потихоньку. Бомба замедленного действия эти шлаки, паразиты в организме. Травят незаметно, но наверняка. Пройдя сибирскую чистку, я на повторное УЗИ направилась. Печень в норме! Невиданно, чтобы только за один курс все пришло в норму. Обязательно буду продолжать принимать масло «Сибирское», ведь и других мелких болезней хватает, вот пусть и они уйдут в прошлое.

Бочкарева С. А. г. Пятигорск

ЧЁРНЫЙ ДЕНЬ.

Живешь, работаешь, планы на будущее строишь. А в один день раз - и все рушится, чёрный день. Так было и со мной - рак груди, этот диагноз убивает сам собой. Мне ведь только 43. Я не верила, сдала повторно анализы. Нет, куда не случилось, диагноз был подтвержден. Сообщила близким людям, видя их каменные лица, я понимала, что они тоже не могут в это поверить. Что делать? Одна только тётя Табиба, которой за 60, живчик наш такой, сказала, а не переживай, вылечим тебя, я знаю чем. Рано утром она была уже на пороге нашего дома с пакетом в руках. Протягивает мне масло «Сибирское», это твоё исцеление, но у меня только 3 баночки, надо еще. Рассказала мужу, где и когда купить. Спасибо тебе, тетя, огромное, здоровья тебе. Эти баночки действительно продлили мне жизнь. Но я не останавливаюсь, продолжаю принимать масло «Сибирское», не хочу, чтобы еще один такой чёрный день в моей жизни наступил, со страшным диагнозом. Да еще ведь и всему моему организму намного лучше стало. Буду продолжать исцелять и поддерживать себя.

Галкаметова Р.Э. г. Казань

Теперь вы знаете о целебной силе, что таят в себе эти натуральные природные комплексы. Соблюдение дозировки и непрерывание курса - вот залог здоровья и отсутствия отрицательных откликов. Вы всегда сможете найти средство, которое поможет вам!

Пожалуйста, присылайте свои отзывы о наших препаратах. Лучшие из них будут опубликованы.

Лекция и подробная консультация по использованию, а также продажа ограниченной партии препаратов будет проводиться по адресам:

Только 10 февраля
г. Ленинск - Кузнецкий
с 13-00 до 14-00 в ЦДК,
пр. Кирова, 25

Цена 1 флакона - 590 руб.

Пенсионерам и инвалидам скидка - 12%

Масло «Сибирское» с медвежьим жиром и живицей кедрового дерева НЕ ПРОИЗВОДИТСЯ в пластиковых банках, только в медицинских флаконах. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК С СОЗВУЧНЫМ НАЗВАНИЕМ.

Рекомендуемый минимальный курс - 1 месяц (4 флакона) При хронических заболеваниях - от 2 месяцев (от 8 флаконов полный курс). Для наружного применения +1шт. на месяц. Хранить при комнатной температуре. Товар сертифицирован. Сертификат соответствия: № С-РУ.АГ66.В.00177

В продаже имеются комплексы: бальзам «Егерь» по 570руб., эликсир «Медведь» по 560 руб., «ГЕПАР ПРО» по цене 390руб., «Сустав», «Кардио», «Иммуно», «Грация», «Детокс», «Ивапирин» - 450 руб. Растрирки для наружного применения: гель активизирующий «БиоГель», бальзам «Медведь» и «Серебряный» по 540 руб. Новая продукция для наружного применения: крем-гель «Активный» и «Суставыч» по 650 руб.

ВНИМАНИЕ! При почтовых заявках от 3 штук действует скидка! ПОЧТОВЫЕ РАСХОДЫ НА ОТПРАВКУ МЫ ВОЗЬМЕМ НА СЕБЯ!

Заказы и письма принимаются по адресу: 344093, г.Ростов-на-Дону, ул.Туполева, 4/1, оф.1991, а также у операторов по телефонам пн.-пт. с 10-00 до 17-00 по МСК. г. Пермь 8(342) 259-61-62 г. Санкт-Петербург 8(812) 309-52-33 г. Краснодар 8(861) 290-06-36 г. Ростов-на-Дону 8(863) 296-11-59. Интернет-аптека www.rusmed.biz

ИП Факультет Рашит Наифович ОГРИП 30959442880012 СЗЗ 77 99 11.003.Т01555.06.10 от 04.06.2010 Не является лекарственным средством. Имеется противопоказание. Реклама

РЕКЛАМА. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ТЕЛЕПРОГРАММА С 3 ПО 9 ФЕВРАЛЯ

Понедельник, 3 февраля



04.00 «Олимпийское утро на Первом»
08.00 «Новости»
08.05 «Контрольная закупка» (0+)
08.35 «Женский журнал» (0+)
08.45 «Жить здорово!» (12+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обедать!» (0+)
11.50 «Доброго здоровьица!» (12+)
12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить!» (16+)
14.00 «Новости»
14.15 «Они и мы» (16+)
15.10 «В наше время» (12+)
16.00 «Наедине со всеми» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.45 «Давай поженемся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Верь мне» (16+)
22.25 Документальный фильм (0+)
23.20 «Ночные новости»
23.30 Х/ф «Доктор Дулиттл» (0+)
01.00 Х/ф «Луковые новости» (16+)
02.35 «В наше время» (12+)
03.30 «Контрольная закупка» (0+)

04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
08.00 «Последнее дело майора Пронины» (12+)
08.55 «О самом главном»
10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 «Дежурная часть»
11.00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
12.00 «Особый случай» (12+)
13.00 «Вести»
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 «Дежурная часть»
14.00 «Женское счастье» (12+)
15.00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
16.00 «Вести»
16.10 «Вести-Кузбасс»
16.30 Т/с «Ликвидация» (12+)
17.30 «Прямой эфир» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.50 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.00 Т/с «Сильнее судьбы» (12+)
23.40 «Дежурный по стране» (0+)
00.40 «Девчата» (16+)



06.00 «НТВ утром»

08.40 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10.00 «Сегодня»
10.20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
11.55 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных. Окончательный вердикт» (16+)
14.35 «Дело врачей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
21.25 Т/с «Шаман-2» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Этаж» (18+)
01.15 «Казнокрады» (16+)
02.30 «Дикий мир» (0+)
03.05 Т/с «Основная версия» (16+)
05.00 Т/с «Преступление будет раскрыто» (16+)



07.00 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
07.30 «Прогноз погоды» (0+)
07.32 «Все обо всем» (16+)
07.34 «Гороскоп» (16+)
07.38 «Метеоинформ» (0+)
07.41 «Музыка на ТНТ» (16+)
08.05 Т/с «Чертовки» (16+)

09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.30 Х/ф «Последняя Мимзи Вселенной» (12+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Метеоинформ» (0+)
14.03 «Все обо всем» (16+)
14.05 «Гороскоп» (16+)
14.10 «Музыка на ТНТ» (16+)
14.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
15.00 «Зайцев+1» Ситком (16+)
15.30 Т/с «Универ. Новая общага» (16+)
18.30 «Желаю счастья!» (16+)
19.22 «Все обо всем» (16+)
19.24 «Гороскоп» (16+)
19.28 «Прогноз погоды» (0+)
19.30 «Панорама событий» (16+)
19.50 «Метеоинформ» (0+)
19.53 «Все обо всем» (16+)
20.00 «Интерны» Ситком (16+)
20.30 «Зайцев+1» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Мачо и ботан» (16+)
23.05 «Дом-2» (16+)
00.35 Х/ф «Любовь по правилам и без» (16+)
03.05 Т/с «Блэйд» (16+)
06.00 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)



06.00 Т/с «Вовочка-2» (16+)
07.00 Т/с «Следаки» (16+)

07.30 «Званный ужин» (16+)
08.30 «Смотреть всем!» (16+)
09.00 «Информационная программа 112» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 Т/с «Каменская» (16+)
13.00 «Информационная программа 112» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)
15.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Не ври мне!» (16+)
19.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Информационная программа 112» (16+)
20.30 «Новости 24» (16+)
21.00 «Военная тайна» (16+)
00.00 «Новости 24»
00.30 Х/ф «Золото дураков» (16+)
02.40 «Смотреть всем!» (16+)
03.20 Х/ф «Золото дураков» (16+)
05.30 Т/с «Вовочка-2» (16+)



06.30 «Удачное утро» (16+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.03 «Музыка» (16+)
07.30 Х/ф «Альф» (16+)
08.00 «Полезное утро» (16+)
08.40 «Одна за всех» (16+)
09.10 «По делам несовершеннолетних» (16+)
12.10 Х/ф «Синьор Робинзон» (16+)

14.15 Т/с «Великолепный век» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.18 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)
21.00 Т/с «Террористка Иванова» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.18 «Музыка» (16+)
23.30 Х/ф «Бес» (16+)
01.25 Х/ф «Британик» (16+)
03.15 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
05.00 «По делам несовершеннолетних» (16+)
06.00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)



05.00 «Настроение»
07.30 Х/ф «Зимнее танго» (16+)
10.30 «События»
10.50 «Зимнее танго» (16+)
11.25 «Постскриптум» (16+)
12.30 «В центре событий» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Городское собрание» (12+)
15.00 Т/с «Рожденная революцией» (12+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)

16.30 «События»
16.50 «Контрабанда» (16+)
17.25 «Право голоса» (16+)
18.30 «Город новостей» (16+)
18.45 Т/с «Тяжелый песок» (16+)
20.45 «Петровка, 38» (16+)
21.00 «События»
21.20 Т/с «Пуля-дура. Агент для наследницы» (12+)
22.15 «Без обмана» (16+)
23.05 «События»
23.40 Д/ф «Список Лапина. Запрещенная эстрада» (12+)
00.45 Х/ф «Инспектор Линли» (12+)
02.30 Т/с «Джо» (16+)
04.25 «Осторожно, мошенники!» (16+)



05.00 «Сейчас»
05.10 «Утро на «5»» (6+)
08.30 «Место происшествия»
09.00 «Сейчас»
09.30 Х/ф «Белая стрела» (16+)
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Опера» (16+)
14.30 «Сейчас»
17.00 Т/с «Опера» (16+)
17.30 «Сейчас»
18.00 Т/с «Детективы» (16+)
19.30 Т/с «След» (16+)
21.00 «Сейчас»
21.25 Т/с «След» (16+)
22.20 «Момент истины» (16+)
23.15 «Место происшествия. О главном» (16+)
00.15 «Правда жизни» (16+)
00.50 «Защита Метлиной» (16+)
01.50 «Право на защиту» (16+)

Вторник, 4 февраля



04.00 «Олимпийское утро на Первом»
08.00 «Новости»
08.05 «Контрольная закупка» (0+)
08.35 «Женский журнал» (0+)
08.45 «Жить здорово!» (12+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обедать!» (0+)
11.50 «Доброго здоровьица!» (12+)
12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить!» (16+)
14.00 «Новости»
14.15 «Они и мы» (16+)
15.10 «В наше время» (12+)
16.00 «Наедине со всеми» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.45 «Давай поженемся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Верь мне» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.10 Х/ф «Доктор Дулиттл-2» (0+)
00.40 Х/ф «Двадцатипятибобье» (16+)
02.25 «В наше время» (12+)
03.20 «Контрольная закупка» (0+)

04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
08.00 «Один в океане» (0+)
08.55 «О самом главном» (0+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 «Дежурная часть»
11.00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
12.00 «Особый случай» (12+)
13.00 «Вести»
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 «Дежурная часть»
14.00 «Женское счастье» (12+)
15.00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
16.00 «Вести»
16.10 «Вести-Кузбасс»
16.30 Т/с «Ликвидация» (12+)
17.30 «Прямой эфир» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.50 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.00 Т/с «Сильнее судьбы» (12+)
23.40 «Сборная-2014 с Дмитрием Губерниевым» (0+)



06.00 «НТВ утром»
08.40 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10.00 «Сегодня»

10.20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
11.55 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных. Окончательный вердикт» (16+)
14.35 «Дело врачей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
21.25 Т/с «Шаман-2» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Этаж» (18+)
01.20 «Главная дорога» (16+)
01.55 «Последний герой» (0+)
03.10 Х/ф «Второй убойный»
05.05 Т/с «Преступление будет раскрыто» (16+)



07.00 «Панорама событий» (16+)
07.20 «Метеоинформ» (0+)
07.23 «Гороскоп» (16+)
07.27 «Все обо всем» (16+)
07.30 Мультсериал (12+)
07.58 «Прогноз погоды» (0+)
08.00 «Панорама событий» (16+)
08.20 «Все обо всем» (16+)
08.22 Музыка (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)

11.30 Х/ф «Мачо и ботан» (16+)
13.35 «Комеди клуб. Лучшее» (16+)
14.00 «Панорама событий» (16+)
14.20 «Метеоинформ» (0+)
14.23 «Все обо всем» (16+)
14.30 «Интерны» Ситком (16+)
15.00 «Зайцев+1» Ситком (16+)
18.30 «Желаю счастья!» (16+)
19.22 «Все обо всем» (16+)
19.24 «Гороскоп» (16+)
19.28 «Прогноз погоды» (0+)
19.30 «Панорама событий» (16+)
19.50 «Метеоинформ» (0+)
19.53 «Все обо всем» (16+)
20.00 «Интерны» Ситком (16+)
20.30 «Зайцев+1» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Артур» (16+)
23.05 «Дом-2» (16+)
00.35 Х/ф «Уайатт Эрп» (16+)
04.20 Т/с «Блэйд» (16+)
06.00 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)



06.00 Т/с «Вовочка-2» (16+)
07.00 Т/с «Следаки» (16+)
07.30 «Званный ужин» (16+)
08.30 «Смотреть всем!» (16+)
09.00 «Информационная программа 112» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 Т/с «Каменская» (16+)
13.00 «Информационная программа 112» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)

15.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Не ври мне!» (16+)
19.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Информационная программа 112» (16+)
20.30 «Новости 24» (16+)
21.00 «Территория заблуждений» (16+)
23.00 «Пища богов» (16+)
00.00 «Новости 24»
00.30 Х/ф «Зона смертельной опасности» (16+)
02.30 «Смотреть всем!» (16+)
03.30 Х/ф «Зона смертельной опасности» (16+)
05.30 Т/с «Вовочка-2» (16+)



06.30 «Удачное утро» (16+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.18 «Музыка» (16+)
07.30 Х/ф «Альф» (12+)
08.00 «Полезное утро» (16+)
08.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)
11.40 Х/ф «Бес» (16+)
13.35 Х/ф «Джейн Эйр» (16+)
15.45 Х/ф «Королек - птичка певчая» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.18 «Ваши поздравления!» (16+)

19.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)
21.00 Т/с «Террористка Иванова» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.18 «Музыка» (16+)
23.30 Х/ф «Наследницы» (16+)
01.30 Х/ф «В стране женщин» (16+)
03.25 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
05.20 «Города мира» (16+)
05.50 «Одна за всех» (16+)
06.00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)



05.00 «Настроение»
07.30 Х/ф «Золотая Мина» (12+)
10.10 «Петровка, 38» (16+)
10.30 «События»
10.50 Х/ф «Победный ветер, ясный день» (16+)
12.40 «Без обмана» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Город новостей»
14.10 «Наша Москва» (12+)
14.30 Т/с «Рожденная революцией» (12+)
15.35 «Доктор и...» (16+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)
16.30 «События»
16.50 «Истории спасения» (16+)
17.25 «Право голоса» (16+)
18.30 «Город новостей» (18.00)
18.45 Т/с «Тяжелый песок» (16+)
20.45 «Петровка, 38» (16+)

21.00 «События»
21.20 Т/с «Пуля-дура. Агент для наследницы» (12+)
22.15 Д/ф «Бунтари по-американски» (12+)
23.05 «События»
23.40 Х/ф «Женатый холостяк» (12+)
01.30 Т/с «Исцеление любовью» (12+)
02.25 Д/ф «Талгат Нигматулин. Притча о жизни и смерти» (12+)
03.25 «Линия защиты» (16+)
04.10 Д/ф «Воскрешение гигантского убийцы» (12+)



05.00 «Сейчас»
05.10 «Утро на «5»» (6+)
08.30 «Место происшествия»
09.00 «Сейчас»
09.30 Т/с «Бандитский Петербург-3» (16+)
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Бандитский Петербург-3» (16+)
14.00 «Место происшествия»
14.30 «Сейчас»
15.00 «Открытая студия»
15.50 Х/ф «Дело №306» (12+)
17.30 «Сейчас»
18.00 Т/с «Детективы» (16+)
19.30 Т/с «След» (16+)
21.00 «Сейчас»
21.25 Т/с «След» (16+)
22.20 Х/ф «Не могу сказать прощай» (12+)
00.05 Х/ф «Дело №306» (12+)
01.40 Т/с «Детективы» (16+)

Среда, 5 февраля



04.00 «Олимпийское утро на Первом»
 08.00 «Новости»
 08.05 «Контрольная закупка» (0+)
 08.35 «Женский журнал» (0+)
 08.45 «Жить здорово!» (12+)
 09.55 «Модный приговор» (0+)
 11.00 «Новости»
 11.10 «Время обедать!» (0+)
 11.50 «Доброго здоровьица!» (12+)
 12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
 13.00 «Другие новости» (0+)
 13.25 «Понять. Простить!» (16+)
 14.00 «Новости»
 14.15 «Они и мы» (16+)
 15.10 «В наше время» (12+)
 16.00 «Наедине со всеми» (16+)
 17.00 «Вечерние новости»
 17.45 «Давай поженимся!» (16+)
 18.50 «Пусть говорят» (16+)
 20.00 «Время»
 20.30 Т/с «Верь мне» (16+)
 22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
 23.00 «Ночные новости»
 23.10 «Политика» (18+)
 00.10 Х/ф «Пляж» (16+)
 02.30 «В наше время» (12+)
 03.25 «Контрольная закупка» (0+)



04.00 «Утро России»
 04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
 08.00 «Куда уходит память?» (12+)
 08.55 «О самом главном» (0+)
 10.00 «Вести»
 10.30 «Вести-Кузбасс»
 10.50 «Дежурная часть»
 11.00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
 12.00 «Особый случай» (12+)
 13.00 «Вести»
 13.30 «Вести-Кузбасс»
 13.50 «Дежурная часть»
 14.00 «Женское счастье» (12+)
 15.00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
 16.00 «Вести»
 16.10 «Вести-Кузбасс»
 16.20 Т/с «Ликвидация» (12+)
 17.30 «Прямой эфир» (12+)
 18.40 «Вести-Кузбасс»
 19.00 «Вести»
 19.50 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 20.00 Т/с «Сильнее судьбы» (12+)
 23.40 «Сборная-2014 с Дмитрием Губерниевым»
 06.00 «НТВ утром»
 08.40 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
 10.00 «Сегодня»



10.20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
 10.55 «До суда» (16+)
 11.55 «Суд присяжных» (16+)
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Суд присяжных. Окончательный вердикт» (16+)
 14.35 «Дело врачей» (16+)
 15.30 «ЧП. Обзор»
 16.00 «Сегодня»
 16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
 17.40 «Говорим и показываем» (16+)
 18.30 «ЧП. Обзор»
 19.00 «Сегодня»
 19.30 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
 21.25 Т/с «Шаман-2» (16+)
 23.15 «Сегодня»
 23.35 Т/с «Этаж» (18+)
 01.15 «Квартирный вопрос» (0+)
 02.20 «Дикий мир» (0+)
 03.05 Х/ф «Второй убийный» (16+)
 05.00 Т/с «Преступление будет раскрыто» (16+)



07.00 «Панорама событий» (16+)
 07.20 «Метеоинформ» (0+)
 07.23 «Гороскоп» (16+)
 07.27 «Все обо всем» (16+)
 07.30 Мультсериал (12+)
 07.58 «Прогноз погоды» (0+)
 08.00 «Панорама событий» (16+)
 08.20 «Все обо всем» (16+)
 08.22 Музыка (16+)
 09.00 «Дом-2» (16+)
 10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)

11.30 Х/ф «Артур» (16+)
 13.40 «Комеди клуб. Лучшее» (16+)
 14.00 «Панорама событий» (16+)
 14.20 «Метеоинформ» (0+)
 14.23 «Все обо всем» (16+)
 14.30 «Интерны» Ситком (16+)
 15.00 «Зайцев+1» Ситком (16+)
 15.30 «Интерны» Ситком (16+)
 18.30 «Желаю счастья!» (16+)
 19.22 «Все обо всем» (16+)
 19.24 «Гороскоп» (16+)
 19.28 «Прогноз погоды» (0+)
 19.30 «Панорама событий» (16+)
 19.50 «Метеоинформ» (0+)
 19.53 «Все обо всем» (16+)
 20.00 «Интерны» Ситком (16+)
 20.30 «Зайцев+1» Ситком (16+)
 21.00 «ТНТ-комедия»: «Сколько у тебя?» (16+)
 23.00 «Дом-2» (16+)
 00.30 Х/ф «Танго втроем» (16+)
 02.25 Т/с «Блэйд» (16+)
 06.00 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)



06.00 Т/с «Вовочка-2» (16+)
 07.00 Т/с «Следаки» (16+)
 07.30 «Званный ужин» (16+)
 08.30 «Смотреть всем!» (16+)
 09.00 «Информационная программа 112» (16+)
 09.30 «Новости 24» (16+)

10.00 «Территория заблуждений» (16+)
 12.00 «Пища богов» (16+)
 13.00 «Информационная программа 112» (16+)
 13.30 «Новости 24» (16+)
 14.00 «Званный ужин» (16+)
 15.00 «Семейные драмы» (16+)
 17.00 «Не ври мне!» (16+)
 19.00 «Верное средство» (16+)
 20.00 «Информационная программа 112» (16+)
 20.30 «Новости 24» (16+)
 21.00 «Вам и не снилось» (16+)
 00.00 «Новости 24»
 00.30 Х/ф «Фантом» (16+)
 02.10 «Смотреть всем!» (16+)
 03.45 Х/ф «Фантом» (16+)
 05.30 Т/с «Вовочка-2» (16+)



06.30 «Удачное утро» (16+)
 07.00 «Погода» (0+)
 07.01 «Городская панорама» (16+)
 07.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
 07.18 «Музыка» (16+)
 07.30 Х/ф «Альф» (16+)
 08.00 «Полезное утро» (16+)
 08.40 «Одна за всех» (16+)
 09.00 «По делам несовершеннолетних» (16+)
 12.00 Х/ф «Наследницы» (16+)
 14.00 Х/ф «Абонент временно недоступен» (16+)
 18.00 «Погода» (0+)
 18.01 «Городская панорама» (16+)
 18.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
 18.18 «Ваши поздравления!» (16+)

19.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)
 21.00 Т/с «Террористка Иванова» (16+)
 23.00 «Погода» (0+)
 23.01 «Городская панорама» (16+)
 23.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
 23.18 «Музыка» (16+)
 23.30 Х/ф «Посторонний» (16+)
 01.25 Х/ф «Вся правда о любви» (16+)
 03.10 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
 05.00 «Города мира» (16+)
 06.00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)



05.00 «Настроение»
 07.35 Х/ф «Разные судьбы» (12+)
 09.40 Д/ф «Евгений Весник. Все не как у людей» (12+)
 10.30 «События»
 10.50 Х/ф «Победный ветер, ясный день» (16+)
 12.40 Д/ф «Бунтари по-американски» (12+)
 13.30 «События»
 13.50 «Город новостей»
 14.10 «Наша Москва» (12+)
 14.30 Т/с «Рожденная революцией» (12+)
 15.35 «Доктор и...» (16+)
 16.10 «Петровка, 38» (16+)
 16.30 «События»
 16.50 «Линия защиты» (16+)
 17.25 «Право голоса» (16+)
 18.30 Город новостей

18.45 Т/с «Тяжелый песок» (16+)
 20.45 «Петровка, 38» (16+)
 21.00 «События»
 21.20 Т/с «Пуля-дура. Агент для наследницы» (12+)
 22.10 «Хроники московского быта» (12+)
 23.00 «События»
 23.25 «Русский вопрос» (12+)
 00.10 Х/ф «Там, где течет река» (16+)
 02.35 Т/с «Исцеление любовью» (12+)
 03.35 «Истории спасения» (16+)
 04.10 Д/ф «Ужасная птица» (12+)



05.00 «Сейчас»
 05.10 «Утро на «5» (6+)
 08.30 «Место происшествия»
 09.00 «Сейчас»
 09.30 Т/с «Бандитский Петербург-3» (16+)
 11.00 «Сейчас»
 11.30 Т/с «Бандитский Петербург-3» (16+)
 14.00 «Место происшествия»
 14.30 «Сейчас»
 15.00 «Открытая студия»
 15.50 Х/ф «Не могу сказать «прощай» (12+)
 17.30 «Сейчас»
 18.00 Т/с «Детективы» (16+)
 19.30 Т/с «След» (16+)
 21.00 «Сейчас»
 21.25 Т/с «След» (16+)
 22.20 Х/ф «Сладкая женщина» (12+)
 00.20 Х/ф «Когда опаздывают в ЗАГС» (12+)
 02.10 Т/с «Детективы» (16+)

Четверг, 6 февраля



04.00 «Олимпийское утро на Первом»
 08.00 «Новости»
 08.05 «Контрольная закупка» (0+)
 08.35 «Женский журнал» (0+)
 08.45 «Жить здорово!» (12+)
 09.55 «Модный приговор» (0+)
 11.00 «Новости»
 11.10 «Время обедать!» (0+)
 11.50 «Доброго здоровьица!» (12+)
 12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
 13.00 «Другие новости» (0+)
 13.25 «Понять. Простить!» (16+)
 14.00 «Новости»
 14.15 «Они и мы» (16+)
 15.10 «В наше время» (12+)
 16.00 «Наедине со всеми» (16+)
 17.00 «Вечерние новости»
 17.45 «Давай поженимся!» (16+)
 18.50 «Пусть говорят» (16+)
 20.00 «Время»
 20.30 Т/с «Верь мне» (16+)
 22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
 23.00 «Ночные новости»
 23.10 Х/ф «Чужой» (16+)
 01.25 Х/ф «Привет семье!» (12+)
 03.25 «Контрольная закупка» (0+)

08.00 «Золотые мамы» (0+)
 08.55 «О самом главном» (0+)
 10.00 «Вести»
 10.30 «Вести-Кузбасс»
 10.50 «Дежурная часть»
 11.00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
 12.00 «Особый случай» (12+)
 13.00 «Вести»
 13.30 «Вести-Кузбасс»
 13.50 «Дежурная часть»
 14.00 «Женское счастье» (12+)
 15.00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
 16.00 «Вести»
 16.10 «Вести-Кузбасс»
 16.30 Т/с «Ликвидация» (12+)
 17.25 «Прямой эфир» (12+)
 18.20 «АлСиб. Секретная трасса» (0+)
 19.20 Т/с «Сильнее судьбы» (12+)
 21.15 «Эстафета олимпийского огня. Сочинский ответ» (6+)
 22.20 XXII зимние Олимпийские игры в Сочи. Фигурное катание
 23.50 «Вести»
 00.10 XXII зимние Олимпийские игры в Сочи. Командное первенство



06.00 «НТВ утром»
 08.35 «Спасатели» (16+)
 09.05 «Медицинские тайны» (16+)
 09.40 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.20 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»

10.55 «До суда» (16+)
 11.55 «Суд присяжных» (16+)
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Суд присяжных. Окончательный вердикт» (16+)
 14.35 «Дело врачей» (16+)
 15.30 «ЧП. Обзор»
 16.00 «Сегодня»
 16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
 17.40 «Говорим и показываем» (16+)
 18.30 «ЧП. Обзор»
 19.00 «Сегодня»
 19.30 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
 21.25 Т/с «Шаман-2» (16+)
 23.15 «Сегодня»
 23.35 Т/с «Этаж» (18+)
 01.15 «Дачный ответ» (0+)
 02.20 «Дикий мир» (0+)
 03.05 Х/ф «Второй убийный» (16+)
 05.00 Т/с «Преступление будет раскрыто» (16+)



07.00 «Панорама событий» (16+)
 07.20 «Метеоинформ» (0+)
 07.23 «Гороскоп» (16+)
 07.27 «Все обо всем» (16+)
 07.30 Мультсериал (12+)
 07.58 «Прогноз погоды» (0+)
 08.00 «Панорама событий» (16+)
 08.20 «Все обо всем» (16+)
 08.22 Музыка (16+)
 09.00 «Дом-2» (16+)
 10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
 11.30 Х/ф «Сахар и перец» (12+)
 13.05 «Комеди клуб. Лучшее» (16+)

13.30 «Универ» Ситком (16+)
 14.00 «Панорама событий» (16+)
 14.20 «Метеоинформ» (0+)
 14.23 «Все обо всем» (16+)
 14.30 «Интерны» Ситком (16+)
 15.00 «Зайцев+1» Ситком (16+)
 15.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
 18.30 «Желаю счастья!» (16+)
 19.22 «Все обо всем» (16+)
 19.24 «Гороскоп» (16+)
 19.28 «Прогноз погоды» (0+)
 19.30 «Панорама событий» (16+)
 19.50 «Метеоинформ» (0+)
 19.53 «Все обо всем» (16+)
 20.00 «Интерны» Ситком (16+)
 20.30 «Зайцев+1» Ситком (16+)
 21.00 «ТНТ-комедия»: «Как выйти замуж за миллиардера» (16+)
 23.00 «Дом-2» (16+)
 00.30 Х/ф «Противостояние» (12+)
 02.15 Т/с «Блэйд» (16+)
 03.55 Т/с «Дневники вампира-2» (16+)
 05.40 «Саша + Маша» (16+)
 06.00 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)



06.00 Т/с «Вовочка-2» (16+)
 06.30 Т/с «Вовочка-3» (16+)
 07.00 Т/с «Следаки» (16+)
 07.30 «Званный ужин» (16+)
 08.30 «Смотреть всем!» (16+)
 09.00 «Информационная программа 112» (16+)

09.30 «Новости 24» (16+)
 10.00 «Вам и не снилось» (16+)
 13.00 «Информационная программа 112» (16+)
 13.30 «Новости 24» (16+)
 14.00 «Званный ужин» (16+)
 15.00 «Семейные драмы» (16+)
 17.00 «Не ври мне!» (16+)
 19.00 «Верное средство» (16+)
 20.00 «Информационная программа 112» (16+)
 20.30 «Новости 24» (16+)
 21.00 «Великие тайны Ватикана» (16+)
 00.00 «Новости 24»
 00.30 Х/ф «Возмездие» (16+)
 02.40 «Чистая работа» (12+)
 03.30 Х/ф «Возмездие» (16+)



06.30 «Удачное утро» (16+)
 07.00 «Погода» (0+)
 07.01 «Городская панорама» (16+)
 07.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
 07.18 «Музыка» (16+)
 07.30 Х/ф «Альф» (16+)
 08.00 «Полезное утро» (16+)
 08.40 «Одна за всех» (16+)
 09.05 «По делам несовершеннолетних» (16+)
 12.05 Х/ф «Посторонний» (16+)
 14.00 Х/ф «Когда мы были счастливы» (16+)
 18.00 «Погода» (0+)
 18.01 «Городская панорама» (16+)
 18.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)

18.18 «Ваши поздравления!» (16+)
 19.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)
 21.00 Т/с «Террористка Иванова» (16+)
 23.00 «Погода» (0+)
 23.01 «Городская панорама» (16+)
 23.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
 23.18 «Музыка» (16+)
 23.30 Х/ф «Запрет на любовь» (16+)
 03.50 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
 05.45 «Тайны еды» (16+)
 06.00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)



05.00 «Настроение»
 07.30 Х/ф «Зимняя вишня» (12+)
 10.30 «События»
 10.50 Х/ф «Зимняя вишня» (12+)
 12.55 «Тайны нашего кино» (12+)
 13.30 «События»
 13.50 «Город новостей»
 14.10 «Наша Москва» (12+)
 14.30 Т/с «Рожденная революцией» (12+)
 15.35 «Доктор и...» (16+)
 16.10 «Петровка, 38» (16+)
 16.30 «События»
 16.50 «Осторожно, мошенники!» (16+)
 17.25 «Право голоса» (16+)
 18.30 «Город новостей»
 18.45 Т/с «Тяжелый песок» (16+)
 20.45 «Петровка, 38» (16+)

21.00 «События»
 21.20 Т/с «Пуля-дура. Агент для наследницы» (12+)
 22.15 «Неочевидное-вероятное» (12+)
 23.15 «События»
 23.50 Х/ф «Неуправляемый занос» (16+)
 01.55 Т/с «Исцеление любовью» (12+)
 02.55 Д/ф «Анатомия предательства» (12+)
 04.00 Д/ф «Тиранозавр Рекс с морских глубин» (12+)



05.00 «Сейчас»
 05.10 «Утро на «5» (6+)
 08.30 «Место происшествия»
 09.00 «Сейчас»
 09.30 Х/ф «Сталинградская битва» (12+)
 11.00 «Сейчас»
 11.30 Х/ф «Сталинградская битва» (12+)
 14.00 «Место происшествия»
 14.30 «Сейчас»
 15.00 «Открытая студия»
 15.50 Х/ф «Когда опаздывают в ЗАГС» (12+)
 17.30 «Сейчас»
 18.00 Т/с «Детективы» (16+)
 19.30 Т/с «След» (16+)
 21.00 «Сейчас»
 21.25 Т/с «След» (16+)
 22.20 Х/ф «Артистка из Грибова» (12+)
 01.00 Х/ф «Сладкая женщина» (12+)
 03.00 Д/ф «О бедном гусаре...» (12+)
 03.55 Д/ф «Неоконченная пьеса для Михалкова» (16+)

В ПРЕДПОСЛЕДНИЙ день теперь уже прошлого года в администрации Ленинск-Кузнецкого городского округа почтальону отделения связи № 7 Вере Павловне АТУЧИНОЙ вручили дорогой новогодний подарок – медаль «За веру и добро». Для неё это была приятная, но совершенная неожиданность. Да и то: может быть, впервые в истории Кузбасса эту награду выхлопотали труженице не-приметной профессии... её благодарные клиенты.



«Всё делаю сама»

Их семья репрессированного дедушки, сосланного из Башкирии в Сибирь, непрос-то устраивалась в жизни. Сын обзавёлся аж десятью детьми. Добросовестно трудил-ся кузнецом в Анжеро-Судженске. Из-за обилия детей подрабатывала на кирпичном заводе и его жена, Верина мать. Здесь до 14 Вериных лет и жили Фёдоровы. А потом переехали в Ленинск-Кузнецкий, помогать одной из дочерей, у которой погиб на шахте муж.

- Я вспоминаю детство с благодар-ностью, - тепло говорит Вера Павловна. - Мы рано привыкли к физическому труду: проживая в своём доме, ухажива-ли за скотиной, огородом, таскали воду из водоканки. И когда сама обзавелась семьёй, с удовольствием держала куро-чек, сделала образцовым приусадебный участок-кормилец. Я вообще абсолютно самостоятельный человек. В 1983 году получила долгожданную двухкомнатную квартиру, так никого не звала, полностью отремонтировала её сама.

Хлеб всех накормит!

Я слышу, как её доброй душой принизано каждое мягкое слово, каждый эпизод жизни моей собеседницы, не привыкшей сетовать на горькую свою долюшку. Хотя могла бы. Она потеряла мужа, когда старшему сыну Володе исполнилось четырнадцать, дочке Леночке – девять, а младшему Жене – всего семь. Замуж больше не вышла. «Зачем?», - спрашивает просто. Сама вручную обстирывала всех, шила детям по ночам новогодние костюмы, залечивала синяки да шишки.

- Меня часто спрашивают: как же ты с ними справлялась? – смеётся наивности людей Вера Павловна. - Ну, во-первых, я повариха. Из ничего могу что-нибудь при-готовить. Есть хлеб, пара яиц – взбей их, хлебушек обваляй да пожарь, очень вкусно. Конечно, кормил нас большой огород у дома. Все соленья на зиму с него шли. А то обычно покупала в столовой тушку барана или сайгака – и семья всю зиму была с котлетами, борщами, пловом.

Крупным планом

Несёт радость людям



Профорг и ударник

В тогдашний районный узел связи, а конкретно, в 19-е почтовое отделение пришла она в далёком, 1969 году учеником телеграфиста. Нынешняя молодёжь и близко не знает, что в этом окраинном ПО в районе шахты «Комсомолец» милые (смотрите в под-тверждение ретро-фото Веры Павловны) женщины-работницы предоставляли не только услуги по выдаче посылок, от-правке телеграмм деревням телетайпом, но также обеспечивали через кабинки междугородные и даже международные переговоры.

Вера Атучина быстро стала одной из лучших работниц. Улыбчиво общалась с клиентами, быстро обеспечивала теле-фонную связь, умела успокоить шуткой, мягким словом нервных посетителей.

А ещё душевная и расторопная Вера Павловна параллельно несла вахту за-ботливого профсоюзного организатора. Ходатайствовала о выделении мате-риальной помощи, была наставницей молодым девочкам-новичкам, оформля-ла-содержала Доску почёта, выпускала стенгазеты, организовывала чаепития к дням рождения девочек.

Она до сих пор бережно хранит в цел-лофановых пакетиках вместе с медалью «Ветеран труда» значки победителя социалистического соревнования, удар-ника коммунистического труда: они ведь не просто давались. Да что там - страхи случались. Шахтовый район был вечно неспокойный, хулиганистый. Однажды, когда шла на работу в ночную смену, один здоровяк-негодяй, ударив несчаст-ную женщину, выхватил у неё сумку с деньгами и убежал в темноту. Смелая Вера бегала за ним до самого шурфа, но куда там...

Ножки сидеть не дают

Целую четверть века отдала она в каче-стве телеграфиста почтовому отделению № 7. Трудилась здесь до 1998 года, до выхода на заслуженный отдых. И усидела дома всего месяц: «Не могла представить, как это я буду сидеть на лавочке у подъезда и болтать ни о чём!». Потом, не могла мама, бабушка не помогать копеечкой детям, внукам. Вернулась в родное отделение, где её с радостью взяли почтальоном.

- Вера Павловна удивительной аккурат-ности работник, - говорит теперь начальник отделения Надежда Александровна Брувер. - На раскладке корреспонденции, на её разноске по своему участку. У нас бывает огромный наплыв почты в начале каждого квартала, после окончания подписной кампании. Случается короткая путаница с адресами, получателями, перечнем прош-лых и теперешних газет, журналов. Но только не у Атучиной. А ещё любят её в коллективе за стойкость – практически не бывает на больничных, за безотказность. Вручённая от имени губернатора медаль своим названием в точности соответствует своему назначению.

Дороги – только для ветеранов

Мне никогда не понять, как может ежесменно таскать по адресам пакеты общим весом до десяти килограммов 70-летняя женщина. Притом, по одному из самых тяжёлых в географическом отношении участков. Полностью об-служивая административный комбинат ОАО «СУЭК-Кузбасс», а он один за раз

потребляет пять кило деловой почты. Плюс общество слепых, крупную но-тариальную контору (здесь особенно не могут нахвалиться исполнительной Атучиной). Наконец, самые задворные районы ВГСЧ, бывшего завода ШПО, нефтебазы. Однако здешнее населе-ние «заброшенным» себя не считает, вот ведь закавыка. Их почтальон каждую среду, четверг и пятницу приносит газеты, журналы и письма. За это её благодарят и работники расположенного там же вагонного депо. Тут Вера Павловна наизусть знает, кому (по предварительному заказу тоже) отдать «Городскую газету», кому «Комсомолку», кому «АиФ», «Ассорти», а кому ту или иную министерскую депешу, сообщение из налоговой инспекции.

И всё же на участке Атучиной только ноги ломать. Сплошь буераки, желез-нодорожные пути. А собаки? А дожди с непролазной грязью? А морозы-метели – как всё это вынести женщине?

- Ну, тогда вы ничего не знаете о на-шей работе! – с улыбкой и укоризной отмахивается рукой Вера Павловна. - Я у себя каждую тропиночку знаю, потому ноги в целости. В ливень один раз попала без зонта, так прибежала к девочкам из отдела делопроизводства «СУЭК-Кузбасса». Они обогрели, свой зонтик дали. Ноги у меня, правда, часто мокрые от слякоти, но я закалённая с детства, не болею. Вон за нефтебазой ветра в три струи дуют, с ног сбивают – а мне всё нипочём. Самое большое ЧП: однажды утопила туфлю в свежееуложен-ном на проспекте Ленина асфальте, одни лямки от неё на ноге остались. Ну и что? Дали тапочки в родной нотариальной конторе, где хозяйкой замечательная Надежда Михайловна Тагакова, в них смену и доходила.

- Морозы даже люблю, – продолжает нестигаемый почтальон. - Идёшь, оде-вшись потеплее, снег под ногами хрустит, солнце светит, ласкает, как хорошо! А под снегопад ещё и песни любимые на ходу пою. Конечно, один раз злая соба-ка пальто мне всё же изорвала, за рукухватила крепко, в здравпункте еле кровь остановили. Ничего, зажило. Главное-то что? Меня люди ждут. Там конверты ждут, там открытки, здесь настенные календари, книжку детскую. Нельзя людей подвести. А мне в ответ «спасибо» говорят, «быст-роножкой» называют. Кому не приятно? Пожелаю такой благодати и другим...

Н. МАКСИМОВСКИХ.

На снимках: заместитель главы го-рода по организации работы аппарата администрации О.П. Положенцева (на верхнем фото слева) вручает медаль «За веру и добро» В.П. Атучиной; а вот такой была в молодости, в 1988-м, заводная, любимая всеми Вера Павловна.

Фото из семейного архива.

Юбилей

Троллейбус остаётся приметой города!

Сегодня коллектив ОАО «Горэлектротранспорт г.Ленинска-Кузнецкого» торжественно отмечает 30-летие пуска на линию первого троллейбуса с пассажирами. Официально это произошло 11 января далёкого 1984 года. Мне пришлось вести репортаж с рейса № 1 в настоящую стужу, заморозившую чернила в авторучке. А молоденький тогда водитель Любовь Алексеевна Колесникова, впоследствии отдавшая родному предприятию 16 лет добросовестного труда, расстраивалась оттого, что никто из горожан не желает заходить в салон: такой диковиной предстал перед людьми её «усач»!

Какие изменения произошли с тех пор? Что могут записать в актив труженики-юбиляры? Как живет коллектив в нелёгкие нынешние времена? Об этом мы беседуем с директором предприятия С.К. ЕВСЕЕВЫМ.

- Мы говорим сегодня о действительно историческом событии, - начал он. - Ведь шахтёрский Ленинск-Кузнецкий 30 лет назад стал (и остаётся до сих пор) третьим городом Кузбасса - вслед за Кемеровом и Новокузнецком, выпустившим на пассажирские маршруты электротранспорт. Так что он обязан считаться такой же «фишкой», ценностью, достопримечательностью города, как, скажем, нынешние красавицы шахты с часовнями, фонтанами, как манеж спортивной гимнастики, Ледовый дворец.

У троллейбуса целый ряд буднично невидимых преимуществ перед другими видами транспорта. Во-первых, он единственный экологически чистый, что очень важно для Ленинска с обилием котельных, тех же угольных предприятий, со всевозрастающим числом легковых машин. Во-вторых, несмотря на периодическое, но невысокое поднятие цены за проезд, он остаётся самым демократичным, доступным средством передвижения.

Мы перевозим огромное число льготников. Одних только пенсионеров насчитывается 13 тысяч, чуть меньше - инвалидов. Такая справка. Среднегодовые перевозки держатся у нас на уровне 12-12,6 миллиона пассажиров (между прочим, это два населения Швейцарии), и только пять с небольшим миллионов из них полностью оплачивают проезд. За нашим коллективом, как за щитом, - социально не защищённые слои населения из разряда учащихся школ и

студентов. Вдумаемся: месячные проездные билеты для них стоят всего 100 и 128 рублей соответственно, и пенсионерам они обходятся меньше чем в 200 рублей. Конечно, такая благоприятная ситуация поддерживается помощью, усилиями областной, городской администраций, оставляющих троллейбус на плаву, потому что он нужен, трижды нужен простым людям.

- Думаю, благодарным горожанам будет интересно узнать, что наработал ваш коллектив за ушедшие и трудные, и славные годы.

- Знаете, я недавно увидел, вдумался в отчётные данные - и поразился тому, что у предприятия за плечами. За тридцатилетие среднесуточный выпуск электромашин на линию вырос всего на семь единиц и сейчас составляет 23. А набегали они за это время 44 миллиона километров, то есть тысячу раз (!) обехали вокруг земного шара. И перевезли за это время без малого 374 миллиона человек, чуть ли не три населения России.

- По дорогам бегают и наматывают километры машины, но содержат и эксплуатируют их живые люди. Знают, всё дело в них?

- Безусловно. Когда у вас половина подвижного состава имеет предельный износ, невозможно поддерживать коэффициент использования парка на уровне 85 процентов (между прочим, в 1984 году он был на 20 процентов ниже), сохранять интервал движения троллейбусов на всех

трёх маршрутах в пределах трёх-четырёх минут без часто самоотверженной работы, высокого профессионализма руководителей технических служб, ремонтников, самих водителей, бережно относящихся к технике.

- Небезынтересна такая деталь: к ведущим специалистам предприятия относятся люди, стоявшие у самых-самых истоков его образования, ставившие его на ноги. Наверное, и в этом его техническая крепость.

- Догадываюсь, что вы имеете в виду нынешних главного энергетика Эдуарда Николаевича Хавалица, первого директора тогдашнего троллейбусного управления, и главного инженера Николая Дмитриевича Кошмана, начинавшего свою карьеру с самых низов. Действительно, это люди высочайшей ответственности, досконально знающие производство. И не знающие понятия «нормированный труд»: в пиковых ситуациях они работают, не считаясь с выходными, отпусками, вместе с простыми рабочими ликвидируют случайные аварии на линии в любое время суток, в любую погоду.

Благодаря их вниманию до сих пор хорошо отлажена служба подвижного состава ОАО, включающая мастеров, слесарей-ремонтников, токарей, сварщиков, агрегатчиков. Особо выделю здесь слесаря и электрослесаря Евгения Николаевича Протопопова и Сергея Игнатьевича Пауткина. Заслуга службы

энергоснабжения - в бесперебойной работе трёх тяговых подстанций, функционировании 43 километров контактных сетей, в меру сил обновляемых. С полной отдачей трудятся четыре здешние эксплуатационно-аварийные бригады, в которых отличают старших смены электромонтеров Юрия Петровича Камышова и Виктора Павловича Занина. Хлопот у них много: восстановить вышедшие из зажимов провода, в зависимости от погоды и других причин подтянуть или ослабить их, прочистить автоматические стрелки на поворотах и так далее. И со всеми обязанностями мастера справляются быстро, умело.

Вполне заслуженно Николай Дмитриевич Кошман и Эдуард Николаевич Хавалица - одни из первых в Кузбассе были награждены юбилейной медалью в честь 70-летия области, поставив награды в заслугу всему родному коллективу.

- Мы всё как-то говорим о мужчинах. А ведь большинство троллейбусников - боевые, трудолюбивые женщины, ведь так?

- Вы правы: 60 процентов коллектива составляют именно они - может, в том и кроется главный секрет редкой стабильности в работе городских троллейбусников? Говорю без иронии. Ведь по терпению, внимательности женщины, пожалуй, превзойдут мужчин. Вот Алсу Абдуловна Вичкапова. Как раз 30 лет она на ответственном посту водителя троллейбуса. Все годы работает безаварийно, тому же учит и молодых водителей. Но главным



достижением ветерана труда можно считать то, что на сегодня в «Горэлектротранспорте» на совесть работают в качестве слесарей подвижного состава её сыновья Александр и Ринат, а не так давно за руль троллейбуса села и сноха Екатерина Вичкапова.

Под стать лидеру-ветерану водители Галина Анатольевна Камышова, Людмила Ивановна Смурьгина, Ирина Михайловна Чичулина, Татьяна Анатольевна Смолина, Елена Викторовна Жемчуева. В парах с ними - требовательные кондуктора со стажем Галина Михайловна Митина, Зоя Леонидовна Буева, Татьяна Викентьевна Грищенко, другие работницы, буквально приносящие в сумках выручку предприятию. Никак не обойти вниманием диспетчерскую службу, «генштаб движения», в которой заслуживают похвалы Галина Анатольевна Кашенко, Наталья Алексеевна Лялюк.

Или вернёмся к службе энергоснабжения, к нашим электроподстанциям - и тут сплошное прочное женское основание: Ирина Фёдоровна Дякина, Галина Вячеславовна Мотуз, Валентина Ивановна Занина, Ирина Егоровна Салтымакова, Анна Ивановна Аникина, Татьяна Исаковна Кошманова, Анна Васильевна Гуслева, Вера Ивановна Емец, Елена Александровна Санникова, Галина Ивановна Тюменцева.

Никуда на транспортном предприятии - без медицинской службы. И уже не одно десятилетие держат её на высоте наши фельдшер и инспектор профосмотра Любовь Васильевна Кирсанова и Светлана Владимировна Данилова.

При таком раскладе руководство просто обязано думать о посильном социальном обустройстве коллектива. На предприятии имеются собственные столовая, комната отдыха для кондукторов. Ни в один большой праздник не забывает профком, актив о своих ветеранах: приглашает их на торжественные собрания, чествует, награждает

на дому. А как иначе? Как забыть ту же Любовь Алексеевну Колесникову, Татьяну Михайловну Кирсанову, Нину Николаевну Поморцеву, Веру Сергеевну Шатилову, Нину Сергеевну Курбатову, Антониду Александровну Ананьеву, Раису Кузьминичну Козлову, Александру Ивановну Батурину, навсегда ставших гордостью предприятия? Огромное им спасибо за добросовестный труд.

Добавлю. Для детей работников мы по мере сил организуем новогодние утренники. Настоящей фишкой предприятия стал проводимый уже семь лет подряд конкурс экипажей троллейбусов на лучшее предновогоднее оформление салонов, что искренне радует пассажиров.

- Сергей Константинович, что бы вы пожелали коллективу в действительно веселый юбилей, за который, может быть, поднимут бокалы сотни благодарных горожан?

- А вот как раз от их имени хочу поблагодарить троллейбусников, бывшее руководство за то, что в самые трудные времена сохранили они костяк коллектива, самую важнейшую производственную единицу Ленинска-Кузнецкого. За то, что и сегодня не теряют работники твёрдости духа, верят в лучшее. Надеюсь на обновление парка, повышение зарплаты, на приток молодого поколения. Администрация Ленинска-Кузнецкого городского округа не забывает о своём подопечном, старается оперативно решать назревающие проблемы, поддерживает морально. Это много значит.

Надеемся встретить своё 40-летие более окрепшими. И такими же трудолюбивыми, энергичными, нацеленными на то, чтобы ни в коей мере не снижать достигнутого!

Н. МАКСИМОВСКИХ.
На снимке: директор предприятия С.К. Евсеев.

Фото автора.

Нашему троллейбусу — 30!

В столь знаменательный день нельзя не предоставить слово труженикам, вписавшим золотые строки в историю родного предприятия. Они не бросали его в самые тяжёлые времена — и сохранили не только производство, но, по большому счёту, и самих себя. Потому что только в беде познаётся человек, высвечиваются его истинные нравственные качества.

Любовь Васильевна КИРСАНОВА, заведующая здравпунктом:



- Я безмерно люблю свой коллектив с трудной, но благородной судьбой, поэтому со дня основания не оставляла его ни на день. Хотя тоже помню перестроечные времена, когда мы бегали к директору, выпрашивая хотя бы десять-пятнадцать рублей на хлеб.

Главным останется понимание своей высокой ответственности перед предприятием. Наш «форпост» состоит всего из четырёх человек, включая трёх инспекторов профосмотра с более чем 20-летним стажем:

Светлану Владимировну Данилову, Зинаиду Васильевну Орлову и Надежду Александровну Орешникову. Дважды в день без выходных мы должны провести предрейсовый медосмотр почти 150 работников — не только водителей и кондукторов, но также слесарей. Плюс перед каждым выездом сбить высокое давление, проконтролировать течение любого хронического заболевания у водителей, потому что они входят в так называемую группу риска. Ещё в рабочем порядке сделать перевязки, инъекции от хондрозов, суставных болей — куда без них троллейбусникам?

А вообще, мы на все руки мастера. Однажды Светлана Владимировна приняла в медпункте... роды у одной мойщицы. Всё прошло благополучно, и теперь той девочке уже 26 лет. Какой-то добрый знак вижу я в этом на все времена. Пусть тот счастливый случай освещает деятельность всего нашего замечательного коллектива. Новых юбилеев, крепкого здоровья ему!



Эдуард Николаевич ХАВАЛИЦ, главный энергетик, первый директор предприятия:

- Нынешнее производство рождалось на пустыре методом народной стройки. Траншеи под электрокабели рыли на территории рабочие местных автобаз, шахт. А первые опоры контактных сетей монтировали специалисты тогдашней Комсомольской автобазы.

Первых водителей из других городов мы устраивали в коммунальные структуры на должности техников-смотрителей, даже банщиц, а расселяли в старом жилфонде по улицам Дзержинского, Дворцовой или в общежитиях. Первую подстанцию № 3 на центральном рынке ввели в строй 4 ноября 1983-го. А через три дня на демонстрации в честь годовщины Великой Октябрьской социалистической революции пробно пробежал наш диковинный для всех «усач».

Я возглавлял предприятие до перестроечного 1993 года, а с 2008-го мне доверили здесь энергетическую службу. Хлопотное хозяйство. Есть финансовые трудности. Но несмотря ни на что мы смогли провести полную реконструкцию питающих фидеров на подстанции № 3, частичную — на двух других. Обновили наиболее изношенные участки контактных сетей. У нас замечательный по своей стойкости коллектив, который от души поздравляю с солидным юбилеем!



Галина Анатольевна КАМЫШОВА, водитель:

- Работать всю жизнь именно здесь мне, видно, было предписано свыше: до этого я была машинистом башенного крана и строила как раз здания троллейбусного управления. А трудовой стаж в нём пошёл с 14 февраля 1983-го, когда меня послали на курсы водителей в Кемерово. Там и мужа себе нашла. Юрий Петрович тоже всю жизнь отдал нашему предприятию — электромонтёром контактных сетей. Вот вам второе предопределение судьбы.

Мне повезло: я беззаветно люблю своё нелёгкое, но такое нужное дело. Наше поколение не пугали времена, когда водители вынуждены были скручивать на ночь с троллейбусов — чтобы не стащили — зеркала, фары, а утром снова их прилаживать. Времена бартера, в которые вместо полочки выдавали мебель, постельное бельё, халаты, тушёнку.

Однажды, когда произошла крупная авария на линии (сеть порвали), мы с девочками-водителями едва не замёрзли зимой на конечной остановке КСК. Потому что сотовых телефонов не было, чтобы связаться с диспетчером, а сбившиеся в кучу машины бросить не могли. Пять часов несли ночную вахту на 30-градусном морозе. Потом одна из «охранниц» техники отмокала дома в горячей ванне прямо в колготках — они просто намертво примёрзли к коже.

Через всё прошла старая гвардия и всё выдержала. Передала эстафету молодым. Пусть они не растеряют добрые традиции предприятия. Не всегда троллейбусники слышат от пассажиров «спасибо», но мы не обидчивы — вздохнём и дальше поедём!

Николай Дмитриевич КОШМАН, главный инженер:

- Я в эти дни с доброй улыбкой вспоминаю многое. Вот такой штрих. Сегодня мы посылаем за новой электромашиной для доставки в депо бригаду из 7–8 человек. А в 1982–1983 годах самую первую технику разгружали мы вдвоём с Эдуардом Николаевичем, выпросив где-нибудь трактор или КамАЗ с тросом. Я садился за руль троллейбуса, а впереди пылил, дымил тягач — и вся недолга. Таким манером за год мы перегнали порядка 15 новичков.

Мы постоянно укрепляли ремонтную базу, основу предприятия. Наладили прочные связи с коллегами из Кемерово, Новокузнецка, Томска, в результате чего имели и имеем запасные части к троллейбусам в самые непростые времена.

Между прочим, благодаря появлению и развитию в городе троллейбусного управления в Ленинске заметно — в соответствии с техническими требованиями — улучшилось качество дорог на маршрутах, два главных проспекта расширили, хорошо осветили.

Оглядываясь назад с чувством удовлетворения. Мы сохранили самый демократичный вид транспорта, профессиональный костяк коллектива-труженика. Дальнейших ему успехов в работе, всем коллегам — семейного счастья, здоровья, гордости за дело, которому служат!



Материалы подготовили Н.МАКСИМОВСКИХ и Ю.ГАЛАНДИН (фото).



ЧТО ВОЛНУЕТ ГОРОЖАН СЕГОДНЯ?

Самые точные ответы на самые щепетильные вопросы



В «одном окне»

— Как идёт строительство центра по работе с населением, когда он вступит в строй? В. Коваль.

Строительство многофункционального центра обслуживания населения вступило в завершающую стадию. Об этом шла речь на внеочередном заседании городского Совета народных депутатов, где согласовывались изменения в муниципальную программу капитального строительства и капитального ремонта на 2014–2016 годы. Как подчеркнул и.о. первого заместителя главы города Р.Р. Бадертдинов, все общестроительные работы на этом объекте закончены, считанные недели остались на установку окон и монтаж оборудования. Так что к марту планируется разрезать в центре красную ленточку, приняв здесь первых ленинск-кузнецчан.



Чтобы максимально ускорить ввод, решили сделать перераспределение средств внутри программы, направив 1700 тысяч рублей для оплаты договоров на поставку оборудования. А это значит, что совсем скоро нам будут оказывать в одном месте комплекс государственных и муниципальных услуг. Принцип «одного окна» позволит уйти от хождения по инстанциям для получения различных справок и документов, а как следствие, избавит нас от очередей, потери времени и нервов. Удобно и то, что новое для нас многофункциональное учреждение расположено по соседству с центром занятости, на проспекте Текстильщиков.



Сколько можно болеть?

— Я индивидуальный предприниматель. Мой работник уже три месяца находится на больничном. Могу ли я его уволить? И сколько вообще можно быть на больничном? Ж. Ярмолюк.

Согласно п. 11 Приказа Минздравсоцразвития России от 29.06.2011 № 624н «Об утверждении Порядка выдачи листов нетрудоспособности» при амбулаторном лечении заболеваний (травм), отравлений и иных состояний, связанных с временной потерей гражданами трудоспособности, лечащий врач единолично выдает гражданам листки нетрудоспособности сроком до 15 календарных дней включительно. Если сроки временной нетрудоспособности превышают 15 календарных дней, листок нетрудоспособности выдается и продлевается по решению врачебной комиссии, назначаемой руководителем медицинской организации.

Сроки продления листка нетрудоспособности определены ч. 3 ст. 59 Федерального закона от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации». В соответствии с ч. 2 ст. 59 данного Закона экспертизу временной нетрудоспособности проводит лечащий врач, который единолично выдает гражданам листки нетрудоспособности сроком до 15 календарных дней включительно, а в случаях, установленных уполномоченным федеральным органом исполнительной власти, — фельдшером либо зубным врачом, которые единолично выдают листок нетрудоспособности на срок до 10 календарных дней включительно.

Продление листка нетрудоспособности на больший, чем указано в ч. 2 этой статьи (но не более чем на 15 календарных дней одновременно), срок осуществляется по решению врачебной комиссии, назначаемой руководителем медицинской организации из числа врачей, прошедших обучение по вопросам проведения экспертизы временной нетрудоспособности.



При очевидном неблагоприятном клиническом и трудовом прогнозе не позднее четырех месяцев с даты начала временной нетрудоспособности пациент направляется на медико-социальную экспертизу для оценки ограничения жизнедеятельности, а в случае отказа от прохождения такой экспертизы листок нетрудоспособности закрывается. При благоприятном клиническом и трудовом прогнозе не позднее 10 месяцев с даты начала временной нетрудоспособности при состоянии после травм и реконструктивных операций и не позднее 12 месяцев при лечении туберкулеза пациент либо выписывается к занятию трудовой деятельностью, либо направляется на медико-социальную экспертизу.

В зависимости от состояния здоровья и описанных выше обстоятельств ситуация с больным работником должна определяться максимум в течение года. И работник либо возвращается на работу, либо ему присваивается инвалидность.

Согласно ч. 6 ст. 81 ТК РФ увольнение работника по инициативе работодателя в период его временной нетрудоспособности запрещено, поэтому до решения вопроса о состоянии его здоровья уволить его нельзя.

Н. Лазарева («Эж «ЮРИСТ»).



И сланцы в придачу

«Я работаю на шахте и поэтому с интересом читаю в «Городской газете» заметки о том, что делается, а порою и не делается на угольных предприятиях. С интересом читаю статьи Кемеровской угольной прокуратуры о результатах тех или иных проверок. В связи с этим у меня вопрос: а что должны делать работодатели относительно производственного травматизма?» Н. Гавриленко.



Как сообщил помощник Кемеровского межрайонного прокурора по надзору за исполнением законов в угледобывающей отрасли Т.Ю. Ковалевич, регулярными стали проверки в целях исполнения работодателями законодательства об охране труда и промышленной санитарии. Типичными являются и нарушения.

В связи с этим прокурор разъясняет. Статьей 11 Федерального закона РФ № 52-ФЗ от 30.03.1999 «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» установлено, что индивидуальные предприниматели и юридические лица в соответствии с осуществляемой ими деятельностью обязаны выполнять требования санитарного законодательства.

В соответствии с этим для работников, занятых на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, санитарно-бытовые помещения устраивают по типу

санитарных пропускников. В душевых обеспечивается сток мыльных вод отдельно от каждой кабины к задней стенке, оборудуются полочки для размещения банных принадлежностей и водяные струйные коврики для обработки и ополаскивания ног. Количество душевых рассчитывают, исходя из одного душа на 5 человек в наиболее многочисленной смене.

Душевые обеспечиваются мылом в соответствии с нормами, мочалками индивидуального пользования, полотенцами и банной обувью, подвергающейся ежедневной дезинфекции. Гардеробные оборудуют шкафами для раздельного хранения рабочей и домашней одежды, размещение которых позволяет удобно производить уборку, дезинфекцию и дезинсекцию. При гардеробных устраивают сушилки для мокрой спецодежды и помещение для обеспыливания спецодежды.



Пока учится, пенсия будет повышенной

— Я являюсь пенсионеркой, и у меня несовершеннолетняя дочь. За дочку, как за иждивенца, мне выплачивают повышенную пенсию. Но слышала, что такое положение сохранится до достижения дочкой возраста 18 лет. А моему ребенку 18 лет исполнится еще в школе... Н. Ковалева.

На вопрос отвечает Лариса Карчина, начальник отдела назначения пенсии:

— Действительно, если у пенсионера на иждивении находится нетрудоспособный человек, устанавливается повышенный фиксированный базовый размер страховой части трудовой пенсии по старости или по инвалидности. При этом факт иждивения детей до 18 лет не требует доказательств. Если же ваша дочь достигнет совершеннолетия в школе, то в органы Пенсионного фонда необходимо представить справку из учебного заведения о том, что дочь является учащейся очной формы обучения. При предоставлении подобной справки об обучении (в ней учитываются сведения и об окончании каникул, положенных после государственной, итоговой, аттестации — ка-

никулы истекают 31 августа) управление Пенсионного фонда продолжит вам выплату пенсии в повышенном размере.

Если ваша дочка по окончании школы продолжит обучение по очной форме в среднем профессиональном или высшем учебном заведении (за исключением образовательного учреждения дополнительного образования), вы также будете иметь право до окончания ее обучения получать повышенный фиксированный базовый размер страховой части трудовой пенсии. В этом случае тоже потребуются подтверждающие документы из учебного заведения. Но выплата пенсии в повышенном размере прекратится в месяце, следующем за тем, в котором дочери исполнится 23 года.



Год имеет значение

— Работаю учителем уже 25 лет. Хочу оформлять льготную пенсию. В августе 1991 года я ушла в декретный отпуск и вышла на работу в январе 1994 года. Засчитывается ли этот период в льготный стаж? В. Декина.

На вопрос отвечает Ольга Беликова, гл. специалист-эксперт:

— По действующим в настоящее время Правилам исчисления периодов работы, дающих право на досрочное назначение трудовой пенсии по старости, утвержденным постановлением Правительства РФ от 11 июля 2002 года № 516, отпуск по уходу за ребенком в педагогический стаж не включается.

Однако до 6 октября 1992 года, то есть до вступления в силу Закона Российской Федерации от 25.09.1992 № 3543-1 «О внесении изменений и дополнений в Кодекс

законов о труде Российской Федерации», период нахождения женщины в отпуске по уходу за ребенком включался в стаж работы по специальности при назначении досрочных пенсий. Исходя из этого, время нахождения в отпуске по уходу за ребенком (до достижения трех лет) до 6 октября 1992 года может быть включено в стаж педагогической деятельности для досрочного назначения трудовой пенсии по старости. См. подпункт 19 пункта 1 статьи 27 Федерального закона от 17.12.2001 № 173-ФЗ «О трудовых пенсиях в Российской Федерации».

Прием вопросов по телефону 5-20-38.

Пятница, 7 февраля



04.00 «Олимпийское утро на Первом»
08.00 «Новости»
08.05 «Контрольная закупка» (0+)
08.35 «Женский журнал» (0+)
08.45 «Жить здорово!» (12+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.05 «Время обедать!» (0+)
11.45 «Доброго здоровьица!» (12+)
12.35 «Истина где-то рядом» (16+)
12.50 «Женский журнал» (0+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить» (16+)
14.00 «Новости»
14.15 «Они и мы» (16+)
15.10 «В наше время» (12+)
16.00 «Жди меня» (0+)
17.00 «Новости»
17.15 «Давай поженимся!» (16+)
18.10 «Пусть говорят» (0+)
19.05 «Поле чудес» (16+)
20.00 «Время»
20.30 «Энциклопедия зимней олимпиады» (0+)
21.00 «Олимпийский канал» (0+)
23.14 Церемония открытия XXII зимних олимпийских игр в Сочи

01.45 «Вечерний Ургант» (16+)
02.40 X/ф «Солярис» (16+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
07.55 «Битва титанов. Суперсерия-72» (12+)
08.55 «Михайло Ломоносов. Десять новелл из жизни гения» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 «Дежурная часть»
11.00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
12.00 «Особый случай» (12+)
13.00 «Вести»
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 «Дежурная часть»
14.10 X/ф «Легенда №17» (12+)
17.00 X/ф «Клуши» (12+)
19.05 «Вести-Кузбасс»
19.30 «Прямой эфир» (12+)
21.10 «Философия мягкого пути» (0+)
23.14 Церемония открытия XXII зимних олимпийских игр в Сочи



06.00 «НТВ утром»
08.40 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10.00 «Сегодня»
10.20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)

10.55 «До суда» (16+)
11.55 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных. Окончательный вердикт» (16+)
14.35 «Дело врачей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
23.35 Т/с «Этаж» (18+)
01.50 «Дело темное» (16+)
02.45 X/ф «Второй убийный» (16+)
04.45 Т/с «Преступление будет раскрыто» (16+)



07.00 «Панорама событий» (16+)
07.20 «Метеоинформ» (0+)
07.23 «Гороскоп» (16+)
07.27 «Все обо всем» (16+)
07.30 Мультсериал (12+)
07.58 «Прогноз погоды» (0+)
08.00 «Панорама событий» (16+)
08.20 «Все обо всем» (16+)
08.22 Музыка (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.30 X/ф «Как выйти замуж за миллиардера» (16+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)

14.00 «Панорама событий» (16+)
14.20 «Метеоинформ» (0+)
14.23 «Все обо всем» (16+)
14.30 «Интерны» Ситком (16+)
15.00 «Зайцев+1» Ситком (16+)
15.30 «Универ» Ситком (16+)
18.30 «Желаю счастья!» (16+)
19.22 «Все обо всем» (16+)
19.24 «Гороскоп» (16+)
19.28 «Прогноз погоды» (0+)
19.30 «Панорама событий» (16+)
19.50 «Метеоинформ» (0+)
19.53 «Все обо всем» (16+)
20.00 «Comedy Woman» (16+)
21.00 «Комеди Клуб» (16+)
22.00 «ХБ» (18+)
23.30 «Дом-2» (16+)
01.00 X/ф «В пасти безумия» (18+)
02.55 Т/с «Дневники вампира-2» (16+)
05.25 «Саша + Маша» (16+)
06.00 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
06.30 М/с «Планета Шина» (12+)



06.00 Т/с «Вовочка-3» (16+)
07.00 Т/с «Следаки» (16+)
07.30 «Званый ужин» (16+)
08.30 «Смотреть всем!» (16+)

09.00 «Информационная программа 112» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Великие тайны Ватикана» (16+)
13.00 «Информационная программа 112» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званый ужин» (16+)
15.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Не ври мне!» (16+)
19.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Информационная программа 112» (16+)
20.30 «Новости 24» (16+)
21.00 «Битва цивилизаций» (16+)
01.00 X/ф «Девять ярдов» (16+)
03.00 X/ф «Уловка 44» (18+)
04.40 «Смотреть всем!» (16+)
05.15 X/ф «Девять ярдов» (16+)



06.30 «Удачное утро» (16+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.18 «Музыка» (16+)
07.30 X/ф «Альф» (16+)
08.00 «Полезное утро» (16+)
08.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.40 Т/с «220 вольт любви» (16+)

18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.18 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 X/ф «Моя новая жизнь» (16+)
22.35 «Одна за всех» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.18 «Музыка» (16+)
23.30 X/ф «Маша и море» (16+)
01.20 X/ф «Шери» (16+)
03.05 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
05.00 «По делам несовершеннолетних» (16+)
06.00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)



05.00 «Настроение»
07.35 X/ф «Сердце бьется вновь...» (12+)
09.20 Д/ф «Вячеслав Тихонов. Мгновения длиною в жизнь» (12+)
10.30 «События»
10.50 X/ф «Любимая дочь папы Карло» (16+)
12.40 «Хроники московского быта» (12+)
13.30 «События»
13.50 «Город новостей»
14.10 «Наша Москва» (12+)



05.00 «Сейчас»
05.10 «Утро на «5» (6+)
08.00 Д/ф «Герои спорта» (12+)
09.00 «Сейчас»
09.10 Д/ф «Герои спорта» (12+)
11.00 «Сейчас»
11.30 Д/ф «Герои спорта» (12+)
17.00 «Сейчас»
18.00 Т/с «След» (16+)
01.10 X/ф «Артистка из Грибова» (12+)
03.50 Д/ф «Гламурная лихорадка» (16+)

Суббота, 8 февраля



04.45 X/ф «Китайская бабушка» (12+)
05.00 «Новости»
05.10 X/ф «Китайская бабушка» (12+)
06.35 «Играй, гармонь любимая!» (0+)
07.20 М/ф «София прекрасная» (0+)
07.45 М/с «Смешарики. Новые приключения» (0+)
08.00 «Умницы и умники» (12+)
08.45 «Слово пастыря» (0+)
09.00 «Новости»
09.10 «Женский журнал» (0+)
09.20 «Смак» (0+)
09.55 «Вспомина Вячеслава Тихонова» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Женский журнал» (0+)
11.20 «Идеальный ремонт» (0+)
12.10 «Биополе. Невидимая сила» (0+)
13.00 «Новости»
13.10 «Ирина Муравьева. «Не учите меня жить!» (12+)
14.15 Церемония открытия XXII зимних олимпийских игр в Сочи
16.45 «Энциклопедия зимней олимпиады» (0+)
17.00 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Лыжи
18.00 «Энциклопедия зимней олимпиады» (0+)
18.30 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Коньки
21.10 «Время»

21.25 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Фигурное катание
00.30 «Энциклопедия зимней олимпиады» (0+)
01.00 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Фигурное катание
03.00 X/ф «Джордж Харрисон: Жизнь в материальном мире» (0+)



03.50 X/ф «Старики-разбойники» (0+)
05.35 «Сельское утро» (0+)
06.05 «Диалоги о животных» (0+)
07.00 «Вести»
07.10 «Вести-Кузбасс»
07.20 «Военная программа» (0+)
07.50 «Планета собак» (0+)
08.25 «Субботник» (0+)
09.10 «Урожайные грядки» (0+)
09.25 «Полит-чай» (0+)
09.55 «С точки зрения здоровья» (0+)
10.00 «Вести»
10.10 «Вести-Кузбасс»
10.20 «Дневник олимпиады» (0+)
10.50 X/ф «Домработница» (12+)
13.00 «Вести»
13.20 «Вести-Кузбасс»
13.30 Шоу «Десять миллионов» (0+)
14.35 «Субботный вечер» (0+)
16.15 X/ф «Легенда №17» (12+)



19.05 «Код Кирилла. Рождение цивилизации» (12+)
19.55 «Вести»
20.15 «Прямой эфир» (12+)
21.20 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Биатлон. Спринт
23.00 «Вести» в субботу
23.35 XXIII зимние олимпийские игры в Сочи. Саньки спорт
01.05 X/ф «Страховой случай» (12+)
05.40 Т/с «Завещание Ленина» (12+)
07.25 «Смотр» (0+)
08.00 «Сегодня»
08.15 Лотерея «Золотой ключ» (0+)
08.45 «Их нравы» (0+)
09.25 «Готовим с Алексеем Зиминным» (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Главная дорога» (16+)
10.55 «Кулинарный поединок» (0+)
12.00 «Квартирный вопрос» (0+)
13.00 «Сегодня»
13.20 Т/с «Ржавчина» (16+)
15.10 «Своя игра» (0+)
16.00 «Сегодня»
16.15 «Следствие вели» (16+)
17.15 «Очная ставка» (16+)
18.20 «ЧП. Обзор»
19.00 «Центральное телевидение»
19.50 «Новые русские сенсации» (16+)

20.45 «Ты не поверишь!» (16+)
21.45 X/ф «Идеальное убийство» (16+)
23.40 X/ф «Честь» (16+)
01.35 «Авиаторы» (12+)
02.10 «Дело темное» (16+)
03.00 «Дикий мир» (0+)
03.10 X/ф «Второй убийный» (16+)
05.05 Т/с «Преступление будет раскрыто» (16+)



07.00 «Счастливы вместе» (16+)
07.40 М/с «Слагтерра» (12+)
08.05 М/с «Бен 10. Омниверс» (12+)
08.30 М/с «Скан-Ту-Гоу» (12+)
08.55 «Прогноз погоды» (0+)
08.57 «Панорама событий» (16+)
09.17 «Все обо всем» (16+)
09.20 «Гороскоп» (16+)
09.25 «Панорама событий» (16+)
09.45 «Метеоинформ» (0+)
10.00 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.00 «Школа ремонта» (12+)
12.00 «Два с половиной повара. Открытая кухня» (12+)
12.30 «Влюбись в меня заново» (16+)
13.00 «Битва экстрасенсов» (16+)
14.30 «Comedy Woman. Лучшее» (16+)
15.30 «Stand Up. Лучшее.» (16+)
16.30 «Комеди Клуб» (16+)
17.30 «Интерны» Ситком (16+)
18.30 «Желаю счастья!» (16+)

19.48 «Метеоинформ» (0+)
19.52 «Гороскоп» (16+)
19.56 «Все обо всем» (16+)
19.58 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 Большое кино по субботам: «Гнев Титанов» (16+)
22.00 «Комеди Клуб» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 X/ф «Разрушитель» (16+)
02.45 Т/с «Дневники вампира-2» (16+)
04.30 X/ф «Напряги извилины. Брюс и Ллойд. Без тормозов» (16+)
06.00 М/с «Планета Шина» (12+)
06.30 М/с «Губка Боб квадратные штаны» (12+)



06.00 X/ф «Девять ярдов» (16+)
07.00 Т/с «Телохранитель-2» (16+)
10.40 «Чистая работа» (12+)
11.30 «100 процентов» (12+)
12.00 «Представьте себе» (16+)
12.30 «Смотреть всем!» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Военная тайна» (16+)
16.40 «Странное дело» (16+)
17.40 Концерт Михаила Задорнова (16+)
20.00 «Неделя» (16+)
21.15 X/ф «Алеша Попович и Тугарин Змей» (6+)
22.45 X/ф «Илья Муромец и Соловей-разбойник» (6+)
00.20 X/ф «Карлик Нос» (6+)
02.00 X/ф «Элвин и бурундуки» (6+)
03.40 X/ф «Элвин и бурундуки-2» (6+)
05.15 X/ф «Элвин и бурундуки-3» (6+)



06.30 «Стильное настроение» (16+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.18 «Музыка» (16+)
07.30 X/ф «Альф» (16+)
08.00 «Полезное утро» (16+)
08.30 X/ф «Аббатство Даунтон» (16+)
11.45 X/ф «Марья-искусница» (6+)
13.10 «Спросите повара» (16+)
14.10 Т/с «Великолепный век» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Объявления» (16+)
18.03 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Великолепный век» (16+)
22.45 «Одна за всех» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.02 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.04 «Музыка» (16+)
23.30 X/ф «Жара» (16+)
01.25 X/ф «Аббатство Даунтон» (16+)
04.40 Д/ф «Великолепный век» (16+)
05.40 «Тайны еды» (16+)
06.00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)



04.05 «Марш-бросок» (12+)



05.00 Мультфильмы (0+)
08.35 «День ангела» (0+)
09.00 «Сейчас»
09.10 Т/с «След» (16+)
17.30 «Сейчас»
18.00 Т/с «Опера» (16+)
23.50 X/ф «Седьмой день» (16+)
02.00 Д/ф «Легендарная тройка» (12+)
03.00 Д/ф «Спартак. Мифы и легенды отечественного спорта» (12+)

Воскресенье, 9 февраля



04.45 X/ф «Гусарская баллада» (0+)
05.00 «Новости»
05.10 X/ф «Гусарская баллада» (0+)
06.45 «Армейский магазин» (0+)
07.15 M/ф «София прекрасная» (0+)
07.40 M/с «Смешарики. Пинкод» (0+)
07.55 «Здоровье» (16+)
09.00 «Новости»
09.10 «Ералаш» (0+)
09.25 «Непутевые заметки» (0+)
09.45 «Пока все дома» (0+)
10.30 «Сочи-2014» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Первая пара. Больше, чем любовь» (12+)
12.15 «Энциклопедия зимней олимпиады» (0+)
13.10 «Сочи-2014»
13.30 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Сноуборд
14.40 «Энциклопедия зимней олимпиады» (0+)
15.00 «Новости»
15.15 «Энциклопедия зимней олимпиады» (0+)
16.15 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Сноуборд
17.25 «Энциклопедия зимней олимпиады» (0+)
18.30 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Коньки
20.30 Воскресное «Время»

21.30 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Биатлон
23.00 Церемония открытия XXII зимних олимпийских игр в Сочи
01.30 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Саннй спорт
02.00 X/ф «Любовь и прочие обстоятельства» (16+)



04.15 X/ф «Не может быть!» (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 «Дневник олимпиады» (0+)
10.40 «Городок» (0+)
11.05 X/ф «Служанка трех господ» (12+)
13.10 «Вести»
13.00 «Вести-Кузбасс»
13.30 «Смеяться разрешается» (0+)
14.40 X/ф «Маша и медведь» (12+)
16.40 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Лыжные гонки
18.35 X/ф «Обратный билет» (12+)
19.00 «Вести» недели
20.30 X/ф «Обратный билет» (12+)
21.40 «Вести» недели

21.50 XXII зимние олимпийские игры в Сочи. Фигурное катание
01.00 X/ф «Три сестры» (12+)



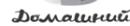
06.05 T/с «Завещание Ленина» (12+)
08.00 «Сегодня»
08.15 Лотерея «Русское лото плюс» (0+)
08.45 «Их нравы» (0+)
09.25 «Едим дома» (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача» (16+)
10.55 «Чудо техники» (12+)
11.25 «Поедем, поедим!» (0+)
12.00 «Дачный ответ» (0+)
13.00 «Сегодня»
13.20 T/с «Ржавчина» (16+)
15.10 «Своя игра» (0+)
16.00 «Сегодня»
16.15 «Следствие вели» (16+)
17.15 «Очная ставка» (16+)
18.20 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.50 «Темная сторона» (16+)
20.40 X/ф «Доктор смерть» (16+)
00.30 «Школа злословия» (16+)
01.15 «Авиаторы» (12+)
01.50 «Дело темное» (16+)
02.40 «Дикий мир» (0+)
03.10 X/ф «Второй убийный» (16+)
05.10 T/с «Преступление будет раскрыто» (16+)



07.00 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
08.00 M/с «Слаггерра» (12+)
08.25 «Прогноз погоды» (0+)
08.27 «Все обо всем» (16+)
08.29 «Гороскоп» (16+)
08.33 «Метеоинформ» (0+)
08.36 «Все обо всем» (16+)
08.40 «Музыка на ТНТ» (16+)
08.55 «Первая национальная лотерея» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.00 «Битваэкстрасенсов» (16+)
11.00 «Школа ремонта» (12+)
12.00 «Comedy Woman» (16+)
13.00 «Перезагрузка» (16+)
14.00 «Comedy Баттл. Новый сезон» (16+)
15.00 X/ф «Гнев титанов» (16+)
17.00 Кино по воскресеньям: «Пункт назначения-2» (16+)
18.50 «Комеди клуб» (16+)
19.30 «Прогноз погоды» (0+)
19.31 «Желаю счастья!» (16+)
19.57 «Все обо всем» (16+)
20.00 «Битва экстрасенсов» (16+)
21.30 «Stand Up» (16+)
22.30 «Наша Russia» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 X/ф «Беовульф» (12+)
02.45 «Дом-2» (16+)
03.45 T/с «Дневники вампира-2» (16+)
05.25 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
06.00 M/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)



06.00 X/ф «Элвин и бурундуки-3» (6+)
06.50 X/ф «Суперменеджер, или Мотыга судьбы» (16+)
08.20 X/ф «В джазе только девушки» (12+)
10.45 X/ф «Элвин и бурундуки» (6+)
12.30 X/ф «Элвин и бурундуки-2» (6+)
14.00 X/ф «Элвин и бурундуки-3» (6+)
15.40 X/ф «Карлик Нос» (6+)
17.15 X/ф «Илья Муромец и Соловей-разбойник» (6+)
18.45 X/ф «Алеша Попович и Тугарин змей» (6+)
20.15 X/ф «Шерлок Холмс: игра теней» (16+)
22.40 X/ф «Пароль «Рыба-меч»» (16+)
00.30 «Репортерские истории» (16+)
01.00 «Неделя» (16+)
02.15 «Смотреть всем!» (16+)
03.15 X/ф «В джазе только девушки» (12+)



06.30 «Стильное настроение» (16+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.03 «Музыка» (16+)
07.30 X/ф «Альф» (16+)

08.00 «Полезное утро» (16+)
08.30 «Одна за всех» (16+)
09.15 X/ф «Аббатство Даунтон» (16+)
12.30 X/ф «Маша и море» (16+)
14.25 X/ф «Моя новая жизнь» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.03 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 X/ф «Королек - птичка певчая» (16+)
21.55 «Звездные истории» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.02 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.04 «Музыка» (16+)
23.30 X/ф «Дракула» (16+)
01.20 X/ф «Аббатство Даунтон» (16+)
04.35 «Звездные истории» (16+)
05.35 «Тайны еды» (16+)
05.50 «Одна за всех» (16+)
06.00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)



04.05 X/ф «Три толстяка» (6+)
05.35 M/ф «Волшебный клад», «Сказка о рыбаке и рыбке», «Сердце храбрца» (6+)
06.50 «Православная энциклопедия» (6+)
07.20 X/ф «Наваждение» (16+)
09.20 «Барышня и кулиар» (6+)
09.55 «Парадокс кота» (6+)
10.30 «События»

10.45 X/ф «Обыкновенный человек» (12+)
12.45 «Смех с доставкой на дом» (12+)
13.20 «Приглашает Борис Ноткин» (12+)
13.50 «Московская неделя»
14.20 Концерт «Братья Меладзе. Одна судьба на двоих» (12+)
16.00 X/ф «Дети Водолея» (16+)
20.00 «В центре событий» (16+)
21.00 T/с «Мисс Марпл Агаты Кристи» (12+)
22.55 «События»
23.15 X/ф «Любимая дочь папы Карло» (16+)
01.00 Д/ф «Смерть с дымком» (16+)
02.40 Д/ф «Леонид Броневой. А вас я попрошу остаться» (12+)
03.45 Д/ф «Энциклопедия. Домашние кошки» (12+)



05.00 Мультфильмы (0+)
09.00 «Сейчас»
09.10 «Истории из будущего» (0+)
10.00 T/с «Детективы» (16+)
16.00 «Место происшествия. О главном»
17.00 «Главное»
18.00 T/с «Опера» (16+)
23.50 X/ф «Бухта смерти» (16+)
02.00 Д/ф «Валерий Харламов» (0+)
03.55 Д/ф «Похищение «Святого Луки» (12+)

Реклама, объявления

КУМИ СООБЩАЕТ

Организатор торгов - комитет по управлению муниципальным имуществом Ленинск-Кузнецкого городского округа информирует о признании несостоявшимся 27.01.2014 года открытого аукциона по продаже муниципального имущества:

площадки иловой общей площадью 480 кв.м, расположенной по адресу: Кемеровская область, г. Ленинск-Кузнецкий, ул. Микрорайон № 7,30, сооружение 1;

блока очистных сооружений общей площадью 475,4 кв.м, расположенного по адресу: Кемеровская область, г. Ленинск-Кузнецкий, ул. Микрорайон № 7,30, строение 2;

здания хлораторной общей площадью 13,8 кв.м, расположенного по адресу: Кемеровская область, г. Ленинск-Кузнецкий, ул. Микрорайон № 7,30, строение 1;

нежилго здания общей площадью 97 кв.м, расположенного по адресу: Кемеровская область, Ленинск-Кузнецкий район, с. Панфилово, ул. Юбилейная, 15а.



РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ,
ПОСУДОМОЕЧНЫХ
МАШИН, ЭЛЕКТРОПЛИТ,
МИКРОВОЛНОВЫХ ПЕЧЕЙ,
ВОДОНАГРЕВАТЕЛЕЙ
ЗАПЧАСТИ
ГАРАНТИЯ БЕЗ
СКИДКИ ВЫХОДНЫХ
Тел.: 8-983-251-87-28

Обратите внимание!

ООО «Ленинск-Кузнецкая электросеть» уведомляет: в связи с ремонтом будет произведено отключение электроэнергии.

**05.02.2014г.
с 9.00 до 17.00**

пер. Трестовский, 7, 8, 9; ул. Ростовская, 1 – 43, 2 – 42; ул. Зорина, 31 – 49, 36 – 46; ул. Тульская, 31 – 47; ул. Парашютная, 1 – 7, 4 – 10; пер. Ростовский, 1 – 51, 2 – 14, 17; пер. Кокосовый, 1 – 7, 4 – 12; пер. Тульский, 4, 6, 17 – 31; пер. Парашютный. 3 – 5, 4, 6; пр. Ленина, 71, 75/2; б-р Химиков, 12; пр. Кольчугинский, 3, 9.

**06.02.2014г.
с 9.00 до 17.00**

ул. Горького, 10; пер. Рядовой, 3, 5, 11; пер. Трестовский, 3, 4 «А»; ул. С.Разина, 1 – 45, 2 – 18; ул. Тюменская, 1 – 53, 4 – 56; ул. Садовая, 169-181; пер. Болотный, 1 – 29, 4 – 52; пр. Текстильщиков, 11/1, 11/2, 13; пр. Ленина, 67/2.

**07.02.2014г.
с 9.00 до 17.00**

ул. Гагарина, 9 – 13; ул. Ленина, 20 – 30; ул. Майская, 1 – 17, 2 – 24; ул. Орджоникидзе, 1 – 21, 2 – 16; пер. Майский, 1 – 5, 4 – 8; ул. Сеченова, 3 – 27, 4 – 20; ул. Киевская, 41 – 73, 48 – 78; ул. Щетинкина, 2 – 20, 13 – 21; ул. Сибирякова, 23 – 37, 32 – 50; ул. Аккумуляторная, 1 – 9, 2 – 12; пер. Сибирякова, 2 – 20, 5 – 13.

ПРОДАМ

Однокомнатную квартиру (ленинградка) в 3-м микрорайоне, в новом доме по ул. Григорченкова, дом. 51, 4/10 (не угловая), кухня 8,5 кв.м., имеется гардеробная. Хорошее состояние, санузел раздельный (ванная-плитка, туалет-пластик), новая металлическая входная дверь, квартира сухая и теплая, солнечная, дом построен в 2010 г. В шаговой доступности: детсад, остановка, магазины «Спутник, Мария-РА, Оникс».
1800 тыс.руб. Торг при осмотре.

Телефон 8-923-517-65-58;

автомобиль «Шевролет «Ланос»», цвет синий, январь 2009 г., пробег – 46 000 км, перед – электростеклоподъем, МРЗ «Сони», противоугон «Один хозяин», резина на дисках зимняя и летняя. Цена – 190 тыс.руб.
Телефон 8-909-510-3226.

ВАМ ПОМОГУТ БРОСИТЬ ПИТЬ!

Современные методы лечения
Прием ведут: психиатр-нарколог, психотерапевт, физиотерапевт, рефлексотерапевт.

БРОСИТЬ КУРИТЬ – по записи СНИЖЕНИЕ ВЕСА – по записи.
Доктора Вергун О.Н., Вергун С.Н.
г. Новокузнецк, пр. Бардина, 10
Мед. центр ООО «ЛРЦ АЛЬТЕР ЭГО».

Тел.: 8 (3843) 737-182; 737-568, 905-915-99-11, 923-601-70-33, 913-401-80-44.

Прием – 9.00–15.00, выходной – воскресенье.
Имеются противопоказания, необходима консультация врача.
(Лицензия № ЛО-42-01-001584 от 07.07.2012 г.)

СДАМ

в аренду отдельное помещение (37 кв. м) в здании центрального телеграфа (выход – на сквер).
Телефон 8-961-711-0208.

ПРИГЛАШАЮТ НА РАБОТУ

МБОУ «Гимназия № 12» требуется рабочий по ремонту и обслуживанию здания.

Тел.: 7-40-38; 8-951-182-1891; 8-950-576-6095.
Администрация.

ПРОДАМ

действующий бизнес (нижнее бельё).

Телефоны: 8-960-920-6506; 8-904-991-9181.

Уголь (шахта им. 7 Ноября). Рядовой. Недорого.

Телефон 8-951-187-1845.

ПРЕДЛАГАЮТ УСЛУГИ

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

Тел.: 8-951-172-4349, 8-923-503-4210.

Услуги репетитора по математике (5–11-е классы). Интенсивная подготовка к ГИА – 9-классников; ЕГЭ – 11-классников.

Телефон 8-908-954-5591.

Грузоперевозки до 5 тонн.

Телефон 8-908-942-6917.

Замена труб водоснабжения, отопления и др. сантехники. Отделка квартир: гипсокартон, панели МДФ, пластик, покраска, штукатурка, обои, плитка, ламинат, линолеум, арка из МДФ, электрика. Ванная «под ключ». Установка дверей, стяжка полов, слом перегородок. Разморозка водопроводов.

Телефон 8-904-370-6955.

ПРОЦЕДУРНЫЙ КАБИНЕТ

* ВНУТРИВЕННАЯ ИНЪЕКЦИЯ
* Внутривенное капельное введение лекарственных препаратов
* ВНУТРИМЫШЕЧНАЯ ИНЪЕКЦИЯ
Выезд на дом. Гибкий график работы.

**Адрес: проспект Кирова, 77,
тел.: 8-913-292-3700, 8-923-487-8304.**

ЛО-42-01-001588 от 6 июля 2012 г.



КАК начать закаливание? - спрашиваем мы, когда хотим поправить здоровье, укрепить свой иммунитет. Сегодня о том, как начать закаливание, рассказывает наш консультант, специалист по закаливанию Ольга Дробыш.

«Если хочешь быть здоров – закаляйся!» – эта фраза знакома практически каждому из нас с самого раннего детства. К сожалению, очень немногие люди обращаются к делу закаливания, хотя и заявляют, что хотят этого. Главное – внести процедуру закаливания в обязательный список ежедневных дел и проявить силу воли в выполнении взятых на себя обязательств, ведь начать закаливание для любой из нас нетрудно, сложно сделать этот процесс постоянным.

Как же правильно начать закаливание? Что делать, чтобы закаливание было эффективным?

Начинаем с воздушных ванн

Начинать закаливание лучше летом. Летним утром легко встать пораньше и выйти на балкон или крылечко в купальнике (воздух будет свежим, но не холодным). Для начала достаточно постоять минуту-другую, после чего вернуться в теплое помещение.

Обязательно практикуйте воздушные ванны каждый день, независимо от погоды. Постепенно время пребывания на свежем воздухе можно увеличивать, а к осени вы уже привыкнете к утренней прохладе, и сезонное снижение температуры пройдет для вас не так заметно.

Вернувшись в помещение, сделайте хотя бы несколько физических упражнений для разогрева мышц. Если с утра у вас есть достаточно времени, можно сделать полноценную утреннюю гимнастику, но если время ограничено, хватит и минимального набора упражнений.

Часто спрашивают – как начать закаливание, если не лето? Конечно, не стоит ждать целый год. Выходить на улицу следует уже одетым, но так, чтобы чувствовалась прохлада, ведь в закаливании важен именно контраст температур.

Холодные обливания – основа закаливания

Холодные обливания – самая простая и при этом самый эффективный способ закаливания. Решив закаляться, вы должны прийти к твердому мнению, что будете обливаться водой постоянно. Станьте в ванную, наберите ведро прохладной



воды и смело окатите себя ею, потом сильно разотритесь полотенцем. Дело двух минут, а пользы на миллион.

Важный момент – начиная закаливание, не нужно сразу устраивать шоковую терапию, используя самую холодную воду – летом берите воду из крана, а осенью и зимой налейте ее в ведро или таз вечером, чтобы она немного подогрелась. Вместо обливания можно использовать холодный душ, хотя переносится он несколько тяжелее – стойте под душем не более 20 секунд и, опять же, быстро и досуха растирайтесь. Некоторым женщинам и детям бывает трудно обливать себя. Чтобы начать закаливание, в этом случае вы можете использовать частичные обливания, например, ног по колено. Так вам легче будет втянуться в процесс закаливания.

Можно подобрать и другие виды закаливания, например, хождение босиком, зарядку на свежем воздухе или утренние пробежки. Последнее, кстати, хорошо не только для начала закаливания, но и поможет сбросить лишний вес, укрепит сердечно-сосудистую систему. И помните, что главное правило в закаливании – регулярность и постепенность!

Контрастный душ

Контрастный душ – очень простое и в тоже время эффективное средство закаливания организма. Это особенно актуально в последнее время, когда на человечество обрушились эпидемии новых форм болезнетворных бакте-

рий. Оказалось, что именно контрастный душ является, если не панацеей, то одним из лучших способов подготовить организм к вторжению болезни. Как говорится, дешево и сердито. Давайте рассмотрим эту тему подробнее, узнаем, в чем польза контрастного душа и как правильно контрастный душ принимать.

Польза

О пользе контрастного душа известно не меньше, чем об оздоровительных возможностях бань. В чем же конкретно выражена эта польза контрастного душа? Во-первых, перепад температур во время приема контрастного душа усиливает циркуляцию крови в организме, благодаря чему в нем стимулируются обменные процессы. Это, в свою очередь, позволяет организму интенсивно очищаться от шлаков, сохранять тонус кожи и даже способствует похудению.

Во-вторых, сокращение и расширение стенок кровеносных сосудов тонизирует сердечно-сосудистую систему и укрепляет ее. Контрастный душ улучшает состав крови, успешно устраняет аритмию.

В-третьих, заряжает тело бодростью и энергией. И, естественно, контрастный душ отлично укрепляет иммунитет, что и требуется нам для борьбы с различными формами гриппа и простудой.

Как пользоваться?

Для того, чтобы добиться такого потрясающего эффекта, нужно совсем немного. Сделайте воду теплой, встаньте под нее, и медленно увеличивайте температуру до горячей, затем резко сбросьте температуру воды до прохладной или даже холодной. Чтобы не ошибиться, заранее посмотрите, до какого уровня вам следует поворачивать краны. Стоять под холодной водой долго не нужно, ведь нам нужен контраст, это от нескольких секунд для начинающих до полуминуты для опытных – этого хватит. Повторите дважды эту процедуру, но уже без промежуточных ступеней, то есть максимально горячей и сразу максимально холодной. Делать больше трех смен контрастного душа не нужно, пользы от этого никакой.

Противопоказания

Противопоказания к контрастному душу, безусловно, есть, и связаны они с состоянием вашего здоровья. Например, если у вас ангина, цистит или любое другое воспаление, контрастный душ принимать нельзя. Нестабильное кровяное давление, опухоли, болезни крови и сердечно-сосудистой системы тоже могут стать такими противопоказаниями. Чтобы не навредить себе контрастным душем, проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом перед тем, как начнете практиковать регулярные контрастные процедуры.

Правила приема

Чтобы получить от контрастного душа максимум пользы, обратите также внимание на несколько правил. На первоначальном этапе ваш организм должен постепенно приспособиться к разнице температур, поэтому не делайте воду



слишком холодной или очень горячей. Делайте ее теплой и прохладной. Обливание холодной водой должно быть по времени меньше примерно в два-три раза по отношению к горячей. Окапывайте себя холодной водой всегда сверху вниз. Если почувствовали, что замерзли и кожа покрылась «мурашками», прекращайте процедуру. Всегда начинайте контрастный душ с горячей воды и заканчивайте холодной.

Возьмите за правило принимать контрастный душ с утра, после небольшой зарядки, которая сама по себе способствует разогреванию тела и ускорению циркуляции крови. После выхода из ванной не забудьте растереть тело полотенцем, что не только согреет вас, но и произведет дополнительный массажный эффект. Особо плотный и сильный массаж после контрастного душа рекомендован в проблемных местах, например, зоне целлюлита, чтобы усилить там обмен веществ.

СКАНВОРД

Отсутствие веры в Бога	Столица Индии	Приход с повинной	Проходное место на реке	Морское животное	Сок при отжиме винограда	Сырьё для пулверы	Горная птица	Жгучее растение	Остров в Океании	Китайский финик	Куст с наркотическими листьями
				Полупрозрачная бумага					Брат сатиры		
Историческая провинция во Франции	Кондитерское изделие	Футбольный клуб Испании	Снежный беспредел				Деление на круге компаса			Лиственное дерево	Мешок, ящик, бутылка
				Грубый и жестокий человек					Подолочный камень		
Вид меховой обуви	Река в Польше	Дорожный сундук	Зимняя белая куча	Как раз туда язык и доведёт			Шум от водопада	Русская мера веса		Собрание документов	Космы на львиной холке
					Французский живописец	Античные счёты	Штат в Бразилии		Металлическое орудие		
Оазис в Ливии			Выемка в детали			Любовные отношения	Упражнение на перекладине			Ночник на обоях	
Работник на бирже	«Визитная карточка» боксёра	Сморчок по своей сути			Утром на траве			Биография святого	Река в Европе	Элемент гусеницы	Парнокопытное животное
				«Конькодром»			Горбатый вол	Тот, кто пострадал от насилия			
Пахотное орудие	Поступат в геометрии	Орудие для пахоты	Высший сорт фаянса		Серое вещество			Город и порт на севере Алжира			
			Документ на вход и выход	Отрасль животноводства	Парагвайский чай		Водоросли на дне				Грыжа
Зеркальная рыба			Восток		Речная долина	Вероятность возможности удачи	Материал для лаптей	Род вечнозелёных деревьев			
			Титул в Англии			Жупиковый тип		Монолог, исполняемый с трибуны	Сухая старица		Крутое для оливы
Шахматная премия	Русло реки			Спутник Сатурна	Бумажное хобби японцев	Сооружение для ремонта судов	Святое изображение	Щучий поветель			
Укрытие пехоты			Недостойно себя ведёт					Скалистые острова	Вечное блаженство		
Заготовленное впрок	Нестихотворная литература	Место, где связаны концы		Богатство и великолепие					Местность в пустыне	Хлопчатобумажная ткань	
			Предмет для уборки			Лучший период в жизни человека	Гусарский цилиндр	Сквозняк в расписании			
Еда с рисом	Человек очень маленького роста	Копия, двойник		Дерево из рода платан	Лист для получения сведений			Естественный ров		Гидротехническое сооружение	
		Высокий и нескладный человек	Загородный летний дом		Столица государства в Африке		Воздушный метеос шар				
Левый приток Роны			Светский приём	Глава мусульманской общины		Вид рукоделия					
			Косметика для век		Ядовитый газ	«Ни-ни» для предков	Меховая обувь	«... да и только!»			
Спутник Юпитера	Французский пехотинец			Зерно для пищи	Травянистое растение	Древесный фитиль		Мужчина супер	Город в Испании		
			Отдалённая часть города				Упрямое животное	Ночной сумрак			
Горючий газ	Граница	Глупец, болван, суперболван	«Проблема» в организме		Листья у свеклы			Город и порт в Алжире		Ряд арок	
Помрачение сознания			Селёдка приморья	Народ в Азии				Чёрный гриб на стволе берёзы			
Монгольская Сахара	Контора, канцелярия	Государство в Азии	Странный человек	Город в Испании	Хвойное дерево	Оросительная канава	Отсутствие света, мрак	Самомнение			
			Эллипс		Рыба семейства карповых			Сибирский полуостров	«Фараон» в США	Зверь из мешка обманутого	
Лекарственная трава				Охотовед			Узконосная обезьяна				
			Столица Норвегии		Лёгкий туман			Деталь колеса			
Вязкая густоватая жидкость	Рудник ручной работы				Рыба семейства лососей			Инструмент для заграбления денег			

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В «ГОРОДСКОЙ ГАЗЕТЕ» ОТ 24 ЯНВАРЯ

По горизонтали: Белок. Молоко. Реклама. Напев. Порту. Онагр. Реноме. Бурелом. Репин. Раздел. Рана. Аскет. Цицерон. Сарай. Сари. Маис. Амальтея. Зубр. Пас. Токио. Пегас. Еда. Агу. Картуз. Запас. Кавказ. Дым. Удила. Кофр. Альков. Шарлатан. Бикс. Оскар. Тежу. Кук. Обои. Сорбе. Стог. Иск. Утка. Папуас. Арабеска. Пиво. Смена. Ерика. Ключ. Аксиома. Каюк. Остров. Торедор. Метр. Аба. Стрп. Амба. Ось. Реал. Герб. Дура. Тефтели. Кипа. Оркестр. Толк. Хлеб. Руно. Пика. Аляска. Нить. Адвокат.

По вертикали: Тенниска. Арест. Тщета. Явор. Жок. Фтор. Фол. Конгресс. Ура. Тля. Карета. Какао. Комплекс. Раут. Азот. Кели. Аве. Америка. Бобр. Фару. Авеню. Тариха. Овен. Йорк. Тёрн. Капор. Карме. Бакен. Топор. Поезд. Каска. Алиби. Кома. Смак. Порез. Спазм. Гарь. Танкист. Рубец. Мегаполис. Орало. Оборона. Улика. Ага. Куга. Юмор. Сброд. Икар. Суусук. Бива. Ель. Ерьсь. Добро. Дено. Балларат. Киви. Бис. Ода. Усик. Оноре. Киоск. Обёртка. Тасмания. Барс. Ика. Ара. Арат.

Посмеялись вместе

Если пластиковый пакет разлагается за 145 лет, а асфальт за одну зиму, то, может, стоит делать асфальт из пакетов?

Мальчик, покупая вино, рассказал несколько серий «Санта-Барбары» и доказал, что ему 29 лет.

В музее экскурсовод рассказывает туристам:
- Пожалуйста, взгляните на эту статую. Обратите внимание, как изящно вытянута у неё рука. Этим жестом она как бы говорит: «Не забудьте дать на чай экскурсоводу».

Все хоть раз видели, как на проезжей части написана громадными буквами фраза типа: «Зая! Я тебя люблю!».
В связи с этим вопрос: почему же надпись держится на асфальте годами, а дорожная разметка, нанесенная на эту же проезжую часть, стирается за сезон?

Я никак не могу понять, как это голуби могут обгадить белую машину черным, а черную – белым.

Объявление. Обменяю проигрыватель на выигрыватель.

Не ошибается тот, кто ничего не делает. Поэтому я сегодня весь день не ошибаюсь.

Уже столько лет прошло, а я все понять не могу, когда мне пригодятся интегралы и косинусы?

Рецепт для женщин: мягкий пилинг в домашних условиях.
1. Намажьте лицо сливками.
2. Позовите кота.

В поликлинике решили вместо надписей на дверях нарисовать картинки. На двери кабинета окулиста нарисовали дверной глазок, на двери стоматолога разинутый щербатый рот, на двери травматолога расколотый орех, дверь психиатра выкрасили в безумные яркие цвета и так далее. Дверь гинеколога же просто оставили чуть-чуть приоткрытой....

Гости делятся на два типа: одни стараются уйти домой пораньше, а другие задержаться подольше. Как правило, представители обоих типов между собой состоят в браке.

- Чем лучше запивать блюда мексиканской кухни?
- Текилой.
- А блюда немецкой кухни?
- Пивом.
- А блюда итальянской кухни?
- Вином.
- А русскую кухню?
- А русскую кухню не запивать надо, а закусывать! ...

ЗВЁЗДЫ ВАМ СОВЕДУЮТ

Гороскоп на следующую неделю (3 – 9 февраля)



ОВЕН

На этой неделе необходимо создать себе более прочный фундамент для комфортных условий труда и творчества. Рабочий процесс должен проходить без напряжения, не приносить душевных страданий. Если не все удастся хорошо - не волнуйтесь, все трудности и переживания закончатся к пятнице, и вы сможете отдохнуть, наслаждаясь удовлетворением от хорошо выполненной работы. Если вы имеете от близкого друга или любимого человека приглашение в ресторан, то лучше всего воспользоваться им в субботу. К вашим советам будут с готовностью прислушиваться.



ЛЕВ

На этой неделе вы можете почувствовать желание разобраться в том, насколько устраивает вас сейчас роль, которую вы исполняете. Если в результате размышлений вы придете к выводу, что не устраивает, то отказаться от нее вам будет достаточно легко. Попробуйте взглянуть на свою жизнь без иллюзий, возможно, для вас наступил момент конструктивных перемен. Наиболее удачным днем для реализации задуманного станет четверг, но в стремлении добиться желаемого рассчитывайте свои силы более реалистично. Выходные порадуют приятными событиями.



СТРЕЛЕЦ

Эта неделя может оказаться полной новыми интересными предложениями. Все хорошо продумайте, рассмотрев все возможные нюансы и прочие мелочи, после чего можно приступать к решительным действиям. Желательно быть более терпимым с коллегами по работе, иначе есть вероятность, что все дела пойдут наперекосяк. В понедельник вы способны свернуть горы и показать себя во всем блеске, а ваш авторитет возрастет вместе с влиянием на окружающих. В этот день неплохо начать учиться чему-нибудь новому, чтобы быть готовым взять на себя сложную и ответственную работу, которую вам могут предложить в среду.



ТЕЛЕЦ

Не имеет смысла начинать новые многообещающие проекты, если вы все еще не успели завершить накопившиеся неотложные дела. В понедельник в рабочем коллективе возможно возникновение разногласий, и только ваше мудрое решение может исправить эту ситуацию. Во вторник стоит внимательнее присмотреться к окружающим вас людям, они не столь плохи, как кажутся на первый взгляд, а их идеи могут оказаться весьма своевременными и оригинальными. Планы, пришедшие к вам на ум глубоком вечером пятницы, окажутся весьма интересными для реализации в будущем.



ДЕВА

Попробуйте придержать на этой неделе полет ваших фантазий, несмотря на всю их почти реальную осязаемость, старательно придерживайтесь выжидательной стратегии, исключив излишнюю суетливость и спешку. Все это приведет к ошеломительным результатам, если, конечно, терпение не изменит вам. Денежный вопрос может стать наиболее серьезным объектом ваших забот, а в конце недели не исключены повторяющиеся ссоры, причиной которых может оказаться недостаточность денежных средств. В пятницу постарайтесь ограничить себя от ненужных контактов,



КОЗЕРОГ

Эта неделя скорее всего не позволит вам расслабляться на работе, в противном случае вероятны конфликтные ситуации. Вам необходимо сосредоточиться на самом главном, употребляя всю силу и энергию для реализации ваших идей и планов. В понедельник может всплыть важная информация, постарайтесь не пропустить ее, ведь она должна открыть для вас новые возможности. В среду придет необходимость задействовать всю свою активность и решительность. В четверг вы сможете многое успеть сделать, главное, не упустить появления у вас прилива небывалой работоспособности.



БЛИЗНЕЦЫ

На этой неделе бороться с обстоятельствами будет не так просто. Наилучшее решение в данной ситуации - это позволить себе просто плыть по течению. Четверг - не очень благоприятный день для долгосрочных дел, связанных с вложением в недвижимость. Беседа в пятницу с коллегами по работе, убедитесь, что они правильно вас понимают. Это даст возможность избежать затруднений в будущем. В воскресенье прислушайтесь к близким людям - и вы поймете, где вы заблуждались и что именно делали не так. В выходные дни обязательно постарайтесь выбраться к друзьям.



ВЕСЫ

На этой неделе рекомендуется начинать налаживать новые деловые контакты и связи, а также взять на себя управление делами. Придется многое изменить в своей деятельности, находить, конкретизировать и систематизировать весьма большой объем информации и контролировать выполнение задач, которые вы поставили перед другими людьми. В борьбе за справедливость в четверг постарайтесь избегать конфликтов и поберегите силы, чуть позже она обязательно восторжествует. Выходные дни не рекомендуется посвящать беседам на душеспасительные темы, лучше отложите их на неопределенный срок.



ВОДОЛЕЙ

Ваша цель очень близка, осталось приложить совсем немного усилий - и вы обязательно получите ожидаемый результат. В среду можно осуществлять самые смелые замыслы, задумывать невероятные проекты и смело двигаться вперед. Не забывайте и о встречах с друзьями. Сложившиеся в пятницу обстоятельства могут вынудить вас изменить точку зрения, попытайтесь смириться с этим и не обращать внимания на недовольство некоторых персон. К концу недели весьма желательно привести ваш дом в порядок. Желательно быть более терпимым к коллегам по работе.



РАК

На этой неделе желательно разобраться с заброшенными бытовыми проблемами, навести максимальный порядок в своем жилище и обеспечить мелким ремонтом нуждающуюся в этом обувь и одежду. Понедельник можно начать с дел бумажных, а возможные командировки лучше перенести на среду. В пятницу следует поискать быстрый способ восстановить растроченные силы, созерцание рыбок в аквариуме вполне для этого подойдет. Суббота может порадовать вас новостями. Постарайтесь не допускать посторонних людей и их советы в решение внутрисемейных проблем.



СКОРПИОН

Старайтесь не тратить ваше время впустую. Вы должны быть готовы спокойно и четко делать свое дело, в этом случае все задуманное сможет исполниться. Но прежде всего стоит убедиться в надежности партнеров, а после составлять план действий. Вторая половина недели может принести вам уверенность в своих силах, но, сосредотачиваясь на главном, постарайтесь не упускать из поля зрения и мелочи. В понедельник желательно не привлекать к себе внимания и избрать выжидательную позицию. Четверг может оказаться наиболее продуктивным днем недели.



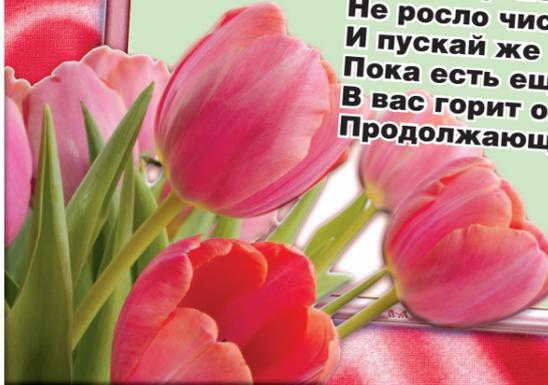
РЫБЫ

Ваша популярность сильно повышается не только на работе, но и за ее пределами. Начиная с первых рабочих дней этой недели, неожиданно начнут появляться даже те ваши знакомые, о которых вы уже благополучно забыли. Что побудило их вспомнить о вашем существовании, звонить и напоминать о себе, оказывать вам знаки внимания и преподносить подарки - покажет время. Возможно, они ожидают от вас некой услуги и сами, в свою очередь, готовы оказать необходимую услугу вам. Но, так или иначе, это хороший знак, не стоит отказывать им во внимании.

Реклама, объявления

Поздравляем
Виктора Ивановича РЕДЬКИНА
с 75-летним юбилеем!
Желаем, чтоб здоровье
вас не подводило,
Глаз всегда был зорек, вес – не рос,
Чтоб лицо не резали морщинки,
Не росло число седых волос!
И пускай же в эти годы,
Пока есть еще «порох» и прыть,
В вас горит огонёк задора,
Продолжающий людям светить!

Ветераны педагогического труда
клуба «Огонёк»: В.В. Рыбкина,
В.А. Калашникова,
Л.С. Емельяненко
и другие.



Внимание!
досрочная подписка!
УВАЖАЕМЫЕ ГОРОЖАНЕ!
С 1 февраля по 31 марта
на почтамте и во всех отделениях
почтовой связи открыта досрочная
подписка на II полугодие 2014 г.
У ВАС ЕСТЬ УНИКАЛЬНАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ
ОФОРМИТЬ ЛЮБИМЫЕ ИЗДАНИЯ
ПО ЦЕНЕ ПРОШЛОГО ПОЛУГОДИЯ!
Стоимость «Городской газеты»
- 266 руб. 46 коп.
Скидка 20 % от стоимости услуг
почтовой связи предоставляется:
- ветеранам и участникам ВОВ;
- инвалидам 1-й и 2-й групп.
ЖДЁМ ВАС!
По всем вопросам обращайтесь
по телефону: 5-40-29.



САНАТОРИЙ
www.lesnoeozero.ucoz.com
«ЛЕСНОЕ ОЗЕРО»
ОТДЫХ
В СОСНОВОМ БОРУ
на святых источниках
Балаирского края

- лечебные ванны, подводный душ-массаж
- сухая углекислая ванна;
- медицинский массаж (ручной, механический)
- физиолечение;
- соляная пещера;
- сауна, бассейн, фитобочка;
- по заказу – постное меню

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

Кемеровская область, Гурьевский район, Лесное озеро,
Тел 8-923-485-8777, l.ozero2010@yandex.ru

*подробная информация
по телефону и на сайте. Реклама.

ОПЕРАТИВНОЕ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ
В связи с вторжением арктической воздушной массы на территории Кемеровской области в период 29 января – 3 февраля ожидается аномально холодная погода с минимальной температурой воздуха -30...-38°C, местами до -43°C.
Руководителям предприятий и населению города необходимо принять все меры безопасности.
О всех возникших источниках ЧС и об их последствиях немедленно информировать МКУ «Управление по делам ГОиЧС города» по телефону 5-37-01.

6, 7, 8 февраля
(четверг, пятница, суббота)
ДК им. Ярославского
МЁД от компании «САНДАЛОВ»
(г. Киров)
В продаже натуральный мед от 200 рублей за кг!
Широкий ассортимент. Качество. Сертифицировано!
Новинка! Мёд с целебными добавками!
Я также: прополис, перга, пыльца, маточное молочко, трут-кебый и расплодный гомогенат!
Приходите! Вы приобретете натуральный мед и пчелопродукты, получите исчерпывающую информацию об их применении для оздоровления вашего организма!

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ www.gismeteo.ru

	31 января		1 февраля		2 февраля		3 февраля		4 февраля		5 февраля		6 февраля	
	ночь	день	ночь	день	ночь	день	ночь	день	ночь	день	ночь	день	ночь	день
Облачность, осадки														
Давление, мм	746	748	756	757	760	762	761	758	757	757	758	757	755	752
T, °C	-33	-29	-37	-26	-26	-24	-29	-24	-30	-26	-29	-25	-29	-25
Влажность, %	81	70	78	69	79	71	81	70	80	75	82	72	81	72
Ветер, м/сек.	Ю-З 2	З 2	Ю-З 5	Ю-З 5	Ю-З 3	Ю 2	Ю 2	Ю-З 1	Ю-З 2	Ю 2	Ю 2	В 1	С 2	С 2
Долгота дня	08.35		08.39		08.43		08.48		08.52		08.56		09.00	

Прогноз долгосрочный, возможны изменения.

ПЕРВАЯ ГАЗЕТА ЛЕНИНСКА-КУЗНЕЦКОГО
Городская газета

УЧРЕДИТЕЛИ:
Администрация Ленинск-Кузнецкого городского округа и автономное учреждение «Редакция газеты «Городская газета» города Ленинска-Кузнецкого»
* * *
Газета основана 1 октября 1930 г.
До 1994 г. 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 4000

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 может публиковать статьи в порядке обсуждения, не разделяя точку зрения автора. За содержание рекламных материалов отвечают рекламодатели. Рекламуемые товары и услуги подлежат обязательной сертификации.

Газета отпечатана в ОАО «Советская Сибирь», г. Кемерово, пр-т Октябрьский, 28.
Объем 4 п.л.
Время подписания номера в печать: по графику – в 12.00; фактическое – в 11.45 30.01.2014г.
Печать офсетная.
В розницу - свободная цена.