

Лорн 2.

ПЕРВАЯ ГАЗЕТА ЛЕНИНСКА-КУЗНЕЦКОГО

Основана 1 октября 1930г.

Городская газета

№ 98 (20496). Пятница, 6 сентября 2013г.

Читайте в номере:

Учёба
начинается
в детсаде

2

Счастлирое
число
восемь

3

Уникальный
бальзам
для здоровья

4

Любимые
каналы ТВ

5-12

Футбольная
история с
продолжением

7

Кто быстрее
всех вяжет
шарф?

10



ПАРУСА НАДЕЖДЫ НАШЕЙ

► 3-я стр.

Августовская конференция педагогов

Дошкольному образованию — серьёзное внимание

Новый учебный год в школах нашего города и всей России начинается в условиях обновления нормативно-правовой базы. В конце прошлого года принят новый основополагающий документ, определяющий правовые основы системы образования — федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации», который уже вступил в силу. В нем есть и положения об образовании дошкольников, ведь от того, с какими знаниями придут в школу бывшие детсадовцы, во многом зависит их дальнейшая учеба. О том, какая в связи с этим предстоит работа с теми, кто еще только пойдет в школу, и какое положение с местами в дошкольных учреждениях сложилось в городе сейчас, на традиционной августовской конференции педагогических работников рассказала начальник управления образования О. Г. Петрова. Это был один из значимых моментов ее выступления. С положениями, касающимися школьного образования, можно будет ознакомиться в следующих номерах газеты.

«Дорожная карта»

Нас еще ожидает принятие многих подзаконных актов, регулирующих деятельность муниципальной системы образования, но некоторые уже приняты, — отметила начальник управления образования. Среди них — распоряжение Коллегии администрации Кемеровской области «Об утверждении плана мероприятий» («Дорожной карты»), «Изменения в отраслях социальной сферы Кемеровской области, на-



правленные на повышение эффективности образования», и аналогичное постановление администрации Ленинск-Кузнецкого городского округа. «Дорожная карта» — это инструмент, в котором обозначены приоритеты образовательной политики Кемеровской области, Ленинск-Кузнецкого городского округа.

С заботой

о дошкольниках

Одним из приоритетов этого документа и Закона «Об образовании в Российской Федерации» является доступность дошкольного образования, — сообщила О. Г. Петрова. Новым в законе является признание дошкольного образования как уровня общего образования. В нашем округе 32 дошкольные образовательные организации. Из них одно находится в ведении ОАО «РЖД», а остальные — муниципальные. Одной из задач, над которой работали педагогические коллективы дошкольных образовательных учреждений под руководством управления образования в прошлом году, это сокращение очередности в дошкольные образовательные учреждения. А значит, и стопроцентная обеспеченность детей в возрасте от 3 до 7 лет местами в детских садах. С учетом всех форм дошкольного образования (семейные группы, группы кратковременного пребывания

и т.д.) охват дошкольным образованием детей с 3 до 7 лет в Ленинск-Кузнецком городском округе составляет 68 процентов, это ниже областного показателя на 11 процентов.

Как решается эта проблема

Далее Ольга Григорьевна Петрова рассказала, что, согласно муниципальной программе «Развитие системы дошкольного образования в Ленинск-Кузнецком городском округе на 2013–2015 годы», будут возвращены детский сад № 10 (здание казначейства, где сейчас идут строительные работы) на 100 мест и здание Дома спорта на 120 мест. Кроме этого, предполагается создать дополнительные места за счет строительства нового детского сада во втором микрорайоне и реконструкции детского дома № 2 под детский сад. С 1 сентября 2012 года уже произошло уплотнение групп почти каждой дошкольной организации на 350 мест, открыто более 50 семейных групп, в которых воспитывается 126 детей. С марта 2013 года реконструированы ясельные группы под группы для дошкольников в детских садах № 5, 34, 39, 53, 60. Это позволило увеличить количество детей, охваченных дошкольным образованием, на 80 человек. Сокращению очередности в детские сады поспособствовало откры-

тие нового детского сада в третьем микрорайоне № 9 на 170 мест и детского сада № 11 на 92 места после капитального ремонта.

Очень плодотворно осуществлялась работа по реализации постановления администрации города по открытию семейных групп для многодетных матерей и матерей, имеющих детей дошкольного возраста и инвалидов до 18 лет, а также групп, открытых в семьях, имеющих одного-двух детей. Здесь речь идет о семьях, находящихся в тяжелой жизненной ситуации. В настоящее время создано 106 семейных групп, в которых воспитываются 206 детей.

В будущем, если провести ремонт и укрепление материально-технической базы самых старых детских садов, таких, как: № 34, 37, 42, 49, можно будет ввести дополнительные места для дошкольников.

Таким образом, благодаря этой работе к 1 сентября 2014 года охват детей в возрасте от 3 до 7 лет составит 95 процентов.

Новый федеральный закон предполагает разработку федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования. Такой проект на сегодняшний день существует, а это значит, что в перспективе нас ждет переход на новые федеральные стандарты дошкольного образования.

Главное — кадры

Большая работа осуществлялась в прошлом учебном году по обеспечению дошкольного образования квалифицированными кадрами, — заметила начальник управления образования. К сожалению, в некоторых дошкольных организациях не все воспитатели имеют педагогическое образование. Благодаря сотрудничеству с Киселевским педагогическим колледжем 34 воспитателя в течение 3,5 лет получают педагогическое образование, не выезжая из города.

Согласно ст. 49 нового закона, аттестация педагогических работников проводится в целях подтверждения соответствия их занимаемым ими должностям на основе оценки профессиональной деятельности этих специалистов и по желанию педагогических работников. На сегодняшний день в учреждениях дошкольного образования 109 (27 процентов) педагогов имеют высшую квалификационную категорию, 200 (49 процентов) — первую, это на 15 процентов больше, чем в прошлом году. Проведение аттестации педагогических работников (не только дошкольных образовательных организаций, но и всех типов) на соответствие занимаемой должности, согласно закону, осуществляется один раз в пять лет. Она будет проводиться

самой образовательной организацией, независимо от того, имеет педагогический работник высшую или первую категорию, а это значит, что в образовательной организации должен быть локальный акт, регламентирующий эту процедуру.

Эффективный контракт для всех

Руководитель управления образования отметила и то, что всех уровней образования коснется введение «эффективного контракта» как с педагогическими работниками, так и с руководителями образовательных организаций. «Эффективный контракт» — это трудовой договор с работником, в котором конкретизированы его должностные обязанности, условия оплаты труда, показатели и критерии эффективности деятельности для назначения стимулирующих выплат в зависимости от результатов труда и качества выполняемой работы, а также меры социальной поддержки. Заработная плата конкретного работника образовательной организации должна зависеть от его квалификации, сложности, количества и качества выполняемой работы и может быть как выше, так и ниже целевого показателя для соответствующей категории работников. Суть «эффективного контракта»: чем эффективнее работаешь, тем больше получаешь. Для этого предлагается использовать уже знакомые механизмы, методики оплаты труда и нормативно-подушевого финансирования, разработанного Министерством образования.

Далее было отмечено, что основные задачи, стоящие перед ДОО на новый учебный год, заключаются в ликвидации очередности в дошкольном образовании, обновлении основных образовательных программ с учетом новых ФГОС. А также в кадровом обеспечении дошкольного образования, разработке и внедрении системы оценки качества дошкольного образования за счет введения эффективного контракта с педагогическими работниками и с руководителями дошкольных учреждений.

Подготовила
Л. СОЛОВЬЕВА.

У нас, в Ленинске-Кузнецком

НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

Тулеевская выставка

В городе продолжает работу передвижная выставка из музейной коллекции подарков губернатору Кемеровской области А.Г. Тулееву «С любовью к Кузбассу».

За три недели уникальную экспозицию посетили около трёх тысяч ленинско-кузнецчан, которых здесь привлекает абсолютно всё: произведения искусства и драгоценности, редкое оружие, иконы, книги, картины, раритеты из числа «семи чудес Кузбасса» и даже губернаторская чайная, где можно поговорить по душам, обсудив всё увиденное. Среди посетителей – горожане всех возрастов и поколений, влюблённые в свою малую родину.

По мнению наших краеведов, особенно большой наплыв любознательных ожидается в день выборов депутатов областного Совета – 8 сентября. Во-первых, это воскресенье, когда сюда на волне сентябрьского настроения тяги к знаниям придут родители с детьми-школьниками. А во-вторых, главным толчком станет голосование за кузбасских депутатов – губернатор и его команда, как всегда, находятся в числе самых ожидаемых избранных. Конечно, сыграет свою позитивную роль и общее настроение подъёма, с которым мы встретили День шахтёра-2013 – прекрасный праздник земли Кузнецкой, давший нашему шахтёрскому городу как столице областного торжества мощнейший заряд созидания.

Тулеевская выставка будет работать у нас в краеведческом музее до 17 сентября, так что надо поторопиться. Тем более что её экспонаты очень востребованы. Скажем, знаменитая статуэтка «Пьеретта» – поистине уникальная художественная работа – уже уехала от нас в Прокопьевск, где тоже развёрнута подобная экспозиция. Так настоящее искусство соединяет шахтёрские города, поколения кузбассовцев и всю нашу малую родину.

И. ВЕТРОВ.

ГЛАВА города В.Н. Телегин вручил нашим лучшим представителям депутатского корпуса книгу «Народные избранники Кузбасса», которая на днях вышла в свет.

Книга издана по инициативе губернатора А.Г. Тулеева к 70-летию Кемеровской области, представляя собой уникальный сборник биографий видных депутатов областного Совета и представительных органов власти на местах. Ленинск-Кузнецкий на страницах этого издания представляют действующий председатель Совета народных депутатов городского округа В.В. Бочков, общественница и депутат городского Совета шести созывов Т.М. Коробчук, а также ушедшие из жизни в разное время депутаты областного Совета Н.М. Голянская и В.И. Бажанов. О каждом из них на мероприятии в честь выхода книги сказали самые тёплые слова признания

Это наш депутат!

за высочайшую ответственность, чувство долга и многолетнее служение людям.

Глава города вручил экземпляры подарочного издания В.В. Бочкову и Т.М. Коробчук, а также дочери В.И. Бажанова Марине Владимировне, принимавшей участие в торжестве. Со словами благо-

дарности перед участниками вручения выступила Т.М. Коробчук:

«Для меня это самая высокая награда, за которую я говорю большое «спасибо» нашему народному губернатору Аману Гумировичу Тулееву и областному Совету. Мне внучка уже сказала: «Бабушка, а мои внуки тоже будут читать эту книгу!». Так что это книга поколений, на которой надо учиться отношению к жизни, работе и людям. Я вспоминаю, как с душой относились к депутатской работе мои товарищи: несмотря на вечную занятость, они всегда находили время побывать на округе и помочь избирателям. Их знали и уважали, говорили с гордостью: «Это наш депутат!». Вот этим для меня ценна книга о народных избранниках».

А. НИКОЛАЕВ.

ВОСЬМЁРКА ПРИНОСИТ УДАЧУ

Выборы Совета народных депутатов Кемеровской области, которые проводятся впервые в первое воскресенье сентября, принесут нам счастье, процветание и удачу – уверены любители прогнозов на основе магии чисел.

Восьмёрка – символ процветания, считают те, для кого привычные цифры – не просто средство счёта, а прежде всего магические знаки. И особенно удачен в этом году день 8 сентября для молодожёнов, поскольку брак обещает быть хорошим и крепким: главное, по любви, а потому верным, надёжным и, как утверждают астрологи, богатым.

Так что стоит к этому прислушаться, тем более что и к выборам у них отношение самое благоприятное. Ведь восьмёрка – это ещё и символ справедливости: знак людей сильных, ответственных, незаурядных, которые положительно влияют на всех, кто их окружает. За что бы они ни брались, обязательно доводят до конца. И всё, что ни делают, у них получается.

Посмотрев с этой точки зрения на номер команды нашего

губернатора в избирательном бюллетене (он тоже 8), начинаешь понимать, что всё это неспроста. Такое совпадение просто не возникает само по себе – это тоже знак, причём того же самого свойства, но удвоенный и заряженный положительной энергией. Разве не хотелось бы иметь дело с такими людьми во власти: людьми слова, долга и чести? Потому и на выборы они идут открыто, не скрывая своих намерений – сделать Кузбасс процветающим. Вот что важно сегодня понять.

По большому счёту, дело, конечно же, не в цифрах. Перемены к лучшему, происходящие за последнее время вокруг, – яркое подтверждение верности проводимого сейчас курса. Вот посмотрим на Ленинск-Кузнецкий – столицу областного празднования Дня шахтёра-2013. Где ещё за каких-то полгода

город превратился в цветущий сад? И это – начиная от въезда, стремительно выросших микрорайонов Кемеровского, Профсоюзного, Кузбасского с домами и дорогами, зелёной улицей Пирогова и проспектом Кольчугинским, радующим нас ширью, красотой и вполне столичным освещением. Новая городская площадь Торжеств в четвёртом микрорайоне – это мечта, ставшая явью, это именно то, ради чего стоит жить и работать, чтобы потом гордиться и показывать гостям плоды своих трудов.

Грандиозный Ледовый дворец, два современных детских сада, торговый центр с местом для ярмарок – всё это приметы завтрашнего дня, который спешит к нам уверенной поступью. Для этого мы асфальтируем дворы и дороги, делаем скверы и газоны, высаживаем деревья. В городе есть куда пойти. Посидеть на бульваре Ключева или на площади Победы у фонтана, а если приедет знаменитость – на концерт в ДК имени Ярославского: рождённый заново очаг культуры, без которого

наш город и представить себе уже нельзя.

Закрываются мелкие котельные – становится легче дышать. Пришёл водовод на Дачный – у жителей совсем другое настроение. Строятся дома под переселение – празднуют семьи горожан новоселья, выезжая из ветхих бараков. Постепенно, шаг за шагом, жизнь меняется к лучшему, становится интереснее и комфортнее. Но больше всего удивили и порадовали молодожёны, решившие связать свои судьбы перед Днём шахтёра-2013. Столько пар в один день мы ещё никогда не видели. И веришь в искренность их чувств, желая главное – пусть они сохраняются надолго, чтобы не только углём прирастал шахтёрский город, а молодыми семьями с детьми. Судя по общему настроению, так и будет.

А в воскресенье, 8 сентября, будут выборы, которые нам нельзя пропустить, потому что надо голосовать за продолжение всего того, что мы делаем. И тогда нам эта цифра принесёт удачу – счастье обязательно улыбнётся тем, кто много работает для своего процветания.

В. БЛАГОВ.

НА ТОЛЬКО что прошедшем Чемпионате мира по судомодельному спорту ленинско-кузнецчанин Алексей Чибранов, который занимается в нашем центре детского (юношеского) технического творчества, занял первое место среди юношей в классе радиоуправляемых моделей F4A и два вторых места в классах F2Aj и F6.

Соревнования проходили в самом западном российском городе Калининграде. Здесь собрались более 200 спортсменов-судомоделей из 12 стран мира. В ходе чемпионата проводились стендовый конкурс, в котором оцениваются искусство изготовления, тончайшая детализировка и соответствие чертежам и прототипу, а также ходовые испытания, где участники демонстрировали скоростные качества модели, устойчивость на курсе, маневренность и другие характеристики.

Победа Алексея не была легкой, и случайной ее не назовешь. Много лет он шел к ней, ведь многие мальчишки мечтают о

морях и дальних странствиях даже в таком «сухопутном» городе, как Ленинск-Кузнецкий. И хотя нет у нас ни моря, ни больших рек, осуществить свою мечту может любой школьник в объединении «Судомоделирование» центра детского (юношеского) технического творчества. Руководит объединением опытный педагог, почетный работник общего образования, мастер спорта международного класса по судомодельному спорту, неоднократный чемпион Кузбасса, Сибири, России, Европы и мира В.П. Ерченко. Приходящим в детское объединение детям Виктор Петрович дает знания по судомодельной технике, создает для каждого ребенка возможности активного творческого развития; учащиеся углубленно изучают основы судостроения, самостоятельного расчета конструкций моделей.

Алексей Чибранов пришел в судомодельное объединение совсем маленьким мальчишкой вслед за старшим братом Денисом. Он сразу показал себя активным и способным учеником, про которых говорят: у него золотые руки. Говоря: у него более высокие результаты, он изучал специальную литературу, учился мыслить логически. В процессе обучения он детально изучил устройство парусника, надводных кораблей, подводных лодок, различных двигателей, приобрел навыки в работе с различными столярными и слесарными инструментами, освоил работу на станках.

Вместе с обучением шло становление Алексея и как спортсмена. На соревнованиях областного уровня он ежегодно занимал призовые места. С 2009 года Алексей

участвует во Всероссийских соревнованиях по судомодельному спорту, и каждый раз становится призером. В 2012 году Алексей занял второе место на Кубке Европы по судомодельному спорту. За спортивные достижения Алексею присвоено звание «Мастер спорта».

И вот она, высшая победа. Чемпион мира!

А для педагога нет лучшей награды, чем высокие достижения учеников. Виктор Петрович гордится достойным воспитанником, но и сам не теряет спортивную форму – на Чемпионате мира он занял второе место.

Эти победы – пример для новичков, приходящих в объединение судомоделирования, и отличный стимул для занятий.

О.СНОВАЛОВА.
Методист.

НА ВОЛНАХ БАЛТИЙСКОГО МОРЯ

Время уборки

Губернатор А.Г. Тулеев объявил 6 сентября всекузбасским днём уборки картофеля.

В этот день работникам предприятий и организаций всех форм собственности должен быть предоставлен транспорт для выезда на поля, выделена техника для вывоза картофеля к местам хранения. Одновременно идёт закупка овощей на зиму для школ, больниц, детсадов и социальных учреждений. А те, кто не занят на уборке урожая, должны, считает губернатор, выйти перед единым днём голосования, 8 сентября, на субботник и ещё раз навести порядок на территориях, прилегающих к избирательным участкам.

Н. ВЕРЕСК.

Бальзам «Алтайский дар» – по болезням удар!

Уникальнейшее антиоксидантное и иммуномодулирующее средство, одно из лучших даров алтайской природы, настоящий эликсир молодости и здоровья!

С давних времён в глухих лесах Сибири и Алтая были знахари, которые с помощью трав и кореньев возвращали к жизни тяжело больных людей. Природа Горного Алтая необычайно богата травами и кореньями. Больше нигде в мире нельзя встретить такого огромного количества полезных растений. Предлагаем вам один из наичценнейших продуктов, созданных природой. Продукт, который лечит, не даёт заболеть, при этом еще и вкусен – это уже ставший легендарным бальзам «Алтайский дар». Натуральный бальзам «Алтайский дар» создан по лечебным прописям знахарей. Содержит исключительно природные высокоэффективные компоненты, которые даже в малых количествах способны интенсивно воздействовать на самый болезненный орган. Знаменитая на весь мир пророчица и целительница Ванга говорила, что травами можно вылечить почти все болезни.

Вот уже более 15 лет назад нашими учеными была воссоздана древняя рецептура «средства, от всякой хвори предназначенного», неоднократно упоминавшегося в путевых заметках первооткрывцев, осваивавших земли Алтая.

Сегодня все больше людей возвращаются к старым, проверенным временем средствам. Помимо древних рецептов, ключевым фактором высокой эффективности бальзама является использование 100%-но натуральных «живых» экстрактов байкальской и алтайской кладовой.

Всем ясно, что Алтайский край – это чуть ли не последняя кладовая природных богатств нашей Родины. Но неужели настоящее, идущее изнутри, здоровье присуще только жителям Алтая? К счастью, способ быть по-настоящему крепким, бод-

рым, трудоспособным есть у каждого. Оказывается, в Алтайском крае, богатом не только своей флорой и фауной, но и светлыми головами, уже более 15 лет работают научно-исследовательские институты. Вся деятельность которых направлена на одно: используя возможности российской природы, помочь людям сохранять и поправлять самое драгоценное, что у них есть, – здоровье. Бальзам сертифицирован и имеет медицинские заключения. Работа по восстановлению древних рецептов привела к созданию бальзама «Алтайский дар» – это удивительная вещь. Она, действительно, дарит жизнь без боли.

Все компоненты бальзама «Алтайский дар» натуральные, и каждый отдельно взятый компонент является уникальным. Из чего же состоит алтайское средство, которое в народе прозвали просто: «целитель»? Это экстракт прополиса, перга, мумий, каменное масло, красный корень, клевер, бадан, богородская трава, лабазник, крапива, чага, можжевельник, зверобой, лапчатка, *Galleria melonella*, барсучий жир. Аналогов бальзаму «Алтайский дар» нет. И заменить его компоненты или изменить рецептуру без снижения эффективности нельзя.

При каких же заболеваниях применяют бальзам «Алтайский дар»? В накопленной практике есть все: от простуды до инсульта. Не являясь панацеей от всех болезней, бальзам благодаря оригинальным составам заставляет желудок работать, значительно улучшает работу сосудов и нормализует кровообращение, восстанавливает эндокринную систему. **Вот далеко не полный перечень заболеваний, при которых доказана клиническая эффективность бальзама:**

- значительно замедляет процессы старения организма и увеличивает продолжительность жизни;
- улучшает состояние при атеросклерозе, ишемической болезни сердца, нарушениях кровообращения, возрастных изменениях мышц, костей и суставов;
- высокоэффективен при всех формах полового бессилия, простатите, увеличивает и восстанавливает половую потенцию;
- выводит организм из состояния хронической усталости, повышает жизненный тонус;
- улучшает обмен веществ, нормализует артериальное давление;
- снижает уровень холестерина и концентрацию сахара в крови;
- стимулирует кроветворение при анемии, улучшает кровообращение;
- повышает устойчивость нервной системы при гипотонии, астенических состояниях, слабости сердечной мышцы;
- повышает умственную и физическую работоспособность после перенесенных тяжелых заболеваний, травм и хирургических вмешательств, а также в астенических состояниях в период межсезонья, при резком изменении погоды, при смене климатических условий;
- ускоряет выздоровление после хирургических операций, процессы

заживления ран, сращения костей и соединительной ткани, активизирует рост и развитие мышц;

- обладает противовирусным и противоопухолевым эффектом;
- повышает сопротивляемость к простудным и вирусным инфекциям;
- восстанавливает иммунитет и энергетический баланс в организме.

При этом эффективность составляет 89-92%! А это очень высокие показатели!!!

И это не чудо, об этом свидетельствуют многочисленные положительные отзывы и собственный опыт. Отрицательные же отклики искать не стоит, так как они могут быть только при неправильном применении. Бальзам «Алтайский дар» – средство, о котором слагались легенды, который даёт пациентам энергию жизни. Качество продукции гарантировано производителем ООО НПФ «Алтайское здоровье», г.Бийск. Завод имеет немало наград за вклад в здравоохранение. Все товары отвечают ГОСТу, и этот факт привлекает новых потребителей.

Кстати, бальзам может не только избавить, но и уберечь от многих болезней. Так, он снимает стрессы, повышает иммунитет, работоспособность, изгоняет бессонницу. Поэтому его рекомендуют и здоровым людям. Бальзам «Алтайский дар» эффек-

Сегодня за бальзамом «Алтайский дар» пришла четвертый раз. Мне очень нравится его принимать, он не только приятен на вкус, но главное – из натуральных компонентов. У меня **воспаление центрального нерва**. Я ощущала ужасную боль и пульсацию в области головы, из-за этого стала **снижаться острота зрения**. После второго месяца применения бальзама боль утихла, пульсация тоже. Все симптомы «опустились» ниже, с головы на бровь и висок. Сейчас симптомы почти не ощущаю. К тому же **артериальное давление** нормализуется, работа сердца при **ишемической болезни** восстанавливается. Спасибо вам!

Хозяenkova Л.П., г. Ленинск-Кузнецкий.

Реклама. Не является лекарством. Имеются противопоказания, необходимо проконсультироваться со специалистом.

Надежда – лучший врач из всех, какие мне известны. Среди моих секретов – натуральный бальзам «Алтайский дар». Он помогает мне находить силы для общения, творчества, гастролей, ощущать себя в возрасте своего сегодняшнего настроения и продолжать радоваться жизни. В жизни чего-то стоят лишь молодость и здоровье.

Эдита Пыха,
народная
артистка СССР.



твен как при наружном, так и при внутреннем применении. Здоровье достижимо, и каждый имеет право на здоровье. Принимая бальзам «Алтайский дар», мы получаем хороший результат выздоровления и экономии денег, которые мы тратили на лекарства, что очень важно

для пенсионеров и молодых семей. Человек, являясь частью природы, рано или поздно приходит к лечению природными средствами. И этот способ подтверждает неписаное правило – не навреди. Здоровья вам от общей нашей матери, имя которой – природа!

ВНИМАНИЕ!

Только 17 сентября (вторник) в г. Ленинск-Кузнецком с 14 до 15 часов в ДК им. Ярославского (пр-т Кирова, д.106) состоится выставка-продажа ограниченной партии бальзама «Алтайский дар» от завода-производителя, где вы также сможете получить подробную консультацию по применению бальзама.

Цена 1 упаковки – 590 руб.

Пенсионерам и инвалидам – 500 руб.

Профилактический курс – 3 упаковки.

При хронических заболеваниях – 6 упаковок.

Вес упаковки – 200 граммов.

При покупке более 9 упаковок – 1 упаковка в подарок!

Тел. для справок: 8(3852)533-777, 8(964)603-37-77.

Заказы по почте: 656006, г.Барнаул, а/я 5102.

Сертификат соответствия №РОСС RU.АЕ 96.Н03100

Бальзам «Таёжный» – тот самый, надёжный



ЛУЧШИЙ ИЗ САМЫХ ЭФФЕКТИВНЫХ

Жизнью и здоровьем обязан я чудодейственному бальзаму из недр таежных. Инсульт приковал меня к постели, бормотал, как грудной ребенок. Жаль было дочь, нянчилась со мной каждый день. Жить не хотелось и родных мучить. Сосед-охотник, дай бог ему здоровья, принес банку со снадобьем, снова вдохнувшим в меня радость жизни. Месяца три кормила меня дочь спасительным составом. И вот уже я полноценно двигаюсь и разговариваю. Донести хочу до многих страдающих, что есть и у них надежда. Выпускает на Алтай такое средство НПО «Алтайское здоровье». Бальзам «Таёжный» на основе медвежьего жира поможет каждому... (Из письма Тихомирова П.С., г. Новокузнецк.)

В наши дни современные врачи и фармацевты все больше обращаются к природным, естественным веществам, используемым в лечебных целях с давних времен. Действие природных, экологически чистых веществ более мягкое, чем у фармацевтических средств. Но и воздействие на организм является

более тонким, гармоничным, без вредных побочных эффектов.

Теряетесь в выборе натурального и качественного продукта для лечения заболевания, чистки сосудов и оздоровления печени и почек? Выбирайте бальзам «Таёжный», созданный НПО «Алтайское здоровье». Уникальный он благодаря своей основе: алтайский мед, медвежий жир, барсучий жир, живица кедровая, масло зародышей пшеницы, кедровое масло, масло облепихи, кедровая мука.

Бальзамы торговой марки «Алтайское здоровье» на основе рецептов народной медицины не являются лекарством, которое предназначено избавить вас от всех болезней, но в составе наших препаратов имеется достаточно компонентов с высокой биологической активностью. Они могут изменять состояние клетки, органа и организма в целом, создавая благоприятные условия для поддержания нормальной жизнедеятельности, в том числе и устранения многих болезненных явлений.

ЗА ЗДОРОВЬЕМ – В ТАЙГУ!

Медово-растительный бальзам «Таёжный» – настоящий природный

эликсир здоровья, долголетия и красоты. Это комплекс натуральных компонентов, подаренных природой сибирской тайги, которая ещё сохранила островки благоприятной экологии. Целебные силы этих даров природы современные учёные-натуротерапевты из Алтайского края объединили в одном продукте для достижения максимального синергического эффекта. Бальзам состоит только из натуральных компонентов. Это: цветочный мёд, медвежий и барсучий жиры, масло зародышей пшеницы, масло облепихи, живица кедровая, кедровая мука и другие растительные масла и экстракты.

У бальзама есть одно общее начало – это сильный адаптогенный (энергетический) эффект, а функционально все его компоненты разделены. Один сильнее улучшает работу сердца, другой – печени, третий – желудка и т.д. Такой набор позволяет при необходимости последовательно решать проблемы со здоровьем, ставя в первую очередь наиболее тревожащий вас орган.

ПРИРОДНАЯ АПТЕКА

Все компоненты бальзама «Таёжный», ценные сами по себе, находясь в этом продукте в сбалансированном соотношении, что делает их свойства особенно эффективными и полезными для здоровья человека. Это те природные средства, при помощи которых наши предки издревле поддерживали своё здоровье и боролись с возникавшими недугами.

ЛЕЧЕБНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Благодаря своему уникальному составу бальзам «Таёжный» обладает очень широким спектром полезного действия. Наилучший результат достигается при сочетании приема препарата внутрь и наружно (компресс, массаж). Вот неполный

спектр показаний к применению.

ПРИ ПРИЁМЕ ВНУТРИ

при простуде, бронхите, воспалении горла, синусите, бронхитальной астме, ушных заболеваниях, конъюнктивите, головных болях, инфекции мочевыводящих путей, артрите, подагре, для профилактики вирусных инфекций. При инфарктах, инсультах, гипертонии, ишемической болезни сердца, тахикардии, аритмии и вегето-сосудистой дистонии. Эффективен при заболеваниях почек, печени, желудочно-кишечного тракта, поджелудочной, щитовидной железы, язве желудка, туберкулезе, заболеваниях легких. Благоприятное влияние оказывает при остеохондрозе, остеопорозе, артрозе, артрите, варикозном расширении вен.

Уже более 20 лет я болею **хроническим простатитом**, а мне всего 52 года. Пробовал самые разные методы борьбы с недугом, и все безрезультатно. Уже думал, что все напрасно и спасения мне никакого нет. От этой болячки нет покоя ни днем, ни ночью. Про бальзам «Таёжный» узнал из газеты. Честно говоря, читки и рассказывать о своей проблеме на людях было стыдно. Но я не жалею, что решился! Потому что после применения бальзама «Таёжный» я впервые почувствовал себя лучше. Боли исчезли, мочеиспускание не такое частое, улучшилось общее самочувствие, появился тонус и стимул к жизни. Буду принимать бальзам «Таёжный» дальше, думаю, что результаты будут еще лучше.

Нечипоренко П.С.,
г. Белово.

НАРУЖНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ

при трофических язвах, псориазе, нейродермите, герпоре, при порезах, ожогах и обморожениях, кожном и рожистом воспалении, угревой сыпи, дерматите, экземе. При регулярном применении помогает восстановить барьерную функцию мембран клеток и улучшает иммунный статус. Помогает организму выводить вещества, предотвращающие появление новообразований.

А когда мы получаем благодарные отзывы тех людей, которые страдали заболеваниями желудочно-кишеч-

ного тракта, печени, поджелудочной железы (и даже онкологическими заболеваниями) и чье состояние существенно улучшилось в результате приема бальзама «Таёжный», мы ещё раз убеждаемся, каким мощным биологическим ресурсом обладает эта медовая композиция даров Алтайского края и сибирской тайги!

Бальзам сертифицирован и имеет медицинские заключения. В отличие от синтетических биостимуляторов, таблеток и микстур этот бальзам лечит не последствия болезни, а её первопричины, при этом не обладая побочными эффектами.

Хочу рассказать о результатах, которые я получила после приема бальзама «Таёжный». У меня болело всё. 10 лет назад умер мой любимый муж, на третий день я лежала уже в больнице с **инфарктом миокарда**. Меня спасли, но жить после этого оказалось нереально. У меня и так было слабое сердце, а тут еще **стенокардия, аритмия, частые боли в области сердца и грудной клетки, кишечник** с годами совсем не хотел работать. В общем, что говорить, к чему ни пригрелся – всё болело. Бальзам «Таёжный» я пила почти 3 месяца. И стал он для меня очень-очень хорошим. Сейчас мне 80 лет, но я совершенно не ощущаю этого возраста. В общем, я помолодела и, кажется, не только внутри. Забыла о болях, меня не тревожат ни сердце, ни кишечник. Я перестала задыхаться и мерить пульс. У меня появилось не только настроение и улыбка на лице, но и радость в душе, мне хочется жить дальше! Спасибо! Кабачок Е.И., г. Ленинск-Кузнецкий.

ВНИМАНИЕ! Только 17 сентября (вторник) в г. Ленинск-Кузнецком с 14 до 15 часов в ДК им. Ярославского (пр-т Кирова, д.106) состоится выставка-продажа ограниченной партии бальзама «Таёжный» от завода-производителя, где вы также сможете получить подробную консультацию по применению бальзама.

Цена 1 упаковки – 650 руб.

Пенсионерам и инвалидам – 500 руб.

Профилактический курс – 2 упаковки.

При хронических заболеваниях – от 4 упаковок.

Для наружного применения – плюс 1 упаковка.

При покупке более 7 упаковок – 1 упаковка в подарок!

Тел. для справок: 8(3852)533-777, 8(964)603-37-77.

Заказы по почте: 656006, г.Барнаул, а/я 5102.

Сертификат соответствия №РОСС RU.АЕ 96.Н04597

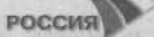
Реклама. Не является лекарством. Имеются противопоказания, необходимо проконсультироваться со специалистом.

ТЕЛЕПРОГРАММА С 9 ПО 15 СЕНТЯБРЯ

Понедельник, 9 сентября



04.00 Телеканал «Доброе утро»
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 здоровья!» (12+)
12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 Т/с «Домработница» (16+)
14.00 «Новости»
14.15 «Самый лучший муж» (16+)
15.10 Т/с «Ясмин» (16+)
16.00 «В наше время» (12+)
17.00 «Вечерние новости»
17.45 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Мать-и-мачеха» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.10 Т/с «Перевозчик» (16+)
00.10 Х/ф «Сестрички Бэнгер» (16+)
02.00 Т/с «Форс-мажоры» (16+)



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

08.00 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 «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 Т/с «Тайны института благородных девиц» (0+)
15.00 Т/с «Земский доктор» (12+)
16.00 «Вести»
16.10 «Вести-Кузбасс»
16.30 Т/с «Земский доктор» (12+)
17.30 «Прямой эфир» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.50 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.00 Т/с «Всегда говори «Всегда» (12+)
23.35 «Девчата» (16+)



06.00 «НТВ утром»
08.35 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+)



06.00 «НТВ утром»
08.35 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»

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 «Бомбила. Продолжение» (16+)
21.25 Т/с «Ментовские войны» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Карпов» (16+)
01.30 «Лучший город Земли» (12+)
02.25 «Дикий мир» (0+)
03.05 Т/с «Висяки» (16+)
05.00 Т/с «Час Волкова» (16+)



07.00 М/с «Планета Шина» (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+)
07.55 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.30 Х/ф «Нокаут» (16+)
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 «Интерны» Ситком (16+)
18.00 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
18.30 «Желаю счастья!» (16+)



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 «Бомбила. Продолжение» (16+)
21.25 Т/с «Ментовские войны» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Карпов» (16+)
01.30 «Главная дорога» (16+)
02.05 «Квартирный вопрос» (0+)
03.05 Т/с «Висяки» (16+)
05.00 Т/с «Час Волкова» (16+)

19.17 «Все обо всем» (16+)
19.19 «Гороскоп» (16+)
19.23 «Внимание: дети!» (12+)
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+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Доспехи Бога-3: миссия Зодиак» (12+)
21.25 Т/с «Ментовские войны» (16+)
23.20 «Дом-2» (16+)
00.50 Т/с «Моими глазами» (16+)
01.15 Х/ф «Заряженное оружие» (16+)
02.55 Т/с «Пригород» (16+)
03.20 Т/с «Тайные агенты» (16+)
04.10 «Школа ремонта» (12+)
05.10 «Саша + Маша» (16+)
06.05 М/с «Планета Шина» (16+)
06.30 «Юная лига справедливости» (12+)



06.00 «По закону» (16+)
07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 Музыка (16+)
08.30 Т/с «Следаки» (16+)
09.00 «Экстренный вызов» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 Х/ф «Библиотекарь» (16+)
11.45 Х/ф «Библиотекарь-2: возвращение к копиям царя Соломона» (16+)
13.30 «Прогноз погоды» (0+)
13.42 Музыка (16+)
14.00 «Званый ужин» (16+)
15.00 «Засуди меня» (16+)



19.50 «Метеоинформ» (0+)
19.53 «Все обо всем» (16+)
20.00 «Интерны» Ситком (16+)
21.00 Х/ф «Час пик» (12+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 Т/с «Моими глазами» (16+)
00.55 Х/ф «Рождественские каникулы» (12+)
02.50 Т/с «Пригород» (16+)
03.15 Т/с «Тайные агенты» (16+)
04.05 «Школа ремонта» (12+)
05.05 «Необъяснимо, но факт» (16+)
06.05 М/с «Планета Шина» (12+)
06.30 «Юная лига справедливости» (12+)

16.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Не ври мне!» (16+)
19.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Прогноз погоды» (0+)
20.02 «В эфире Белово» (16+)
20.12 «Метеоспутник» (0+)
20.15 «От чистого сердца» (16+)
20.30 «Верное средство» (16+)
21.30 «Военная тайна» (16+)
23.30 «Живая тема» (16+)
00.30 «Новости 24»
00.50 «Экстренный вызов» (16+)
01.10 Х/ф «V центурия: в поисках зачарованных сокровищ» (16+)
03.15 Т/с «Сверхъестественное» (16+)
04.00 Х/ф «V центурия: в поисках зачарованных сокровищ» (16+)



06.30 «Удачное утро» (0+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.03 «Музыка» (16+)
07.30 «Свои правила» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.40 «Дела семейные» (16+)
09.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.40 «Звездные истории» (16+)
11.25 Х/ф «Белый налив» (16+)
15.00 «Еда по правилам и без...» (0+)
16.00 «Брак без жертв» (16+)
17.00 «Игры судьбы» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.16 «Погода за окном» (0+)



17.00 «Не ври мне!» (16+)
19.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Прогноз погоды» (0+)
20.02 «В эфире Белово» (16+)
20.12 «Спросите юриста» (16+)
20.22 «Метеоспутник» (0+)
20.25 Музыка (16+)
20.30 «Верное средство» (16+)
21.30 «Территория заблуждений» (16+)
23.30 «Пища богов» (16+)
00.30 «Новости 24»
00.50 «Экстренный вызов» (16+)
01.10 Х/ф «Переводчица» (16+)
03.40 Т/с «Сверхъестественное» (16+)
04.30 Х/ф «Переводчица» (16+)

18.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.20 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 «Одна за всех» (16+)
19.10 Т/с «Не родись красивой» (12+)
20.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)
21.00 «Звездные истории» (16+)
22.00 «Счастье без жертв» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Погода за окном» (0+)
23.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.20 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
23.30 Х/ф «Фото на документы» (16+)
01.20 Т/с «Врачебная тайна» (16+)
02.20 Х/ф «Белый налив» (16+)
06.00 Х/ф «Наш домашний магазин» (16+)
06.25 Музыка (16+)



05.00 «Настроение»
07.25 Х/ф «Место встречи изменить нельзя» (12+)
10.10 «Петровка, 38» (16+)
10.30 «События»
10.50 Х/ф «Место встречи изменить нельзя» (12+)
12.15 «Тайны нашего кино» (12+)
12.55 «Понять. Простить» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Наша Москва» (12+)
14.30 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (12+)
15.55 «Доктор и...» (16+)



05.00 «Настроение»
07.25 Х/ф «Место встречи изменить нельзя» (12+)
10.30 «События»
10.50 «Дом вверх дном» (12+)
11.55 Т/с «Метод Лавровой» (12+)
12.55 «Понять. Простить» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Город новостей»
14.15 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (12+)
15.55 «Доктор и...» (16+)



07.00 «Сейчас»
07.10 «Живая история» (12+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Убойная сила» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.30 «Сейчас»
17.00 Т/с «Убойная сила» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 «Момент истины» (16+)
01.15 «Место происшествия. О главном» (16+)
02.15 «Правда жизни» (16+)
02.45 Х/ф «Моонзунд» (16+)
05.30 Х/ф «О тех, кого помню и люблю» (12+)



07.00 «Сейчас»
07.10 «Живая история» (12+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Убойная сила» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 Д/с «Агентство специальных расследований» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Ва-банк» (16+)
02.10 Х/ф «Странная женщина» (12+)
05.05 Х/ф «Сентиментальное путешествие на картошку» (12+)

Вторник, 10 сентября



04.00 Телеканал «Доброе утро»
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 здоровья!» (12+)
12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 Т/с «Домработница» (16+)
14.00 «Новости»
14.15 «Самый лучший муж» (16+)
15.10 Т/с «Ясмин» (16+)
16.00 «В наше время» (12+)
17.00 «Вечерние новости»
17.45 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Мать-и-мачеха» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.10 Т/с «Перевозчик» (16+)
00.10 Х/ф «Коллективный иск» (16+)
02.20 Т/с «Форс-мажоры» (16+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
08.00 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)

10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 «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 Т/с «Тайны института благородных девиц» (0+)
15.00 Т/с «Земский доктор» (12+)
16.00 «Вести»
16.10 «Вести-Кузбасс»
16.30 Т/с «Земский доктор» (12+)
17.30 Х/ф «Искушение» (16+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.45 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.55 Т/с «Всегда говори «Всегда» (12+)
21.50 Футбол. Чемпионат мира - 2014 г. Отборочный турнир. Россия - Израиль
23.55 Т/с «Всегда говори «Всегда» (12+)



06.00 «НТВ утром»
08.35 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 «Бомбила. Продолжение» (16+)
21.25 Т/с «Ментовские войны» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Карпов» (16+)
01.30 «Главная дорога» (16+)
02.05 «Квартирный вопрос» (0+)
03.05 Т/с «Висяки» (16+)
05.00 Т/с «Час Волкова» (16+)



7.00 «Панорама событий» (16+)
07.20 «Метеоинформ» (0+)
07.23 «Гороскоп» (16+)
07.27 «Все обо всем» (16+)
07.30 Мультипликация (12+)
07.58 «Прогноз погоды» (0+)
08.00 «Панорама событий» (16+)
08.25 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.30 Х/ф «Доспехи Бога-3: миссия Зодиак» (12+)
14.00 «Панорама событий» (16+)
14.20 «Метеоинформ» (0+)
14.23 «Все обо всем» (16+)
14.30 «Интерны» Ситком (16+)
15.30 «Реальные пацаны» (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+)
21.00 Х/ф «Час пик» (12+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 Т/с «Моими глазами» (16+)
00.55 Х/ф «Рождественские каникулы» (12+)
02.50 Т/с «Пригород» (16+)
03.15 Т/с «Тайные агенты» (16+)
04.05 «Школа ремонта» (12+)
05.05 «Необъяснимо, но факт» (16+)
06.05 М/с «Планета Шина» (12+)
06.30 «Юная лига справедливости» (12+)



06.00 Х/ф «V центурия. В поисках зачарованных сокровищ» (16+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «В эфире Белово» (16+)
07.12 «Метеоспутник» (0+)
07.15 Музыка (16+)
08.00 «Прогноз погоды» (0+)
08.02 «В эфире Белово» (16+)
08.12 «Метеоспутник» (0+)
08.15 Музыка (16+)
08.30 Т/с «Следаки» (16+)
09.00 «Экстренный вызов» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Документальный проект» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)
13.30 «Прогноз погоды» (0+)
13.31 «В эфире Белово» (16+)
13.41 «Метеоспутник» (0+)
13.45 Музыка (16+)
14.00 «Званый ужин» (16+)
15.00 «Засуди меня» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)

17.00 «Не ври мне!» (16+)
19.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Прогноз погоды» (0+)
20.02 «В эфире Белово» (16+)
20.12 «Спросите юриста» (16+)
20.22 «Метеоспутник» (0+)
20.25 Музыка (16+)
20.30 «Верное средство» (16+)
21.30 «Территория заблуждений» (16+)
23.30 «Пища богов» (16+)
00.30 «Новости 24»
00.50 «Экстренный вызов» (16+)
01.10 Х/ф «Переводчица» (16+)
03.40 Т/с «Сверхъестественное» (16+)
04.30 Х/ф «Переводчица» (16+)



06.30 «Удачное утро» (0+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Погода за окном» (0+)
07.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.20 «Музыка» (16+)
07.30 «Свои правила» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)
09.40 Х/ф «Женщин обижать не рекомендуется» (16+)
11.20 «Звездные истории» (16+)
12.00 Х/ф «Каникулы строгого режима» (16+)
15.00 «Еда по правилам и без...» (0+)
16.00 «Брак без жертв» (16+)
17.00 «Игры судьбы» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.16 «Погода за окном» (0+)

18.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.20 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 «Одна за всех» (16+)
19.10 Т/с «Не родись красивой» (12+)
20.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)
21.00 «Звездные истории» (16+)
22.00 «Счастье без жертв» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Погода за окном» (0+)
23.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.30 Х/ф «Собачий пир» (16+)
01.35 Т/с «Врачебная тайна» (16+)
02.35 Т/с «Горец» (16+)
03.35 «По делам несовершеннолетних» (16+)
04.35 «Еда по правилам и без...» (0+)
05.35 Д/ф «Звездные истории» (16+)
06.00 Х/ф «Наш домашний магазин» (16+)
06.25 Музыка (16+)



05.00 «Настроение»
07.25 Х/ф «Место встречи изменить нельзя» (12+)
10.30 «События»
10.50 «Дом вверх дном» (12+)
11.55 Т/с «Метод Лавровой» (12+)
12.55 «Понять. Простить» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Город новостей»
14.15 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (12+)
15.55 «Доктор и...» (16+)

16.30 «События»
16.50 «Истории спасения» (16+)
17.25 «Право голоса» (16+)
18.30 «Город новостей»
18.45 «Петровка, 38» (16+)
19.00 Т/с «Зоннентау» (16+)
19.00 «События»
21.00 «События»
21.20 Д/ф «Игорь Костоловский» (12+)
22.10 Т/с «Мистер Монк» (12+)
23.05 «События»
23.25 «Петровка, 38» (16+)
23.45 Х/ф «Покровские ворота» (12+)
02.30 Д/ф «Жадность больше, чем жизнь» (16+)
04.15 Т/с «Энциклопедия кошек» (12+)



07.00 «Сейчас»
07.10 «Живая история» (12+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Убойная сила» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 Д/с «Агентство специальных расследований» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Ва-банк» (16+)
02.10 Х/ф «Странная женщина» (12+)
05.05 Х/ф «Сентиментальное путешествие на картошку» (12+)

Среда, 11 сентября

04.00 Телеканал «Доброе утро»
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 обеда!» (0+)
11.50 «Доброго здоровья!» (12+)
12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
13.00 «Другие новости»
13.25 Т/с «Домработница» (16+)
14.00 «Новости»
14.15 «Самый лучший муж» (16+)
15.10 Т/с «Ясмин» (16+)
16.00 «В наше время» (12+)
17.00 «Вечерние новости»
17.45 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Мать-и-мачеха» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.10 Т/с «Перевозчик» (16+)
00.10 Х/ф «Полет феникса» (16+)
02.15 Т/с «Форс-мажоры» (16+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
08.00 «1000 мелочей» (0+)

08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 «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 Т/с «Тайны института благородных девиц» (0+)
15.00 Т/с «Земский доктор» (12+)
16.00 «Вести»
16.10 «Вести-Кузбасс»
16.30 Т/с «Земский доктор» (12+)
17.30 «Прямой эфир» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.50 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.00 Т/с «Всегда говори «Всегда» (12+)
23.35 «Большая перемена. Последняя любовь Генки Ляпишева» (0+)



06.00 «НТВ утром»
08.35 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»



06.00 «НТВ утром»
08.30 «Спасатели» (16+)
09.00 «Медицинские тайны» (16+)
09.35 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 «Бомбила. Продолжение» (16+)
21.25 Т/с «Ментовские войны» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Карпов» (16+)
01.30 «Живые легенды. Татьяна Доронина» (0+)
02.30 «Дикий мир» (0+)
03.05 Т/с «Висяки» (16+)
05.00 Т/с «Час Волкова» (16+)



7.00 «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+)
08.25 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.30 Х/ф «Час пик» (12+)
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+)
15.30 Т/с «Универ. Новая общага» (16+)
18.00 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
18.30 «Желаю счастья!» (16+)
19.22 «Все обо всем» (16+)
19.24 «Гороскоп» (16+)
19.28 «Прогноз погоды» (0+)



7.00 «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+)
08.25 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.30 Х/ф «Час пик-2» (12+)
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+)
15.30 «Деффчонки» Ситком (16+)
18.00 «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+)

19.30 «Панорама событий» (16+)
19.50 «Метеоинформ» (0+)
19.53 «Все обо всем» (16+)
20.00 «Интерны» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Час пик-2» (12+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 Т/с «Моиими глазами» (16+)
00.55 Х/ф «Больше, чем друг» (16+)
03.00 Т/с «Пригород» (16+)
03.30 Т/с «Тайные агенты» (16+)
04.20 «Школа ремонта» (12+)
05.20 «Саша + Маша» (16+)
06.05 М/с «Планета Шина» (12+)
06.30 «Юная лига справедливости» (12+)



06.00 Х/ф «Переводчица» (16+)
07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «В эфире Белово» (16+)
07.12 «Спросите юриста» (16+)
07.22 «Метеоспутник» (0+)
07.25 Музыка (16+)
08.00 «Прогноз погоды» (0+)
08.02 «В эфире Белово» (16+)
08.12 «Метеоспутник» (0+)
08.15 Музыка (16+)
08.30 Т/с «Следаки» (16+)
09.00 «Экстренный вызов» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Живая тема» (16+)
11.00 «Пища богов» (16+)
12.00 «Смотреть всем!» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)
13.30 «Прогноз погоды» (0+)
13.31 «В эфире Белово» (16+)
13.41 «Метеоспутник» (0+)



19.53 «Все обо всем» (16+)
20.00 «Интерны» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Час пик-3» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 Т/с «Моиими глазами» (16+)
00.55 Х/ф «Приключения Плуто Нэша» (12+)
02.45 Т/с «Пригород» (16+)
03.15 Т/с «Тайные агенты» (16+)
04.05 «Школа ремонта» (12+)
05.05 «Необъяснимо, но факт» (16+)
06.05 М/с «Озорные анимашки» (12+)
06.30 «Юная лига справедливости» (12+)

13.45 Музыка (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)
15.00 «Засуди меня» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Не ври мне!» (16+)
19.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Прогноз погоды» (0+)
20.02 «В эфире Белово» (16+)
20.12 «Метеоспутник» (0+)
20.15 «От чистого сердца» (16+)
20.30 «Верное средство» (16+)
21.30 «Нам и не снилось» (16+)
00.30 «Новости 24»
00.50 «Экстренный вызов» (16+)
01.10 Х/ф «Жатва» (16+)
03.10 Т/с «Сверхъестественное» (16+)
04.00 Х/ф «Жатва» (16+)



06.30 «Удачное утро» (0+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Погода за окном» (0+)
07.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.20 «Музыка» (16+)
07.30 «Свои правила» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.40 «Дела семейные» (16+)
09.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.40 Х/ф «Повороты судьбы» (16+)
14.15 «Звездные истории» (16+)
15.00 «Еда по правилам и без...» (0+)
16.00 «Брак без жертв» (16+)
17.00 «Игры судьбы» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.16 «Погода за окном» (0+)



06.30 «Удачное утро» (0+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Погода за окном» (0+)
07.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.20 «Музыка» (16+)
07.30 «Свои правила» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.40 «Дела семейные» (16+)
09.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.40 Х/ф «Повороты судьбы» (16+)
14.20 «Звездные истории» (16+)
15.00 «Еда по правилам и без...» (0+)
16.00 «Брак без жертв» (16+)
17.00 «Игры судьбы» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.16 «Погода за окном» (0+)
18.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.20 «Мир православия!» (16+)
18.40 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 «Одна за всех» (16+)
19.10 Т/с «Не родись красивой» (12+)
20.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)

18.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.20 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 «Одна за всех» (16+)
19.10 Т/с «Не родись красивой» (12+)
20.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)
21.00 «Звездные истории» (16+)
22.00 «Счастье без жертв» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Погода за окном» (0+)
23.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.20 «Музыка» (16+)
23.30 Х/ф «Маленькая Вера» (18+)
02.05 Т/с «Врачебная тайна» (16+)
03.05 Т/с «Горец» (16+)
04.00 «Дела семейные» (16+)
05.00 «По делам несовершеннолетних» (16+)
06.00 Х/ф «Наш домашний магазин» (16+)
06.25 Музыка (16+)



05.00 «Настроение»
07.40 Х/ф «Личное дело судьи Ивановой» (16+)
09.20 Д/ф «Татьяна Пельтцер. Осторожно, бабушка!» (12+)
10.10 «Петровка, 38» (16+)
10.30 «События»
10.50 «Дом вверх дном» (12+)
11.55 Т/с «Метод Лавровой» (12+)
12.55 «Понять. Простить» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Город новостей»
14.15 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (12+)



21.00 Д/ф «Звездные истории» (16+)
22.00 «Счастье без жертв» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Погода за окном» (0+)
23.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.20 «Музыка» (16+)
23.30 Х/ф «Таежная повесть» (16+)
01.25 Т/с «Врачебная тайна» (16+)
02.25 Т/с «Горец» (16+)
03.25 «Дела семейные» (16+)
04.25 «По делам несовершеннолетних» (16+)
05.25 «Звездная территория» (16+)
06.00 Х/ф «Наш домашний магазин» (16+)
06.25 Музыка (16+)

15.55 «Доктор и...» (16+)
16.30 «События»
16.50 «Линия защиты» (16+)
17.25 «Право голоса» (16+)
18.30 «Город новостей»
18.45 «Петровка, 38» (16+)
19.00 Т/с «Зоннентау» (16+)
21.00 «События»
21.20 «Хроники московского быта» (12+)
22.10 Т/с «Мистер Монк» (12+)
23.05 «События»
23.25 «Русский вопрос» (12+)
00.15 Х/ф «Конвоиры» (12+)
02.20 Х/ф «Бессмертный гарнизон» (12+)
04.20 Т/с «Энциклопедия кошек» (12+)



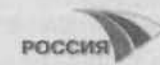
07.00 «Сейчас»
07.10 «Живая история» (16+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Х/ф «Марш-бросок» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Х/ф «Марш-бросок»
14.00 Х/ф «Классик» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 Д/с «Агентство специальных расследований» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Ва-банк-2» (16+)
02.05 Х/ф «Парашюты на деревьях» (12+)
04.50 Х/ф «Торпедоносцы» (12+)



07.00 «Сейчас»
07.10 «Живая история» (12+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Х/ф «Ва-банк» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Х/ф «Ва-банк» (16+)
14.05 Х/ф «Ва-банк-2» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 Х/ф «Агентство специальных расследований» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Еще раз про любовь» (12+)
02.05 Х/ф «Здравствуй и прощай» (12+)
04.00 Х/ф «Странная женщина» (12+)

Четверг, 12 сентября

04.00 Телеканал «Доброе утро»
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 обеда!» (0+)
11.50 «Доброго здоровья!» (12+)
12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
13.00 «Другие новости»
13.25 Т/с «Домработница» (16+)
14.00 «Новости»
14.15 «Самый лучший муж» (16+)
15.10 Т/с «Ясмин» (16+)
16.00 «В наше время» (12+)
17.00 «Вечерние новости»
17.45 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Мать-и-мачеха» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.10 Т/с «Перевозчик» (16+)
00.10 Х/ф «Жизнь как мечта» (16+)
02.20 Т/с «Форс-мажоры» (16+)
03.10 «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 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагин и партнеры» (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»
14.00 Т/с «Тайны института благородных девиц» (0+)
15.00 Т/с «Земский доктор» (12+)
16.00 «Вести»
16.10 «Вести-Кузбасс»
16.30 Т/с «Земский доктор» (12+)
17.30 «Прямой эфир» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.50 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.00 Т/с «Всегда говори «Всегда» (12+)
21.50 «Поединок» (12+)
23.25 «Камчатка. Жизнь на вулкане» (0+)



06.00 «НТВ утром»
08.30 «Спасатели» (16+)
09.00 «Медицинские тайны» (16+)
09.35 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 «Бомбила. Продолжение» (16+)
21.25 Т/с «Ментовские войны» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Карпов» (16+)
01.30 «Данный ответ» (0+)
02.35 «Дикий мир» (0+)
03.05 Т/с «Висяки» (16+)
05.00 Т/с «Час Волкова» (16+)



7.00 «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+)
08.25 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.30 Х/ф «Час пик-2» (12+)
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+)
15.30 «Деффчонки» Ситком (16+)
18.00 «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+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Час пик-3» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 Т/с «Моиими глазами» (16+)
00.55 Х/ф «Приключения Плуто Нэша» (12+)
02.45 Т/с «Пригород» (16+)
03.15 Т/с «Тайные агенты» (16+)
04.05 «Школа ремонта» (12+)
05.05 «Необъяснимо, но факт» (16+)
06.05 М/с «Озорные анимашки» (12+)
06.30 «Юная лига справедливости» (12+)

20.15 «От чистого сердца» (16+)
20.30 «Верное средство» (16+)
21.30 «Эликсир молодости» (16+)
22.30 «Секреты древних красавиц» (16+)
23.30 «Какие люди!» (16+)
00.30 «Новости 24»
00.50 «Экстренный вызов» (16+)
01.10 Х/ф «Лузеры» (16+)
03.00 «Чистая работа» (12+)
04.00 Х/ф «Лузеры» (16+)



06.30 «Удачное утро» (0+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Погода за окном» (0+)
07.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.20 «Музыка» (16+)
07.30 «Свои правила» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.40 «Дела семейные» (16+)
09.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.40 Х/ф «Повороты судьбы» (16+)
14.20 «Звездные истории» (16+)
15.00 «Еда по правилам и без...» (0+)
16.00 «Брак без жертв» (16+)
17.00 «Игры судьбы» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.16 «Погода за окном» (0+)
18.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.20 «Мир православия!» (16+)
18.40 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 «Одна за всех» (16+)
19.10 Т/с «Не родись красивой» (12+)
20.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)

21.00 Д/ф «Звездные истории» (16+)
22.00 «Счастье без жертв» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Погода за окном» (0+)
23.18 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.20 «Музыка» (16+)
23.30 Х/ф «Таежная повесть» (16+)
01.25 Т/с «Врачебная тайна» (16+)
02.25 Т/с «Горец» (16+)
03.25 «Дела семейные» (16+)
04.25 «По делам несовершеннолетних» (16+)
05.25 «Звездная территория» (16+)
06.00 Х/ф «Наш домашний магазин» (16+)
06.25 Музыка (16+)



05.00 «Настроение»
07.35 Х/ф «Простая история» (12+)
09.20 Д/ф «Жизнь и судьба артиста Михаила Ульянова» (12+)
10.10 «Петровка, 38» (16+)
10.30 «События»
10.50 «Дом вверх дном» (12+)
11.55 Т/с «Метод Лавровой» (12+)
12.55 «Понять. Простить» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Город новостей»
14.15 «Наша Москва» (12+)
14.30 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (12+)

18.45 «Петровка, 38» (16+)
19.00 Т/с «Зоннентау» (16+)
21.00 «События»
21.20 Д/ф «Китай - Япония. Столетняя война» (12+)
22.10 Т/с «Мистер Монк» (12+)
23.05 «События»
23.40 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (12+)
02.40 «Хроники московского быта» (12+)
03.30 Д/ф «Игорь Костелевский. Расставаясь с иллюзиями» (12+)
04.20 Т/с «Энциклопедия кошек» (12+)



07.00 «Сейчас»
07.10 «Живая история» (12+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Х/ф «Ва-банк» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Х/ф «Ва-банк» (16+)
14.05 Х/ф «Ва-банк-2» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 Х/ф «Агентство специальных расследований» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21

16 лет спустя в Ленинске-Кузнецком пройдет матч, посвященный футбольной победе сибиряков.

2 сентября для учащихся футбольного отделения училища олимпийского резерва открылся новый учебно-спортивный год. Много приятных перемен произошло в училище за каникулы: похорошел обновленный фасад здания, уютнее стало в спортивных раздевалках и жилых комнатах, которые пополнили одиннадцать новичков футбольного отделения.

На торжественной линейке, посвященной открытию нового учебного года, было объявлено, что учащийся 1-го курса нашего УОР Александр Головин – чемпион Европы среди юниоров и игрок футбольного ЦСКА – вошел в тройку лучших спортсменов училища по итогам года. Кстати, сам Александр на линейку опоздал, прилетев из Москвы с тренировочных сборов армейского клуба на следующий день, 3 сентября.

Самое радостное событие юных футболистов УОР ждало после линейки, когда главный тренер отделения Сергей Васютин поделился с воспитанниками новостью о том, что между футбольным отделением и легендарным клубом ЦСКА – чемпионом России 2013 года заключен договор о взаимном сотрудничестве. И теперь талантливые футболисты Ленинск-Кузнецкого УОР получают возможность участвовать в тренировочных сборах в Москве в ДЮСШ ЦСКА, там же тренерский состав УОР будет стажироваться у именитых специалистов армейского клуба.

Футбольный клуб ЦСКА приготовил воспитанникам еще один долгожданный подарок. В знак благодарности за подготовку Александра Головина из Москвы в Ленинск-Кузнецкий пришла весомая посылка с полной футбольной экипировкой для команды УОР. В посылке для сибирских мальчишек из футбольного отделения – новенькие спортивные куртки, костюмы с символикой ЦСКА, а также кроссовки и мячи.

Презентация формы состоится 11 сентября. На презентацию в Ленинск-Кузнецкий прилетит из Москвы начальник селекционного отдела ПФК ЦСКА Андрей Мовсесьян. Цель визита не только вручение формы и ознакомление с работой футбольного отделения. Гость из столицы напомним юным футболистам о том, как пересеклись спортивные пути армейцев и нашей славной команды «Заря», игроки которой были воспитаны в Ленинск-Кузнецком УОР.

Это случилось 16 апреля 1997 года в матче 1/8 финала Кубка России. Тогда в Москве, на стадионе «Динамо» «заринцы» сотворили сенсацию, попавшую в футбольную историю России.

Это сегодня «Заря» выступает в первенстве Кемеровской области, а тогда, играя в первой лиге, сибирская команда учудила сь дойти до четвертьфинала Кубка России-96/97. Тогда в составе «Зари» блистали полузащитники Алексей Смертин и Сергей Кормильцев, вратарь Геннадий Тумилович. Самая громкая победа того розыгрыша Кубка России, безусловно, была одержана над ЦСКА в Москве. Основное и дополнительное время завершилось нулевой ничьей, а в серии пенальти удачнее были гости. Правда, в четвертьфинале за армейцев «Заре» отомстило

Событие

ЦСКА снова сыграет с «Зарёй»



«Зарю» не зря называли сибирским «Спартаком»

«Такой кучи малы в жизни не видел»

московское «Динамо», обыграв ленинск-кузнецкий клуб в Сибири - 2:0. К слову, «Динамо» в итоге дошло до финала, где проиграло «Локомотиву».

В том историческом для сибиряков матче Андрей Мовсесьян играл за ЦСКА, а защищал честь «Зари» Александр Кутилин, ныне работающий тренером в Ленинск-Кузнецком УОР. 16 лет спустя, вспоминая перипетии «валидольной» игры 1997 года, Мовсесьян предложил главному тренеру той легендарной «Зари», а ныне главному тренеру футбольного отделения УОР Сергею Васютину провести матч-реконструкцию.

Этот матч состоится 11 сентября в 18.00 на центральном стадионе «Шахтёр» по всем правилам жанра показательного матча. Одна команда выйдет в традиционной форме армейского клуба, другая – в излюбленном аллом цвете «Зари». Команды будут составлены из учащихся футбольного отделения, а капитанами станут непосредственные участники того далёкого кубкового сражения Мовсесьян и Кутилин. Ожидают болельщиков и исторические послематчевые пенальти, но счёт будет непредсказуемым.

О том, как это было 16 лет назад, вспоминает тогдашний главный тренер «Зари» Сергей Николаевич Васютин.

По осени 1996 года дома в 1/16 финала со счётом 5:1 был обыгран «КамАЗ» из Набережных Челнов. Следующий наш соперник в Кубке России – знаменитый клуб ЦСКА. В 1/8 финала предстояло сыграть 16 апреля 1997 года на столичном стадионе «Динамо», где в послевоенные годы блистали легенды отечественного футбола: Лев Яшин, Константин Бесков, Владимир Федотов.

Так высоко в Кубке России мы ещё не забирались. Игру ожидали с волнением. Ажиотаж среди горожан был необычайным. На матч отправилась внушительная группа поддержки в лице угольных генералов и других официальных лиц. Среди них выделялся колоритный академик Ваграм Ваганович Агаджанян.

Казалось, иллюзий не питал никто из сибиряков – мало кто верил в благоприятный исход

для нашей команды. Сыграть достойно с популярным клубом, возглавляемым в те годы Павлом Садыриным, уже считалось за честь.

Чтобы приподнять эмоциональный фон у наших футболистов, я обратился с неожиданной просьбой к тогдашнему президенту клуба Сергею Ефимовичу Решетову. Поменять привычную дислокацию команды из гостиницы «Турист» в более дорогую «Москва» и в разы увеличить размеры премиальных. Бюджет клуба в то время уже заметно хромал, да и риски, как я пообещал, к тому же были минимальными. Обиграть ЦСКА, да ещё дома – это из области фантастики (как же за эту хитрость мне потом досталось).

Ребят, и без того переживавших накануне матча, удивила самая короткая предыгровая установка и то, как долго на последней тренировке отработывались одиннадцатиметровые удары.

Игра получилась по-настоя-

щему кубковой. Хозяева, как полагается, много атаковали, но без спешки, уверовав, что гол обязательно скоро будет. Особенно трудно было в первом тайме. Во втором армейцы прилично заволновались – время уходило, а распечатать ворота поймавшего кураж Геннадия Тумиловича никак не получалось. К тому же в конце основного времени мог отличиться Алексей Смертин, но москвичей спас вратарь.

Дополнительное время запомнилось борьбой нервов. Обе команды заметно устали и боялись допустить роковую ошибку. К несчастью, после удаления на 108-й минуте Константина Дзущева мы вынуждены были заканчивать матч в меньшинстве. Но выстояли.

Перед серией пенальти адреналин просто зашкаливал. Ярко освещённый на фоне ночного неба стадион в замешательстве молчал в предчувствии сенсации. И она состоялась на восьмом пенальти, когда удар в исполнении Сергея Шустикова наш страж ворот парировал, а Сергей Богочёв поставил победную точку. Такой кучи малы при мне «Заря» ещё не устраивала. Ликованию не было предела. Плакал от счастья Владислав Яркин. Мы в тот вечер даже не понимали, что вписали ещё одну славную страницу в историю сибирского «Спартака».

Н.МАКСИМОВСКИХ.

Статистика:

ЦСКА (Москва) - «Заря» (Ленинск-Кузнецкий) - 0:0 п.7:8.

16 апреля. Москва. Стадион «Динамо». 10 градусов. С 91 мин. - эл. освещение. 3500 зрителей (вмещает 51 000).

Судьи: Н.Левников - 8,7, А.Румянцев, В.Лебедев (все - Санкт-Петербург). Инспектор: В.Дерябин (Москва).

ЦСКА: Новосадов, Мовсесьян (Цалпин, 86), Лобжанидзе, Боков, Шустов (Гришин, 91), Шустиков, Хомуха, Ульянов (Семшов, 24), Минько (к), Кулик, Герасимов.

«Заря»: Тумилович, Момотов, Барышев, Мусин, Янотовский, Смертин, Богочёв, Дзущев, Кириллов, Петринский (Яркин, 109), Топоров.

Пенальти: 1:0 Минько, 1:1 Момотов, 2:1 Гришин, 2:2 Яркин, 2:2 Боков (штанга), 2:2 Мусин (вратарь), 3:2 Хомуха, 3:3 Топоров, 4:3 Кулик, 4:4 Янотовский, 5:4 Герасимов, 5:5 Кириллов, 6:5 Цалпин, 6:6 Барышев, 7:6 Лобжанидзе, 7:7 Смертин, 7:7 Шустиков (вратарь), 7:8 Богочёв.

Предупреждены: Дзущев (37), Момотов (38), Мовсесьян (49, недисц. пов.), Кириллов (94).

Удален: Дзущев (108).

Еда и здоровье

РЕЙТИНГ

24 августа 1853 года служащий ресторана при отеле Moon's Lake Lodge в городке Саратога-Спрингс (штат Нью-Йорк) — индеец-метис Джордж Крам — по счастливой случайности приготовил картофельные чипсы. Легенда гласит, что общепит посетил не кто иной, как сам железнодорожный магнат Вандербильт, и заказал, как ни странно, самую обычную жареную картошку. Однако поданную еду избалованный олигарх неоднократно возвращал на кухню как недостаточно прожаренную. Тогда повар рассердился, нарезал картофель тончайшими ломтиками, обжарил в масле до хруста и подал в таком виде. К удивлению, клиент не только не отверг блюдо, но и остался им крайне доволен. Уже вскоре «картошка по-саратогски» вошла в меню ресторана, а затем, не без участия того же Вандербильта, стала выпускаться в упаковке «на вынос» — в пакетиках.

160 лет спустя чипсы далеко ушли от своей первоначальной — идеальной — рецептуры. И сегодня они возглавляют не только список самых желанных вкусов, но и рейтинг самых вредных продуктов. Проект Weekend решил напомнить, какие популярные блюда врачи считают самыми опасными для нашего здоровья — и, главное, почему.

1 Чипсы и картофель фри

Известная крылатая фраза гласит, что «все приятное в этом мире либо незаконно, либо аморально, либо ведет к ожирению». Картофель, жаренный в масле, не попирает закон и рамки морали, но, представляя собой ударную дозу крахмала и жиров, неизбежно приводит к набору веса, если включить такой кулинарный «изыск» в повседневное меню.



Однако лишний вес — сущий пустяк в контексте других проблем со здоровьем, которыми чреваты представленные блюда. Да и вред, наносимый современными чипсами, вряд ли можно записать на счет картофеля — ведь сегодня они

готовятся из пшеничной и кукурузной муки и смеси крахмалов, в том числе из генномодифицированной сои. Добавьте к этому всевозможные «вкусы» — бекон, сметаны и сыра, красной икры и даже (!) жареной картошки. Разумеется, все они представляют собой компоненты из линейки Е — пищевые ароматизаторы и усилители вкуса.

В частности, особенно любим производителями Е-621, он же глутамат натрия. Этот токсин, воздействуя на нервную систему человека, может «сделать» вкусной и желанной даже самую неоптимальную пищу и, более того, привить к ней зависимость сродни наркотической.

Потребность, и вполне реальную, а не надуманную, может «внушить» и картофель фри. Он, правда, готовится из настоящего картофеля, только «генноулучшенного» — ровного, гладкого, с большими клубнями, дабы облегчить процесс очистки. Порезав на дольки, его обдают паром (отсюда этот практически недостижимый в домашних условиях эффект хрустящей корочки при

мягкой сердцевине), замораживают и уже в таком полуфабрикатном виде отправляют в сети быстрого питания. Там же ломтики обжаривают в масле, а вернее, смеси масел для фритюра, куда входит комбинированный «коктейль» жиров, включающий пальмовое и кокосовое масло. Такая смесь стоит немало, зато, залитая однажды, может использоваться до 7 дней без прогоркания. За это время в ней образуются акролеин, акриламид, глицидамид — продукты распада жиров и сильные канцерогены, то есть вещества, вызывающие появление раковых опухолей. Кстати, в одной порции картошки фри, при ее сравнительно невысокой для фастфуда питательной ценности в 273 ккал на 100 граммов (то есть примерно 340-390 ккал на «стандартную» порцию), содержится около 30 граммов вот такого «многообразного» жира. Казалось бы, ну что такое 30 граммов? Чтобы визуализировать это количество, представьте: в одной столовой ложке уместится примерно 15 граммов масла, таким образом, аппетитную хрустящую картошечку мы будто прихлебываем парой ложек масла с канцерогенами. Средняя же норма потребления жиров в сутки — 90-100 граммов, а они, как и остальные нутриенты, в той или иной дозировке содержатся практически во всех продуктах питания.

Врачи бьют тревогу — и не потому, что, питаясь чипсами и картошкой фри, вы скоро не сможете застегнуть любимые джинсы. Повышенный холестерин, бляшки в сосудах, атеросклероз, опасность инфарктов и инсультов, дегенеративные изменения печени, ухудшение половой функции у мужчин и, главное, развитие раковых опухолей, причем не только в желудочно-кишечном тракте — все эти последствия приверженности к фастфуду наблюдаются учеными в США уже почти 70 лет.

В России индустрия быстрого питания расцвела буйным цветом чуть больше 20 лет назад, в постперестроечное время. Сегодня и «дефицит», и «лихие 90-е» уже позади — увы, семейные праздники до сих пор сопровождаются походом в ресторан быстрого обслуживания, а вечерний отдых с просмотром фильма предполагает пакетик чипсов под мышкой.

2 Бургеры и хот-доги

Вышеописанные побочные эффекты можно отнести и на счет «быстрых» бутербродов, однако здесь, помимо жарки в масле, ситуация осложняется «мясной составляющей». Чтобы белка хватало на всех желающих быстро и сытно закусить, коров, хрюшек и рыбок разводят промышленными масштабами и промышленными же методами, с использованием специальных комбикормов (иногда — на анаболиках) для быстрого увеличения веса. Кстати, благодаря такому мясу и рыбе, прописавшимся в нашем меню, мы становимся на редкость стойкими к действию антибиотиков, когда они действительно нужны, то есть когда мы болеем. На фоне этого высокая калорийность блюда и тот же холестерин кажутся и вовсе пустяками.

Дальше — больше, к весьма сомнительному белку добавляют вездесущую сою, глутамат и еще целый спектр Е-компонентов: консервантов (чтобы котлета могла сохранять товарный вид годами), стабилизаторов и синтетических красителей. Эти добавки раздражают нашу пищеварительную систему, притупляют чувство насыщения, заставляют есть больше и чаще. Желудок растягивается, и уже без помощи со стороны «Е-шек» начинает требовать продолжения банкета.

Казалось бы — булка, котлета, лист салата, ну, сыр, ну, майонез. Но, согласитесь, бургер, приготовленный из домашних продуктов, совсем не похож по вкусу на свой «ресторанный» аналог. Ведь в кухонном арсенале мы, к счастью, не располагаем теми пищевыми добавками, которыми пичкают мяс-



ной фарш на поточном производстве. А именно они и заставляют нас возвращаться в точку питания снова и снова, подсказывая, что дома не так вкусно.

3 Колбасный ряд и консервы

Описанные «мясные кошмары» были бы справедливы и по отношению к колбасам, если бы в их производстве использовалось лишь натуральное мясо. Однако сюда стоит записать еще и опасности скрытого жира — ведь даже самый натурпродукт из числа сосисочных состоит, в основном, из свиных шкурок и сала. Кожа, хрящи, субпродукты и мясные остатки плюс 25-30% трансгенной сои и, разумеется, консерванты, стабилизаторы, загустители, эмульгаторы, антиокислители, пищевые красители, ароматизаторы — таков примерный состав любых колбас, в независимости от сорта и марки производителя.

Консервы же и вовсе, по сути, — мертвый продукт, сохранивший свою относительную пищевую пригодность исключительно благодаря «раствору» из «Е-шек», уксусной кислоты, сахара и, конечно, огромного количества соли (при потребности человека в 6-10 граммах натрия-хлора в день всего 100 граммов консервов содержит в среднем 15 граммов соли).



4 Лапша и пюре быстрого приготовления

Говядина, курица, креветки, грибы плюс практически спагетти с почти что соусом — так по-королевски предлагают отобедать, отужинать и отзавтракать производители чудо-еды из пакетиков. И это — как раз тот случай с «бесплатным сыром». Безусловно, было бы очень удобно залить кипятком на 3-5 минут содержимое пластикового стаканчика и — вуаля! — получить фактически итальянскую пасту, fettuccine или ризотто. По факту же мы получим горячий (для более быстрого усвоения) «микс» из всех возможных пищевых добавок и абсолютный ноль пользы.

При систематическом употреблении таких «комбикормов» в организме рушится система — он вроде как получил еду и калории, но в них было слишком мало действительно нужных ему для нормального функционирования веществ. Лишенный питания, скоро он посылает сигналы SOS мозгу, и мы снова чувствуем, что хотим есть.

Здесь не лишним будет напомнить, под какими кодами на упаковке продукта прячутся те или иные помощники производителей: консерванты (могут вызывать рак, почечнокаменную болезнь, разрушение печени, пищевую аллергию, расстройство кишечника, кислородное голодание, нарушение артериального давления) — Е с 200 по 290 и Е 1125, стабилизаторы и загустители (рак, заболевания желудочно-кишечного тракта, почек и печени) — Е 249-252, Е 400-476, Е 575-585 и Е 1404-1450, эмульгаторы (рак, расстройство желудка) — Е 322-442, Е 470-495, антиокислители (заболевания печени и почек, аллергические реакции) — Е300-312 и Е320-321, пищевые красители (рак, заболевания ЖКТ, печени и почек, нервные расстройства и аллергические реакции) — Е 100-180, Е 579, Е 585, усилители вкуса (нервные расстройства, повреждение мозга) — Е 620-637.

Справедливости ради, стоит отметить: существует



самых вредных продуктов

скромный список добавок, считающихся безвредными и даже полезными для здоровья: его, при желании, легко найти на просторах Интернета.

5 Майонез и кетчуп

Эти «волшебные» соусы, традиционно сопровождающие большинство блюд фастфуда, могут и самую полезную пищу превратить в отраву. Кетчуп, помимо стабилизаторов, эмульгаторов и консервантов, содержит химические красители и почти на пятую часть состоит из сахара. Такой дрессинг прекрасно скрывает естественный вкус даже самых малоаппетитных, а то и просто испортившихся блюд — недаром говорят, что «с кетчупом можно съесть всё».

Майонез же является носителем так называемых трансжиров — изомеров жирных кислот, способных обманывать наш организм, встраиваясь в биомембраны клеток вместо натуральных омега-3 и омега-6-жирных кислот. Трансконфигурации приводят к онкогенезу, атеросклерозу, увеличивают риск развития сахарного диабета и, мягко говоря, ухудшают иммунитет — мешают работе ферментов, стоящих на страже нашего организма. Дополнительную опасность несет пластиковая упаковка, куда в целях экономии зачастую разливается майонез, — содержащийся в соусе уксус обладает суперспособностью всасывать из него канцерогенные вещества. Отгадайте, куда они попадают.

6 Шоколадные батончики, леденцы и жевательные конфеты

Без опасности нажить себе диабет, онкологию, ожирение, остеопороз, проблемы с зубами и аллергические реакции человек может съесть максимум 50 граммов сахара в день. Этот высший предел нормы — примерно 10 чайных ложек, но не стоит забывать, что, помимо «чистого» сахара, который мы кладем в чай или кофе, глюкоза с сахарозой поджидает нас, скажем, в том же кетчупе. Или в йогурте. Да мало ли где: стоит почитать состав привычных продуктов, подрубику в графе «углеводы» — и станет очевидно, как сильно мы превышаем разрешенную ВОЗ (Всемирной организацией здравоохранения) норму, даже без вспомогательных материалов в виде шоколадок, карамелек и тортиков (кстати, последние — еще один идеальный носитель трансжиров, наряду с майонезом).

Эти продукты — обладатели самых высоких гликемических индексов, то есть сахар из них усваивается практически моментально. При этом никаких полезных веществ они в себе не содержат — в отличие от таких гликемических лидеров, как мед и сухофрукты. Более того, яркие леденцы, конфетки в глазури и жевательные мармеладки со всевозможными вкусами вообще едва ли можно

назвать «продуктами питания» — это скорее смесь подсластителей и сахарозаменителей, стабилизаторов, загустителей и желирующих, эмульгаторов, антиокислителей и пищевых красителей.

7 Сладкие газировки и соки



Кстати, о норме потребления сахара в день — в одном литре соков содержится примерно 112 граммов сахара и около 420 калорий (при том, что суточная норма потребления у большинства людей укладывается в 2000–2500 ккал). Добавим к этому кофеин, красители и «вымывающую» из организма кальций ортофосфорную кислоту, плюс углекислый газ, который позволяет еще быстрее распределить вредные компоненты по телу.

Газировки в «лайт»-варианте считаются более предпочтительными, как не вредящие фигуре. Однако при нулевой калорийности они содержат сахарозаменители — в основном аспартам, который распадается на формальдегид (канцероген класса А), метанол и фенилаланин (токсичен в сочетании с другими белками).

Он плохо смывается слюной, раздражает слизистую рта и снова и снова провоцирует жажду — чтобы избавиться от приторного послевкуся. Да и безвредность для фигуры весьма сомнительна — газировка способствует образованию целлюлита, а в долгосрочных перспективах для любителей напитков «лайт» значит нарушение обмена веществ.

Но если с газировкой, в общем, никто и не питает иллюзий, то в отношении «коробочных» соков почему-то очень сильна установка не только об их безвредности, но даже о пользе для здоровья. Однако за исключением углекислого газа их состав почти идентичен составу сладких газировок. В одном стакане апельсинового сока из пакета — примерно шесть чайных ложек сахара, в одном стакане яблочного — примерно семь. Бесспорно, яблоки и апельсины и сами по себе содержат сахар, но не только — витамины и пищевые волокна становятся приятным бонусом, да и глюкоза уже не всасывается в кровь с такой молниеносной скоростью. Пакетированные соки такими плюсами не обладают — восстановленные из концентрата и на зависть долговечные, они могут различаться стоимостью в зависимости от «раскрученности» марки, но остаются все такими же вредными для здоровья.

8 Попкорн

Сама по себе кукуруза никакой опасности для здоровья не представляет — да, углевод, да, содержит крахмалы, и калорийность для растительной пищи немалая — около 330 ккал на 100 граммов продукта. Зато она содержит клетчатку и еще массу полезных веществ — витамины А, С, Е, тиамин, ниацин, фолиевую кислоту, железо, калий, магний, фосфор, цинк.

Словом, представляй собой попкорн просто жареные зерна кукурузы — не бывать ему в рейтинге самых вредных продуктов. Но все меняется, когда приходят они — масло, соль, сахар, карамелизаторы, красители, усилители вкуса, ароматизаторы. Кстати, доза соли в классическом соевом попкорне зашкаливает так, что никаким чипсам и не снилось, — а это чревато, как минимум, повышением давления и нарушением работы почек. Ну и пищевая ценность попкорна благодаря всевозможным добавкам возрастает в среднем до 500 ккал на 100 граммов.



9 Алкоголь

Дегенеративные нарушения в коре головного мозга, разрушение печени, онкология, генетические мутации — о вреде алкоголя для организма человека, казалось бы, всем хорошо известно. Пьющие люди живут в среднем на 10–15 лет меньше, и качество этой жизни весьма низкое — помимо вышеобозначенных проблем со здоровьем, их преследуют нарушения психики, депрессивные состояния. 1/3 всех самоубийств (и, между прочим, 50% аварий) происходит в состоянии алкогольного опьянения.

Даже в совсем малых дозах алкоголь мешает усвоению витаминов. Кроме того, он очень калориен сам по себе — 7 ккал на 1 грамм (для сравнения, пищевая ценность чистых белков и углеводов — 4 ккал на 1 грамм). И главная опасность — граница между «употреблением» и зависимостью очень зыбкая, ее легко пересечь, даже не заметив этого.

10 Низкокалорийные и обезжиренные продукты

«Легкие» тортики, творожные десерты, йогурты и майонезы только кажутся другом и помощником людей, следящих за своей фигурой и холестерином. На деле же само понижение содержания жира в продукте с лихвой компенсируется повышением доли углеводов — крахмалов, сахаров и сахарозаменителей, о вреде которых мы уже говорили.

Таким образом, увлечение продуктами в «лайт»-версии как раз способствует ожирению — пищевые добавки в них тормозят обменные процессы, а то и вовсе приводят к «углеводным сбоям», когда приготавлившийся расщеплять глюкозу организм внезапно обнаруживает, что ему подсушили какой-нибудь цикламат или аспартам. Не последнюю роль здесь играет и психологический момент — раз продукт «легкий», значит, его можно съесть в 2–3 раза больше без угрызений совести (и без чувства насыщения).

Еще одна негативная сторона увлечения исключительно обезжиренными продуктами — авитаминоз, ведь некоторые жизненно важные витамины (А, D, Е и К) являются жирорастворимыми. Кальций из обезжиренных молочных продуктов также не усваивается.

Кстати, о «полезном» и «диетическом»: один стаканчик магазинного йогурта — не важно, какой марки и с какими наполнителями — содержит примерно три ложки сахара. А еще стабилизаторы, загустители, антиокислители и ароматизаторы. Особенно опасны йогурты «с кусочками живых фруктов» — для пущей сохранности эти самые фрукты, которые даже как-то язык не поворачивается назвать «живыми», подвергаются стерилизации путем радиоактивного излучения. Мифы же и легенды о чудо-бактериях, которые преспокойно живут в йогуртах по полгода и, будучи все-таки съеденными, минуют кислую среду желудка, добираются до кишечника, где начинают активно помогать местной микрофлоре, — не более чем успешный рекламный ход. Бесспорно, йогурты с полезными бактериями существуют, и их даже можно найти в дорогих магазинах (а еще лучше — сделать дома самим), но их срок хранения не будет превышать трех дней.

Примерно 900 лет назад персидский поэт Омар Хайям, обретший бессмертие как автор глубокомысленных статусов в соцсетях, провозгласил одним из главных жизненных правил следующую заповедь: «Ты лучше голодай, чем что попало есть». Увы, сегодня слишком много продуктов можно отнести в эту графу «что попало». Но и человеческий организм не так прост — велики шансы, что, привыкший большую часть времени питаться относительно «правильными» блюдами, изредка попавшую в него «отраву» он выведет самостоятельно и без вреда для здоровья. Дело за малым — приучить себя к простой и полезной еде, и тогда «враг не пройдет».

Подготовила В. МАТВЕЕВА.

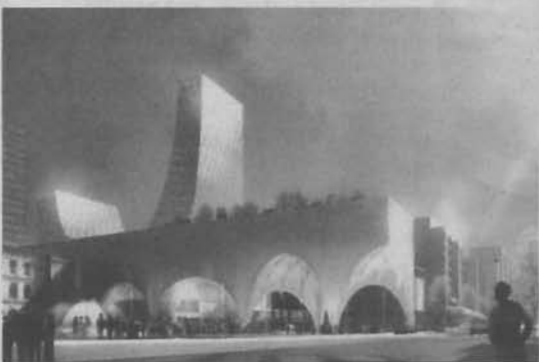
Статья и фото взяты с сайта <http://www.ecolife.ru/infos/news3/17856/>.

ИНТЕРЕСНАЯ СИБИРЬ

«Умный вокзал»

В сентябре в Кузбассе откроется первый в России «умный вокзал».

Именно в этот период после капитального ремонта в Новокузнецке будет открыт железнодорожный вокзал дальнего следования пропускной способностью 2 тыс. человек в сутки. «Это будет так называемый «умный вокзал», таких в России ещё нет», — отметил первый заместитель губернатора В.П. Мазикин. С единого диспетчерского пункта будет осуществляться управление всеми системами жизнеобеспечения: отоплением, вентиляцией, противопожарной безопасностью. Для удобства пассажиров прибытие и отправление всех пассажирских поездов будет осуществляться с первого пути. Особо важно, что новый вокзал будет доступным для людей с ограниченными возможностями здоровья. Здесь предусмотрены распашные двери, пандусы, поручни, специальный лифт, с помощью которого можно подняться из здания вокзала прямо на посадочную платформу, а также специальная тактильная пешеходная полоса для слабовидящих, которая будет установлена и на самом вокзале, и на перроне. По словам В.П. Мазикина, такая полоса — ноу-хау Кузбасса. Также при новом вокзале будет построена гостиница на 100 мест для транзитных пассажиров.



Один час — и шарф готов

Двухметровый шарф крючком связала Елена Алексеева на чемпионате мастеров-вязальщиц в Ленинск-Кузнецком районе.



В музее истории крестьянского быта села Красного прошел первый чемпионат мастеров-вязальщиц, приуроченный к Году мастера года человека в Кузбассе. Участники соревнуются за победу в номинациях «Вязаная игрушка», «Мой теплый мир», «Вязаная бижутерия», «Уютный дом», а также в вязании шарфа на скорость. Своё умение в вязании крючком и на спицах продемонстрировали 42 мастерицы из Краснинского, Шабановского, Горняцкого и Подгорновского сельских поселений района. Жительница села Подгорного Елена Алексеева связала шарф длиной 2,2 метра крючком за 1 час — пока это лучший результат чемпионата. В вязании на спицах лидирует Галина Шевцова из поселка Восходящий, она связала шарф длиной 49 см. Следующая точка маршрута чемпионата — Дранчинское сельское поселение. Здесь состязания вязальщиц прошли 23 августа, затем соревнования состоялись в Демьяновском и Чкаловском поселениях. Завершился чемпионат 31 августа в Чусовитинском сельском поселении. Как рассказали в местной администрации, в рамках мероприятия проходят презентации выставок-ярмарок творческих работ умельцев района.

Замочек на счастье

В Крапивинском у здания поселковой администрации появилась скамейка влюбленных.

Это подарок жителям поселка от молодоженов Ольги и Андрея Ворожичевых. Как говорят молодые люди, изготовление скамейки — это их первое совместное дело. Идея принадлежала обоим, а вот воплощал ее в жизнь Андрей. Сама скамья кованая. Её особенность в том, что сиденье поделено на две части, находящиеся под углом друг к другу. Благодаря чему сидящие на скамейке обязательно окажутся в объятиях друг друга. А спинка представляет собой множество ювелирных сердец со стрелой. Здесь же закреплена табличка с пожеланиями от семьи Ворожичевых.

У скамьи есть свое предназначение: теперь молодожены района после своего бракосочетания могут везти на ее спинку металлический замочек. Такая традиция существует в России уже давно, но обычно семейные пары вешают замок на перила мостов, а ключ выбрасывают в воду.

Первый замочек появился на скамейке влюбленных в минувшую субботу. Его повесили сами Ольга и Андрей сразу после своего бракосочетания. Молодожены будут приходить на это место в день своей свадьбы, чтобы отпраздновать здесь свой маленький семейный праздник.

Привет из железного века

Артефакты раннего железного века обнаружены в Кузбассе.

Археологические находки огромной культурно-исторической значимости найдены в ходе экспедиции в Яшкинском районе недалеко от музея-заповедника «Томская писаница».

Раскопки вели ученые Института экологии человека Кемеровского научного центра Сибирского отделения РАН, Томского государственного педагогического университета и музея-заповедника «Томская писаница». Экспедиция длилась с 5 по 25 августа 2013 года. Исследователям посчастливилось обнаружить целый комплекс уникальных артефактов возрастом 4 тыс. лет, а также погребение кулайской культуры, датированное ранним железным веком.

«Общая площадь раскопа составила около 110 кв. метров», — рассказали специалисты музея-заповедника «Томская писаница». — Получен комплекс артефактов крохотливой культуры, отнесимой исследователями к эпохе ранней — началу развитой бронзы (начало III тысячелетия до нашей эры). Помимо этого впервые в кузбасском Притомье был обнаружен погребальный комплекс кулайской культуры раннего железного века (последняя треть I тысячелетия до нашей эры).

Отметим, что кулайская культура была распространена на территории Западной Сибири. Этот практический неизвестный народ стал известен благодаря искусству бронзового литья. Теперь с артефактами раннего железного века смогут ознакомиться все желающие — они будут выставлены в музее-заповеднике «Томская писаница».



Задача для алиментщика

«Задача: Маша Петрова идет в 3-й класс. Форма для Маши стоит 3000 рублей, учебники — 2000 рублей, рюкзак, тетради, карандаши, краски и все остальные принадлежности — 4000 рублей, спортивная обувь и форма — 3000 рублей. Дополнительное условие — родители Маши в разводе, папа не платит алименты. Вопрос: сколько нужно денег, чтобы Маша смогла 1 сентября пойти в школу? Сможет ли мама Маши одна купить все необходимое для учебы?» — такую задачу предлагают решить судебные приставы должникам по алиментам.

В рамках областной акции «Помогите справиться в школу» кузбасские судебные приставы решили не только оказать благотворительную помощь нуждающимся детям, но и повлиять на должников по алиментам, чтобы они вспомнили о своих сыновьях и дочерях. Для этого судебные приставы и придумали несложную, оригинальную задачу, которую предложили решить алиментщикам. Сотрудники ведомства вручают листовки с задачей нерадивым родителям в ходе очередных рейдов, а также распространяют на улицах кузбасских городов.

Судебные приставы регулярно участвуют в благотворительных мероприятиях и дарят детям из детских домов и малообеспеченных семей подарки, общение и радость жизни. В этот раз было решено показать должникам по алиментам, что собрать ребенка в школу — это большие затраты. Мы хотим, чтобы должники осознали, что платят алименты не бывшим женам, а своим детям, а дети бывшими не бывают, — сказала заместитель руководителя УФССП России по Кемеровской области Любовь Суворова.

Пятница, 13 сентября



04.00 Телеканал «Доброе утро»
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 обеда!» (0+)
11.50 «Доброго здоровья!» (12+)
12.40 «Истина где-то рядом» (16+)
13.00 «Другие новости»
13.25 Т/с «Домработница» (16+)
14.00 «Новости»
14.15 «Самый лучший муж» (16+)
15.10 «За и против» (16+)
16.00 «Жди меня» (0+)
17.00 «Вечерние новости»
17.45 «Человек и закон» (16+)
18.50 «Поле чудес» (0+)
20.00 «Время»
20.30 «Голос» (12+)
22.40 «Вечерний Ургант» (16+)
23.35 Т/с «Под куполом» (16+)
00.25 Х/ф «Приговор» (16+)
02.30 Х/ф «Джек-медвежонок» (16+)
04.25 «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»

07.55 «Мусульмане» (0+)
08.05 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагин и партнеры» (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»
13.15 «Дневник Сочи 2014» (0+)
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 «Дежурная часть»
14.00 Т/с «Тайны института благородных девиц» (0+)
15.00 Т/с «Земский доктор» (12+)
16.00 «Вести»
16.10 «Вести-Кузбасс»
16.30 Т/с «Земский доктор» (12+)
17.30 «Прямой эфир» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.50 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.00 «Хит» (0+)
21.10 Х/ф «Лесное озеро» (12+)
23.05 Х/ф «Эгоист» (12+)



06.00 «НТВ утром»
08.35 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 «Ты не поверишь!» (16+)
20.30 «Хочу V ВИА ГРУ!» (16+)
22.40 Т/с «Карпов» (16+)
23.45 «Егор 360» (16+)
00.15 Т/с «Карпов» (16+)
01.10 Х/ф «Черничный пирог» (16+)
02.50 Т/с «Висяки» (16+)
04.40 Т/с «Час Волкова» (16+)



7.00 «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+)
08.25 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11.30 Х/ф «Час пик-3» (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+)
15.30 «Универ» Ситком (16+)
18.00 «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 «Comedy Woman» (16+)
21.00 «Комеди Клуб в Юрмале» (16+)
22.00 «Comedy Баттл. Без границ» (16+)
23.00 «ХБ» (18+)
23.30 «Дом-2» (16+)
01.00 Т/с «Моиими глазами» (16+)
01.25 Х/ф «Солдат» (16+)
03.20 Т/с «Пригород» (16+)
03.50 Т/с «Тайные агенты» (16+)
04.40 «Школа ремонта» (12+)
05.45 «Саша + Маша» (16+)
06.05 М/с «Озорные анимашки» (12+)
06.30 «Юная лига справедливости» (12+)



06.00 «По закону» (16+)
07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «В эфире Белово» (16+)
07.12 «Метеоспутник» (0+)
07.15 Музыка (16+)
08.00 «Прогноз погоды» (0+)
08.02 «В эфире Белово» (16+)
08.12 «Метеоспутник» (0+)
08.15 Музыка (16+)
08.30 Т/с «Следаки» (16+)
09.00 «Экстренный вызов» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Эликсир молодости» (16+)
11.00 «Секреты древних красавиц» (16+)
12.00 «Какие люди!» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)

13.30 «Прогноз погоды» (0+)
13.31 «В эфире Белово» (16+)
13.41 «Метеоспутник» (0+)
13.45 Музыка (16+)
14.00 «Званый ужин» (16+)
15.00 «Засуди меня» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Не ври мне!» (16+)
19.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Прогноз погоды» (0+)
20.02 «В эфире Белово» (16+)
20.12 «Метеоспутник» (0+)
20.15 «От чистого сердца» (16+)
20.30 «Тайны мира» (16+)
21.30 «Странное дело» (16+)
22.30 «Секретные территории» (16+)
23.30 «Смотреть всем!» (16+)
01.00 Х/ф «Четыре комнаты» (16+)
02.45 Х/ф «Побег из Вегаса» (16+)
04.45 Х/ф «Четыре комнаты» (16+)



06.30 «Удачное утро» (0+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Погода за окном» (0+)
07.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.20 «Музыка» (16+)
07.30 «Дачные истории» (0+)
08.00 «Полное утро» (0+)
08.40 «Одна за всех» (16+)
08.50 «Дело Астахова» (16+)
09.50 Т/с «Галина» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)

18.16 «Погода за окном» (0+)
18.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.20 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 «Одна за всех» (16+)
19.00 Т/с «Маша в законе!» (16+)
23.00 «Погода» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.16 «Погода за окном» (0+)
23.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.20 «Музыка» (16+)
23.30 Х/ф «Последний шанс Харви» (16+)
01.20 Т/с «Врачебная тайна» (16+)
02.20 Т/с «Горец» (16+)
03.15 «Дело Астахова» (16+)
04.15 Х/ф «Сказка, рассказанная ночью» (6+)
05.35 Д/ф «Звездные истории» (16+)
06.00 Х/ф «Наш домашний магазин» (16+)
06.25 Музыка (16+)



05.00 «Настроение»
07.30 Х/ф «Меня это не касается...» (12+)
09.20 Д/ф «Михаил Танич. Еще раз про любовь» (12+)
10.10 «Петровка, 38» (16+)
10.30 «События»
10.50 «Дом вверх дном» (12+)
11.55 Т/с «Метод Лавровой» (12+)
12.55 «Понять. Простить» (16+)
13.30 «События»

13.50 «Город новостей»
14.15 Х/ф «Над Тиссой» (12+)
15.50 «Тайны нашего кино» (12+)
16.30 «События»
16.50 «Спешите видеть!» (12+)
17.25 «Право голоса» (16+)
18.30 «Город новостей»
18.45 Х/ф «Предлагаемые обстоятельства. Игра в убийство» (16+)
21.00 «События»
21.20 «Приют комедиантов» (12+)
23.15 Т/с «Мыслить как преступник» (16+)
00.05 «Петровка, 38» (16+)
00.20 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (12+)
03.15 «Осторожно, мошенники!» (16+)
03.50 Д/ф «Китай - Япония: столетняя война» (12+)



07.00 «Сейчас»
07.10 «Момент истины» (16+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.35 «День ангела» (0+)
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Щит и меч» (12+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Щит и меч» (12+)
16.30 «Сейчас»
17.00 Т/с «Щит и меч» (12+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 «Правда жизни» (16+)
20.30 Т/с «След» (16+)
02.40 Т/с «Щит и меч» (12+)

Суббота, 14 сентября



05.00 «Новости»
05.10 Х/ф «Старшая сестра» (0+)
07.20 М/ф «Джейк и пираты Нептунии» (0+)
07.45 М/с «Смешарики. Новые приключения» (0+)
08.00 «Играй, гармонь любимая!» (0+)
08.45 «Слово пастыря» (0+)
09.00 «Новости»
09.15 «Смак» (12+)
09.55 «Татьяна Дороница. Не люблю кино» (12+)
11.00 «Новости»
11.15 «Идеальный ремонт» (0+)
12.10 Х/ф «Три тополя на Плющихе» (12+)
13.40 «Свадебный переполох» (12+)
14.40 «Голос. За кадром» (12+)
15.45 «Куб» (12+)
17.00 «Вечерние новости»
17.15 «Угадай мелодию» (0+)
17.45 «Кто хочет стать миллионером?» (0+)
18.45 «Минута славы. Дорога на Олимп!» (12+)
20.00 «Время»
20.20 «Сегодня вечером» (16+)
22.00 «Успеть до полуночи» (16+)
22.50 Х/ф «Любовь живет три года» (16+)
00.45 Х/ф «Сумасшедшее сердце» (16+)
02.50 «Контрольная закупка» (0+)



03.50 Х/ф «Одна на миллион» (12+)
05.35 «Сельское утро» (0+)
06.05 «Диалоги о животных» (0+)
07.00 «Вести»
07.10 «Вести-Кузбасс»
07.20 «Планета собак» (0+)
08.20 «Субботник» (0+)
09.10 «Урожайные грядки» (0+)
09.30 «Полит-чай» (0+)
09.50 «Территория здоровья» (0+)
10.00 «Вести»
10.10 «Вести-Кузбасс»
10.20 «Дежурная часть»
10.55 «Честный детектив» (16+)
11.25 «Военная программа» (0+)
11.55 «Танковый биатлон» (0+)
13.00 «Вести»
13.20 «Вести-Кузбасс»
13.30 «Субботний вечер» (0+)
15.15 «Танцы со звездами» (0+)
19.00 «Вести» в субботу
19.45 Х/ф «Поговори со мною о любви» (12+)
23.30 Х/ф «Улыбнись, когда плачут звезды» (12+)



05.40 Т/с «Дорожный патруль» (16+)
07.25 «Смотр» (0+)
08.00 «Сегодня»
08.15 Лотерея «Золотой ключ» (0+)

08.45 «Их нравы» (0+)
09.25 «Готовим с Алексеем Зиминим» (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Главная дорога» (16+)
10.55 «Кулинарный поединок» (0+)
12.00 «Квартирный вопрос» (0+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Следствие вели...» (16+)
14.20 «Очная ставка» (16+)
15.20 Х/ф «Кодекс чести» (16+)
17.20 «Из песни слов не выкинешь!» (12+)
18.25 «ЧП. Обзор»
19.00 «Центральное телевидение» (16+)
19.50 «Суббота. Вечер. Шоу» (16+)
21.45 Х/ф «Билет на Вегас» (16+)
23.30 Х/ф «Афродиты» (16+)
01.25 «Дачное дело» (12+)
02.25 «Авиаторы» (12+)
02.55 «Дикий мир» (0+)
03.15 Т/с «Висяки» (16+)
05.10 Т/с «Час Волкова» (16+)



07.00 «Счастливы вместе» Комедия (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+)
09.50 «Гороскоп» (16+)

10.00 «Два с половиной повара» (12+)
10.30 «Про декор» (12+)
11.00 «Школа ремонта» (12+)
12.00 «Дурушек.net» (16+)
12.30 «СашаТаня» (16+)
14.00 «Comedy Woman» (16+)
15.00 «Комеди Клуб» (16+)
16.00 «Comedy Баттл. Без границ» (16+)
17.00 «Желаю счастья!» (16+)
18.18 «Метеоинформ» (0+)
18.22 «Гороскоп» (16+)
18.26 «Все обо всем» (16+)
18.28 «Прогноз погоды» (0+)
18.30 «Интерны» Ситком (16+)
19.30 «Прогноз погоды» (0+)
19.31 «Желаю счастья!» (16+)
19.57 «Все обо всем» (16+)
20.00 Большое кино по субботам: «Падение Олимпа» (16+)
22.30 «Страна в Shore» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 Х/ф «Без компромиссов» (18+)
02.25 «Дом-2. Город любви» (16+)
03.20 «Школа ремонта» (12+)
04.20 «Необъяснимо, но факт» (16+)
05.20 «Счастливы вместе» Комедия (16+)
05.50 «Саша + Маша» (16+)
06.05 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)



06.00 Х/ф «Четыре комнаты» (16+)
06.30 Т/с «Холостяки» (16+)

10.15 «100 процентов» (12+)
10.45 «Чистая работа» (12+)
11.30 «Территория заблуждений» (16+)
13.30 «Прогноз погоды» (0+)
13.31 «В эфире Белово» (16+)
13.41 «Метеоспутник» (0+)
13.45 Музыка (16+)
14.00 «Военная тайна» (16+)
16.00 «Странное дело» (16+)
17.00 «Секретные территории» (16+)
18.00 «Тайны мира» (16+)
19.00 «Представьте себе» (16+)
20.00 «Неделя» (16+)
21.00 Х/ф «Три богатыря на Дальних берегах» (6+)
22.30 Х/ф «Алеша Попович и Тугарин Змей» (6+)
00.00 Х/ф «Илья Муромец и Соловей-разбойник» (6+)
01.40 Х/ф «Карлик Нос» (6+)
03.15 Х/ф «Щелкунчик и крысиный король» (6+)
05.10 Х/ф «Носферату. Ужас ночи» (16+)



06.30 Д/ф «Такая красивая любовь» (16+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.16 «Погода за окном» (0+)
07.18 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.20 «Музыка» (16+)
07.30 «Друзья по кухне» (12+)
08.00 «Полное утро» (0+)
08.30 Х/ф «Гардемарины, вперед!» (12+)

14.15 «Тайны еды» (0+)
14.30 «Свадебное платье» (12+)
15.00 «Спросите повара» (0+)
16.00 Д/ф «Своя правда» (16+)
17.00 «Давай оденемся!» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.03 «Ваши поздравления!» (16+)
18.50 «Одна за всех» (16+)
19.00 Т/с «Великолепный век» (12+)
20.55 Х/ф «Тихая семейная жизнь» (16+)
22.50 «Одна за всех» (16+)
23.00 «Погода за окном» (0+)
23.03 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.05 «Музыка» (16+)
23.10 «Одна за всех» (16+)
23.30 Х/ф «Принцесса де Монпансье» (16+)
02.05 «Давай оденемся!» (16+)
03.05 Т/с «Горец» (16+)
04.00 «Спросите повара» (0+)
05.00 Д/ф «Своя правда» (16+)
06.00 Х/ф «Наш домашний магазин» (16+)
06.25 Музыка (16+)



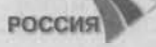
04.45 Марш-бросок (12+)
05.15 М/ф «Обезьянка и грабители», «Веселый цыпленок»
05.35 «АБВГ Дейка»
06.05 Т/с «Энциклопедия кошек» (12+)
06.50 Х/ф «Над Тиссой» (12+)
08.35 «Православная энциклопедия» (6+)

09.05 Х/ф «Волшебная лампа Аладдина» (6+)
10.30 «События»
10.45 «Петровка, 38» (16+)
10.55 «Тайны нашего кино» (12+)
11.30 Х/ф «Гусарская баллада» (0+)
13.25 Х/ф «Анжелика - маркиза ангелов» (16+)
15.40 Х/ф «Привет от «катушки»» (12+)
16.30 «События»
16.45 Х/ф «Привет от «катушки»» (12+)
20.00 «Постскриптум»
21.00 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (12+)
23.00 «События»
23.20 «Временно доступен» (12+)
00.25 Х/ф «Настоятель» (16+)
02.15 Д/ф «Лекарство от старости» (12+)
03.55 «Линия защиты» (16+)



06.55 Т/с «Щит и меч» (12+)
08.00 Мультфильмы (0+)
10.35 «День ангела» (0+)
11.00 «Сейчас»
11.10 Т/с «След» (16+)
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Убойная сила» (16+)
00.55 Х/ф «Фанат» (16+)
02.35 Х/ф «Труффальдино из Бергамо» (12+)
05.15 Х/ф «Старик Хоттабыч» (6+)

Воскресенье, 15 сентября



03.25 X/ф «Звезда пленительного счастья» (0+)
05.00 «Новости»
05.10 X/ф «Звезда пленительного счастья» (0+)
06.40 «Служу Отчизне!» (0+)
07.15 M/ф «Аладдин» (0+)
07.40 M/с «Смешарики. Пинкод» (0+)
07.55 «Здоровье» (16+)
09.00 «Новости»
09.15 «Непутевые заметки» (12+)
09.35 «Пока все дома» (0+)
10.25 «Фазенда»
11.00 «Новости»
11.15 X/ф «Приходите завтра...» (0+)
13.10 X/ф «Крепкий орешек-2» (16+)
15.25 «Достояние Республики: Михаил Танич» (0+)
17.00 «Ледниковый период» (0+)
20.00 Воскресное «Время»
21.00 X/ф «Неудержимые 2» (16+)
22.50 Концерт «Би-2» (0+)
00.25 X/ф «Выдуманная жизнь Эбботов» (16+)
02.25 T/с «Замороженная планета» (12+)
03.20 «Контрольная закупка» (0+)

04.20 X/ф «Возврата нет» (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 «Городок» (0+)
10.45 «Мой папа - мастер» (0+)
11.15 X/ф «Мамочка моя» (12+)
13.00 «Вести»
13.20 «Вести-Кузбасс»
13.30 X/ф «Мамочка моя» (12+)
15.25 «Смеяться разрешается» (0+)
17.20 «Наш выход!» (0+)
19.00 «Вести недели»
20.30 X/ф «Чего хотят мужчины» (12+)
22.30 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
00.20 X/ф «Допустимые жертвы» (16+)
06.00 T/с «Дорожный патруль» (16+)
08.00 «Сегодня»

08.15 «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 X/ф «Антиснайпер» (16+)
15.20 «Своя игра» (0+)
16.10 «Бывает же такое!» (16+)
16.25 «Враги народа» (16+)
17.20 «Из песни слов не выкинешь!» (12+)
18.25 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.50 X/ф «Двойной блюз» (16+)
23.40 «Луч света» (16+)
00.15 «Школа злословия» (16+)
01.00 Согаз - чемпионат России по футболу 2013 г. / 2014 г.
03.10 T/с «Висяки» (16+)
05.00 T/с «Час Волкова» (16+)



07.00 «Счастливы вместе» (16+)
07.35 M/с «Слагтерра» (12+)
08.00 «Первая национальная лотерея» (16+)
08.20 «Прогноз погоды» (0+)
08.22 «Все обо всем» (16+)
08.24 «Гороскоп» (16+)
08.28 «Метеоинформ» (0+)
08.31 «Все обо всем» (16+)
08.33 «Музыка на TNT» (16+)

08.50 «Спортлото 5 из 49» (16+)
08.55 «Спортлото +» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
10.00 «Два с половиной повара» (12+)
10.30 «Фитнес» (12+)
11.00 «Школа ремонта» (12+)
12.00 «Желаю счастья!» (16+)
12.48 «Метеоинформ» (0+)
12.52 «Гороскоп» (16+)
12.56 «Все обо всем» (16+)
12.58 «Прогноз погоды» (0+)
13.00 «Перезагрузка» (16+)
14.00 «Страна в Шопе» (16+)
14.25 X/ф «Падение Олимпа» (16+)
17.00 X/ф «Рэмбо-4» (16+)
18.30 «Комеди Клуб» (16+)
19.30 «Прогноз погоды» (0+)
19.31 «Желаю счастья!» (16+)
19.57 «Все обо всем» (16+)
20.00 «Экстрасенсы» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 X/ф «Майкл» (16+)
02.35 «Дом-2» (16+)
03.35 «Школа ремонта» (12+)
04.30 «Необъяснимо, но факт» (16+)
05.30 «Счастливы вместе» (16+)
06.00 M/с «Пингвины из Мадагаскара» (12+)
06.20 «Про декор» (12+)



06.00 X/ф «Носферату. Ужас ночи» (16+)

06.50 X/ф «Маманогорой» (16+)
08.30 X/ф «Мама не горюй-2» (16+)
10.30 X/ф «Хоттабыч» (16+)
12.30 X/ф «Щелкунчик и крысиный король» (6+)
14.20 X/ф «Карлик нос» (6+)
16.00 X/ф «Три богатыря на Дальних берегах» (6+)
17.20 X/ф «Алеша Попович и Тугарин змей» (6+)
18.50 X/ф «Илья Муромец и Соловей-разбойник» (6+)
20.20 X/ф «Васаби» (16+)
22.10 X/ф «Добро пожаловать в рай!» (16+)
00.15 «Репортерские истории» (16+)
00.45 «Неделя» (16+)
01.50 «Смотреть всем!» (16+)
03.20 X/ф «Ларго Винч-2» (16+)



06.30 Д/ф «Такая красивая любовь» (16+)
07.00 «Погода» (0+)
07.01 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.03 «Музыка» (16+)
07.30 «Друзья по кухне» (12+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 X/ф «Формула любви» (12+)
10.15 «Сладкие истории» (0+)
10.30 T/с «Графиня Де Монсоро» (12+)

18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.03 «Ваши поздравления!» (16+)
18.50 «Одна за всех» (16+)
19.00 X/ф «Дублерша» (16+)
22.40 «Одна за всех» (16+)
23.00 «Погода за окном» (0+)
23.03 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.05 «Музыка» (16+)
22.10 «Одна за всех» (16+)
23.30 X/ф «Все ради нее» (18+)
01.20 X/ф «Три брата» (16+)
04.00 X/ф «Алый камень» (12+)
05.30 «Друзья по кухне» (12+)
06.00 X/ф «Наш домашний магазин» (16+)
06.25 Музыка» (16+)



04.30 X/ф «Волшебная лампа Аладдина» (6+)
05.50 M/ф «Баранкин, будь человеком!»
06.15 T/с «Энциклопедия кошек» (12+)
06.55 «Фактор жизни» (6+)
07.35 X/ф «Женатый холостяк» (12+)
09.20 «Барышня и кулинар» (6+)
09.55 «Хвост кометы» (12+)
10.30 «События»
10.45 X/ф «Кубанские казаки»



12.55 «Смех с доставкой на дом» (12+)
13.20 «Приглашает Борис Ноткин» (12+)
13.50 «Московская неделя»
14.20 T/с «Мисс Марпл Агаты Кристи» (12+)
16.20 X/ф «Красавчик» (16+)
20.00 «В центре событий» (16+)
21.00 T/с «Инспектор Льюис» (12+)
22.55 «События»
23.15 X/ф «Анжелика - маркиза ангелов» (16+)
01.30 X/ф «Мы, двое мужчин» (12+)
03.15 «Без обмана»
04.10 T/с «Энциклопедия кошек» (12+)

07.00 X/ф «Старая, старая сказка» (6+)
08.35 Мультфильмы (0+)
11.00 «Сейчас»
11.10 «Истории из будущего» (0+)
12.00 T/с «Детективы» (16+)
18.00 «Место происшествия. О главном»
19.00 «Главное»
20.00 T/с «Убойная сила» (16+)
00.55 X/ф «Фанат-2» (16+)
02.40 X/ф «Приключения принца Флоризеля» (12+)

Официально

Реклама, объявления

На должность – по конкурсу

В соответствии со статьей 17 Федерального закона от 02.03.2007 № 25-ФЗ «О муниципальной службе в Российской Федерации» администрация Ленинск-Кузнецкого городского округа объявляет конкурс на замещение вакантной старшей должности муниципальной службы, учреждаемой для обеспечения исполнения полномочий администрации Ленинск-Кузнецкого городского округа, главного специалиста отдела административной работы.

Требования, предъявляемые к претендентам:

наличие высшего профессионального образования;
навыки работы на компьютере, необходимые для исполнения должностных обязанностей.

Предъявляемые документы:
личное заявление на имя главы города;

собственноручно заполненная и подписанная анкета установленного образца с фотографией;

копия документа об образовании (с вкладышем), заверенная нотариально;

копия паспорта;
копия трудовой книжки;
медицинское заключение о состоянии здоровья;

страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования;
свидетельство о постановке физического лица на учет в налоговом органе по месту жительства на территории Российской Федерации;

справка налоговой инспекции о том, что гражданин не зарегистрирован в качестве предпринимателя;

справка МОВД;
сведения о доходах, об имуществе и обязательствах имущественного характера.

Срок приема документов – 20 дней со дня опубликования настоящего объявления по адресу: 652500, город Ленинск-Кузнецкий, пр. Кирова, д. 56, кабинет № 203 (отдел кадров). Справки по телефону 3-02-38.

КУМИ СООБЩАЕТ

Внимание! Комитет по управлению муниципальным имуществом Ленинск-Кузнецкого городского округа информирует:

Администрация Ленинск-Кузнецкого городского округа предлагает аренду земельного участка:

- для строительства индивидуального жилого дома, расположенного по адресу: г. Ленинск-Кузнецкий, ул. Декабристов, 24, площадью 0,0649 га, имеющего кадастровый номер

42:26:0301002:4446.

Заявления по данному участку принимаются в течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу: г. Ленинск-Кузнецкий, пр. Кирова, 55 (комитет по управлению муниципальным имуществом), каб. 3, телефон для справок: 5-36-17.

ТРАВЫ ГОРНОГО АЛТАЯ Для вашего здоровья

14 сентября (суббота)
с 10 до 12 часов

в редакции газеты «Ленинск-ТВ»
по адресу: ул. Пушкина, 4.

ТРАВЫ: гриб рейши

(трутовик лакированный)

30 г – 250 р. (ослабленный

иммунитет, грибковые,

вирусные, бактериальные

инфекции, доброкачественные

и злокачественные

опухоли, узловой зоб,

мастопатия, заболевания

легких, сердечно-сосудистой,

нервной систем,

печени); **красный, золотой,**

мацутки (пеллея)

корень, красная щетка,

аконит (борец), болиголов – 180 р., софора японская,

сабельник, боровая матка, каштан конский,

диоскорея кавказская,

цетрария и др. Лапчатка белая 10 г. – 200 р. (курс

– 40 г) - лечение: щитовидной

железы. **Микрозник (10 г) – 150 р.** - очищает

организм на клеточном

уровне, нормализует обмен

веществ, снижает вес. **Живичка кедровая (50 мл) – 200 р.**

Гельмцид – 150 р. – 50 капс. (курс – 2 уп)

- лечение описторхоза,

лямблиоза, аскаридоза,

хр. холецистита, гепатита,

дискинезии желчевыводящих

путей.

Тиофан – 800 р. (20

свечей), 850 р. (30 капсул)

- доброкачественные новообразования

(аденомы, липомы, фибромы,

кисты, папилломы),

злокачественные опухоли, эндокринные нарушения, бронхиты, туберкулез, сахарный диабет, гепатит и др.

АСД-2 (фракция) – 250 р. - онкозаболевания,

заболевания легких (туберкулез), бронхов, почек,

печени, гинекология, аллергия, псориаз и др.

Берегиня – 400 р. - мастопатия, миомы, эндометриоз,

бесплодие. **Бальзам «Дар женщине» - 200 р., прокладки на травы – 170 р.**

Берег – 400 р. - замедляет рост раковых

клеток (онкозаболевания),

снижает побочные явления

после химиотерапии, облучения.

Гинкго Билоба – 180 р. -

нарушение мозгового кровообращения,

шум в голове, улучшает слух,

зрение, память. **Нициферол – 600 р., тюлений жир – 600 р.**

- сердечно-сосудистые

(атеросклероз, ишемия,

гипертония, аритмия), сахарный

диабет, гепатиты, цирроз

печени, аллергии, заболевания

бронхов, легких, суставы,

снижает уровень холестерина.

Капли для глаз (экстракт алоэ по Филатову – 600 р., Хрусталин-500 р.), бальзам «Соколиный глаз» - 200 р. - при

снижении остроты зрения,

диабетической ретинопатии,

миопии, дистрофии сетчатки, катаракте, патологии зрительного нерва, первичной глаукоме.

Бальзамы: «Медведь», «Богатырская сила» - 200 р., кровь из пантов марала (Пантогематоген) – 380 р. - для повышения

потенции и мужской силы,

аденоме, простатите, умственной и физической

усталости, при заболеваниях

крови, анемии.

Каменное масло (белое мумие) 3 г – 250 р., мумие (3 г таб.) – 20 р., барсучий,

медвежий жир (200 мл) – 380 р., (120 капс.) – 160 р.

«Мазь жизни» (суставы, варикоз, травмы, ушибы,

ожоги, раны) 150 мл – 250 р.

Пояс: «Вулкан» - 380 р. - для

снижения веса, при болях в спине, гриппе.

Свечи с прополисом, облепихой, экстрактами

трав «АДОНИС» (10 шт) – 600 р. - для

лечения геморроя, парапроктита,

проктосигмоидита, язв и трещин

заднего прохода. Простатит и

снижение половой потенции.

Эрозии, кольпиты и др. гинекологические

заболевания.

Св-во №0219436

Респ.Алтай

Тел. для справок 8-906-939-77-42

Не является лекарством.

Имеются противопоказания.

Ознакомьтесь с инструкцией

по применению или проконсультируйтесь со

специалистом.

СКАНВОРД

Кровная связь	Глубина погруже- ния суд- на в воду	Единица силы	Забас- товка	Водо- росли на дне	Прохла- дильный на- питок	Полу- остров в Канаде	Авто- мобиль с оплатой по счётчику	Расте- ние- верхолаз	Дикий горный баран	Бульон ухи
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Деловой Лондон	→				Враща- ющийся цилиндр, вал	→	Люте- ранский храм	→		Средне- азиатские виды може- вельника
Фрукт на столе буржуа	→				Внутрен- нее, душевное состояние	→	Белое сладкое вещество	→		
Летний загород- ный дом	→				Лета- тельный аппарат	→			Настен- ный светиль- ник	
Бригада рыбаков		Чёрточка, хорошо знакомая всем радиостан- циям	→	Фут- больный клуб Испании	→		Выправка или статья	Южный тарантас	→	
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Атакую- щий в дзюдо	Копейка ... гонит	Мамаев гнёт	Плавучий фонтан в океане	→	Объект нападок Москвы	→	Поезд	→	9-я ступень гаммы	Буксир- ное судно
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Быстрый отход	→				Город и порт на севере Франции	→	Пере- кладина в курят- нике	→	Запад- ный пионер	Хищная птица
Мясной продукт	→	Приток Волги	→		Бумага на списание	→	Лечеб- ное учреж- дение	→	И ... в своем углу зорок	
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Вымеще- ние нако- пившейся злости	Услов- ленная встреча	→	Ползаю- щие погоби	→	Приток Енисея	→	Кустар- никовая ива	→	Духов- ный на- ставник	Специя для супа и венка
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Единица скирды	Город на востоке Туниса	→			Остров тела человека	Пивная в Англии	→	Искусно сделан- ный ящичек	→	Строе- ние для хранения зерна
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Сорт груш	Прибли- зительно 4,5 км.	→			Южный плодо- вый кустар- ник	→	Ядовитая жаба	Мрак	→	Крик при атаке
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Плавучий знак	→	Кружа- щиеся осадки	→	Смола от чертей	→	Умерен- ный свободо- люб	→	Город на севере Франции	→	Хвойное дерево
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
				Детская присыпка	→			Его Ве- личество Горск	→	

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В "ГОРОДСКОЙ ГАЗЕТЕ" ОТ 30 АВГУСТА

По горизонтали: Прототип. Ватман. Пудра. Модерато. Обжора. Лиса. Духи. Мавр. Трель. Шлагат. Ожирение. Акме. Воск. Змеевик. Перу. Вклад. Лотос. Кактус. Улыбка. Рога. Зябь. Клише. Браво. Полк. Осло. Арба. Трактир. Копи. Вес. Оборот. Скраб. Оран. Роли. Гриди. Звонок. Какао. Ряса. База.

По вертикали: Ореол. Поопо. Смоква. Дина. Сетубал. Отвес. Кроль. Отвага. Рама. Усы. Ребро. Утка. Атас. Баркас. Век. Одр. Ипподром. Акватория. Жезл. Лори. Вдох. Макси. Бронза. Арбитр. Еда. Стаж. Реле. Креп. Короб. Овен. Вето. Оборона. Гаер. Личи. Угол. Полос. Алье. Коса. Критика.

Посмеёмся вместе

Отправляют родители ребёнка в летний лагерь, получают первое СМС-сообщение:

В лагерь прибыл без приключений, нары выделили, приступаю к отбытию 21-дневного срока!

☺☺☺☺☺

- Пап, скажи, а кто такой финансовый гений?

- Это, сынок, такой человек, который зарабатывает больше, чем может потратить его жена...

☺☺☺☺☺

Плохо знать много шуток. Когда надо - не вспомнишь, когда рассказывают - не смешно.

☺☺☺☺☺

Говорят, что красота спасет мир. Вчера ехал в автобусе, смотрел на лица... Похоже, скоро будет война.

☺☺☺☺☺

Папа с сыном, играя в прятки. Папа:

- Ну, где ты? Где ты? Сдаюсь! Выходи! И откуда ты знаешь такие места, о которых я и не ведал прежде? Ну, сознавайся!

- Дядя рассказал...

- Какой дядя?

- Который к маме приходит, когда тебя нет...

☺☺☺☺☺

Сегодня в 3 ночи сосед в дверь позвонил... У меня от страха чуть дрель из рук не выпала!

☺☺☺☺☺

Девушка на улице, заикаясь, спрашивает у парня:

- С-с-скажите, сс-сс-сколько времмм-ммм-м?

Он молчит. Она спросила ещё раз - ноль реакции. Она обиделась и ушла. Женщина, стоявшая рядом:

- Почему вы не ответили? У вас же часы на руке!

- А з-з-зачем? Чтобы по-получить по мм-м-мморде?!

☺☺☺☺☺

Из дневника инопланетянина:

День 45. Прилетели американцы. За четыре часа взломали наш бункер. Угостили гамбургерами. Было вкусно. Не всем хватило. Зажарили американцев.

День 81. Прилетели японцы. С помощью нанотехнологий за два часа взломали наш бункер. Угостили суши. Было вкусно. Не всем хватило. Зажарили японцев.

День 153. Прилетели русские. С помощью лома и какой-то матери за две минуты взломали бункер. Раздали всем оплеух. Было невкусно, но хватило всем.

☺☺☺☺☺

Если ваш мужчина внезапно пошёл «налево» - главное, там с ним не встретиться.

☺☺☺☺☺

Дочь директора столовой с раннего детства знала, где будет проходить её свадьба.

☺☺☺☺☺

Учитель труда после шестой умки автоматически становится учителем пения.

☺☺☺☺☺

Реклама, объявления

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ

На военную службу по контракту в Центральный военный округ требуются граждане мужского пола в возрасте до 35 лет с образованием не ниже среднего (полного) общего. Денежное довольствие от 25 до 40 тысяч рублей плюс полный социальный пакет.

Телефоны:
8 (923) 533-40-70, 8 (3842) 34-08-48.
Сайт МО РФ mil.ru.

ЗДЕСЬ ВАМ ПОМОГУТ

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

Прием - с 9.00 до 14.00.

БРОСИТЬ КУРИТЬ - по записи.

В КОРРЕКЦИИ ВЕСА - по записи.

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

Лицензия 42-01-000493, выд. 07.06.2007.



ЗВЁЗДЫ ВАМ СОВЕТУЮТ

Гороскоп на следующую неделю (9 – 15 сентября)



ОВЕН

Наступает благоприятный период для творческой реализации и поиска единомышленников. Ваша коммуникабельность позволит изменить ситуацию к лучшему, а новые связи и знакомства положительно повлияют на ваше материальное положение. На работе начальство будет довольно вашей пунктуальностью и высоким профессиональным уровнем. Желательно не отказываться от новых деловых предложений, тогда у вас появится шанс обрести надежных партнеров на ближайшее будущее. Начинать накапливать жизненную энергию, наступает время решительных действий.



ЛЕВ

Понедельник – удачный день для деловых встреч и переговоров, постарайтесь не отказывать нуждающимся в вашей помощи, если для вас это не составит непосильного труда. Вы можете уверенно приступить к реализации новых проектов. В ваше распоряжение может поступить важная деловая информация. В четверг постарайтесь привести в порядок денежные дела, планируйте будущее. Общение с друзьями и единомышленниками обогатит вас новыми идеями и перспективами. Отношения с родственниками могут осложниться. Воскресенье лучше провести дома – в кругу семьи.



СТРЕЛЕЦ

Неделя обещает начаться с отличных новостей, которые откроют перед вами новые горизонты. Понедельник окажется добрым и гармоничным днем. В среду на работе и дома возможны мелкие конфликты, поэтому вам стоит быть предельно осторожными в словах и поступках. Контролируйте каждый шаг, иначе всплеск эмоций с последующими разборками практически неминуем. В четверг следует избегать поспешности в решениях и эмоциональности в общении, а также неприятных официальных встреч. Ближе к выходным следует вспомнить о друзьях.



ТЕЛЕЦ

Собранность и сосредоточенность позволят творить чудеса. Желательно регулировать объем нагрузки на работе. В понедельник, после напряженного рабочего дня, не стоит заниматься домашними делами и кропотливой работой, погрузившись в рутину, вы можете сорваться и устроить скандал. Во вторник невезение по мелочам спровоцирует раздражительность, постарайтесь избежать конфликтов. Среда позволит оставить многие проблемы в прошлом. В четверг постарайтесь оградить себя от бесполезных разговоров и ненужных контактов.



ДЕВА

От вашего настроения будет зависеть успешная реализация долгосрочных планов. Постарайтесь обогатить себя новой полезной информацией и знаниями. В первой половине недели события будут развиваться интенсивно и положительно – практически во всех областях вашей деятельности. Вторая половина недели окажется чуть сложнее, если вы не сумеете сдержать обещаний, данных партнерам. Постарайтесь избегать конфликтов на работе, особенно в середине недели. Нежелательно портить отношения с теми, кто не разделяет вашу точку зрения.



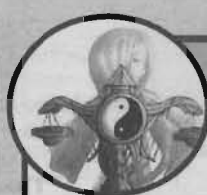
КОЗЕРОГ

Неделя для Козерогов может оказаться неоднозначной, а вашему начальству может не понравиться ваше своеволие и занятость личными делами в рабочие часы. В понедельник кое-кто может застать вас врасплох, зато вторник и среда принесут вам долгожданный успех. В четверг не стоит планировать важные переговоры, велики шансы, что вы на них опоздаете. К выходным в семье восстановится атмосфера любви, доверия и взаимопонимания. У вас появится свободное время для увеселительной поездки в компании друзей.



БЛИЗНЕЦЫ

У вас появится шанс реализовать свои мечты, так воспользуйтесь им по назначению! У вас нет заветной мечты? Придется срочно придумать! Наступает достаточно насыщенный событиями период. На работе накопится множество дел, которые потребуют вашего непосредственного участия. Вам понадобятся решительность и уверенность в своих силах и, главное, способность не останавливаться на половине пути. Ваши усилия на работе не останутся без адекватной реакции со стороны начальства, как минимум благодарность вам обеспечена.



ВЕСЫ

Весам необходимо избавиться от душевного хаоса, привести мысли и чувства в порядок. Аккуратно разберитесь, превратив сумятицу в стройную и гармоничную систему. Не раздавайте обещаний, они могут излишне обременить вас. Вам понадобится целеустремленность. Не принимайте близко к сердцу советы окружающих, в конце концов, вам лучше знать, как вам следует поступить. Без сожаления расставляйте с прошлым, будьте открыты новому. В четверг вероятно конструктивное решение ваших проблем при разговоре с начальством.



ВОДОЛЕЙ

На этой неделе Водолеи могут вздохнуть с облегчением – похоже, что все встает на свои места, и дела налаживаются. Будьте открыты к новым интересным предложениям, они могут изменить вашу жизнь. Возможно, вам предстоит нелегкий выбор. В понедельник, чем незаметней вы будете, тем лучше для вас. Вторник будет удачным для новых и важных дел, продуктивный день для творчества. В пятницу желательно не впутываться в авантюрные или сомнительные истории. Суббота – удачный день для поездки, путешествий, как близких, так и дальних.



РАК

Нормальное течение событий окажется нарушено неожиданностями, которые вполне можно было предугадать. Будьте наготове, но не предпринимайте активных действий, пока не разберетесь что к чему. Нежелательно связываться с какими-либо сомнительными проектами и рисковать финансовым благополучием. Излишняя самоуверенность может привести также к конфликтам с коллегами. Понедельник благоприятен для завершения старых дел и для новых интересных проектов. В среду нежелательны поездки, переговоры и работа с официальными документами.



СКОРПИОН

На этой неделе желательно соотносить свои обещания с возможностью их исполнения. Вероятно поступление неприятной информации о деловом партнере, которая внесет корректировки в ваши планы. Лучше сосредоточиться на работе, т.к. эта неделя – подготовка к решающему броску. Соберите все силы, наметьте план действий, договоритесь с союзниками. Вы без труда сможете заручиться необходимой поддержкой близких. К среде появится информация, которая расширит возможности вашей профессиональной деятельности.



РЫБЫ

Неделя предоставит Рыбам шанс на осознание и исправление ошибок, совершенных в недавнем прошлом. Признайтесь, что некоторые ваши решения бывают чересчур экстравагантными и не всегда продуманными. Постарайтесь смирить свою гордыню, прислушаться к требованиям руководства, и тогда дела пойдут на лад. Попробуйте вписываться во временные рамки, исключите опоздания. От вас может потребоваться оперативность в принятии решений. В субботу возможны разногласия в семье, их будет трудно уладить, но надо постараться.

СОВКОМБАНК

**ПОЛГОДА
НЕ БЕРЕМ
ПРОЦЕНТЫ
ПО КРЕДИТАМ***

пр-т Ленина, д. 6
ул. Пушкина, д. 80
пр-т Кирова, д. 87

ЗВОНОК ПО РОССИИ БЕСПЛАТНЫЙ
8 800 100 000 6
www.sovcombank.ru

*Денежный кредит «6 месяцев – бесплатно»: Срок 18 мес. Сумма 30 001 - 100 000 руб. Ставка 36% годовых. При отсутствии просроченных платежей по кредиту за 6 мес. до окончания срока действия кредитного договора Банк берет на себя ежемесячное погашение фактически начисленных % за последние 6 мес. Банк вправе отказать в предоставлении кредита без объяснения причин. Генеральная лицензия Банка России №963. ООО ИКБ «Совкомбанк». На правах рекламы.

МЫ СОШЛИ С УМА!

**11 сентября в ЦДК (пр.Кирова, 25)
с 10 до 18 часов
оптовая фирма «Кассиопея»
проводит ярмарку «День садовода»:**

- луковицы и корни многолетних цветов (новейшие сорта хосты – 150 р.), гиацинты, тюльпаны, нарциссы, лилии, крокусы (осенние, цветущие), астильбы, кохликумы, яблочки (императорские), циссы, мускари, оксалис, селазинелла, ирисы, каллы, лютики, анемоны, фрезии и др. (новая коллекция, осень 2013г.), декоративные кустарники,
- высокоурожайная клубника,
- плодово-ягодные кустарники и деревья зимостойкие, районированные сорта (груша, яблоня, слива, вишня, малина, крыжовник без шипов, смородина, жимолость, лещина, боярышник, рябина, ирга, калина, абрикос, виноград, айва и др.), сидераты и мн.др. (Питомник Миколовской, www.sadurata.com)



Внимание! Помогите найти человека!

Родственники разыскивают Балахонцеву Лидию Андреевну, 1937 года рождения. Проживает в поселке Бабаково. Невысокая, хрупкая, интеллигентного вида и приятной внешности. Особая примета – родинка на щеке. Могла быть одета в бордовый пиджак и

черную юбку либо спортивный костюм сине-красной расцветки.

Всех, кто видел Лидию Андреевну или что-то знает о ее месте нахождения, просят сообщить родственникам по телефону

8-913-319-6675.

800 «СибДорСельМаш»
ИЗГОТОВЛЕНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ
погрузчиков (КУН'ов)

- * ПКУ-0.8 для МГЗ, ЮМЗ, Т-40 – цена 77 т.р.
- * ПФ-1 – цена 11.4 т.р.
- * ПЛ – 0.4 для Т-25 – цена 46 т.р.
- * Отвал бульдозерный. Щетка коммунальная.
- * Грабли валковые.

Сертифицировано.
Доставка недорого.

Тел.: 8-902-997-70-69;
8-962-798-94-59.

Сайт: www.SibDorSelMash.ucoz.ru

**Апицентр
«Тенториум»**

предлагает школьные программы с апифитопродукцией:

- «зрение»,
- «спортивная»,
- «интеллектуальная»,
- «антистрессовая».

Наш адрес: ул. Энгельса, 8.

**Телефон
8-905-900-6299.**

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

В редакции газеты вы можете оформить подписку на второе полугодие 2013г. с любого дня месяца на **«ГОРОДСКУЮ ГАЗЕТУ»**

Стоимость – 20 руб в месяц.

Получать газету необходимо в редакции (пр.Кирова, 476)

Оставайтесь с нами, и вы будете в курсе всех событий Ленинска-Кузнецкого!

СДАМ

в аренду помещение с отдельным входом (37 кв.м) в центральном телеграфе.

**Телефон
8-961-711-0208.**

ПРОДАМ

щебень, отсеб, песок, бут, цветной камень с доставкой.

**Телефон
8-905-067-9210;**

капитальный гараж 7х5, имеется погреб (у троллейбусного парка).

**Телефон
8-950-583-4223.**

Продам дом в п.Кравинский на берегу р.Томи.

**Телефон
8-950-278-78-95.**

КУПЛЮ

стёкла для керосиновых ламп и к фонарю или фонарь.

**Телефон
8-951-189-0807.**

ТРЕБУЮТСЯ

Требуется продавец в отдел нижнего белья, с опытом работы. Бутик «Анжелика», пр.Кирова, 46

**Телефон
8-951-584-9703.**

ПРЕДЛАГАЮТ УСЛУГИ

Монтаж крыш, заборов. Сайдинг. Настил полов. Кладка печей. Монтаж электропроводки, труб отопления, водоснабжения.

Телефон 8-951-589-7508.

Вниманию пенсионеров и одиноких женщин!

Произведу следующие виды работ: ремонт и кладка печей, каминов, штукатурка и побелка садовых домиков, гаражей, угларок и т.д. Недорого.

Телефон 8-951-584-57-13.

Монтаж водопровода траншейным и бестраншейным способом. Канализация. Услуги экскаватора. Низкие цены, рас-срочка.

Тел. 8-951-587-1929.

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

**Телефоны: 8-951-172-4349,
8-923-503-4210.**

Монтаж водопровода (можно без вскрытия грунта), копка и монтаж канализационных ям в частном секторе. Быстро, качественно, недорого.

**Телефоны: 8-951-172-4349,
8-923-503-4210.**

Ремонт крыш гаражей. Сварочные работы. Проектирование, армирование, бетонирование, фундаменты, гидроизоляция. Заборы, ограждения, строительство.

**Телефоны: 8-983-219-92-22,
8-983-219-50-00.**

Привезу уголь по талону, недорого.

Телефон 8-908-945-0462.

Продам уголь с доставкой, щебень, горелик.

Телефон 8-908-945-0462.

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

Телефон 8-908-954-5591.

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

13 сентября с 11 до 12 часов

в ДК имени Ленина (ул. 7 Ноября, 4)

Выставка-продажа слуховых аппаратов российского и зарубежного производства – от 2500 до 20 000 руб. Аксессуары. Гарантия. Более 20 видов. Пенсионерам – скидка 10%. Выезд на дом бесплатный.

Справки по телефонам:
8-913-809-7507, 8-962-030-4513.

Свидетельство № 306552826400080, выдано 07.10.2011г. Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста.

Реклама, объявления

УВАЖАЕМЫЕ ИЗБИРАТЕЛИ!

В сентября состоятся выборы депутатов Совета народных депутатов Кемеровской области четвертого созыва. Приглашаем вас прийти на избирательные участки и отдать свой голос.

На всех избирательных участках будет организована торговля по сниженным ценам до 10 процентов. В течение дня голосования будет бесплатный проезд в городском транспорте.

ПРАКТИЧЕСКИ КАЖДОГО ИЗБИРАТЕЛЯ, ПРИШЕДШЕГО НА УЧАСТОК, ЖДЕТ ПРИЯТНЫЙ СЮРПРИЗ:

- подарки впервые голосующим,
- подарки первым избирателям, пришедшим на участок,
- подарки всем избирательницам с именем Наталья ко дню ангела,
- розыгрыши призов и лотереи,
- бесплатные абонементы на посещение нового Ледового дворца,
- бесплатные билеты в кинотеатры и на культурно-массовые мероприятия,
- бесплатные абонементы на посещение лыжной базы (соляная пещера, теннис и др.),
- концертные программы,
- работа парикмахеров, медицинских работников, социальных работников и др.,
- прием дачной продукции на участке в школе №3.

Ждем вас на избирательных участках
8 сентября с 8.00 до 20.00.
ПРИХОДИТЕ!

САНАТОРИЙ
www.lesnoeozero.ucoz.com

«ЛЕСНОЕ ОЗЕРО»

ОТДЫХ
В СОСНОВОМ БОРУ

на святынях источников
Баланского 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

Реклама.
*Подробная информация
на телефоне и на сайте. Реклама.

ПРОФ-
МОНТАЖ

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА,
МОСКИТНЫЕ СЕТКИ.

(БЕЛЫЙ И КОРИЧНЕВЫЙ ПРОФИЛЬ).

Короткие сроки

изготовления!

Низкие цены!

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ДОГОВОРА НА ДОМУ.

Бесплатный замер.

Регулировка.

Сборка внутренней

и внешней отделок.

Телефон

8-952-169-2170.

Запаситесь
водой!

В связи с устранением порыва на сетях водовода, проходящего по ул. Железнодорожной и далее, в понедельник, 9 сентября, с 9 до 21 часа будет произведена остановка гидроузла № 2. Вода не будет подаваться во все районы Ленинска-Кузнецкого, за исключением микрорайона № 2, Лесного городка и поселка Дачного.

Население города просим иметь запас воды.

ООО «Водоканал».



РЕМОНТ

СТИРАЛЬНЫХ,
ПОСУДОМОЕЧНЫХ
МАШИН, ЭЛЕКТРОПЛИТ,
МИКРОВОЛНОВЫХ ПЕЧЕЙ,
ВОДОНАГРЕВАТЕЛЕЙ



ЗАПЧАСТИ
ГАРАНТИЯ
СКИДКИ
БЕЗ
ВЫХОДНЫХ

Тел.: 8-983-251-87-28

ВНИМАНИЮ
ЖИТЕЛЕЙ
ЧАСТНОГО
СЕКТОРА!

Кроем крыши,
быстро. Сайдинг,
обои, шпатлевка
под обои.

Скидка 10%.

Качественно.

Телефон

8-923-607-1754.

ПАМЯТНИКИ

ОФОРМЛЕНИЕ ПАМЯТНИКОВ
ОФОРМЛЕНИЕ ЗАХОРОНЕНИЙ
ПОРТРЕТЫ НА КАМНЕ
ИКОНА
ЖИВОПИСЬ
ГРАФИКА



Художественная
мастерская

пл.с. Кирова 14
(р-н Центрального рынка)
2-73-78, 8-905-914-36-22

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

http://www.yandex.ru

	6 сентября		7 сентября		8 сентября		9 сентября		10 сентября		11 сентября		12 сентября	
	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ
Облачность, осадки														
Давление, мм	741	745	746	748	750	746	741	733	728	722	732	736	744	746
T, °C	+13	+16	+10	+12	+7	+15	+10	+20	+11	+18	+10	+14	+8	+13
Влажность, %	72	60	66	54	92	51	62	44	69	94	80	92	99	54
Ветер, м/сек.	С-З 5	С 5	С 3	С 4	С-В 2	В 3	Ю-В 4	Ю 3	Ю 5	Ю-З 4	Ю-З 5	З 4	З 3	Ю-З 3
Долгота дня	13.27		13.22		13.18		13.13		13.08		13.04		12.59	

Прогноз долгосрочный, возможны изменения.

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 4200

Адрес
редакции и издателя:
652500,
г.Ленинск-Кузнецкий
Кемеровской
области,
пр.Кирова, 47б

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

Телефоны редакции:

главный редактор – 5-13-45; заместитель
главного редактора – 7-04-54; отделы: про-
мышленный – 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 5.09.2013г.

Печать офсетная.
В розницу - свободная цена.