

www.extratip.ru

ЭКСТРА ТИП

МЕБЕЛЬНЫЙ САЛОН
Виктория
ул. Тельмана, 150 Б
(8453)
90-07-07
<http://www.mebel-victoriya.ru/> <http://салонмебеливиктория.рф>

Ярмарка Дверей
МЕЖКОМНАТНЫЕ
И ВХОДНЫЕ ДВЕРИ
АКЦИЯ!
20%
СКИДКА
ИЗГОТОВЛЕНИЕ НА ЗАКАЗ, ДОСТАВКА,
УСТАНОВКА, ЗАМЕР - БЕСПЛАТНО
Пр-т Ф. Энгельса, д. 4
8(8453) 95-83-37, 8-961-642-93-46

Услуги связи
Советы специалистов
Роспотребнадзора
стр. 4

Образование
Начался новый учебный
год
стр. 5

Здоровье
Как уменьшить риск
заболевания ОРВИ
стр. 9

№5 ■ (05) ■ 11 сентября 2013

БЕСПЛАТНО

Энгельс ■ 8 (8453) 71 65 71 ■ +12

Веселье от души!

266-летнюю годовщину Покровска-Энгельса горожане отметили с размахом

Празднование началось задолго до знаменательной даты. В течение недели во многих учреждениях культуры, спорта и образования проводились мероприятия, посвященные Дню города. Многие из них имели эко-

логическую направленность, так как 2013 год — это год экологии. Подробнее о некоторых читайте на стр. 6.



На ра- дость людям

Даешь молодежь!

В день города праздничные мероприятия продолжались с десяти часов утра и до десяти часов вечера. Театрализованное представление у ротонды, историческая зарисовка в парке, праздничное шествие, и, наконец, концерт. Стр. 7



От редактора

Знаете ли вы, дорогие читатели, что улица Тельмана от центра до первой школы в старину называлась Камышинской? Если знаете, ответьте на второй вопрос. Как называлась улица Тельмана от первой школы до современной улицы Полтавской? Ответ: Инвалидная. Вот и задание для любителей-краеведов: поразмыслите, проведите исследования, узнайте и расскажите нам, почему же эта улица носила такое интересное название?

Светлана Устелимова.

АНОНС

4 октября в 18.00 в ЦНТ «Дружба» состоится спектакль «БЛЕФ». В главных ролях С.Астахов, Д. Исаев, В. Разбегаев, М. Федункив.

ЭКСТРА ■ ИНФО

Запомните: 112

В России начала работать служба экстренной помощи «112» - аналог американской службы спасения «911».

Традиционные номера 01, 02, 03 и 04 пока будут сохранены. В России обеспечивать работу единого номера 112 обяжут операторов сотовой связи. Звонок по данному номеру будет для абонента бесплатным.

ПОГОДА

Ср		13 17
Чт		13 19
Пт		13 17
Сб		15 11

УТЁНОК
детский трикотаж

пр-т Строителей, 3
+7 927 228 62 08

служба доставки

японской кухни
роллы в подарок
КАЧЕСТВО, КОТОРОЕ ВЫ ЖДАЛИ!
2-12-9-13
8-967-50-12-9-13
www.bentob4.ru

АЗУР
МАГАЗИН
УДИВИТЕЛЬНЫХ
ПОДАРКОВ
и предметов интерьера

предъявителю купона
скидка 10%
AZURGIFTS.RU

Адвокат
Аршинова Ю.А.
Тел.: 8 927 160 34 33
Адрес: г.Энгельс,
ул.М.Расковой, д.6А
(ост.1 Летний городок,
на дворе автошколы ДОСААФ)

ОКНА
вашего города
- ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
- НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
(кредит, рассрочка)
замер, доставка,
демонтаж
БЕСПЛАТНО!
71-12-58, 8-927-228-12-58
ул. Степная, 128
магазин «Мегаполис»

ТОКИО
авто-суши
г. Энгельс, пр. Ф. Энгельса, 4
ежедневно
с 11.00 до 23.00
доставка бесплатно
при заказе от 300 р
на вынос 10% скидка
именинникам 20%
*действуют дополнительные акции
8 (8453) 95-08-20
8-937-639-72-04
www.tokioengels.ru



«Кошкин дом» по-немецки

■ 23 августа в Марксе, а 24 августа в Энгельском Центре народного творчества «Дружба» состоялась премьера мюзикла «Кошкин дом». Известная сказка Самуила Маршака была переведена на немецкий язык Екатериной Шмеер, актрисой и режиссером Немецкого театра в Казахстане, после чего положена на музыку Анастасией Камерлох, бывшей россиянкай, ныне режиссером Мюнхенского театра. Там же, в Мюнхене, этот спектакль был опробован.

По предложению Анастасии Камерлох мюзикл был поставлен Межреги-

ональной общественной организацией «Немецкое молодежное объединение», центр которой находится в Москве, в рамках проекта «Международная творческая академия для молодежи из числа российских немцев». Впрочем, спектакль, объединил не только российских немцев, в нем также приняли участие молодые люди из Казахстана и Узбекистана – всего около тридцати артистов. Главные роли исполнили Кристина Матайс и Вячеслав Родиков. В одной из второстепенных ролей выступила жительница Энгельса Александра

Ларцева. Многие исполнители продемонстрировали высокий уровень исполнения.

Впрочем, оценивать качества исполнения не вполне уместно: артисты репетировали в течение всего одной недели. И задача этого проекта была в принципе другая: прежде всего напомнить российским немцам об их исторических корнях и, конечно, доставить радость соприкосновения с культурой своего народа через родной язык.

И с этой задачей режиссер и артисты справились блестяще.

Обеспечение медкадрами

■ В августе принята ведомственная целевая программа «Кадровое обеспечение системы здравоохранения Энгельского муниципального района» на 2013-2015 годы. Принятие программы обусловлено острым дефицитом кадров в учреждениях здравоохранения. В расчете на 10 тысяч населения обеспеченность врачами составила 30,47 и 67,15 специалиста соответственно. Норматив обеспеченности медицинскими работниками по распоряжению Правительства Российской Федерации от 3 июля 1996 года №1063-р составляет по врачам 41,0, по среднему медицинскому персоналу – 114,3 на 10 тысяч населения.

Дефицит кадров ведет к перегруженности в работе и, как следствие, к снижению качества оказания медицинских услуг населению. В течение трех лет коэффициент совместительства у врачей держится на уровне 1,4, у средних медицинских работников – 1,18.

Из 35 основных медицинских специальностей,

по которым обеспечивается медицинская помощь населению в муниципальных учреждениях здравоохранения, по большинству имеется дефицит врачебных кадров. Наблюдается низкая укомплектованность по физическим лицам штатных единиц врачей-онкологов (45,7 процента), рентгенологов (53,8 процента), инфекционистов (52,2 процента), травматологов-ортопедов (54 процента), анестезиологов-реаниматологов (47 процентов) и других. В отделении реанимации и интенсивной терапии МУЗ «Городская детская больница» из 4,5 штатных единиц укомплектовано 2,0 штатные единицы, что ставит под угрозу функционирование данного отделения.

Несмотря на реализацию приоритетного национального проекта «Здоровье», отмечается отток врачебных кадров из первичного звена здравоохранения. На 1 января 2012 года укомплектованность врачебными кадрами составляла 83,1 процента, а на 1 января 2013 года уже 80 процентов.

Одной из главных причин дефицита кадров остается низкая заработная плата. Молодые специалисты – врачи могут рассчитывать на должностной оклад в размере от 4,9 до 5,8 тысяч рублей, средние медработники – 4,3-4,7 тысяч рублей.

Программа предполагает реализацию мероприятий, направленных на формирование системы управления кадровым потенциалом здравоохранения с учетом структуры потребности в медицинских кадрах, их оптимального размещения и эффективного использования. Вторым направлением программы является создание условий для планомерного роста профессионального уровня знаний и умений медицинских работников путем повышения их квалификации.

Реализация мероприятий, предусмотренных программой, позволит создать эффективную и доступную систему привлечения молодых специалистов в медицинские учреждения муниципального района.



КОНКУРС

Экологический конкурс

■ В регионе выберут лучшее предприятие в сфере отношений, связанных с охраной окружающей среды.

Комитет охраны окружающей среды и природопользования области объявил конкурс на «Лучшее предприятие в сфере отношений, связанных с охраной окружающей среды».

Конкурс проводится в рамках мероприятий Года охраны окружающей среды в Саратовской области. Основная цель конкурса – сти-

мулирование предприятий на разработку и внедрение природоохранных и ресурсосберегающих технологий, снижающих негативное воздействие на окружающую среду.

Конкурс будет проходить по двум номинациям: «Лучшие технологии, используемые при очистке сточных вод» и «Лучшие технологии в сфере обращения с твердыми бытовыми отходами».

Заявки на участие в конкурсе необходимо подать в

комитет по адресу: г. Саратов, ул. 1-я Садовая, д. 131А не позднее 25 сентября 2013 г.

С положением о конкурсе можно ознакомиться на странице комитета охраны окружающей среды в разделе «Информация» (http://www.saratov.gov.ru/upload/iblock/e3c/konkurs_ECO-Predpriyatie.zip).

(По материалам официального сайта правительства Саратовской области.)

СПОРТ

Две бронзовые медали

■ Покровчанин Иван Кузьменко на чемпионате мира по плаванию среди юниоров в Дубае (ОАЭ) завоевал бронзовую медаль в составе российской команды в эстафете 4х100 м вольным стилем.

А 1 сентября в Дуйсбурге (Германия) завершился чемпионат мира по гребле на байдарках и каноэ. Россиянки Наталья Подольская, Елена Полякова, Наталья Проскурина и воспитанница

областной школы гребли на байдарках и каноэ Наталья Лобова стали бронзовыми призерами в эстафете 4х200 м на байдарке-одиночке показав время 2.51,679. Победили венгерки (2.49,415), серебро – у полячек (2.49,609). За награды мирового чемпионата боролись более 1500 спортсменов из 76 стран.

Тренеры Наталии Лобовой – Сергей Лукьянов и Ольга Панферова.



КОРОТКО

Важно о туризме

■ «Горячая линия» по туризму начала свою работу в июне 2012 года. Жители области могут бесплатно позвонить по телефону 8-987-830-30-30 и задать все интересующие вопросы по туризму. Ежедневно на нее поступают звонки с различными вопросами об организации отдыха.

В большей степени жителей области интересует, как выбрать туристическую компанию, какие туристические маршруты по области предлагают туроператорские компании.

Наиболее популярным остается вопрос об организации отдыха на туристических базах, расположенных на островах. Специалисты отдела туризма информируют о наличии действующих туристических баз и дают контактную информацию.

(По материалам пресслужбы министерства молодежной политики, спорта и туризма области)

Концерт в школе №32

■ В школе №32 города Энгельса с целью поддержки детей из малообеспеченных и социально-незащищенных семей, развития волонтерской деятельности обучающихся прошла социальная акция «Дети – детям».

В рамках акции обучающимися и педагогами школы был подготовлен и показан концерт для воспитанников детских садов микрорайона поселка Строителей.

На концерте выступали творческие коллективы школы «Домисолька» (руководитель Юлия Русанова), «Соловей» (руководитель Юрий Алябьев), «Домино» (руководитель Алена Танчук).

Дошколятам было предложено поучаствовать в веселых играх, конкурсах. Весь концерт в зале царил атмосфера праздника, дети не только активно поддерживали артистов аплодисментами, но и сами напевали знакомые мелодии.

Оперетта: новый сезон

■ Открытие 46-го концертно-театрального сезона в Саратовском областном театре оперетты намечено на 18 октября. В этот день любителей театрального искусства ждет концерт «Нам – сорок пять», посвященный юбилею театра.

Сейчас театр активно работает над новой постановкой – опереттой И. Кальмана «Герцогиня из Чикаго». Постановочная группа приглашена из Санкт-Петербурга. Режиссер спектакля – Анна Осипенко, которая успешно поставила в театре «Баядера» И. Кальмана; балетмейстер – Михаил Чайкасов. Премьера назначена на первую декаду ноября.

В репертуаре театра на октябрь: оперетта «Баядера», мюзикл «Маугли», музыкальная комедия «Ханума», мюзикл «Труффальдино», оперетта «Марица», музыкальный спектакль «Брысь!», оперетта «Сильва».

АКТУАЛЬНО

Позавидуем москвичам

■ Проект «Здоровье Mail.ru» запустил сервис записи на прием к врачу в режиме онлайн, говорится в официальном сообщении компании. Воспользоваться услугой доступа к «Электронной регистратуре» могут жители Москвы. Записаться к врачу на сайте можно, указав номер полиса ОМС и дату рождения. Сейчас для дистанционной записи доступно более 500 столичных

поликлиник, отмечают в Mail.ru. Проект реализован совместно с Департаментом информационных технологий правительства Москвы.

Пройдя процедуру записи к тому или иному медицинскому специалисту, пользователь получает талон, который можно распечатать, чтобы не забыть время посещения и адрес медицинского учреждения. Перенести или отме-

нить визит к врачу также можно через сайт. Перед первым использованием сервиса записи необходимо проверить, прикреплен ли медицинский полис к районной поликлинике.

Напомним также, что запись на прием в столичные поликлиники работает на сайте московских госуслуг rgu.mos.ru. Кроме того, возможность записи к врачу недавно запустил сервис «Яндекс.Карты».

Блокировать казино

■ Министерство внутренних дел подготовило поправки в Уголовный кодекс, ужесточающие ответственность за незаконную организацию и проведение азартных игр. Для привлечения к уголовной ответственности достаточно будет самого факта такой организации, а не как сейчас — извлечения дохода в крупном размере. Кроме того, МВД предлагает бороться с азартными играми в интернете, блокируя сайты онлайн-казино.

К октябрю предложения в виде законопроекта должны быть внесены в правительство.

Сегодня у преступников есть два варианта: либо замаскировать игорный зал под интернет-клуб или букмекерскую контору, либо вовсе организовать бизнес в интернете. И в том, и в другом случае полиции сложно доказать преступление и особенно — извлечение дохода в крупном размере (в случае с азартными играми это 1,5

млн рублей).

Нужно обязательно уточнить закон о государственном регулировании деятельности по организации и проведению азартных игр, очень подробно и четко прописав в нем понятие именно легальной игровой деятельности. У игровых клубов не должно быть возможности существовать под видом лотерей, а с другой стороны, ни у кого не должны появиться новые способы необоснованного давления на бизнес.



О пенсиях on-line

■ Консультацию Пенсионного фонда Российской Федерации можно получить в режиме on-line. Процедура не составит труда для граждан, пользующихся Интернетом.

Чтобы задать вопрос через центр on-line консультирования ПФР, достаточно нажать кнопкой «мышь» на баннер, находящийся в правом верхнем углу страницы отделения ПФР по Саратовской области http://www.pfrf.ru/ot_saratov/.

Согласно статистике, все больше граждан предпочитает направлять свои обращения через on-line приемную, размещенную на сайте ПФР (https://www.pfrf.ru/ot_saratov/online/). Из 1315 обращений, зарегистрированных в Отделении ПФР по Саратовской области с начала года по 22 августа, 608 — поступило через on-line приемную.

Информация о персональных данных гражданина, направленная через on-line приемную интернет-

страницы отделения ПФР, хранится и обрабатывается с соблюдением требований Федерального закона от 27 июля 2006 №152-ФЗ «О персональных данных».

Специалисты отделения ПФР обеспечивают регистрацию и рассмотрение обращения, поступившего через on-line приемную, и в течение 30 дней готовят ответ на основании Федерального закона от 02 мая 2006 г. №59-ФЗ «О порядке рассмотрения обращений граждан Российской Федерации».

То есть для получения ответа таким путем необходимо некоторое время. Более быстрый способ — обратиться со своим вопросом в центр on-line консультирования Пенсионного фонда Российской Федерации.

В центре on-line консультирования вы можете получить ответы на вопросы: - участие в Программе государственного софинансирования пенсионных накоплений;

- порядок получения страхового номера индивидуального лицевого счета в системе обязательного пенсионного страхования;

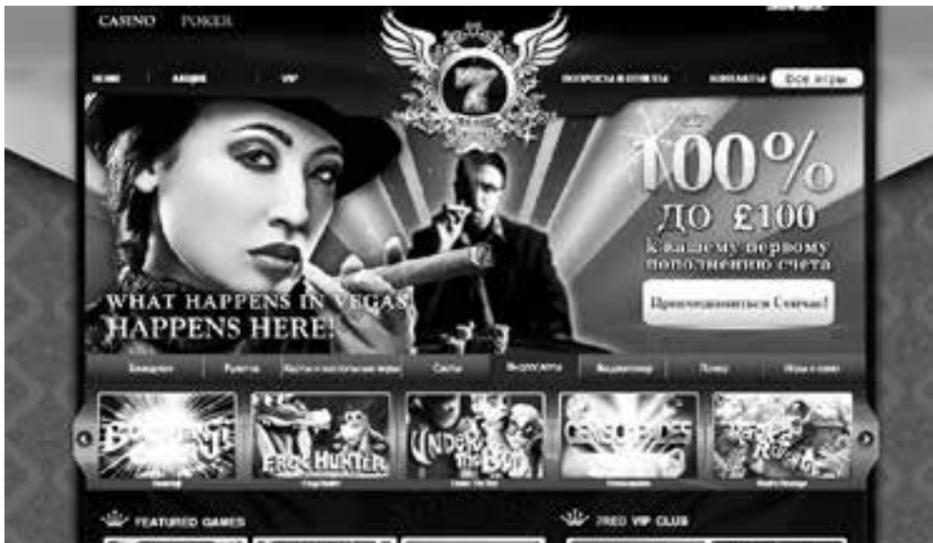
- переход в частную управляющую компанию или негосударственный пенсионный фонд;

- порядок действий при обнаружении факта неправомерного перевода средств пенсионных накоплений в негосударственные пенсионные фонды;

- услуги ПФР в электронном виде и с использованием системы межведомственного электронного взаимодействия;

- получение информации о состоянии индивидуального лицевого счета в системе ОПС в связи с отменой рассылки писем счастья;

- выбор в 2013 году тарифа страхового взноса (2% или 6%) на формирование накопительной части пенсии с 2014 года в системе обязательного пенсионного страхования.



Трафик могут перекрыть

■ Министерство связи подготовило концепцию развития мультисервисных сетей связи, в соответствии с которой число присоединений российских сетей передачи интернет-трафика ограничивается — право организовывать их предлагается

передать только так называемым федеральным операторам связи, при этом каждый из них сможет иметь лишь по два таких присоединения.

Проект концепции обсужден во время круглого стола, организованного по иници-

ативе Российской Ассоциации электронных коммуникаций (РАЭК) и крупных игроков отрасли. В обсуждении приняли участие представители Российской венчурной компании (РВК), операторов связи МТС, «ТрансТелеКом» (ТТК), интернет-компаний Mail.ru и «Яндекс» и других.

По мнению участников рынка, сокращение трансграничных переходов сетей передачи интернет-трафика с территории России облегчит иностранным спецслужбам контроль за ним, снизит устойчивость телекоммуникационной инфраструктуры России к внешним воздействиям и сбоям в работе. Кроме того, приведет к ограничению конкуренции на российском рынке связи и его монополизации.

(По сообщению РИА Новости.)





Быть на связи

■ Сегодня мы все являемся потребителями сотовой телефонной связи. Иногда такая связь предоставляется некачественно. В таком случае вам пригодятся наши советы.

Следует знать основные термины.

Услуги подвижной связи - это услуги радиотелефонной связи, услуги подвижной спутниковой радиосвязи в сети связи общего пользования (далее - услуги подвижной связи).

Абонент - физическое лицо (гражданин) или юридическое лицо, с которым заключен договор об оказании услуг подвижной связи при выделении для этих целей абонентского номера или уникального кода идентификации.

Тарифный план - совокупность ценовых условий, на которых оператор связи предлагает пользоваться одной либо несколькими услугами подвижной связи.

Какие существенные условия должны быть указа-

ны в договоре об оказании услуг подвижной связи?

Договор об оказании услуг подвижной связи заключается в письменной форме в двух экземплярах, подписывается сторонами и должен содержать следующие существенные условия: назначенный абоненту абонентский номер; оказываемые услуги подвижной связи; порядок, сроки и форма расчетов; система оплаты услуг подвижной связи.

Оператор связи не вправе навязывать абоненту оказание дополнительных услуг подвижной связи, оказываемых за отдельную плату.

Оператор связи не вправе обуславливать оказание одних услуг подвижной связи обязательным оказанием иных услуг связи.

Абонент вправе в любое время в одностороннем порядке расторгнуть договор при условии оплаты оказанных услуг подвижной связи. Порядок одностороннего отказа от исполнения договора определяется в договоре.

ЭКСТРА ■ ИНФО

Для получения консультаций связанных с неудовлетворительным качеством товаров и услуг вы можете обратиться в управление **Роспотребнадзора** по Саратовской области в Энгельском районе по телефонам в городе Энгельсе:

8 (8453) 95-50-13
8 (8453) 75-79-78

Продажа

живых кроликов
с деревенской фермы

8 927 164 27 21



Адвокат Аршинова Ю. А.

Ведение гражданских и уголовных дел, ДТП, консультации, составление исков, договоров, сопровождение сделок, приватизация жилья, правовая помощь военнослужащим.

Тел.: 8 927 160 34 33

Адрес: г. Энгельс, ул. М. Расковой, д. 64
(ост. 1 Летный городок,
во дворе автошколы ДОСААФ)

Права и обязанности абонента

ТАМАРА МАРУСЕТЧЕНКО, главный специалист - эксперт ТО Управления Роспотребнадзора по Саратовской области в Энгельском районе.

■ Абонент вправе:

- получать необходимую и достоверную информацию об операторе связи, режиме его работы, оказываемых услугах подвижной связи;
- требовать перерасчет абонентской платы вплоть до полного возврата сумм, уплаченных за услуги подвижной связи, в связи с непредоставлением услуг не по вине абонента или предоставлением их ненадлежащего качества;
- отказаться от оплаты услуг подвижной связи, предоставленных ему без согласования и не предусмотренных договором;

- получать по письменному заявлению детализацию счета по всем видам услуг подвижной связи с указани-



ем даты и времени всех состоявшихся соединений, их продолжительности и абонентских номеров.

Абонент обязан:

- использовать для подключения к сети подвижной связи оборудование, соответствующее установленным требованиям;
- в полном объеме и сроки, которые определены договором, вносить плату за полученные услуги подвижной связи;
- незамедлительно сообщать оператору связи об утере SIM-карты;
- в течение 60 дней сообщать оператору связи об изменениях персональных данных: фамилии, наименования (фирменного наименования) юридического лица, места жительства (места нахождения).

Права и обязанности операторов

■ Основные обязанности:

- оказывать пользователям услуги подвижной связи в соответствии с законодательством РФ;
- предоставлять необходимую для заключения и исполнения договора информацию. Указанная информация на русском языке в наглядной и доступной форме бесплатно доводится до сведения абонентов в местах работы с абонентами;
- предоставлять абонентам в своей сети подвижной связи соединения, осуществляемые для предоставления доступа к услугам своих информационно-справочных служб на тех же условиях, что и для предоставления доступа к услугам иных информационно-справочных служб;
- устранять в установленные сроки технические неисправности, препятствующие пользованию услугами подвижной связи;
- извещать абонентов через средства массовой информации о введении новых тарифов на услуги подвижной связи не менее чем за 10

дней до их введения.

Обратите внимание! Данная информация (например, об изменении тарифов) может быть доведена до сведения потребителя через зарегистрированный сайт оператора связи. Это будет являться надлежащим способом доведения до потребителя информации. При этом на сайте должен быть указан номер свидетельства о регистрации.

- возобновлять оказание

услуг подвижной связи абоненту в течение 3 дней с даты получения оплаты от абонента или представления абонентом документов, подтверждающих ликвидацию задолженности по оплате услуг подвижной связи (в случае приостановления оказания услуг подвижной связи).

- оператор связи обязан заключить договор, кроме случаев, когда отсутствует

техническая возможность

оказания абоненту услуг подвижной связи;

- операторы связи обязаны обеспечить соблюдение тайны связи.

Основные права:

В случае нарушения потребителем требований, установленных законодательством РФ, в том числе нарушения сроков оплаты оказанных ему услуг связи, определенных условиями договора об оказании услуг связи, оператор связи имеет право приостановить оказание услуг связи до устранения нарушения, за исключением случаев, установленных настоящим законодательством РФ.

При этом сохраняется доступ к сети подвижной связи и возможность вызова абонентом экстренных (оперативных) служб.

В случае не устранения такого нарушения в течение 6 месяцев со дня получения абонентом от оператора связи уведомления в письменной форме о намерении приостановить оказание услуг связи, оператор связи вправе расторгнуть договор.



Оформление жалоб и претензий

■ Оператор связи обязан иметь книгу жалоб и претензий и выдавать ее по первому требованию абонента.

В случае неисполнения или ненадлежащего исполнения обязательств, вытекающих из договора об оказании услуг подвижной связи, пользователь услугами связи до обращения в суд предъявляет оператору связи претензию.

Претензия предъявляется в письменной форме и подлежит регистрации в день ее получения оператором связи.

Соблюдение претензионного порядка является обязательным.

Порядок рассмотрения претензий:

- Претензии по вопросам, связанным с отказом в оказа-

нии услуг подвижной связи, несвоевременным или ненадлежащим исполнением обязательств, вытекающих из договора, предъявляются в течение 6 месяцев со дня оказания услуг подвижной

связи, отказа в их оказании или выставления счета;

- К претензии прилагаются копия договора, а также иные необходимые для рассмотрения претензии документы, в кото-

рых должны быть указаны сведения о неисполнении или ненадлежащем исполнении обязательств по договору, а в случае предъявления претензии о возмещении ущерба - о факте и размере причиненного ущерба.

Претензия абонента рассматривается оператором связи в срок не более 60 дней с даты регистрации претензии.

О результатах рассмотрения претензии лицу, предъявившему претензию, должно быть сообщено в письменной форме.

При отклонении претензии полностью или частично либо неполучении ответа в установленные для ее рассмотрения сроки, абонент имеет право предъявить иск в суд.



Автошкола для призывников

■ Отдел военного комиссариата Саратовской области по г. Энгельс и Энгельскому району провел набор призывников, подлежащих призыву весной 2014 года в Вооруженные силы РФ, на курсы водителей категории «С», «БТР», «МТ-ЛБ».

Обучение проходит (бесплатно) в Энгельсской автошколе ДОСААФ РФ за счет средств, выделяемых Министерством обороны РФ.



В нашем городе - новая школа



■ Дети из 1-го микрорайона пошли в новую школу №29. На торжественном открытии этого учебного заведения присутствовали губернатор области Валерий Радаев и другие почетные гости.

В этом учебном году в Саратовской области открылись четыре новые школы, одна из них – в Энгельсе. Валерий Васильевич вручил директору школы №29 Ларисе Никитиной сертификат на учебное оборудование для кабинетов химии и физики.

Кроме того, все перво-

классники получили в этот день от губернатора энциклопедии «Наша родина – Россия».

Со словами приветствия к ученикам, родителям и педагогам обратился Глава ЭМР Дмитрий Лобанов, подчеркнув, что местная власть сделает все возможное, чтобы новое образовательное учреждение стало одним из лучших в районе. Глава района подарил школе сертификат на спортивное оборудование.

Позже почетные гости осмотрели уютные кабинеты, удобную столовую, просторный спортивный и тренажерный зал.

Количество учеников в школах

■ В новом учебном году порог школ в Энгельском муниципальном районе переступили более 2720 первоклассников.

В 10-х классах продолжили обучение 1173 выпускника 9-х классов. В целом контингент общеобразовательных школ превысил уровень прошлого учебного года более чем на 500 человек и составил 24743 обучающихся.

Будет обеспечен подвоз в школы более семисот обучающихся из отдаленных сел. Автопарк общеобразовательных учреждений составляет 30 единиц, оснащенных системой ГЛОНАС.



Проводится конкурс для педагогов

■ Педагогический конкурс «Серафимовский учитель» проводится в регионах Приволжского федерального округа с 1 августа 2013 года по 1 апреля 2014 года при поддержке аппарата полномочного представителя Президента России в ПФО.

Он нацелен на поддержку педагогов, эффективно работающих в области духовно-нравственного просвещения, повышение их общественного статуса, а также на продвижение программ и проектов по созданию дружественной ребенку среды обитания, формированию духовно и культурно насыщенной развивающей среды, способствующей нравственному становлению детей и молодежи.

В конкурсе принимают участие работники образо-

вательных учреждений всех типов и видов, учреждений культуры, спорта, туризма, социально-реабилитационных и лечебно-профилактических учреждений; работники региональных и муниципальных органов власти, ответственных за реализацию программ в сфере образования, культуры, социальной и молодежной политики; работники коммерческих и некоммерческих организаций, средств массовой информации.

На конкурс представляются детально разработанные и апробированные программы духовно-нравственного просвещения, включая планы уроков, лекций, занятий, классных часов, сценарии культурных, спортивных и просветительских и других мероприятий с указанием

применяемых дидактических средств и диагностического инструментария.

На конкурсе также принимаются комплексные программы духовно-нравственного просвещения (региональный, муниципальный уровень; учреждения образования, здравоохранения, социальной защиты, культуры, спорта; коммерческие и некоммерческие организации).

Для победителей конкурса предусмотрены три вида награды – почетное звание «Серафимовский учитель», лауреат педагогической премии Благотворительного фонда преподобного Серафима Саровского, поощрительная премия. Кроме того, лучшие работы публикуются в сборниках образовательных программ, включая методиче-

ский материал.

Заявки и прилагаемые к ним документы представляются в печатном виде и на электронном носителе в конкурсную комиссию в срок до 1 ноября 2013 года по адресу: 603086, Нижний Новгород, Ярмарочный проезд, дом 10. Благотворительный фонд преподобного Серафима Саровского; телефон (831) 246-50-87.

Материалы в электронном виде направляются в конкурсную комиссию на адрес электронной почты serafimychitel@mail.ru с указанием в теме письма данных о кандидате и выдвинувшей его организации.

С положением о конкурсе и приложениями к нему можно ознакомиться здесь: <http://www.teleobraz.nne.ru/assets/files/psu13.doc>

КАМЕННАЯ СКАЗКА

приглашает приобрести от 50 рублей
УКРАШЕНИЯ ИЗ НАТУРАЛЬНЫХ КАМНЕЙ

предъявителю купона скидка 10%
пенсионерам скидка 5%

акция продлится до 10.09

Тел.: 8 961 640 29 07 Т.д. «АВРОРА», 4 этаж

ПЕЧАТАЕМ ВИЗИТКИ, ЛИСТОВКИ, ПРОСПЕКТЫ



Визитки 2000 шт. - 1,2 руб/шт.
Листовки А6 10000 шт. - 0,71 руб/шт.
Листовки А5 10000 шт. - 0,91 руб/шт.
Листовки А4 10000 шт. - 1,31 руб/шт.

РАСПРОСТРАНИМ ваши листовки через нашу ГАЗЕТУ

8 (8453) 71 65 71

ЗАПРАВКА КАРТРИДЖЕЙ (лазерных, струйных)

РЕМОНТ
принтеров, копиров, МФУ
НИЗКИЕ цены,
высокое КАЧЕСТВО



Ф. Энгельса, д. 2, р-н 1 школы (8453) 95-03-00
(вход в арке между магазинами «Барвинок» и «Кооператор»)

ГРОССБАУ

• садовая мебель • отопление •
• сантехника • ремонт •

8 927 229 48 84
8(8453) 53 05 44

ул. 148-й Черниговской
дивизии, д. 25



СЕТЬ МАГАЗИНОВ МИР САНТЕХНИКИ

Мы покупаем сантехнику
только в магазине
«Мир сантехники»

по ценам производителя

пр-т Ф. Энгельса, д. 2, тел.: 95-31-50
ул. Саратовская, д. 57, тел.: 75-72-57

мебель на заказ

ЭГРЕГОР

• ШКАФЫ-КУПЕ
• КУХНИ И ДР.

пр-т Ф. Энгельса, 11
(вход - угол Тельмана)

8 927 221 84 14
8 937 243 63 15



Мебельный салон **ЯНТАРЬ**

КРЕДИТ СКИДКИ РАССРОЧКА
МЕБЕЛЬ НА ЗАКАЗ

ул. Тельмана 144
тел./факс: 8(8453) 77 98 70
сот.: 8 937 257 55 11



www.yantar64.ru

ПК
ПОКРОВСК КОНСАЛТИНГ

Выдаем займы под государственный сертификат на материнский капитал на приобретение недвижимости

8 (8453) 73 22 40
8 917 306 80 34
ул. Тельмана, 152
www.pkengels.ru

ПЕЧАТАЕМ ЛИСТОВКИ

СОЗДАЕМ ДИЗАЙН-МАКЕТЫ

8-927-228-65-71

ОКНА вашего города

- пластиковые окна
- натяжные потолки
(кредит, рассрочка)

замер, доставка, демонтаж **БЕСПЛАТНО!**

71-12-58, 8-927-228-12-58
ул. Степная, 128 м-н «Мегаполис»

Мебельный Салон **ЯНТАРЬ**

КРЕДИТ СКИДКИ РАССРОЧКА

МЕБЕЛЬ НА ЗАКАЗ

ул. Тельмана 144
тел./факс: 8(8453) 77 98 70
сот.: 8 937 257 55 11
www.yantar64.ru

- сантехнические работы,
- электро-монтажные работы,
- шкафы-купе

8 987 837 91 11

«НАВИГАТОР»
электро-, бензо-, ручной
ИНСТРУМЕНТ

Гибкие цены Система скидок

8-917-325-85-28
8(8453) 77-96-12

Тельмана, 150-А м-н «Навигатор»

СТРОЙМАГАЗИН 5+

• ЭЛЕКТРОИНСТРУМЕНТЫ
• САНТЕХНИКА
• СУХИЕ СМЕСИ
• ХОЗТОВАРЫ
• ЭЛЕКТРИКА
• ВЫТОВАЯ ТЕХНИКА

8 (8453) 76 96 90
ул. Полтавская, д. 13а
www.stroymagazin5plus.umi.ru



«Цвети, наш город!»

■ На площади Центра народного творчества «Дружба» состоялась праздничная программа, посвященная подведению итогов конкурса «Цветущий двор, чистая улица, уютный город». Конкурс по благоустройству проводится уже девятый раз. Его организатором является ТОС «Химик» во главе с Т.И.Нефедовой. Поддержку оказывают также некоторые депутаты городского Совета и районного собрания.

В этот день были названы жители города, победившие в номинациях «Лучший двор», «Лучшее оформление придомовой территории», «Лучший подъезд» и «Лучший балкон». Памятные

подарки за личный вклад в благоустройство города получили более ста пятидесяти человек.

Праздничную программу украсили лучшие музыкальные и танцевальные номера в исполнении творческих коллективов ЦНТ «Дружба». Также зрители с энтузиазмом отвечали на вопросы экологической викторины, вспоминали реки и озера нашего края.

Победа в конкурсе «Цветущий двор, чистая улица, уютный город» станет для жителей микрорайона Химиков дополнительным стимулом к тому, чтобы сделать свой двор и подъезд чище, уютнее, красивее.

Очередной журнал

■ 28 августа читальный зал центральной библиотеки не мог вместить всех желающих присутствовать на заседании краеведческой гостиной. Такой аншлаг наблюдался в связи с презентацией четырнадцатого альбома «Покровск-Энгельс». Новый альбом называется «Река времени», а не «Страницы истории», как все привыкли.

Альбом содержит более 200 фотографий — самых современных и архивных, в нем раскрываются интересные факты о жизни Покровска-Энгельса и о людях, которые внесли весомый вклад в его развитие.

Выступающие отмечали высокую востребованность этого издания, особенно в деле воспитания подрастающего поколения. Именно поэтому, как отметила член редакционной группы Елизавета Ерина, подобные издания должны нести точную выверенную информацию.

Говорилось на встрече также о том, что тираж издания недостаточный, что многие люди готовы платить, чтобы приобрести этот журнал, и давно следует это дело наладить. Такой журнал очень приятно подарить гостям из других регионов России и из-за рубежа в память о нашем городе.

Детский день

■ В череде праздничных мероприятий для юных жителей Энгельса была организована разнообразная развлекательная программа.

28 августа для ребятшек на зеленой эстраде в Городском парке культуры и отдыха было проведено праздничное мероприятие «Город счастливого детства».

В этот же день концертно-игровая программа «С днем рождения, любимый город!» развернулась в сквере Л.А. Кассиля.

Для юных покровчан были организованы выступления творческих коллективов, веселые конкурсы и подарки, работала студия боди-арта.



Юные фотографы

Администрация Энгельсского муниципального района впервые провела фотоконкурс «Волга глазами детей». В течение месяца юные жители района присылали свои авторские фотографии Волги. Жюри отметило, что работы были яркими и интересными.

В преддверии Дня города состоялось награждение

победителей. 1 место заняла Ксения Ночевная (ученица СОШ с. Березовка); 2 место — Егор Рыбалкин из СОШ №33 и 3 место — Дмитрий Матвеев, ученик СОШ №15. Юным фотографам были вручены дипломы и призы.

Работы победителей были представлены на сайте engels-city.ru.



СКОРО ОТКРЫТИЕ!
Начинаем набор детей

- группа неполного дня
- развивающие занятия для малышей
- творческие студии
- детские праздники

ЛУЧШИЕ РЕПЕТИТОРЫ

ДАР
детской организации развития

ул. Краснодарская, д. 18
8-917-83-10-917

Салон модной женской одежды **Lina**

На любой вкус!

г. Энгельс,
ТК «Олимп» (0 этаж)
8-917-982-11-33
8-906-149-02-29

Ремонт • Продажа • Изготовление

Хисяметдинов
Расим Гильманович
ювелир

8 927 623 53 44
ул. Тельмана, 33 (маг. «Апельсин»)

ПЕЧАТЬ ЛОГОТИПОВ НА СПЕЦОДЕЖДЕ

РЕКЛАМНАЯ ПРОДУКЦИЯ

8(8453) 71 46 42
8 927 228 46 42

31 августа - День Города

В празднике приняли участие несколько тысяч горожан

■ Череду мероприятий, посвященных Дню города, продолжалась в течение недели, но самые яркие, интересные и зрелищные проводились 31 августа, непосредственно в День города.

Старт праздника

Открыло череду торжеств театрализованное действо в городском парке у ротонды. Со словами поздравления к горожанам обратились губернатор Саратовской области Валерий Радаев, председатель Саратовской областной Думы Владимир Капкаев и Глава Энгельсского муниципального района Дмитрий Лобанов.

Вечером

Вечерняя праздничная программа на центральной площади была очень насыщенной.

Театрализованное представ-

Специальный гость праздника - Верка Сердючка



В этом году восстановили парад, от которого несколько лет воздерживались. Как обычно, в нем приняли участие все предприятия и организации Энгельса.

ление «Волжская мозаика» включало хореографические и вокальные номера в исполнении местных творческих коллективов.

Впервые свое искусство продемонстрировали мастера 3D-маппинга (объемное проецирование изображения на архитектурный объект).

Молодежь приняла участие в танцевальном флеш-мобе «Живая река».

Зрителей не испугал даже проливной дождь. Для них пела (пел?) звезда российской эстрады Верка Сердючка.

Завершилась программа грандиозным фейерверком.

Вдоль по Тельмана



■ В этом году восстановили парад, от которого несколько лет воздерживались. Как обычно, в нем приняли участие все предприятия и организации Энгельса,

представляющие промышленность и социокультурную сферу. Были среди марширующих и наши коллеги – журналисты.

Шествие «Река времени» началось от Быка и завершилось на площади.

Ожившая история

В городском парке были представлены все эпохи



■ Праздник продолжился в городском парке. Здесь были развернуты не поднадоевшие всем националь-

ные дворики, а тематические пространства, отражающие исторические вехи, реальные или легендарные события из

жизни Покровска-Энгельса.

Первой гостей встретила площадка, посвященная эпохе Петра I, а конкретнее

встрече Петра I и Аюка Хана на покровской земле. За ней следовали: «Покровская слобода», «Провинциальный городок», «Столица немцев Поволжья», «Великая Отечественная война», «Космическая эра» и др. На всех площадках были представлены предметы быта, костюмы, создающие атмосферу той эпохи, которой они посвящались. Везде звучали песни, проводились игры и конкурсы. Вся эта масштабная историческая зарисовка называлась «Город удивительной судьбы».

Дерзкая Красота
Все виды парикмахерских услуг
ОЗДОРОВЛЯЮЩЕЕ
КЕРАТИНОВОЕ
разглаживание волос
KERATIN COMPLEX
smoothing therapy
Тельмана, 138
8-927-228-63-65
8 (8453) 95-10-79

Студия красоты
«Фантазия»
- Парикмахерские услуги
- Визаж, коррекция бровей
- Маникюр, педикюр
- Нарощивание ногтей
NEW Цветное ламинирование
Экранирование волос
ул. Ленинградская, 7
8(8453) 79-29-69, 8-929-777-57-23

Студия красоты
«Клеопатра»
Любые виды парикмахерских услуг
Креативные покраски
Нарощивание ресниц
Маникюр, педикюр, наращивание ногтей
Услуги косметолога, визаж
Ранние работы: 8.00-20.00
Вс.: 9.00-18.00
г. Энгельс, ул. Тельмана, 33
Тел.: 72-28-73

парикмахерская
«Виланта»
- Стрижки (от 150 рублей)
- Химическая, биолавивка
- Маникюр, педикюр
- Визаж, коррекция бровей
NEW Цветное ламинирование
Экранирование волос
ул. Космонавтов, 5. 8-905-321-81-92

САЛОН-ПАРИКМАХЕРСКАЯ
ПРЕСТИЖ
• ПАРИКМАХЕРСКИЕ УСЛУГИ •
• КОСМЕТОЛОГИЯ • МАССАЖ •
• ПЕДИКЮР • МАНИКЮР •
8 (8453) 95 02 05 пр-т Строителей, 3

faberlic Красота и стиль жизни
пн-пт 11-18.30, сб 10-13
ТОВАРЫ ДЛЯ ДОМА,
КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ
Агентское представительство:
8 929 77 823 77
8(8453) 95 04 40
ул. Тельмана, 144

ФУНТИК
Здоровые ножки - счастливые детки
Большой выбор ДЕТСКОЙ
ОРТОПЕДИЧЕСКОЙ обуви
ул. Тельмана, 150А
8 967 502 27 33
Врачи рекомендуют

1000 любителей свадебных платьев
хватит?
www.pokrovsk-svadba.ru
тел.: +7-908-555-09-17
Первое свадебное бюро
г. Энгельс, ул. Ф. Энгельса, 11
СКИДКА ПО КУПОНУ 5%

РЕЖИМ РАБОТЫ:
с 16:00 до 05:00
БАР КАФЕ
Лагуна
• Музыка
• Большой выбор напитков,
блюد русской и европейской кухни
• Банкетные залы
на 60 и 30 человек
ул. Тельмана 148 «Б» ☎ 8(8453) 77 54 72

Elena Poroshina
АТЕЛЬЕ
пошив и ремонт одежды,
головных уборов и аксессуаров
Режим работы пн-пт 9-18, сб 9-14
вс выходной
пр-т Ф. Энгельса, 11. Тел.: 8 917 023 04 32

детский магазин
Юла
29, 30 сентября и 1 октября
скидка 10%
на все группы товаров
ул. Одесская, 75
8-937-249-04-64
1 нам год

ПРИБОЙ
3 банкетных зала до 40 человек
Корпоративы,
свадьбы,
юбилеи,
поминальные обеды
ул. Тельмана, 33
8 (8453) 73 42 25
8 903 020 84 00



Народные средства для волос

Эффективно укреплять волосы вы можете и своими руками

■ Маски для укрепления волос.

Вымыть голову теплой водой без мыла; затем, мягко массируя кожу головы, втереть поваренную соль. Продолжительность манипуляции 10-15 минут. Промыть волосы. Повторить эту процедуру 6 раз. Русские знахари утверждали, что это средство спасало многих от облысения при сухой коже головы.

При усиленном выпадении волос нужно вначале их укрепить. Для этого раз в неделю в течение 1-2 месяцев за полчаса до мытья следует втирать в корни волос смесь спирта и масла касторового (или репейного) поровну. Затем волосы хорошо промывать. Через 1-2 месяца, когда волосы укрепятся, можно приступить к их лечению.

Хорошо восстанавливает луковицы волос маска из масла, желтка и сока лука. В сок от 1 средней луковицы добавить столько же касторового масла и 1 желток. Втереть в кожу головы за 45

минут до мытья, покрыть голову целлофановым пакетом, а сверху махровым полотенцем. Через 45 минут осторожно промыть волосы и аккуратно расчесать. Периодически повторять курс лечения.

Медовая маска также применяется против выпадения волос. В кипяченую воду, охлажденную до 40-50 °С, добавить мед: на 1 л воды 2 столовые ложки меда. Этой водой смачивать голову или втирать в кожу головы 2 раза в неделю. Такой бальзам укрепляет волосы и способствует их росту.

Отвары и настойки против выпадения волос.

При сильном выпадении волос для ополаскивания применяют отвар, приготовленный из 3 столовых ложек нарезанного корневища аира, проваренного в течение 15 минут в 0,5 л уксуса.

Хорошо укрепляет волосы и препятствует их выпадению обычная крапива. Лучше все-

го использовать для лечения молодую крапиву, срезанную до цветения. Приготовьте отвар из нее, остудите до 40°С и споласкивайте им волосы после мытья.

Травы для укрепления волос: 6 столовых ложек смеси корней лопуха войлочного и аира болотного (1:1) залить 1 л воды, кипятить 15-20 минут. Дать отвару остыть. Втирать в кожу головы 2-3 раза в неделю.

Будет полезно втирать в кожу головы березовый сок, соки алоэ, чеснока, мед и куринный желток. Возьмите все эти ингредиенты по 1 чайной ложке, тщательно перемешайте и втирайте смесь в кожу головы. Походите так 1-2 часа или больше, перед тем как мыть голову. Мыть и полоскать ее советуем крепким настоем листьев березы. При выпадении волос и болезнях кожи головы полезно 2 раза в неделю мыть голову отваром корня лопуха и цветков календулы (20 г лопуха и 10 г календулы на 1 л воды).

Можно включить в отвар 15 г шишек хмеля.

Настойка из сока лука.

Столовую ложку лукового сока смешать с 2 столовыми ложками водки. Применять для втирания в кожу перед мытьем головы на протяжении 3-4 месяцев как средство при жирной перхоти и выпадении волос.

Крапивный настой.

Столовую ложку сушеных листьев крапивы двудомной заварить 200 мл кипятка, настаивать 1,5 часа, процедить. После мытья волосы слегка подсушить и втереть настой в кожу головы. Применять 1-2 раза в неделю в течение длительного времени при усиленном салоотделении, перхоти и выпадении волос для их укрепления.

Настой мать-и-мачехи.

Столовую ложку высушенных листьев или цветков мать-и-мачехи залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут. При выпадении волос втирать в кожу головы за 40-60 минут до мытья.

Совет по уходу за кожей лица осенью

Наступила пора применения мер по восстановлению кожи

■ Наступила осень... После летнего отдыха мы вдруг замечаем, что солнечные ванны, купание и теплый летний ветер иссушили нашу кожу и волосы. Резче проступили морщинки, местами кожа настолько сухая, что может шелушиться. Конечно, можно подождать, пока осенние дожди и отсутствие солнца сами не напитают кожу влагой и ее состояние само собой нормализуется. Но лучше сразу принять меры.

Умываясь по утрам ис-

пользовать кипяченую или минеральную воду. В очищенную воду можно добавить немного соли, на стакан одну чайную ложку. Лосьон для сухой кожи идеально подойдет, если на коже есть раздражения и микровоспаления. В лосьон можно добавить немного меда.

Смягчить кожу поможет питательная маска из красной рябины или моркови. Для ее приготовления рябиновый или морковный сок (1 чайная лож-

ка) смешивают со столовой ложкой растопленного маргарина. Маску наносят на лицо на пятнадцать минут.

Если кожа так высохла, что шелушится, наиболее эффективны маски с добавлением масла. Применение таких масок требует времени и состояния расслабления. Зато результат можно увидеть сразу и он приятно удивит.

На слой ваты один сантиметр толщиной наносится теплое растительное масло.

Можно добавить цветки ромашки, мед, рябиновый сок.

Маска накладывается на лицо маслом вниз. Для сохранения тепла можно еще накрыть лицо полотенцем. Затем лечь и расслабиться на 20 минут. Смыть маску нужно теплой, а потом холодной водой.

Для восстановления кожи тела принимают соляные ванны. После принятия соляной ванны обязательно принять душ и нанести питательный крем.



А правильно ли мы с вами сидим?

Умение красиво сидеть - это не только искусство, но и здоровье

■ Как правильно сидеть, чтобы это выглядело красиво?

Каждая женщина должна выглядеть красиво и эстетично, независимо от того, чем она в данный момент занята. Умение красиво сидеть важно так же, как и умение красиво двигаться.

Умение сидеть красиво – не совсем легкая задача.

Зачастую, расслабившись, мы сидим так, как нам больше всего удобно, как мы привыкли. Поэтому необходимо вырабатывать такие навыки, чтобы в любой ситуации наша поза была гармонич-

ной, непринужденной и элегантной.

Очень некрасиво выглядит, если девушка сидит согнувшись, опустив плечи, когда к тому же ее локти стоят на столе, а ноги скрещены. Также некрасиво выглядит, если колени расставлены или одна нога закинута на другую. Не следует также зацепляться носками ног за одну из ножек стула или скрещивать ноги.

Умение красиво сидеть – это искусство. Если вы хотите сесть, то не надо оглядываться вокруг себя и одергивать юбку, к тому же юбка может растянуться. Необходимо нащупать край сиденья одной ногой и аккуратно на него присесть так, чтобы тяжесть тела равномерно распределялась на обе стороны бедер и ягодиц. Сидеть необходимо естественно и непринужденно, не ерзая, но и не в струнку.

Красиво смотрится женщина, у которой ноги стоят вместе и чуть отведены в сторону, если ноги стоят рядом друг с другом, а также если одна нога чуть отставлена назад. Не рекомендуется закидывать ноги одну на другую, да еще вдобавок резким движением, а также болтать ими.

Обратите внимание на то, как надо вставать. Никогда ни на что не опирайтесь при вставании, будь то колени или подлокотники кресла. В противном случае люди могут подумать, что вы неуклюжи. Поднимайтесь с помощью мышц бедер.

На рабочем месте красиво и правильно сидеть вам поможет правильная высота стола и спинка стула, которая должна быть обязательно твердой.

Для отдыха зачастую принято

выбирать мягкую мебель. Но на таких диванах и креслах просто не удастся красиво сидеть, а встать с них красиво вообще проблематично. В этом случае, когда вы садитесь, нужно опираться на один край кресла и быстро продвинуть тело назад.

Необходимо также помнить, что если вам приходится в течение рабочего дня долго сидеть, то время от времени необходимо встать и пройтись, выполнить несколько наклонов и потянуться – это вам поможет избавиться от усталости.

Не забудьте о гимнастике, которая поможет укрепить мышцы ног. Например, можно выполнять такое упражнение: нужно сесть на пол возле стены и опереться в нее. Ноги скрестить, а руки опустить вдоль тела. Нужно без помощи рук, опираясь на стену, попробовать подняться.



Предупредить легче, чем лечить

Как можно уменьшить риск простудных заболеваний сегодня

АНЖЕЛА КОСЕНКО, врач-педиатр МУЗ «Детская городская поликлиника №2».

■ Осень приносит с собой частые простуды у детей самого разного возраста. Что же можно предпринять, чтобы уменьшить риск простудных заболеваний у детей и избежать их последствий?

Составьте небольшой план профилактических мероприятий для вашего ребенка и включитесь в их выполнение всей семьей.

Организируйте режим дня ребенка.

Ему необходимы полноценный, достаточный по длительности ночной и дневной сон; исключение переутомления и перевозбуждения; обязательные и достаточные по времени прогулки на свежем воздухе; исключение переохлаждения; ограничение посещения ребенком мест большого скопления людей.

Организируйте рациональ-

ное питание.

Необходимо учитывать возрастные особенности ребенка и склонность к аллергическим реакциям. Потреблять больше овощей и фруктов. Разумно относиться к углеводистой пище и сладкому.

Реже болеют дети, занимающиеся закаливанием.

Для повышения защитных сил организма можно использовать препаратов растительного происхожде-

ния (прополис, экстракты элеутерококка, заманихи и др.) желательны после консультации с лечащим врачом.

Хороший эффект перед началом сезона и в сезон эпидемий ОРВИ приносит орошение слизистой оболочки носа солевыми растворами, полоскание зева и промывание носовых ходов антисептическими растворами (отвар ромашки, календулы, зверобоя и др.).

Проводите общие гигиенические мероприятия:

- использование фильтров воды;
- санация хронических очагов инфекции (например, кариеса зубов) у ребенка и членов его семьи;
- рациональный выбор одежды и обуви из натуральных тканей;
- поддержание температуры в помещениях +21°C (+18°C в спальне) днем и +18°C (+16°C в спальне) – ночью.
- необходимо часто менять нательное белье, особенно у детей раннего возраста (2-3 раза в день).

В холодное время года у ребенка не следует закрывать нос и рот шарфом (так как это ведет к перегреванию теплым и влажным выдыхаемым воздухом, нарушению кровообращения и воспалению верхних дыхательных путей).

Лучшая защита от простуды – её комплексная своевременная профилактика!



Адаптация первоклассника

Поступление в первый класс - серьезное испытание для ребенка

ОЛЬГА ВЕЧКИНА, психолог МУЗ «Центр медицинской профилактики».

■ Ежегодно в многомиллионную среду школьников вливается новое пополнение. Начинают свой первый учебный год те, кому исполнилось семь лет, а в последнее время за парты садятся и шестилетки.

Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой, но не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, к которой обязывает школьное обучение. В ответ на новые повышенные требования к организму первоклассника в первые недели и месяцы обучения могут появиться жалобы детей на усталость, головные боли, возникнуть раздражительность, плаксивость, нарушение сна, снижается аппетит. Может быть ночное недержание мочи, повышенная потливость ладоней и стоп. Дети жалуются на ощущение кома в горле во время ответов на уроке, ощущения сердцебиения, кратковременные колющие и ноющие боли в области сердца, возникающие на фоне эмоционального напряжения, схваткообразные боли в животе, не связанные с приёмом пищи и не сопровождаются симптомами интоксикации (тошнота, рвота, жидкий стул).

Такие изменения в организме первоклассника, связанные с трудностями

приспособления к началу обучения в школе называют адаптационным периодом или школьным стрессом.

Признаки успешной адаптации:

- Удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.

- Насколько легко ребенок справляется с программой.

Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а также не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.

Если программа сложная, да еще и предполагает изучение иностранного языка, внимательно следите, не является ли такая нагрузка чрезмерной. Лучше вовремя откорректировать это, иначе начнутся проблемы со здоровьем. Может быть, в другом классе, с меньшей нагрузкой, ребенок почувствует себя комфортнее?

Очень важно на первых порах вселить в школьника уверенность в успех, не давать ему поддаваться унынию («У

меня ничего не получится!»), иначе бороться с апатией вы будете очень долго.

- Признак успешной адаптации – это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому.

- Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

Рекомендации родителям:

В этот трудный период для ребенка необходимо окружите его вниманием, заботой, доброжелательностью, терпимостью, т.е. микросоциальный климат, который обеспечивает положительный эмоциональный тонус детей и создание благоприятных условий для занятий, игр, отдыха.

Обязательно хвалите ребенка, не ругайте за грязь в тетради, за оценки, не упрекайте и не сравнивайте своего ребенка с другими. Любите и принимайте его таким, какой он есть.

Минимизируйте пребыва-



INVITRO®

независимая лаборатория ИНВИТРО

МЕДИЦИНСКИЕ АНАЛИЗЫ:

- цитология
- гистология
- биохимия
- микробиология
- онкомаркеры
- иммунология
- аллергии
- пцр-диагностика
- генетические тесты
- инфекции

весь сентябрь АКЦИЯ!

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
по контрацепции и вопросам климатерия

8 (8453) 740 590
8 927 622 08 88

ул. Тельмана, 150/5
www.invitro.ru

Стоматологическая клиника КлиникСтар

все виды лечения
реставрация
протезирование (бюгельное)

ул. Тельмана, 150/10
8 (8453) 71 67 57
8 927 228 67 57
8 962 624 55 77

СТОМАТОЛОГИЯ «Л. Л. ЗАВОЛЖЬЕ»
работаем с 1992 года

Пенсионерам по возрасту

СКИДКА 10%



ул. Тельмана, 43 тел.: (8453) 72-94-66

СТОМАТОЛОГИЯ
ООО «Профессионал»

Оградите себя от больших затрат в будущем.
Вылечите зуб сегодня.
У нас недорого,
но гарантировано.



8 (8453) 73 26 76 ул. Космонавтов, 13
8 917 305 98 92 stomprof@gmail.com

СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ
КАБИНЕТ

все виды лечения
реставрация
протезирование



г. Энгельс (8452) 32-32-50
ул. Ленинградская, д.7 8-962-622-32-50

ПЕЧАТАЕМ ВИЗИТКИ, ЛИСТОВКИ, ПРОСПЕКТЫ



Визитки 2000 шт. - 1,2 руб/шт.
Листовки А6 10000 шт. - 0,71 руб/шт.
Листовки А5 10000 шт. - 0,91 руб/шт.
Листовки А4 10000 шт. - 1,31 руб/шт.

РАСПРОСТРАНИМ
ваши листовки через
нашу ГАЗЕТУ

8 (8453) 71 65 71

Любимые питомцы - попугаи

Особенности ухода за домашними попугаями



Ара

■ Попугаи давно живут рядом с человеком. Однако существуют особенности содержания попугаев в качестве домашних животных. Так, например, продолжительность жизни маленьких попугаев около 15 лет, а крупные виды, если о них должным образом заботиться, могут прожить около 50 лет. Это в три раза больше, чем собаки или кошки. Люди, ищущие компаньона на период сопоставимый с человеческой жизнью, могут посчитать попугая подходящим для себя домашним питомцем. В то же время, например, для родителей,

желающих приобрести домашнее животное для ребенка, это станет существенным недостатком.

Часто попугаи становятся привлекательными из-за способности научиться разговаривать. Некоторые виды попугаев действительно способны повторять слова и даже предложения, которым их научили, но нет никаких существенных доказательств, что попугаи понимают смысл тех слов, которые произносят. Несмотря на это, обучение попугая новым словам может быть очень увлекательным занятием как для хозяина, так и

для попугая.

Существует много различных видов попугаев, подходящих для содержания в качестве домашних питомцев. Самые популярные виды это: ара, волнистые попугаи, какаду, корелла, жако и неразлучники.

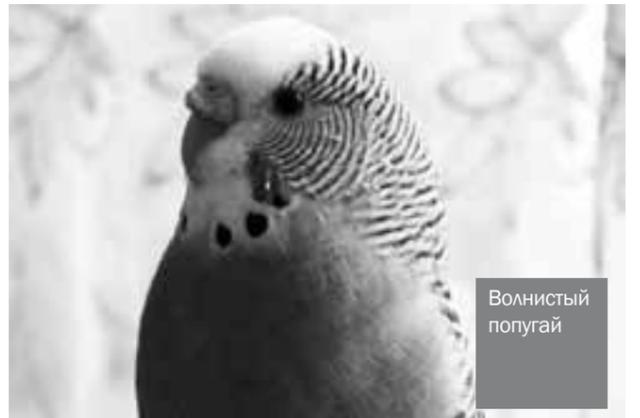
Ручной самец попугая – лучший питомец, он более склонен к общению и не будет иметь проблемы со здоровьем, связанные с кладкой яиц. Самки попугаев нуждаются в чуть большей заботе. У попугаев некоторых типов очень сложно, а иногда и не-

возможно определить пол пока они молоды. Поэтому тем, кто ищет самца или самку придется выбирать из уже более взрослых попугаев.

Перед тем как решиться на приобретение попугая следует узнать больше о видах попугаев и их содержании, а также принять во внимание некоторые факты.

Большим попугаям нужно много места

Определите, сколько места вы сможете выделить для попугая. Например, попугаям Ара нужно достаточно много места. Кроме огром-



Волнистый попугай

Достаточно ли у вас времени для попугая? Попугаи просыпаются с восходом солнца и ложатся спать, когда темнеет. Для многих людей это как раз то время, когда они находятся на работе. К сожалению, субботы и воскресенья недостаточно для попугая. У вас должна быть возможность проводить достаточное количество времени с вашим попугаем каждый день для его эмоционального здоровья. Если у вас нет времени для попугая, лучше его не заводить.

Уход за попугаем

Есть ли у вас время и мотивация для чистки и ухода за попугаем? У попугая должны быть свежие продукты питания и вода каждый день. Клетку попугая необходимо очищать от мусора ежедневно. Каждую неделю, как минимум, клетка нуждается в тщательной очистке. Перья попугая так же необходимо регулярно отчищать.

Если у вас стабильный образ жизни, вы можете удовлетворять нужды попугая ежедневно и все члены семьи хотят попугая, тогда, вероятно, для вас попугай станет лучшим домашним питомцем!

Если у вас стабильный образ жизни, вы можете удовлетворять нужды попугая ежедневно и все члены семьи хотят попугая, тогда, вероятно, для вас попугай станет лучшим домашним питомцем!



Жако

ной клетки ему необходимо выделить некоторое место для игр. Волнистым попугаям и попугаям корелла не нужно столько места. Поэтому выбирать размер попугая лучше в соответствии со свободными квадратными метрами жилища.

Другие члены семьи и дети

Попугаю желательно проводить некоторое время вне клетки каждый день. Дети и крупные попугаи не очень хорошо сочетаются. Попугаи могут клевать пальцы ребенка, ведь они колотят грецкие орехи в дикой природе. В

разной степени, но все попугаи достаточно шумные, а некоторые могут быть очень громкими. Как другие члены семьи относятся к этому факту?

Если у вас есть собаки, кошки, змеи, хорьки или другие домашние животные, не станет ли попугай едой для них?

Расходы на содержание

Можете ли вы позволить себе расходы на попугая, включая клетку, игрушки, питание и медицинское обслуживание?

Внимание для попугая



Неразлучники

Что такое груминг?

Холеное животное – гордость хозяина

Светлана Беднова, грумер ЗооЦентра «Верное сердечко».

■ У окружающих ухоженный питомец вызывает восхищение и уважение к владельцу. Любому питомцу должен быть ухоженным – будь то выставочный красавец или просто домашний любимец.

Груминг обозначает весь комплекс ухода за животным, который включает в себя поддержание в чистоте шерсти (расчесывание, стрижку и укладку шерсти соответственно породе), а также кожи, глаз, ушей, подрезание когтей.

Стрижка собак и кошек модельная и гигиеническая, вычесывание колтунов, мытье, сушка и укладка шерсти, подрезание когтей и маникюр, маски для кожи и шерсти, СПА-процедуры, чистка параанальных желез, папилы для длинношерстных собак, требующих специального ухода – все это груминг. Он может



быть повседневным и выставочным.

Для проведения специальных процедур необходимо профессиональное оборудование. Например, грумерская ванна позволяет комфортно вымыть любое животное от маленьких чихуа и кошек до самой крупной овчарки. Фены быстро и качественно просушивают шерсть, выбивают влагу из подшерстка, что сокращает время сушки вдвое, сохраняют кожу и шерсть от пересушивания, плавно регулируется температура и скорость потока

позволяют подобрать правильные параметры для разных типов шерсти.

Ножницы и сликеры, стриппинги и фурминаторы, ножи для тримминга и профессиональные машинки для стрижки животных, когтерезы и даже лаки для когтей предназначены для получения наилучшего результата.

Отдельно стоит сказать о косметических средствах. Для груминга используются несколько марок косметики для животных, специалисты стараются подобрать в каждом случае

оптимальный вариант, увлажняя сухую шерсть и не перегружая нормальную.

Отличный эффект получается при использовании средств с натуральными ингредиентами, спреев с морскими минералами, в сочетании с массажем они успокаивают и расслабляют, выводят токсины, делают шерсть упругой и блестящей.

Разнообразные модели стрижек разработаны для кошек. Кошке могут помыть шерсть с сушкой и укладкой, вычесать колтуны и линяющую шерсть, подстричь когти, а также сделать окрашивание и мелирование.

К профессионалам обращаются еще и в тех случаях, когда животное надо подготовить к фотосессии. Здесь возможно использование страза, красок и цветной туши для шерсти, плетение и стриженные рисунки, креативные прически длинношерстным породам.

**ПЕРВЫЙ
ЗООМАГАЗИН**
WWW.ZOOMAGAZINE4.RU

домашние питомцы,
широкий выбор кормов
и товаров для ухода

8 987 822 96 19
ул. Ломоносова, д. 18



PRO ХВОСТ
сеть зоомагазинов

Приглашаем всех, у кого есть
домашние питомцы,
за покупками

ул. Тельмана 150/2

тел.: 8-927-100-4774

**ЗооЦентр
Верное Сердечко**

Ветеринарный врач,
лечебные процедуры

корма для животных, косметические
средства по уходу, одежда,
аксессуары и многое другое

ул. Набережная Рудченко, д. 14

Тел.: 76-70-60

ПРОДАЖА АВТОМОБИЛЕЙ

VAZ

VAZ 2110, 2003 г.в., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серебряный. Цена: 127 т.р. Тел.: 8-953-633-33-59

VAZ 2110, 2003 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серебряный. Цена: 135 т.р. Тел.: 8-951-880-55-77

VAZ 2110, 2005 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет бежевый. Цена: 148 т.р. Тел.: 8-927-054-03-04

VAZ 2111, 2005 г.в., 1.6 MT, гибрид, передний привод, универсал, левый руль, цвет пурпурный. Цена: 139 т.р. Тел.: 8-917-986-72-24

VAZ 2111, 2003 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, универсал, левый руль, цвет серый. Цена: 150 т.р. Тел.: 8-917-325-81-25

VAZ 2111, 2005 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, универсал, левый руль, цвет золотой. Цена: 195 т.р. Тел.: 8-927-151-89-99

VAZ 2112, 2004 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет чёрный. Цена: 167 т.р. Тел.: 8-917-983-74-34

VAZ 2112, 2005 г.в., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет синий. Цена: 173 т.р. Тел.: 8-927-772-11-10

VAZ 2112, 2005 г.в., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет чёрный. Цена: 150 т.р. Тел.: 8-927-161-23-33

VAZ 2112, 2003 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет коричневый. Цена: 135 т.р. Тел.: 8-909-330-40-20

VAZ 2114, 2004 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет зелёный. Цена: 135 т.р. Тел.: 8-937-266-27-69

VAZ 2114, 2008 г.в., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет серебряный. Цена: 180 т.р. Тел.: 8-927-134-00-58

VAZ 2114, 2008 г.в., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет чёрный. Цена: 170 т.р. Тел.: 8-927-133-91-17

VAZ 2115, 2003 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет зелёный. Цена: 110 т.р. Тел.: 8-937-806-72-85

VAZ 2115, 2005 г.в., 1.5 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет голубой. Цена: 149 т.р. Тел.: 8-917-310-38-19

VAZ 2115, 2006 г., 1.5 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серый. Цена: 150 т.р. Тел.: 8-987-375-31-61

VAZ 2131 Нива, 2008 г., 1.7MT, бензин, полный привод, внедорожник, левый руль, цвет серебряный. Шумоизоляция. Сигнализация с обратной связью. Музыка USB. ГУР. Литые диски. Новая АКБ. Цена: 260 т.р. ТОРГ. Тел.: 8 987 825-29-18

VAZ 2131 Нива, 2007 г., 1.7 MT, бензин, внедорожник, цвет серый + комплект импортных зимних колес на штампах (шеви). Цена: 250 т.р. Тел.: 8 960 340-33-62

VAZ 2131 Нива, 2011 г., Пробег 17 000 км, 1.7 MT, бензин, внедорожник, цвет серый. Цена: 335 т.р. Тел.: 8 927 621-76-58

VAZ Granta, 2012 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет белый, один владелец. отличное состояние. Цена: 235 т.р.

ВЫДЕЛИСЬ ИЗ ТОЛПЫ

НАНЕСЕНИЕ ЛОГОТИПОВ НА ФУТБОЛКИ БОКАЛЫ МАГНИТЫ ПОДУШКИ ПАЗЛЫ

АКЦИЯ! (весь сентябрь) к дню учителя на сувениры 10% СКИДКА

ТД «АВРОРА» 3 этаж
Тел.: 8-965-881-80-73

ТОРГ. Тел.: 8 962 629-69-89

VAZ Granta, 2012 г., 1.6 MT, бензин, седан, цвет серебряный, подушка безопасности. Цена: 305 т.р. БЕЗ ТОРГА! Тел.: 8 937 265-76-62

VAZ Granta, 2012 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет синий. Цена: 289 т.р. ТОРГ. Тел.: 8 906 154-23-87

VAZ Kalina, 2007 г. 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серый, в отличном состоянии, не битая, не крашеная, 2 хоз., комплектация электро усилит. руля, 2 стеклоподъемника, сигнализация, музыка. Цена: 175 т.р. Тел.: 8 953 635-33-01

VAZ Kalina, 2007 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет синий. Один хозяин. Есть зимняя резина. Магнитола. Состояние хорошее. Подробности по телефону. Цена: 180 т.р. Тел.: 8 917 215-61-45

VAZ Kalina, 2007 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серебряный. Цвет рислинг. Цена: 190 т.р. Тел.: 8 905321-69-22

VAZ Kalina, 2008 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, универсал, левый руль, цвет серебряный, восьмью клапанный люкс. Цена: 207 т.р. Тел.: 8 987 381-07-91

VAZ Kalina, 2008 г. 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет золотой. Один хоз. Цвет - бело-жёлтый перламутровый. Центральный замок. ЭУР. Фаркоп. Не битая. Цена: 195 т.р. Тел.: 8 927 053-51-33

VAZ Kalina, 2009 г., 1.4 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серебряный. Цена: 195 т.р. Тел.: 8 908 555-80-98

VAZ Kalina, 2009 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет золотой, сигнализация, цвет желто-зеленый. Цена: 208 т.р. ТОРГ. Тел.: 8 917 325-31-13 Владимир

VAZ Kalina, 2010 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серебряный, максимальная комплектация. Цена: 279 т.р. Тел.: 8 927 112-01-32

VAZ Kalina, 2011 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серебряный, не битый, не крашенный. Цена: 270 т.р. Тел.: 8 987 339-89-09

VAZ Kalina, 2011 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, универсал, левый руль, цвет серебряный. Состояние отличное. Цена: 255 т.р. Тел.: 8 967 500-64-70

VAZ Kalina, 2013 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет чёрный. Автомобилу 3 месяца. 1 хозяин. Первое ТО пройдено. Цена: 305 т.р. Тел.: 8 961 052-25

VAZ Priora, 2007 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серебряный. Цена: 208 т.р. Тел.: 8 906 305-02-19

VAZ Priora, 2007 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серый, битый, подробности по телефону, моторный отсек почти целый. Цена: 60 т.р. Тел.: 8 917 312-32-07

VAZ Priora, 2008 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, правый руль, цвет серый. Цена: 195 т.р. Тел.: 8 908 542-29-94

VAZ Priora, 2008 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, в идеальном состоянии, цвет СОЧИ серый. Цена: 230 т.р. Тел.: 8 964 994-35-35

VAZ Priora, 2010 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет белый, 2010 г.в. Комплектация «стандарт». Цена: 250 т.р.

VAZ Priora, 2012 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет серый. Цена: 330 т.р. Тел.: 8 906 155-10-97

AUDI

Audi 90, 1989 г., 2.3 MT, бензин, полный привод, седан, левый руль, цвет чёрный. Цена: 130 т.р. Тел.: 8-905-031-47-29

МАЗДА 323
2001 год выпуска
серебристый металлик.
1,6 инжектор, ABS, ГУР,
полный электропакет.
В хорошем состоянии.
8-905-321-31-31

Audi A4, 2001 г., 1.8 AT, бензин, передний привод, универсал, левый руль, цвет чёрный. Цена: 370 т.р. Тел.: 8-960-348-27-48

Audi A6, 1995 г., 2.0 AT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет синий. Цена: 260 т.р. Тел.: 8-917-219-46-94

Audi A6, 2008 г., 2.0 AT, дизель, передний привод, седан, левый руль, цвет чёрный. Цена: 900 т.р. Тел.: 8-903-328-87-55

BMW

BMW X3, 2004 г.в., пробег 130000-139999 км, 3.0 AT, бензин, полный привод, внедорожник, левый руль, цвет чёрный. Цена: 550 т.р. Тел.: 8-905-381-77-77

BMW X5, 2005 г.в., 3.0 AT, дизель, полный привод, внедорожник, левый руль, цвет серый. Цена: 920 т.р. Тел.: 8-937-222-43-44

BMW 7, 1998 г.в., 4.4 AT, бензин, задний привод, седан, левый руль,

цвет чёрный. Цена: 325 т.р. Тел.: 8-937-222-88-39

CHEVROLET

Chevrolet Lacetti, 2007 г., 1.4 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет серебряный. Цена: 315 т.р. Тел.: 8-962-626-26-66

Продам
земельный участок
15 сот., под ИЖС
в районе дач села
Красный Яр.
Первый ряд от реки.
Цена: договорная.
Тел.: 8 906 315 85 58

Chevrolet Lanos, 2007 г., 1.5 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет белый. Цена: 200 т.р. Тел.: 8-927-115-44-15

Chevrolet Cruze, 2011 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серый. Цена: 485 т.р. Тел.: 8-987-362-61-40

Chevrolet Cruze, 2012 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет серебряный. Цена: 545 т.р. Тел.: 8-937-968-53-35

FORD

Ford Focus, 2008 г., 1.8 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет синий. Цена: 405 т.р. Тел.: 8-937-020-00-16

Ford Focus, 2006 г., 1.8 MT, бензин, седан, цвет чёрный. Цена: 510 т.р. Тел.: 8-908-553-39-12

Ford Focus, 2010 г., 2.0 MT, бензин, хетчбэк, цвет чёрный. Цена: 490 т.р. Тел.: 8-927-277-21-45

Ford Focus, 2011 г., 2.0 AT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет коричневый. Цена: 725 т.р. Тел.: 8-937-250-36-36

Ford Mondeo, 2011 г., 2.3 AT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет серый. Цена: 800 т.р. Тел.: 8-927-916-54-53

HYUNDAI

Hyundai i30, 2008 г., 1.4 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет серебряный. Цена: 380 т.р. Тел.: 8-917-314-45-09

Hyundai Getz, 2007 г., 1.4 MT, бензин, передний привод, хетчбэк, левый руль, цвет синий. Цена: 275 т.р. Тел.: 8-961-640-07-07

Hyundai Matrix, 2006 г., 1.6 MT, бензин, передний привод, универсал, левый руль, цвет красный. Цена: 230 т.р. Тел.: 8-937-243-87-51

Hyundai H1, 1997 г., 2.6 MT, дизель, задний привод, минивэн, левый руль, цвет синий. Цена: 240 т.р. Тел.: 8-905-382-07-84

Hyundai Accent, 2001 г., 1.3 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет синий. Цена: 205 т.р. Тел.: 8-917-209-93-25

Hyundai Accent, 2007 г., 1.5 MT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет чёрный. Цена: 280 т.р. Тел.: 8-987-375-60-28

Hyundai Accent, 2008 г., 1.5 AT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет бежевый. Цена: 275 т.р. Тел.: 8-927-221-33-52

Hyundai Elantra, 2004 г., 1.6 AT, бензин, передний привод, седан, левый руль, цвет чёрный. Цена: 300 т.р. Тел.: 8-987-833-73-62

MAZDA

Mazda 3, 2006 г. Пробег 45 000 - 49 999 км, 1.6 AT, бензин, передний

привод, седан, левый руль, цвет красный. Цена: 420 т.р. Тел.: 8-904-241-84-44

РАБОТА

Газета «ЭКСТРА ТИП» примет курьеров по доставке газеты, в р-оне «Бульвара Роз» и «Покровского» рынка.
Тел: 8-927-228-65-71

Примем на работу шаурмиста, р-он «Бульвара Роз».
Тел.: 8(8452) 93-81-01

Цветочному магазину, около «Бульвара Роз», требуется флорист. Тел.: 8-960-349-38-79

Газета «ЭКСТРА ТИП» примет менеджера по рекламе. Информационный телефон: 8-927-228-65-71

УСЛУГИ

Организация и проведение детских праздников и дней рождения. Профессионально. Недорого. Тел.: 8 927 622-72-14. Евгения.

Услуги частного детектива. Работаем круглосуточно. Конфиденциально. 8-937-257-19-04

Гостиница для животных (перевозка), кошек, мелких собак, грызунов. От 300 руб/день. 8-937-257-19-04

НЕДВИЖИМОСТЬ

Продам два земельных участка в Саратове. Тел.: 8 927 229-48-84

Продам земельный участок 15 сот., под ИЖС в районе дач села Красный Яр. Первый ряд от реки. Цена: договорная. Тел.: 8 906 315 85 58

Продам гараж + земля в собственности, р-н новой дороги в Анисовку. Цена: 100000 руб. Тел.: 8-917-210-95-91

Продам частный дом 85 кв. м. 2 уровня и летняя кухня 35 кв. м. Вода, газ, отопление, слив. 6,5 соток. 15 минут ходьбы до ул. Тельмана. От хозяина. Цена: 2000 т. руб. Тел.: 8-905-323-51-57

Сниму жилье в районе ЦНТ «Дружба» от хозяина без посредника. Тел.: 8-937-028-20-69

Продам гостинку, 19 м² 5/5 панельного дома по пр-ту Строителей. Цена: 840 т.р. Тел.: 8 903 382-57-11

Продам 1-к квартиру, 12,5 м² 1/5 кирпичного дома по пр-ту Строителей 39. В отличном состоянии. Цена: 600 т.р. Тел.: 8 962 620-07-97

Продам 1-к квартиру, 41 м² 6/10 кирпичного дома по ул. Тельмана 150/10. Хороший ремонт. Цена: 1 730 т.р. Тел.: 8 927 133-41-48

Продам 1-к квартиру, 41 м² 6/10 кирпичного дома по ул. Тельмана 150/10. Хороший ремонт. Цена: 1 730 т.р. Тел.: 8 927 133-41-48

Продам 1-к квартиру, 41 м² 6/10 кирпичного дома по ул. Тельмана 150/10. Хороший ремонт. Цена: 1 730 т.р. Тел.: 8 927 133-41-48

Продам 1-к квартиру, 37,8 м² 4/10 кирпичного дома по ул. Тельмана 150/5. Хороший ремонт, с мебелью. Цена: 2 000 т.р. Тел.: 8 965 884-33-11

Продам 1-к квартиру, 38 м² 9/10 кирпичного дома по ул. Тельмана 150/3. Новый дом, хороший ремонт. Цена: 2 000 т.р. Тел.: 8 927 622-75-45

Продам 2-к квартиру, 60 м² 2/10 кирпичного дома по ул. М.Расковой 23а. Отличная квартира в новом доме. Цена: 2 500 т.р. Тел.: 8 906 307-51-45

Продам 2-к квартиру, 65 м² 8/10 кирпичного дома по ул. Тельмана 150/5. Новая, полностью укомплектованная квартира. Цена: 3 900 т.р. Тел.: 8 927 132 64 63

Продам 2-к квартиру, 45 м² 3/5 ул.Тельмана, р-он АТС. Цена: 1 550 т.р. Тел.: 8 937 241-99-22

Продам 2-к квартиру, 56 м² 2/5 кирпичного дома, в центре Энгельса. Хороший ремонт. Цена: 2 550 т.р. Тел.: 8 937 222-19-84

РАЗНОЕ

Продаю стиральную машину ARDO A 400X в не рабочем состоянии(сломан мотор слива воды). Цена: 700 руб. Тел.: 8-917-310-11-12

Продаю стиральную машину Ariston Margarita 200. Цена: 3700 руб. Тел.: 8-919-821-39-10

Продаю стиральную машину Indesit wisl 105,в хорошем состоянии. Цена: 5000 руб. Тел.: 8-927-119-11-40

Продаю новый профессиональный велосипед «Giant», магазинная цена 18,5 т.р. Продам по цене: 16,5 т.р. Тел.: 8 906 31-85-58

Продаю телевизор Hyundai. Цена: 2 т.р. Тел.: 8 905 380-77-35

Продаю телевизор Hyundai h-led19v8. Цена: 4,6 т.р. Тел.: 8 927 226-22-38

Продаю телевизор PANASONIC TX32 LX 60 PK диагональ 81 см ЖК. Домашний кинотеатр «SAMSUNG» HT KD-8000 «Караоке на два микрофона» Цена: 10 т.р. Тел.: 8 917 320-84-30

Продаю телевизор Samsung 22 дюйма б/у в отличном состоянии. Цена: 10 т.р. Тел.: 8 987 831-75-45

Продаю 3D очки Toshiba, samsung, LG, philips. Цена: 1 т.р. Тел.: 8 987 312-17-52

Продаю кассетную видеокассету Panasonic R22 в хорошем состоянии. Цена: 1 т.р. Тел.: 8 906 304-26-23

Продаю цветной видеодомофон. Новый!! Цена: 4 т.р. Тел.: 8 919 830-98-90

ЭКСТРА ТИП
extratip@mail.ru

№5(05) от 11.09.2013 +12

Учредитель Д.Б. Березин
Издатель И.П. Березин Д.Б.
Адрес редакции и издателя 413090 Саратовская обл., г. Маркс, пр-т Ленина 89-32
тел.: (8453) 71-65-71
e-mail: extratip@mail.ru

Главный редактор С. Б. Устелимова
Технический редактор А. И. Елисеев
Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Саратовской области, свидетельство ПИ № ТУ 64-00263 от 26.04.2011. Отпечатано в Саратовском филиале ООО «Типографии «Комсомольская правда»: 410033 Саратов, ул. Гвардейская, 2а. Тел.: (8452) 57-26-41, 57-26-42.

За содержание и достоверность информации в рекламных статьях и объявлениях ответственность несёт рекламодатель. Материалы с пометкой Р публикуются на правах рекламы. Использование статей без согласия редакции запрещено.

Заказ № 4602 Тираж 5 000 экз.
Подписаны в печать - 20.00
фактически - 20.00
Распространяется бесплатно в г. Энгельсе, собственной курьерской службой.

ЭКСТРА ТИП
ПОДАТЬ ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ БЕСПЛАТНО*
при помощи СМС на номер 8 927 228 65 71 или сообщения на E-mail: extratip@mail.ru

В рубрику «Недвижимость» принимается не более

Закуска из лаваша



Приготовление: Зелень помыть и мелко нарезать. Лук зеленый помыть и мелко нарезать. Сыр твердый (брынзу) натереть на терке. Помидоры помыть и нарезать кусочками. Смешать майонез с кетчупом. Лист лаваша смазать этой смесью тонким слоем. Выложить зелень и помидоры. Затем сверху выложить тертый сыр (брынзу). Свернуть лаваш конвертиком. Так завернуть все три листа лаваша. Поставить рулеты в микроволновку. Запекать закуску из лаваша 1-2 минуты на самой большой мощности. Или нагреть духовку до 175 градусов и поставить противень в духовку на 10-15 минут. Закуска из лаваша готова. Кушать рулеты теплыми или холодными.

Продукты:
Лаваш - 3 шт.
Помидоры - 2 шт.
Зелень - 1-2 пучка
Брынза или твердый сыр - 150-200 г
Лук зеленый - 1 пучок
Кетчуп - 1 ст. ложка
Майонез - 70-100 г

Приятного аппетита!

Омлет с сыром



вам сделать вкусное и полезное блюдо по нашему рецепту. Оно готовится очень легко и быстро.

Состав:
Яйца - 2 шт.
Молоко - 0,5 стакана
Сыр - 50 г.
Зелень и соль - по вкусу.

Приготовление: 2 яйца взбить, посолить по вкусу, добавить молоко. Натереть сыр на крупной терке, добавить его в яичную массу. Добавить зелень и все поставить в духовку примерно на 10 минут. Завтрак готов.

Приятного аппетита.

■ Началась школьная пора и порой родителям не хватает времени приготовить что-нибудь на завтрак. Советуем



Кофейный пирог

■ В этом пироге удачно сочетается кофе, пряности и чернослив. К тому же он почти диетический, но от этого не менее вкусный! Количество сахара можно регулировать. Чернослив лучше брать самый хороший, и не жалеть специй! Готовый пирог можно украсить кремом, глазурью или просто сахарной пудрой, вкус от этого только выиграет. Приготовьте и не пожалеете.

Продукты:
200 мл воды
2 ч.л. растворимого кофе
250 г. муки
1 ч.л. соды
100-150 г. тростникового коричневого сахара
200 г. чернослива без косточек
щепотка соли
2 ст.л. меда, патоки или сиропа шиповника
1/2 ч.л. молотой корицы и молотого имбиря
Шоколадная глазурь для украшения по желанию

Приготовление: Заварить крепкий кофе (можно растворимый, хорошего качества), добавить сахар и мед, размешать до полного растворения сахара, остудить. Чернослив нарезать на 6-8 частей. В миску просеять муку с разрыхлителем, добавить соль и специи, перемешать. В мучную смесь влить остывший кофе, венчиком вымесить до однородной густой консистенции, добавить чернослив и еще раз перемешать. Форму смазать маслом (лучше сливочным), выложить тесто, разровнять лопаткой и отправить в разогретую до 180 гр. духовку на 30 минут. Готовый пирог вынуть, остудить 5-10 минут в форме, затем переложить на блюдо и накрыть чистым сухим полотенцем. Перед подачей посыпать сахарной пудрой или полить шоколадной глазурью.

Приятного аппетита!

Салат Гербера

Продукты:
филе куриное отварное - 200 гр
абрикосы - 5 шт.
сыр - 70 гр.
помидоры - 2 шт.
зеленый лук
майонез - стол. ложка
соевый соус - стол. лож.
йогурт несладкий - стол. ложка
зубчик чеснока
мягкий плавленый сыр - 15 гр.

Приготовление: Курицу порезать тонкими пластинками. Помидоры разрезать пополам, каждую половинку порезать тонкими ломтиками. Для заправки смешать майонез, соевый соус, йогурт, плавленый сыр. Добавить измельченный чеснок. Выложить заправку в центр плоского блюда. Вокруг «лепест-



ками» выложить курицу. Абрикосы разделить на половинки, каждую порезать тонкими дольками. Выложить помидоры и абрикосы на блюдо вокруг заправки. Порубить лук, посыпать им заправку. Салат обсыпать натертым мелко сыром.

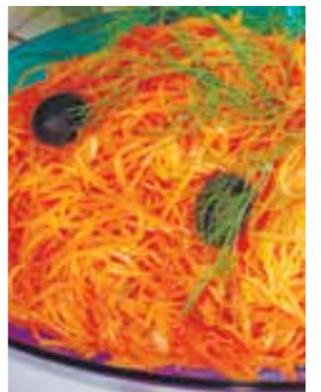
Приятного аппетита!

Салат с курицей

■ К вам собираются гости? Их можно порадовать таким несложным, но очень вкусным и питательным салатом.

Продукты:
Куриная грудка - 1 шт.
Корейская морковь - 200 г.
Фасоль красная - 1 банка
Шампиньоны - 300 г.
Лук - 1 шт.
Соленый огурец - 2-3 шт.
Майонез, зелень.

Приготовление: Отварить куриную грудку. Обжарить шампиньоны с луком, смешать с нарезанной, грудкой. Добавить корейскую морковь и банку фасоли. Нарезать соломкой огур-



цы, зелень. Заправить салат майонезом.

Приятного аппетита!

РЕКЛАМА
ПОЛИГРАФИЯ
СУВЕНИРЫ

WWW.ZEBRA64.RU

Т.: 8 8453 71 46 42
8 927 228 46 42
Е.: zebra-64@ya.ru

Приглашаем Вас в
ТЦ «Барвинок»
Пр-т Ф. Энгельса, 2

стильные СУМКИ

- чемоданы
- барсетки
- кошельки
- зонты

Шарман
женское белье
купальники, колготки,
пижамы и другое

8 905 030 30 30

отдел «Посуда»
Российский фарфор

посуда производства
Германии
Польши
Чехии

отдел «Часы - подарки»

Новая коллекция
ОСЕНЬ-ЗИМА

Assortимент приятно удивит ВАС

отдел «Парфюмерия»

VERSACE
DOLCE & GABBANA
RIMMEL
GUCCI
MAYBELLINE
NINA RICCI
MAX FACTOR

отдел «Мужская одежда»

Гороскоп на неделю

ОВЕН
В начале недели возможны разочарования. Слишком рациональные поступки не приведут вас ни к чему хорошему. Нежелательная на первый взгляд командировка может обернуться удачей.

ТЕЛЕЦ
Ваши планы могут сильно пострадать от внезапного появления незваных персонажей. В то время как ваши профессиональные дела будут требовать форсирования, у вас появится неудержимая тяга к развлечениям.

БЛИЗНЕЦЫ
Не стоит озвучивать свои недовольства, будет лучше, если ваши мысли пока останутся при вас. Возможно, вы будете вынуждены принять и выполнять в точности правила игры, навязанные неприятным человеком.

РАК
Неделя будет отмечена активными поисками решений каких-то актуальных для вас проблем, скорее всего, в личной жизни. Вас ожидает приключение, риск и новые ранящие разочарования.

ЛЕВ
Ваша жизнь перестает быть многогранной и сдвигается в область монотонности и выполнения однообразных ежедневных ритуалов. Не оттолкните хорошего человека, чтобы потом об этом не жалеть.

ДЕВЫ
Возможна не очень крупная, но красивая и полезная покупка. Велика вероятность дальнейшей поездки по делам родственников.

ВЕСЫ
Наряду с профессиональными навыками, продемонстрируйте человечность и участие. Блистательность ваших побед наполнит вас верой в себя.

СКОРПИОН
На служебные перестановки реагируйте спокойно. Если вас и коснется что-то плохое, то это обернется доброй стороной в будущем. Уезжать далеко не рекомендуется, все важное и успешное для вас будет происходить вблизи от дома.

СТРЕЛЕЦ
Неделя благоприятна для приобретения полезных предметов или пособий, для успешной деятельности в сфере вашего образования, публичных выступлений или открытого высказывания своего мнения.

КОЗЕРОГ
Не исключены дальние поездки, ведь в денежных вопросах у вас будет полный порядок. В любви возможны кризисные явления, особенно с постоянным партнером.

ВОДОЛЕЙ
Ваша активность будет направлена в сторону приобретения материальных благ. Дружеская поддержка придет вовремя, сказанное в ваш адрес вдохновит и придаст уверенности.

РЫБЫ
Полоса сомнений и плохого настроения заканчивается, наступает благоприятное время для профессионального роста и любых начинаний.