

ЭКСПЕРТНОЕ МНЕНИЕ

НЕЗАВИСИМАЯ ТОЧКА ЗРЕНИЯ

«Парк любви»

2
стр.

В августе в Центре культуры «Урал» прошёл благотворительный вечер. Все собранные деньги пойдут на создание «Парка любви» при усадьбе Расторгуевых-Харитоновых.

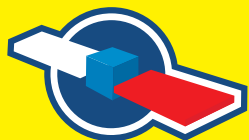
Мероприятие было рассчитано на разную аудиторию, поэтому подбор артистов специально велся в разных направлениях. Всех исполнителей объединили динамика, энергия и настроение.

Наш город был представлен рэп-исполнителем Андреем Горбушиным (Faze).

Фото Дмитрия Черепенина

Я подарю тебе небо в алмазах

6-7
стр.



ПРИКОЛОРИВ
НАРОДНОЕ СПУТНИКОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ

Спутниковое телевидение

«Телекарта»

Большие возможности
за небольшие деньги!

Рассрочка оплаты,
квалифицированные мастера

Премьер

пр. Победы, 87
тел. 34-06-56



Сантехническая
компания

Монтаж Систем Водопровода

Все виды сантехнических работ
с гарантией качества

Сварочные работы

38-96-38 8-950-650-82-41



ООО «ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ КОМПАНИЯ»

СТАЛЬНОЙ МИР

НАСТОЯЩИЕ СЕЙФ-ДВЕРИ (2,5-3мм)

NEW замки невидимки
автономные сигнализации

НИ ШУМА!
НИ ЗАПАХОВ!
НИ СКВОЗНЯКОВ!

Гарантия 3 года
двери от
15.600
рублей

противопожарные, подъездные,
гаражные ворота, входные группы, заборы.

ВСЁ ПО ИНДИВИДУАЛЬНЫМ РАЗМЕРАМ!

УСТАНАВЛИВАЕМ

механические, кодовые и электро-замки,
видеоглазки, откосы.

пр. Победы-19а,

тел.: 8-904-98-44-252, 389-700

Известные уральские музыканты поддержали проект восстановления парка Харитоновых

В рамках общественного проекта «Парк Любви» в августе в Екатеринбурге прошёл благотворительный концерт с участием творческих коллективов города и области.

Все средства, собранные от продажи билетов на концерт, будут направлены на реконструкцию Харитоновского парка, расположенного на Вознесенской горке.

Мероприятие прошло на площадке Центра культуры «Урал».

Наш город был представлен рэп-исполнителем Андреем Горбушиным (Faze).

Отметим, проект восстановления парка при усадьбе Расторгуевых-Харитоновых уже поддерживают известные уральские музыканты из группы «Чайф», а также многие другие представители творческого сообщества Урала.

Может и в Каменске возможно организовать подобное мероприятие, а средства направить на создание нового достойного места отдыха для горожан?



Женская одежда XXXL

БОЛЬШИЕ РАЗМЕРЫ

только у нас с 56 по 76 р.

НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ
АССОРТИМЕНТА

– БЛУЗКИ, ТОПЫ,
ТУНИКИ, БРЮКИ,
КАПРИ, ЮБКИ,
КУПАЛЬНИКИ,
НИЖНЕЕ БЕЛЬЁ.
А ТАКЖЕ ПУХОВИКИ,
КУРТКИ И ЖАКЕТЫ.

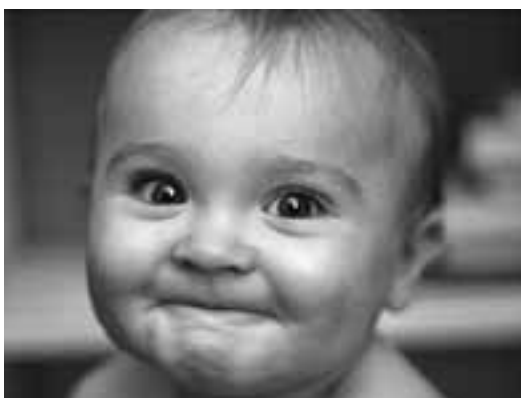


ул. Аллюминиевая, 34
(м-н «Европа»), ост. Гагарина.,
тел.: +7 904 98-96-507

1 октября — Международный день улыбки

Кто-то сказал интересную фразу: «Ничто не ценится так дорого, и не стоит хозяину так дешево, как простая, дружеская улыбка». И действительно, нам так хочется видеть улыбку на лице любимого человека: мы готовы дарить подарки, цветы, приглашать на свидания. Улыбка — отражение состояния человеческой души, ее настроение, обращенное вовне. Улыбка — пароль, сигнализирующий нам о том, что человек расположен к общению, он готов выслушать, разделить нашу нужду, вы приятны для него.

С недавнего времени существует даже специальный праздник: международный день улыбки! Отмечается он 1 октября, и своим появлением обязан американскому художнику Харви Бэллу. Именно он — отец небезызвестного компьютерщика смайлика. В середине двадцатого века Бэллу поступил заказ от страховой компании: разработать логотип. По всей видимости, у Харви было немало подобных заказов, так как он отнесся к нему довольно хладнокровно. Он изобразил улыбающуюся желтую рожицу, получил заработанные пятьдесят баксов и вернулся к своим картинам. Но к удивлению всех, смайлик обрел небывалый успех и популярность среди клиентов компании. В течение нескольких месяцев было выпущено более десяти тысяч знач-



ков-смайликов! Логотип стали печатать на спичечных коробках и почтовых открытках. Дела компании пошли в гору, Бэлл получил известность. В одном из интервью он признался, что ни одна работа не принесла ему столько счастья, радости и удовольствия. Такой простой символ оказался понятен всем, не нужно было сложных информационных схем для того, чтобы донести свое расположение к ближнему. Желтая смеющаяся рожица безотказно работала в отношении всех: богатых и бедных, образованных и не имевших образования, мужчин и женщин, детей и взрослых! Праздник «Всемирный день улыбки» впервые отмечался в 1999 году. Он посвящен хорошему настроению и добрым отношениям между людьми.



Мой Город 66

ГОРОДСКОЙ САЙТ НОВОГО ФОРМАТА

НОВОСТИ

КЛУБЫ

БЛОГИ

ОН-ЛАЙН-ТВ

ВИДЕОЧАТЫ

ЗНАКОМСТВА

www.moigorod66.ru

Награды — лучшим мамам

В администрации Каменска-Уральского продолжается прием документов для награждения медалью «За материнские заслуги».

Напомним, медалью «За материнские заслуги» награждаются женщины-матери, родившие и (или) воспитавшие трех и более детей достойными гражданами города и страны. Медалью также могут быть награждены женщины-матери, дети которых проявили мужество, смелость и отвагу при защите Отечества, жизни и здоровья людей.

Награда вручается персонально и пожизненно. Решение о награждении медалью «За материнские заслуги» принимает городская Дума города Каменска-Уральского. Помимо медали, женщины-матери удостоенные награды, получают единовременную городскую премию в размере 10000 рублей. Материалы по предоставлению кандидатов на награждение

медалью «За материнские заслуги» нужно передать до 1 октября в отдел по работе с семьей, детьми и молодежью городской администрации (ул. Ленина, 32, каб. 226).

Дополнительная информация по телефонам:
– 39-78-53 (Валентина Владимировна Мурская);
– 39-79-89 (Наталья Александровна Полянская).

Пресс-служба администрации города



Детская компьютерная школа. Компьютерные курсы для взрослых.

- Windows, Word, Excel;
- Интернет. Электронная почта;
- Photoshop, Corel Draw, Web-дизайн (создание сайтов на языке HTML);
- Видеообработка.

Мы находимся по адресу: ул. Карла Маркса, д. 43, офис 116, тел.: 36-06-56, +7 904 38-69-999.

«Реакция»

химчистка, прачечная

Уральская, 8 тел: 348–809

Салон «Руно»

Пряжа отечественная и импортная:

– шерсть, полушерсть; – хлопок и лен; – многообразие фасонной пряжи; – фурнитура; – журналы по вязанию.

Каждый вторник день вязальщика, школа вязания, выставка вязанных изделий. Участникам – призы.

Алюминиевая, 35 (ост. Гагарина).

тел.: 399–745

Новый салон ООО "СМК" **Веста**

- Ортопедические матрасы, подушки (Аскона, Конкорд)
- Кровати, постельные принадлежности
- Сейф-двери

О. Кошевого, 1 тел. 327-099
Мичурина, 34 тел. 369-270, сайт: smk-rd.ru

За два года объем регионального госдолга вырос более, чем на 400%. Рост объема госдолга Свердловской области перед федеральным бюджетом за два последних года составил более 400%. На 1 сентября этого года по всем обязательствам перед Федерацией Средний Урал должен вы-

платить 10,9 млрд. рублей. Как указывают в областном Минфине, объем госдолга состоит из кредитов федерального бюджета и госгарантий третьим лицам – различным предприятиям. Известно, что погашение первых займов Среднего Урала перед федеральным бюджетом намечено уже в нынешнем году.

Тарифы на газ и свет повысятся после выборов

«После выборов и женитьбы редко получаешь то, что хотел», — сказал как-то знаменитый американский комик Уилл Роджерс. Последние заявления Владимира Путина о временном отказе от повышения коммунальных тарифов стали лишним тому подтверждением.

Российское правительство предлагает повысить тарифы на газ в середине 2012 года, когда пройдут президентские выборы не более, чем на 15%, заявил премьер-министр Владимир Путин на заседании правительственной комиссии по бюджетным проектировкам.

По словам Путина, повышение тарифов на газ – не более 15%, повышение тарифов на электроэнергию, в том числе сетевое хозяйство, тепло – по инфляции, но и то, и другое, и третье – не с 1 января 2012 года, а с 1 июля 2012 года.

Если студенты живут весело «от сессии до сессии», то для избирателей этот счастливый момент необузданного веселья наступает аккурат накануне выборов.

Из «нищего» обыватели внезапно превращаются в «принца», которому хотят угодить обычно такие важные и недоступные сановники. Но, как и в случае с нерадивыми студентами, расплата не за горами. День, когда нужно опустить бюллетень в урну, пройдет. И тогда избирателям припомнят все.



Эксперты: в России появились «новые бедные». Это бюджетники

В России после «новых русских» появился термин «новые бедные». Сегодня в России размер средней заработной платы составляет 22 тысячи рублей. Если применить европейский критерий определения уровня бедности, согласно которому бедным считается гражданин, чьи доходы на 60% ниже среднего уровня доходов в стране, то получается российский показатель «нищеты» – 14 тысяч рублей. То есть, средняя заработная плата работника бюджетной сферы.

«Сегодня бюджетники в России находятся на пороге выживаемости. Непонятно, почему государство до сих пор не введет прогрессивную шкалу налогообложения. Почему библиотекарь и олигарх платят одинаковый налог в 13%?», – недоумевает доктор политических наук Виталий Иванов.

Цены на гречку будет регулировать ФАС

Первый вице-премьер РФ Виктор Зубков поручил Федеральной антимонопольной службе проконтролировать процесс ценообразования на гречку в этом году.

Как сообщил на селекторном совещании в Москве губернатор Алтайского края Александр Карлин, производители гречихи сейчас продают это зерно по 12 рублей за 1 кг. Итак, цена в рознице на гречневую крупу не должна превышать 25 рублей за 1 кг.

Снижение цен на гречневую крупу Росстат констатирует с начала июля. В июле цены на эту крупу снизились на 0,8%, в августе она стала дешевле на 4,3%, а за начало сентября ещё на 3,5%.

К тому же ожидается хороший урожай гречихи. По предварительному прогнозу, сбор гречихи в этом году может достичь 650–700 тыс. тонн против 339 тыс. тонн в прошлом году.



Цены — просто песня!

Сантехнические услуги.

8 912 636–81–61

8 952 744–37–80

«Арбат-НТ»

Еще не так давно для срочной продажи квартиры собственники могли заключить несколько договоров с разными агентствами недвижимости в Каменске-Уральском. Многие считали и считают до сих пор, чтобы сократить сроки по продаже квартиры, нужно обратиться в как можно большее число агентств одновременно – тогда будет шанс, что лицо, заинтересованное в покупке именно этой квартиры в какое-нибудь из данных агентств да обратится.

Сегодня ситуация изменилась. В Каменске-Уральском по-прежнему функционирует большое число агентств недвижимости, но сам рынок недвижимости стал более цивилизованным. Сейчас уже нет смысла обращаться в несколько агентств недвижимости с целью максимально быстро продать свою квартиру. Например, если вы заключили договор на продажу или обмен квартиры с агентством недвижимости «Арбат-НТ», то информация об объекте будет размещена в большинстве местных газет (для жителей Каменска-Уральского) и на различных сайтах по продаже недвижимости в интернете, что делает доступной информацию для жителей других городов. Поэтому, любой риэлтор нашего города или потенциальный покупатель может получить информацию о вашей квартире.

Часто у собственника возникает вопрос: «Нужно заключать договор с агентством недвижимости или нет?» Наш ответ: «Нужно!». При заключении договора с клиентом агентство «Арбат-НТ», прежде всего, проверяет, является ли человек, желающий продать квартиру, ее законным собственником. Клиент передает фирме документы, которые тщательно проверяются на подлинность. Если агентство соглашается продавать вашу квартиру без заключения договора – это либо агентство-новичок, недавно возникшее на рынке, или заведомо недобросовестное агентство.

Агентство не станет работать с клиентом без договора еще и потому, что уважающий себя профи начнет работать только тогда, когда будет уверен, что клиент имеет серьезные на-

мерения и проделанная работа будет оплачена. Поэтому объект продажи активно рекламируется в СМИ, на вопросы о квартире постоянно отвечает конкретный агент, стараясь подчеркнуть достоинства жилья, клиента постоянно информируют о ходе работы. Агента значительно «подбадривают» и оговоренные в договоре сроки. А вот, если специалист не будет уверен, что за работу ему заплатят, вряд ли он станет за свой счет давать рекламные объявления, с увлечением отслеживать звонки и устраивать просмотры, тратя на это свое время.

Среди большого числа агентств недвижимости Каменска-Уральского очень сложно выбрать «свое» агентство. Мы не подводим клиентов, чей выбор пал именно на наше агентство – «Арбат-НТ». Иногда ситуации, с которыми обращаются к нам клиенты, требуют совсем другого выхода, чем видится на первый взгляд.

Мы никогда не подпишем договор, если до конца не будем уверены, что наш клиент полностью проинформирован обо всех аспектах работы по договору. Агентство специализируется на продаже, покупке на первичном и вторичном рынках жилья, коммерческой недвижимости.

Наши специалисты окажут помощь: в получении ипотеки, в юридическом сопровождении сделок, в покупке жилья с использованием различных жилищных сертификатов, «материнского капитала», в регистрации перепланировок, в оформлении прав на земельные участки.

Для клиентов агентства недвижимости «Арбат-НТ» есть приятная новость. Теперь, чтобы получить кредит на покупку желанной квартиры, не нужно обращаться в банк, всю работу мы сделаем сами, а вы получите кредитное решение. Подробную информацию можно узнать в офисе агентства.

Рады видеть вас по адресу: пр. Победы, 40 6, телефон 32–20–72, 32–25–35, 37–75–85, электронная почта: arbat-nt@mail.ru.

Надежда Миллер,
директор агентства недвижимости
«Арбат-НТ».

— ПиаР—

НЕДВИЖИМОСТЬ		
ГАММА+	Подбор квартир, домов и их оформление по жилищным сертификатам, в том числе по программе «Молодая семья»	Пр. Победы, 22 т. 316-494, 316-444
«АРБАТ-НТ»	Приватизация жилья; Подготовка и оформление документов; Ипотека; Согласование перепланировки;	Пр. Победы, 406 т. 32-20-72, 32-25-35, 37-75-85
«Уральское»	Купля-продажа, обмен квартир, комнат, домов, земельных участков; Составление любых договоров.	ул. 4 Пятилетки, 25 а - 201 т. 8-902-87-36-705, 8-950-65-81-305 8-950-63-30-348, 38-01-03
ТАКСИ		
Хотите попасть в таблицы? Тел.: (3439) 38–99–70		
Такси	Особенности	Вызов
Альянс	Город, меж. город, Россия на а/м Skoda, возможен безналичный расчет.	399-899, 353-333, 8 922 113-05-00
Атлант	Пассажирские перевозки, доставка продуктов, грузоперевозки по РФ	369–454, +7 9506316255 +7 9122513070, +7 9506425487
Вояж	МТС 8–912– 282-41-41, Мотив 8–904–380-88-99, Билайн 8–909– 704-32-04	
Автоград	Пассажирские перевозки, доставка продуктов, грузоперевозки по РФ	369–808, +7 9193999792, +7 9041725515
Моё такси	Пассажирские перевозки	+7 9022530800, +7 9506344555

Эти сведения должны вывешиваться в подъезде дома

На досках объявлений в подъездах многоквартирных домов либо рядом с ними, на прилегающей территории, по новым правилам (пункт 31) теперь должна появиться такая информация:

- сведения об исполнителе – наименование, место нахождения, сведения о государственной регистрации, режим работы, адрес сайта в Интернете,
- адреса и номера телефонов диспетчерской, аварийно-диспетчерской службы,
- размеры тарифов на коммунальные ресурсы, надбавок к ним, реквизиты нормативных правовых актов, которыми они установлены,
- куда обращаться за установкой счетчиков,
- порядок и форма оплаты коммунальных услуг,
- показатели качества коммунальных услуг,
- предельные сроки устранения аварий и иных нарушений порядка предоставления коммунальных услуг,
- сведения о максимально допустимой мощности приборов, бытовых машин и оборудования, которые можно использовать у себя в квартире,
- наименования, адреса и телефоны органов исполнительной власти (их территориальных органов и подразделений), которые уполномочены осуществлять контроль за соблюдением правил оказания коммунальных услуг.

Также все эти сведения должны содержаться в договоре с исполнителем коммунальных услуг (УК, ТСЖ и т.п.).

Какие данные должны предоставлять

Исполнитель коммунальных услуг (ТСЖ, жилищный кооператив, управляющая компания) обязан по вашему требованию:

- проверять, правильно ли начислена плата за коммунальные услуги. По результатам проверки немедленно выдавать документы с правильно начисленными платежами;
- давать ознакомиться с показаниями коллективного (общедомового) счетчика – в течение 1 рабочего дня со дня обращения;
- предоставлять письменную информацию об объемах потребленных коммунальных ресурсов, включая сведения о том, сколько этих ресурсов пошло на общедомовые нужды, – в течение 3 рабочих дней.

А также:

Принимать жалобы на некачественные услуги, проводить проверку таких фактов и составлять акт проверки.

В случае необходимости также составлять акт, где фиксируется вред, причиненный жизни, здоровью или имуществу потребителя из-за нарушения качества коммунальных услуг (если такое имело место).

Вести учет жалоб (заявлений, обращений, требований и претензий) потребителей на качество коммунальных услуг, учет сроков и результатов их рассмотрения и исполнения.

Ответ на жалобу должен быть направлен в течение 3 рабочих дней со дня ее получения.

Информировать о дате, когда начнется плановый перерыв в предоставлении коммунальных услуг (например, при плановом летнем отключении горячей воды), не позднее, чем за десять рабочих дней.

РП ГРАНИТ

ПАМЯТНИКИ



ГРАНИТ

РАССРОЧКА

Гранит, габро, мрамор.

Изготовление любых форм, установка

ост. Диспетчерская УАЗа, ул.Заводская, д.9,

тел.: 39–81–77,

Центральный рынок (ул. Суворова),

павильон №19, тел.: +7 908 924–01–24.

АВАНГАРД

компания

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА

АКЦИЯ!

5-ти камерный профиль по цене 3-х камерного

межкомнатные и сейф-двери

бесплатные замеры и консультации

срок изготовления 5-7 дней

остекление балконов (пластик, алюминий)

действует беспроцентная рассрочка до 6 месяцев; пенсионерам скидки

ул. Уральская, 8, оф. 205 тел.: 308-135, 380-140, 8-904-173-28-33

Когда с вас могут начинать брать плату за «коммуналку»

Важный момент в новых правилах: теперь четко прописано, с какого момента коммунальные услуги можно вообще считать существующими. Старые правила позволяли «ушлым» конторам собирать деньги с... будущих жильцов пока еще не существующих домов.

Итак, по новым правилам считается, что коммунальные услуги начинают оказывать только с того времени, когда у вас возникает право на проживание в конкретной квартире (комнате).

С момента возникновения права собственности на жилое помещение – собственнику жилого помещения и проживающим с ним людям.

С момента предоставления жилья – жилищным, жилищно-строительным кооперативом – члену жилищного, жилищно-строительного кооператива и проживающим с ним людям.

Когда и какие услуги вам могут отключить за неуплату

По новым правилам это произойдет, если задолженность по оплате одной конкретной коммунальной услуги превысит сумму 3 месячных размеров платы за эту услугу (пункт 118 правил).

Независимо от того, установлены у вас счетчики или нет, задолженность будет рассчитываться исходя из норматива потребления этой коммунальной услуги.

Если вы не платите за «коммуналку» вообще, задолженность рассчитывается по каждой услуге отдельно.

Порядок отключения такой (пункт 119 правил):

- 1) потребителю-должнику присылают письменное предупреждение (уведомление) с требованием погасить задолженность в течение 30 дней со дня вручения ему уведомления (оно вручается под расписку или направляется по почте заказным письмом),



Со дня заключения договора найма – нанимателю жилого помещения по такому договору и проживающим с ним лицам.

Ещё один плюс новых правил – лучше защищены права будущих жильцов строящихся домов. Четко обозначено, какие организации могут вообще осуществлять коммунальные услуги и с какого периода. Сейчас такие услуги пытаются оказывать и собирать за них деньги и застройщики, и муниципальные органы, и местные администрации – кто угодно. В том числе службы, которые услуг не оказывают, а пытаются каким-то образом перераспределить свои убытки. В строящихся домах с будущих собственников нередко начинали взыскивать плату за коммунальные услуги еще до того момента, как завершено строительство дома. То есть, когда никакие услуги просто не могут подаваться.

- 2) если задолженность так и осталась не погашенной, потребителю-неплательщику для начала ограничивают (если есть такая техническая возможность) оказание не оплаченной коммунальной услуги – о чем ему должны за 3 суток вручить письменное извещение под расписку,
- 3) если должник в течение еще 30 дней не заплатит сполна, предоставление коммунальной услуги приостанавливается – за 3 суток до этого вручается письменное извещение.

Вас в любом случае не отключат от отопления, а в многоквартирных домах – и от холодного водоснабжения, эти исключения предусмотрены пунктом 119 (в) правил.

После того, как долг будет оплачен или заключено соглашение о порядке погашения задолженности, коммунальную услугу вновь начнут оказывать в течение 2 календарных дней.

МЕТАЛЛОПЛАСТ

МЕТАЛЛОПЛАСТ

Содружество цены и качества

ОКНА

ДВЕРИ

ЛОДЖИИ

ЖАЛЮЗИ

Более десятка видов профиля, стеклопакеты с энергосбережением, ламинация и тонировка

Сейф-двери высшего класса прочности по ГОСТ31173-2003, пр-во Россия Межкомнатные двери - широкий выбор

Пластиковые и алюминиевые с выносом и отделкой

Горизонтальные, вертикальные, рулонные

Пр.Победы, 51

Каменская, 79

☎ 387000

☎ 389550

8 902 1887000

8 902 5841222

РАБОТАЕМ В КРЕДИТ

ПРЕДОСТАВИМ РАССРОЧКУ

ГАРАНТИЯ ДО 10 ЛЕТ!

sofi

ПИАР

Разработка и проведение рекламных кампаний

Реклама под бюджет

Реклама в СМИ и интернет

380–480

+7 904 54–34–841;

ул. Каменская, д. 30, офис 213

Спасибо Михаилу Прохорову!



Мистер Наивность – примерно такой титул присудила Михаилу Прохорову политически подкованная российская общественность по итогам его краткого, но насыщенного пребывания в роли партийного вождя.

Не буду оспаривать правомерность «победы» Прохорова в этой номинации. Вся его политическая карьера – один сплошной мастер-класс на тему «Как не надо строить политическую партию». Но мне все равно хочется кричать во весь голос: спасибо тебе, Господи, за то, что у нас еще остались такие наивные люди, как Прохоров!

В эпоху моего студенчества среди юного поколения был популярен хулиганский сувенир – ручка с изображением очаровательной девушки. Если держать ее в одном положении, то девушка на картинке целомудренно обряжена в платье. Но стоит это положение изменить, как наряд исчезал непонятно куда.

Так вот, с моей точки зрения, Прохоров сейчас и выступил в роли такого «разоблачителя». Только на этот раз он сорвал одежды не с какой-нибудь модели из Куршевеля, а с современной российской политической системы.

Согласно официальной версии, Кремль уволил Прохорова из партийных вождей за то, что он упорствовал в своем желании включить в выборный список «Правого дела» человека, живущего по понятиям. Но вот вопрос: кто на самом деле пытается жить по понятиям – Прохоров или все же его гонители?

Не будем впадать в излишний пафос. Давайте просто попробуем смоделировать аналогичную ситуацию, скажем, в Америке. Официально независимый от Барака Обамы политик становится лидером какой-то партии и выдвигает кандидатом в конгрессмены человека с двусмысленным прошлым. Может ли быть такое, что лидера партии вызывают в Белый дом и в ультимативной форме требуют: ты этого человека из партии убери, а то мы тебя уволим?

За свою жизнь я прочитал немало американских политических триллеров с самыми завиральными сюжетами. Но вот такого в голову не приходило никому. Почему? Потому что столь откровенного нарушения всех конституционных норм в США просто невозможно себе представить.

Почему же такое возможно в России? Может быть, у нас Конституция немного иная?

Некоторые, близкие к Кремлю политологи, похоже, именно так и думают. Член Общественной палаты Максим Шевченко заявил, например: «Если администрация Президента вступилась за партию «Правое дело», то она исполнила свой конституционный долг».

Услышав эту мудрую мысль, я судорожно бросился листать Конституцию. Может, я что-то пропустил? Может, в каком-то малозаметном пунктике прописана священная обязанность администрации Президента вмешиваться в дела политических партий? Но ведь нету этого! Единственное упоминание кремлевской администрации в Конституции звучит так: «Президент РФ формирует Администрацию Президента Российской Федерации».

Почему же тогда эта самая администрация выступает в роли всеобщего кукловода: кого хочет милует, кого хочет назначает? Да потому, что все в российской политике уже настолько привыкли жить не по законам, а по понятиям, что уже сами этого не замечают.

Прохоров – как человек в политике новый и наивный – не призыв. Он взбрыкнул и назвал вещи своими именами. И теперь у нас есть возможность четко увидеть разницу: какой должна быть наша политика и какая она есть на самом деле...

В отличие от Прохорова я в политике человек не очень наивный. Я осознаю: степень неразвитости нашей политической системы такова, что администрация Президента обречена выполнять некоторые неформальные политические функции. Но и в политике, и в жизни есть такое понятие, как «разумный предел». Этот предел кремлевские аппаратчики миновали уже давно.

Их роль – политическая обслуга. А они ведут себя как политические небожители. Такая ситуация вредна и опасна для страны. Так не может продолжаться до бесконечности.

Поэтому хочу сказать Михаилу Прохорову большое человеческое спасибо: ваш опыт «срывания одежд» на этот раз оказался очень полезен обществу. Иногда и такое бывает.

Михаил Ростовский, блог

Мемориальные услуги

изготовление и установка
ПАМЯТНИКОВ
тел. 8-912-62-05-868

МАСТЕРСКАЯ ПРИРОДНЫЙ КАМЕНЬ

ПАМЯТНИКИ, ЦВЕТЫ, ВЕНКИ

пн выходной
вт–пт 10.00 - 18.00
сб–вс 10.00 - 15.00

Мрамор - от 3 200 руб.
Габбро - от 12 000 руб.

ул. Октябрьская, 28 ул. Кунавина, 18
тел. (3439) 380-455, 8 950 649 85 55

Похоронная служба "РИТУАЛ"

КРУГЛОСУТОЧНАЯ
доставка умерших в морг
ТЕЛ.: 369-739, 32-41-15

- * Бесплатный выезд агента на дом
- * Отпевание в церкви
- * Заказ могилы и оформление документов
- * Предоставление катафалка, автобусов, бригады грузчиков
- * Заказ поминального обеда
- * Памятники: мрамор, габбро

ул. Ленина, 148. тел. 32-41-15
ул. Шестакова, 30. тел. 35-55-69

Кредит можно будет вернуть обратно в банк, как покупку в магазин

Высший арбитражный суд рассмотрел вопрос распространения потребительских прав на банковских заемщиков. Судьи считают, что заемщик, по сути, ничем не отличается от обычного покупателя в магазине и тоже должен иметь право на возврат банку кредита вскоре после его получения, причем без потерь.

«У потребителей должно быть право возвращения кредита – например, при покупке товара в кредит человек может передумать и вернуть купленное магазину, а кредит при этом не вернешь», – заявил начальник управления частного права ВАС Роман Бевзенко на коллегии Роспотребнадзора. Рынок розничного кредитования отчасти нуждается в так называемом периоде охлаждения – необходимо определить срок, в течение которого заемщик, взявший кредит, сможет вернуть его обратно банку без каких-либо санкций и штрафов.

Обзор судебной практики, который готовит по этой тематике ВАС, вскоре сможет дать частичные рекомендации по этой тематике, уточнил Бевзенко в интервью «Ведомостям». В данном обзоре ВАС намерен опротестовать некоторые пункты кредитного договора, в частности, установление штрафа за отказ заемщика от получения кредита, а также запрет на досрочный возврат кредита

в течение определенного времени (мораторий) и взимание комиссий за досрочный возврат кредита.

По мнению экономического обозревателя Максима Бланта, решение ВАС, к сожалению, демонстрирует абсолютную финансовую безграмотность российских судей. «Мало того, что банк, выдавая кредит, несет транзакционные издержки, но и получая деньги назад даже в течение нескольких дней, получает упущенную выгоду, поскольку мог бы «продать» эти деньги другому банку даже на ночь, пусть и под гораздо более низкие проценты, чем в рознице. Кроме того, решение ВАС открывает дорогу не совсем добросовестным получателям кредитов, которые могут взять деньги, разместить их на депозит, а потом обращаться в другие банки, беря и возвращая деньги, создав «цепочку», которая теоретически может сделать кредит бесплатным почти на любой срок.



Рубль слабеет



Минэкономразвития накануне объявило курс рубля завышенным. Поводом для заявления стал увеличившийся по сравнению с прогнозными значениями отток капитала.

Эксперты сходятся во мнении, что ситуация на сырьевом рынке и отсутствие проблемы с ликвидностью на Западе будут способствовать ослаблению рубля.

Эксперты полагают, что предстоящая девальвация рубля вызвана оттоком капитала из страны выше прогнозируемых значений.

Только за первое полугодие чистый отток капитала составил более 31 млрд. долларов, хотя первоначальный прогноз ЦБ был 30–35 млрд. Поскольку во второй половине года ожидания по притоку капитала не оправдались, «потолок» прогноза был повышен на 5 млрд. долларов.

«Вопрос с оттоком капитала связан в первую очередь с тем, что в стране наблюдается определенное снижение рублевой ликвидности. С другой стороны, ЕЦБ и ФРС начинают формировать резервы, сбрасывая в первую очередь активы развивающихся рын-

ков, в том числе и активы в рублях», – говорит эксперт «БДО Юникон» Елена Матросова.

«Несмотря на сохранение достаточно высоких цен на нефть, объем экспорта падает, и это оказывает негативное влияние на платежный баланс. В ближайшем будущем можно ожидать поворотного момента, который вызовет укрепление рубля. Но только в том случае, если цены на нефть сохранятся на высоком уровне», – прогнозирует старший научный сотрудник центра развития НИУ ВШЭ Максим Петров.

Замедление темпов экономического роста ведет к падению спроса на сырьевые товары, что, в свою очередь, вызовет снижение курса рубля в среднесрочной перспективе.

Снижение курса национальной валюты уже идет (от минимумов этого года 27,17 доллар уже укрепился на 12%), но, видимо, эту волну удастся сдержать хотя бы до выборов. Скорее всего, нас готовят к уровню в 32 рубля до конца года, но так, чтобы у избирателей не было ощущения, что что-то произошло, заявил эксперт «БКС Экспресс» Валерий Дмитриев.

НЕМНОГО ИСТОРИИ

Официальная геология утверждает, что «алмазы образуются в геологических стабильных районах континентов, на глубинах 100–200 километров, где температура достигает 1100–1300 °С, а давление 35–50 килобар. Такие условия способствуют переходу углерода из графита в другую модификацию – алмаз. Пробыв миллиарды лет на больших глубинах, алмазы выносятся на поверхность кимберлитовой магмой во время вулканических взрывов, образуя при этом коренные месторождения алмазов – кимберлитовые трубки. Первая из таких трубок была обнаружена на юге Африки в провинции Кимберли, по имени этой провинции и стали называть трубки кимберлитовыми, а породу,

сти геологических структур Южной Африки и Сибири выдвинул гипотезу о возможности открытия алмазов и в России, что впоследствии подтвердилось поисковыми работами. Позднее крупные месторождения алмазов были открыты в Австралии и в Китае, в том числе и в сопредельных с Приморьем районах.

И так официальная наука утверждает, что алмазы образуются только в недрах Земли на огромной глубине, при высоком давлении. Но люди, занимающиеся старательским промыслом, придерживаются другого мнения! Недаром самородки золота и платины на Урале поднимали всего лишь с метра глубины. Еще в 19 веке в Российских научных кругах выдвигалась гипотеза, что драгоценные металлы, как

шое число алмазоносных участков. В разгар промысловых работ в копях Голконда работало около 30 тысяч человек. Одни рыли землю, другие насыпали ее в корзины, третьи вычерпывали воду из ям, четвертые относили землю на сглаженные и утопанные площадки и разравнивали ее в виде слоя, толщиной от четырех до пяти дюймов для быстреего высыхания. На следующий день рабочие тщательно перебирали подсохшую землю и выбирали попадавшие камни. Алмазы свыше десяти карат, по существовавшим правилам, должны были передаваться в «государственную казну». За продажу и вывоз алмазов в другие страны без специального разрешения властей полагалась смертная казнь. Именно

жении рабов, добывают в глубоких шахтах знаменитую «синюю землю» - вулканический твердый туф голубовато-зеленого цвета. Тысячи тонн содержащей алмазы синей глины машины поднимают из шахт наверх и отвозят на обогатительные фабрики, где эта глина дробится, промывается проточной водой, обрабатывается в вертикальных барабанах, а затем пропускается в желобах через множество концентрационных столов, смазанных опять-таки жиром, как во времена Одиссея и Синдбада-Морехода. К жиру прилипают только алмазы, а кварц, пиропы, пириты и прочие минералы уносятся струями воды, бегущими по наклонным столам.

АЛМАЗЫ В РОССИИ

В России первый алмаз был най-

Я подарю тебе



содержащую драгоценные алмазы – кимберлит. Есть и другая неофициальная гипотеза – алмазы, изумруды, золото и др. рождаются в россыпях, совсем близко от поверхности земли, например: в Шри-Ланке, Намибии, Анголе, Гвинее береговые самоцветные россыпи тянутся на многие километры, то же самое наблюдается и в других странах. И это установленный факт.

Считается, что алмазы стали известны человечеству с 16 века, однако большой знаток китайского языка С.В. Пасканов переводя рецепты тибетской медицины, обнаружил, что в Китае еще два тысячелетия назад использовали алмаз в составе лекарств. Также достоверно известно, что первые алмазы были обнаружены в Индонезии в речных песках еще в 6 веке н.э. А в Индии цветные прозрачные камешки: алмазы, изумруды и др. самоцветы добывают с речного дна уже более 5000 лет. В России алмазы были найдены гораздо позже. В конце 40-х годов предыдущего столетия академик В.С. Соболев на основании схоже-

и самоцветы, формируются в речных россыпях. Официального признания эта гипотеза не получила.

Но, что нам до кабинетной науки, когда старатели-практики ежедневно на собственном опыте доказывают – алмазы, изумруды и другие самоцветы есть всюду. И это не шутка.

НАХОДКИ АЛМАЗОВ В ИНДИИ

В древние и средние века все алмазы поступали из Индии, и лишь небольшая часть с о. Борнео. И недаром название г. Голконда, рядом с которым находились алмазные прииски Ост-Индии, стало почти синонимом сказочного богатства.

Месторождения алмазов в Голконде были открыты «случайно». Пастух нашел блестящий камешек и, не придавая ему особого значения, променял находку другому пастуху за небольшое количество пшена. Новый владелец, тоже не зная цены камня, отдал его третьему лицу. Камень переходил из рук в руки до тех пор, пока не попал к знатоку. После этого начались организованные поиски, в итоге которых удалось обнаружить боль-

из копей Голконды происходят такие всемирно известные бриллианты, как «Кох-и-нор» («Гора света»), «Надежда» и «Регент».

АФРИКА. КИМБЕРЛИ.

В 30-х годах 19-ого столетия негритянская девочка обнаружила крупный камень «чистой воды» в провинции Кимберли (Южная Африка). Дальнейшие работы показали, что алмазы поступают в россыпи из «синей глины», которая слагает крупные трубки, уходящие корнями вглубь Земли.

Оказалось, что эти породы, названные кимберлитами, образуются при гигантских взрывах поднимающейся к поверхности под большим давлением своеобразной магмы, этакая смесь газов и растворов горных пород. Кроме алмазов, кимберлиты несут и другие драгоценные камни – гранаты, альмандин, хризолит, гинцит, апатит, и другие минералы.

На рудниках Кимберли в Претории (ЮАР) применяются самые современные методы добычи алмазов. Чернокожие шахтеры, практически находящиеся на поло-

ден 4 июля 1829 года на Урале в Пермской губернии на золотом прииске крепостным Павлом Поповым. За полуторокартанный кристалл Павел получил вольную. Сейчас это место называется «Алмазный ключик» (по одноименному источнику).

Поиск алмазов в России велся почти полтора века, и только в середине 50-х годов были открыты богатейшие коренные месторождения алмазов в Якутии.

ГДЕ ЖЕ ИСКАТЬ АЛМАЗЫ?

Довольно часто алмазные трубки обнажаются в речных обрывах. Их очень удобно находить, проплывая вдоль берега, в моторной лодке. Цвет скал голубой либо фиолетовый, фиолетово-желтый или желто-голубой.

Также обратите внимание на выходы кристаллических пород в вашем регионе – эти описания известны, т.е. следует просто поинтересоваться геологией района. Если будут упоминаться гнейсы, трещиноватые породы, графит, золото, платина, железо, медь, уран – вы на верном пути. Трещиноватые породы –

прямой признак наличия алмазов в горных породах, а также золота, платины, урана и других полезных ископаемых.

Информация к размышлению. В Каменском районе имеются как рассыпные, так и коренные месторождения золота. Первые встречаются в речных наносах долины реки Синары и ее правого притока Караболик. Также золото намывали и на территории самого города. Еще в двадцатых годах прошлого столетия, в логу расположенном недалеко от деревни Красная Горка местные старатели вели золотой промысел. Позже лог был засыпан, а за ним возведен Уральский Аллюминиевый завод. Что же касается коренного месторождения: оно известно у нас с 1745 года. К западу от села Маминского залегают гра-

тому старательству вполне. Самый старинный и надежный способ поиска алмазов, этих загадочно сверкающих камней – применялся еще древними землепроходцами. Он не требует сложного электронного и механического оборудования, для поиска условно достаточно тазика с перфорированным дном, железного ковша, совка и обычной лопаты, можно две – штык и совковая. Также для старателя удобна мотыга. Все старатели древности работали мотыгой, ее можно попробовать заменить – тяпкой. И так достаточно докопаться до гравия и можно начинать старательскую работу – искать алмазы, золото, рубины, сапфиры, изумруды, опалы, топазы и другие интересные самоцветные камни. Кстати для поисков алмазов вам не по-

распространенные – речные. Но бывают озерные, морские, океанские и т.д. Россыпь может быть рядом с болотом, прудом, лужей.

При их поисках обычно пользуются старинным, широко распространенным шлиховым способом. Геологи, старатели отбирают из речных отложений пробы и в лотках или ковшах, тазиках, шейкерах, отсадках, вашгердах, бутарах и в других промывочных устройствах – промывают отобранный материал. Легкие частицы песка и глины уносятся водой, а на дне лотка остается осадок: гравий, галька – наиболее крупные и тяжелые частицы. Их и называют шлихом. В шлихе могут находиться зерна полезных минералов, обладающих, как правило, большим удельным весом.

Самые крупные и самые известные исторические алмазы. Справка

Один из самых крупных в истории человечества алмаз, названный «Куллинаном» по имени владельца шахты Томаса Куллинана, нашли в Южной Африке в 1905 г. Масса «Куллинана» составляла 3106 карат (или 621 г).

Камень поражал не только размерами, но и удивительной чистотой.

В 1907 г. алмаз был подарен королю Англии Эдуарду VII в день рождения. По ценам тех лет стоимость камня составляла примерно 8 млн. фунтов.

30 июня 1893 г. на руднике Ягерсфонтейн был найден алмаз, который до находки «Куллинана» считался самым крупным из южноафриканских алмазов. Ему дали имя «Эксельсиор».

«Регент» – легендарный алмаз, который был найден в 1701 г. Старателем-рабом недалеко от Голконды в Индии. Английский губернатор города Мадраса, бывший пират Томас Питт, купил этот алмаз за 20 тысяч фунтов стерлингов у местного ювелира и отвез его в Лондон, где и продал в 1717 г. за 125 тысяч фунтов стерлингов регенту Франции герцогу Орлеанскому. С этого момента алмаз получил имя «Регент». Позже бриллиант украсил корону, которой короновали Людовика.

Бриллиант «Орлов» с зеленовато-голубым отливом массой в 200 карат (или 40 г) венчает царский скипетр России. Алмаз, ставший основой этого бриллианта, был найден в начале XVI века в Голконде в Индии.

Алмаз «Шах» массой 90 карат (или 18 г) – желтого цвета, но очень прозрачный, длиной 3 см – был найден в Центральной Индии, вероятно, в 1450 г.

Алмаз «Санси» массой 101,25 карата был найден в 1064 г. в ущелье Адамас Восточной Индии купцом Джагаттунга. Камень купец обменял в ближайшем городке на двух слонов, 12 верблюдов и 80 золотых монет.

В августе 2007 г. в Южной Африке был найден самый крупный алмаз за всю историю добычи этого драгоценного камня. Вес найденного драгоценного камня составил примерно семь тысяч карат, что соответствует 1,4 кг.

24 сентября 2009 г. на знаменитой шахте «Куллинан» в ЮАР был найден уникальный по своему белому цвету и своей чистоте алмаз весом 507,55 карата. По оценкам, его стоимость может составить около 20 млн. долларов. Камень вошел в 20-ку самых крупных найденных алмазов.

Одновременно с уникальным белым алмазом в шахте также были найдены три идентичных ему по своему качеству камня, но уже меньшего размера 168 карат, 58,50 карата и 53,30 карата соответственно.



ниты, которые пронизывают золотосодержащие кварцевые жилы. Данное месторождение разрабатывалось старательской артелью подземным способом. В 50х годах прошлого столетия, разработки были прекращены.

В природе алмазы распространены гораздо шире, чем принято считать. В недавно вышедшей интересной книге В.Н. Квасницы показано, что если промыть несколько тонн породы, взятой в любом месте, можно обнаружить несколько мелких зерен алмазов. Это кстати лишь подтверждает гипотезу о том, что алмазы есть везде, где есть разломы (рифты), а ведь любая река – это разлом, он же рифт. Но не стоит забывать, что река может быть, и заилена, и если алмазоносный гравий будет под илом – алмазы не найдете. Так что не все так просто.

ЧТОБЫ ВАМ НАЙТИ АЛМАЗ – ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ ТАЗ...

Все новое, это как говорится, хорошо забытое старое. Эта широко известная истина подходит и к алмазному, самоцветному, золо-

мешает захватить увеличительное стекло – лупу, лучше 10-кратку, с ее помощью проще находить зерна драгоценных камней в речном или озерном песке.

Свободные старатели уверяют – алмазы есть практически везде, стоит только поискать. Алмазоносные береговые россыпи тянутся на километры.

Нередко золото и алмазы находят в россыпях. Что же такое россыпи? Это рыхлые или соединенные, сцементированные отложения пород, содержащие зерна или кристаллы минералов. В россыпях, образовавшихся в результате размыва пород потоками воды, благородные металлы встречаются очень часто в их, так называемом самородном виде. Там можно встретить самородные золото и платину, драгоценные камни – сапфиры, рубины, гранаты, алмазы, топазы; такие ценные минералы, как вольфрамит, касситерит, шеелит, монацит, танталит, киноварь и другие.

Геологи, старатели различают несколько типов россыпей. Самые

Как видите, задача старателя вполне проста – дорыться до алмазного гравия, а копать в воде или на берегу может и метр и два придется, но как говорится – «без труда...». Здесь стоит отметить что история умалчивает о случаях нахождения алмазов в Каменском районе, так что тут вы вполне можете стать первооткрывателем.

Еще один секрет для геологов любителей и краеведов – алмазный песок фиолетовый, горы – тоже фиолетовые. Если нашли фиолетовый песок – копать почти не придется, разве чуть-чуть. Вам обязательно повезет. И если даже не удастся найти алмазов, в таком месте вполне можно намыть неплохих самоцветных камешков. Напоследок еще один совет, если вам даже удастся найти алмаз брать с собой его не стоит. Увы, в РФ добыча драгоценных камней и металлов, частным лицам и организациям, не имеющим соответствующей лицензии запрещена, и преследуется по закону.

Марат Береговой

Наша команда готовится к сезону по немецким стандартам

Сборная России по биатлону готовится к сезону по новым методикам. Наши сильнейшие биатлонистки под руководством нового тренера Вольфганга Пихлера начали работать с железом еще на самом первом сборе, который проходил в мае на Кипре. Знаменитый немецкий специалист считает, что одна из главных целей тренировок в тренажерном зале заключается в укреплении верхнего пле-

результат Олимпийской чемпионки дорос до 68 кг. В среднем каждая из биатлонисток в этом компоненте прибавила на 25–30% от первоначальных результатов, а главное – спортсменки больше не боятся подходить к штанге с большим весом.

Уровень прогресса команды хорошо демонстрирует тот факт, что сейчас все российские биатлонистки умеют подтягиваться. На первом сборе с

скивал очень женственный браслет. Словом, к первым серьезным стартам сезона биатлонистки сборной должны подойти мускулистыми, но от этого не менее красивыми и женственными.

Старший тренер женской команды «А» Вольфганг Пихлер неустанно следит за атмосферой и делает все, чтобы тренировки не превращались в рутину. Одобрительные возгласы тренера порой за-

Биатлон: Новый тренер сборной России Вольфганг Пихлер научил спортсменок подтягиваться на турнике и поднимать штангу

чевого пояса. Согласно современным исследованиям, 60% результата в коньковом ходе кроется в работе верхнего плечевого пояса – то есть получается, что руки даже важнее ног, сообщает официальный сайт Союза биатлонистов России.

Результаты первых тестов на Кипре показали, что уровень подготовки плечевого пояса российских биатлонисток был объективно слабым. Сильнейшая на данный момент россиянка в жиме лежа Светлана Слепцова на первой тренировке с трудом справлялась с весом в 52,5 кг. Постепенно

подтягиванием справлялись лишь единицы, но за счет постоянных тренировок недочет был устранен. Сначала биатлонистки, не владевшие этим упражнением, подтягивались с помощью, а затем научились выполнять его самостоятельно.

Весам, с которыми работают биатлонистки в тренажерном зале, могут удивиться даже очень мышечные мужчины, но при этом женщины всегда остаются женщинами – Светлана Слепцова принимала на грудь шесть десятков килограммов, а на ее ухоженной руке в это время красовался и пробле-

глушают звон соприкасающихся железяк. Пихлер тоже поддерживает форму и своей физподготовкой подхлестывает подопечных. На одном из занятий на спор с Евгенией Седовой немецкий тренер 20 раз выжал штангу весом в 70 кг, за что удостоился бурных аплодисментов и уважения в глазах подопечных. В преддверии зимнего сезона подумалось – а насколько быстро Вольфганг бегаёт на лыжах как метко стреляет? Чтобы в случае чего мотивировать подопечных.

Шумахер в 2012 останется в «Формуле-1»

Последнее время упорно ходили слухи, что в сезоне-2012 он выступать не будет.

На днях семикратный чемпион мира опроверг эти слухи и сказал, что в 2012 еще повоюет. Контракт с Mercedes GP у него истекает аккуратно в конце этого года, но есть в договоре опцион, что Шумахер, если захочет, может остаться еще на сезон.

По всей видимости, этим он и собирается заняться, о чем поведал на одной из тусовок Mercedes.

Водно-моторный турнир «Золотая осень»

24 сентября на водной станции «Салют» состоятся ежегодные соревнования по водно-моторному спорту «Золотая осень», в которых примут участие команды: Каменска-Уральского, Перми, Заречного, Нижнего Тагила, Казани, Омска и Новоуральска. Каменские спортсмены в этом виде спорта, по праву считающиеся сильнейшими в России, и в этот раз рассчитывают занять все первые места.

Уважаемые Каменцы, приходите и поддержите наших ребят! Начало 10:00, вход свободный.

Что делает с человеком месяц бокса

За месяц занятий в боксерском клубе я понял, что всю жизнь жил не так.

Где я – и где спорт? Наша первая встреча произошла с урокалетним опозданием – это если считать, что ребенку нужно начинать заниматься спортом примерно тогда, когда он научился держать голову, сидеть и ползать.

Мое детство было обидным. Я был хилым сутулым ребенком. В школе меня били, а врачи называли жертвой Бухенвальда и вареной макарониной. От врачей мне доставалось даже чаще, чем от коллег по школе – я был постоянным клиентом в районной поликлинике и два два в год попадал в больницу, то с какой-нибудь болезнью, то на обследование. Моя медицинская карта по толщине напоминала «Войну и мир», а еще на ней было наклеено сердечко, ромбик и треугольничек, что означало проблемы с сердцем, почками и чем-то еще. Унижение школьной физкультурой я перенести не мог – и все время болел, чтобы получить двухнедельное освобождение. В университете я на физкультуру просто забил – и вылетел бы с треском за прогулы, если бы не раздобыл у знакомого врача-венеролога справку о том, что весь год болел по его специальности. В университетской системе ценностей это было уже не унижением, а практически триумфом. После детства вообще произошла переоценка ценностей. Худоба, например, перестала быть немощью и оказалась стройностью. Все болезни тоже куда-то исчезли – то ли вместе с принудительной физкультурой, то ли вместе с курением – я закурил в седьмом классе, бросил в университете и ни секунды об этом не пожалел.

В сорок я пошел заниматься боксом. Я не знаю, зачем это сделал – мне очень захотелось. Коллега позвал, и я тут же согласился. Я не слишком хорошо представлял себе, что меня ждет. Конечно, мне было страшно. Больше всего я боялся, как водится, каким я буду выглядеть жалким рохлей и хлюпиком на фоне всех этих тренированных людей.

На первом занятии в боксерском клубе я едва справился со скакалкой. Подпрыгивал чуть ли не до потолка и мучительно втягивал живот. После тренировки ноги подкашивались, руки с трудом удерживали стакан с водой. Никто

не подал виду, что что-то не так. Единственное, что меня обнадеживало: я не был единственным, кто сдох. Оказалось, что совсем не страшно заниматься с людьми, похожими на тебя. Тренер сказал, что нужно приходить три раза в неделю. Я стал тренироваться каждый день – так как-то само получилось. Клуб находится прямо напротив нашего офиса, странно было бы не ходить.

Обычное занятие устроено так. Сначала разминка. Все – обычно, от одного до пяти человек – бегают по кругу (прямо, задом наперед, приставным шагом и с разнообразными движениями руками), потом та самая скакалка, потом собственноручно бокс – упражнения на координацию, бой с тенью, бой с грушей и изредка потешный бой с напарником. В перерывах – упал-отжался, в конце – упражнения на пресс. Всего час. Потом, если жив, тренажеры. Через неделю я перестал разваливаться: потренировался – и пошел по своим делам. Через две у меня стали оставаться силы на тренажеры. Через три появилось ощущение личных спортивных побед. Мне еще далеко не то что до бокса, но и до нормальной физической формы – но уже бывает так, что к концу тренировки люди поздоровее меня лежат пластом, а я еще шевелюсь. За месяц я похудел на шесть килограммов и теперь помещаюсь в штаны, которые я носил, когда еще был «стройным». Появилось (пока, разумеется, обманчивое) ощущение силы.

На одной из тренировок я получил травму – тренер зачем-то поставил меня в спарринг с таким же неопытным, но куда более сильным партнером, и тот со всей дури вмазал мне в незащищенную грудь. На третий день боль стала такой, что я с перепугу побежал в травмпункт. Оказалось, так себе травма, поболит и пройдет – но штанга и гантели пока что отменяются. И я уже по ним скучаю. Что-то говорит мне, что много лет назад меня обманули, и «неспортивные дети» – это какой-то нонсенс. Бывают детские страхи, кретины-физруки и ленивые родители, которые не могут найти ребенку подходящую его темпераменту секцию. Но сейчас мне как-то все равно, кто виноват. Покупаю годовой абонемент. Никогда в жизни я не чувствовал себя так хорошо.

— свадебные магниты,
— свадебные значки,
— пригласительные,
— плакаты,
— постеры,
— печать фотографий
на магнитах

380–480

+7 904 54–34–841

ул. Каменская, д. 30, офис 213

sofi
ПРИНТ

Мы делаем сайты!

Индивидуальный дизайн

web кабинет

студия дизайна и верстки

тел.: 38-99-70

ул. Каменская, д. 30, офис 213

<http://webkabinet.com>

Красиво есть не запретишь, или почему итальянцы едят макароны и не толстеют?

РАЙ В ШАЛАШЕ

9
стр.

Вы не замечали, что при всей своей любви вкусно и долго кушать, потомки Микеланджело остаются стройными и подтянутыми? В Италии, в отличие, например, от США и, что уж тут скрывать, России, практически нет тучных людей. Зато много счастливых и энергичных. Я решил поделиться своими наблюдениями.

Алексей Ковальков врач-диетолог

Начну с азов. Еда для итальянцев – настоящий ритуал. К слову, средиземноморский обед начинается в двенадцать тридцать и заканчивается в половине четвертого. В это священное время никто не работает.

Каковы же основные принципы здорового питания по-итальянски? Ежедневно есть овощи, фрукты, мясо и рыбу. Жирного и сладкого употреблять поменьше. Есть выпечку только после еды (никаких перекусов!). И, заметьте, от пасты и пиццы жители Апеннинского полуострова не толстеют, а все потому, что эти блюда готовятся из твердых сортов пшеницы.

Небольшой экскурс в историю. Когда у итальянцев спрашивают, кто же на самом деле придумал макароны, они неохотно отвечают: «китайцы». Что уж тут скрывать – блюдо, которым славится родина Рафаэля и Донателло, родилось на Востоке больше 4 тысяч лет назад. Именно этим периодом датируется обнаруженный археологами самый древний сосуд с лапшой.

В тринадцатом веке в Китае побывал венецианский путешественник Марко Поло. Он-то и привез на Апеннинский полуостров рецепт приготовления макарон. Теперь же словом «maccheroni» итальянцы называют длинные трубочки сухого теста с дырочкой внутри.

А вот слово «pasta» в переводе означает «тесто». Классический рецепт ее изготовления прост – из пшеничной



муки с водой замешивают тесто, затем пропускают его через специальную машинку, она придает форму, режет и высушивает.

В Италии насчитывают свыше 300 разновидностей пасты. В наших магазинах «видовое разнообразие» скромнее – несколько десятков. Во всем мире наибольшую популярность завоевали спагетти (spago – «веревка»).

Принято считать, что от макарон толстеют. Это не вполне так. Известная актриса Анна Маньяни каждый вечер съедала порцию спагетти и при этом до последнего дня оставалась стройной. В целом макароны не опасны для фигуры, если ими

не злоупотреблять. Главное – не совмещать макароны с жирами. Безо всякого вреда для талии можно добавлять к пасте тушеные без масла овощи с легким соусом, например, соевым. А вот типично отечественный вариант – макароны с сыром и сливочным маслом – прямой путь к набору лишнего веса.

Ну, и кроме того, мука из твердых сортов пшеницы, из которой делают классические макароны, богата витаминами группы В, много там и витамина F. Одним словом, талия довольна.

Вернемся обратно к принципам средиземноморского питания. Так в ежедневном рационе итальянцев

присутствует красное вино. Они пьют его, на мой взгляд, с прекрасной целью – оттенить вкус блюд, а уж никак не напиться. Согласно исследованиям, в небольших дозах натуральное вино нормализует уровень холестерина, а также облегчает и ускоряет пищеварение, кроме того, этот напиток содержит большое количество витаминов и минералов.

Еще один важный ингредиент итальянской кухни – оливковое масло. На нем готовят, заправляют им салаты и супы, наносят на хлеб вместо привычного нам сливочного. Конечно, в России хорошее оливковое масло – для многих дорогое удовольствие. Основная разница между ним и другими жирами состоит в том, что в оливковом масле содержатся полезные для сердца мононенасыщенные жирные кислоты, которые успешно сражаются с холестерином и повышают защитные силы организма.

Кроме того, жители Апеннинского полуострова употребляют не менее трех порций фруктов в день: виноград, груши, яблоки, персики, сливы, хурму и т.д. А еще итальянцы ведут активный образ жизни и много времени уделяют спорту.

В заключение хочу сказать вот что... Как правило, обед российского человека представляет собой 15-минутный забег. Для итальянцев каждая минута – это праздник жизни и еда не исключение. Согласитесь, что у этой нации есть, чему поучиться.

О любви

1. Зефирно-шоколадная фаза или «химия любви»

Когда мужчина и женщина встречаются и влюбляются друг в друга, у них в организме вырабатываются определенные гормоны, которые окрашивают мир в яркие цвета. В этот момент голос кажется бесподобным, любая глупость кажется удивительной. Человек находится в состоянии наркотического опьянения. В этот период не следует принимать какие-либо решения, так как действие этого наркотика когда-то закончится и все придет на круги своя.

2. Следующая фаза, которая обязательно наступает после первой, когда чувства умиротворяются, это фаза пресыщения.

3. Третья фаза называется отвращение

Она обязательна для любых долгосрочных отношений. На фазе отвращения начинаются ссоры, как будто вам дали лупу и вы концентрируетесь на недостатках, которые есть у партнера. Самый легкий и самый плохой выход из этого – это развод. Что плохого? Это то, что вы снова вступаете в зефирно-шоколадную фазу с другим партнером.

Есть люди, которые только и вращаются на этих трех фазах.

4. Следующая фаза – это терпение

Ссоры между партнерами продолжаются, но они носят не такой фатальный характер, как в предыдущем периоде, так как оба знают, что когда ссора



закончится, отношения снова восстановятся. Если мы прикладываем усилия в сторону развития терпения, то нам воздается развитием разума. Таков закон природы. Итак, на этой фазе нам дается разум.

5. Пятая фаза – фаза долга, или уважения – это первая стадия любви

До этого любви еще не было. Я начинаю думать не то, что он мне должен, а то, что я ему должна. Сосредоточенность на своих обязанностях развивает нас.

6. Шестая фаза – это дружба. Дружба – это серьезная подготовка к любви

7. Седьмая фаза – это любовь

Любовь это не дешевая вещь. К ней идут всю жизнь. Любви обучаются через различные жиз-

7 этапов семейных отношений

ненные ситуации, причем в долгосрочных, близких отношениях. Любовь – это не то, что сваливается внезапно к нам на голову, для любви мы зреем, отказываясь от эгоизма внутри себя.

Родителей мы выбираем? Нет, мы любим тех, кто нам достался. Братьев и сестер мы выбираем? Нет. Единственного, кого мы выбираем, это своего мужа или жену. Затем к нам приходят дети. Их разве мы выбираем? Затем дети приводят своих невесток или женихов. Их мы выбираем? Нет, нам надо терпеть и любить, расширять свое сердце и ценить тех, кто рядом с нами. Поэтому людям, которые собираются разводиться, для начала надо познакомиться друг с другом, затем подружиться, а потом уже полюбить друг друга. Большинство пар воспринимают это скептически, но это то, как мы живем.

До тех пор, пока мы будем думать, что любовь – это зефир в шоколаде, мы не поймем, что такое любовь. Любовь подобна шести вкусам, в которой есть и сладкий вкус и соленый и терпкий и вяжущий и острый и даже горький.

Мы не должны требовать что-то от другого человека, мы просто должны быть преданы нашей любви. Преданность – это главное качество любви. Если у нас «закончилась любовь», будьте уверены – она еще не начиналась.

Широкоформатная
печать от 112 ₽/м²
тел.: 38-99-70

web кабинет
студия дизайна и верстки

ул. Каменская, д. 30, офис 213
http://webkabinet.com

СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ
АВАНТАЖ

ОКНА
ПРОФИЛЬ VEKA (ГЕРМАНИЯ)
RECEUNICK (БЕЛЬГИЯ)
УСТАНОВКА ПОД «КЛИН» ВО ГЛАВУ

БАЛКОНЫ
ВЫНОС
ОБШИВКА
КРЫША

МЕЖКОМНАТНЫЕ И СЕЙФ-ДВЕРИ

ул. ЧЕЛЯБИНСКАЯ 18, ОФИС 112
тел.: 8-950-200-66-15, 398-538

Открылся новый офис!

Mister
БЗЛКОН

- Окна ПВХ (VEKA, KBE, RENAU)
- Алюминиевые балконы, рамы-купе
- Обшивка балконов (наружная, внутренняя)
- Оформление заказов на дому
- Жалюзи (горизонтальные, вертикальные)

Суворова, 30 т. 352-752
Пр. Победы, 64 т. 317-999

В наш стремительный век человек все чаще ищет возможность снять напряжение, уменьшить воздействие стресса, оздоровиться с помощью традиционных и не традиционных методов и препаратов. Сегодня о достаточно новой, но уже хорошо себя зарекомендовавшей китайской методике нам расскажет мануальный терапевт Сергей Ермолаев.

ТАЙЦЗИ. Для вашего здоровья

— Сергей Серафимович, что же такое ТАЙЦЗИ? И для чего применяют эту китайскую методику?

Тайцзи является уникальной системой упражнений, которая одновременно исцеляет физическое, психическое, эмоциональное и духовное состояние человека. При помощи тайцзи можно повысить свой энергетический уровень, коренным образом улучшить состояние здоровья, замедлить процесс старения, стать более творческой личностью и значительно снизить степень воздействия стресса даже в нашем все более напряженном мире. И это только примерный набросок того, какую пользу приносит тайцзи.

— На кого рассчитаны эти упражнения, на молодежь или наоборот на людей старшего поколения?

На всех без исключения. Если вы хотите найти центр спокойствия посреди бурных жизненных перемен и одновременно повысить свой мышечный тонус и исцелить свой ум и тело, то тайцзи и цигун являются как раз тем, что доктор прописал! Смело приступайте к занятиям!

— Сергей Серафимович, чем вам интересна ТАЙЦЗИ, почему вы обратились именно к этой системе упражнений?

Тайцзи практикует 20% земного шара и сегодня — это самый популярный вид упражнений в мире. Своим быстрым распространением тайцзи обязано одному важному факту — действительно улучшается самочувствие. Хотя изначально тайцзи было воинским искусством и его в большей степени предлагают школы боевых искусств, теперь овладеть дан-

ной методикой могут по желанию все люди далекие от спорта, но желающие помочь своему телу. Тайцзи освобождает ум, тело и нашу жизнь от напряжения. Тайцзи развивает внутреннюю силу у всех возрастных категорий, таким образом, у занятий нет возрастных ограничений. Тайцзи — это сокращенное название от тайцзицюань (кулак высшего предела). Ныне укороченное название свидетельствует о том, что в наше время его рассматривают как один из самых эффективных в мире систем упражнений для сознания и тела. Поэтому теперь термин тайцзи означает оздоровительные упражнения (высшего предела), способ расслабления (высшего предела) и «наилучший метод сохранения равновесия организма, повышающий мышечный тонус и помогающий сохранять красоту».

— Какие проблемы со здоровьем помогает решить данный комплекс упражнений?

Тайцзи является высокоэффективным средством для лечения многих видов травм или хронических расстройств, будь то душевных, эмоциональных или физических. Тайцзи также усиливает иммунную систему организма и может на самом деле устранить проблемы за долго до того, как они превратятся в настоящие физические болезни.

— Где проходят занятия и по какому телефону можно записаться?

Занятия проходят по адресу: ул. Титова 7 (физдиспансер). Контактный телефон 8-908-905-65-10.

Беседовала Кристина Шапошник

Генеральный спонсор рубрики — «Здоровье»



Отдел
медицинской
техники

Медтехника для дома

Ортопедические стельки для взрослых и детей

Ул. Алюминиевая, д. 67, тел.: 306-866, 306-400.
Ул. Добролюбова, д. 4, тел.: 316-227.

В Екатеринбурге открылась первая мужская консультация

На Урале открыта первая мужская консультация. Долгое время проблеме мужского здоровья никто не уделял должного внимания. Усилия врачей были сконцентрированы, преимущественно, на прекрасной половине человечества.

Здоровьем МЦ «Доктор Плюс» открыта первая на Урале мужская консультация. Прием ведут опытные врачи андрологии, урологи, эндокринологи, геронтологи, диетологи, психотерапевты.

Продукты, которые улучшают память

Как после отпуска вспомнить все и побыстрее въехать в работу

1. ГРЕЧКА
В этой крупе больше всего железа в легко-усвояемой форме. Железо необходимо мозгу для концентрации внимания. Самое то, что нужно после бешеного отдыха, чтобы собрать мысли в кучу! Также богаты этим микроэлементом спелые гранаты, зеленые яблоки, черный хлеб (особенно бородинский). В говяжьей или свиной печени тоже есть железо, но усваивается оно хуже. Также гречка богата глюцидами — медленными углеводами, которые помогают обновлению нервных клеток.

2. МЕД
Пейте чай с медом! Исследователи из Новой Зеландии доказали, что натуральный пчелиный мед способен активизировать в мозгу как процессы усвоения информации, так и сохранения полученных знаний. Это благодаря высокому содержанию медленных углеводов, которые являются «топливом» для наших маленьких серых клеточек. А благодаря активным ферментам мед еще и снимает ощущение тревожности. Проводили эксперимент ученые, как водится, на грызунах. И те мышки, что

сидели на медовой диете, буквально за несколько дней обогнали по сообразительности и активности тех товарок, которых кормили обычным кормом.
3. ЖИРНАЯ РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ
В рыбе, особенно жирных сортов (семге, скумбрии, сельди), много Омега-3 полиненасыщенных жирных кислот. Они «растворяют» плохой холестерин и позволяют сосудам мозга дольше находиться в активном состоянии. Также в рыбе много фосфора, который тоже важен для памяти. А морепродукты (креветки, мидии, устрицы) богаты цинком, улучшающим обменные процессы в центральной нервной системе.
4. ТВЕРДЫЕ СЫРЫ
В них много кальция и аминокислоты триптофана. Кальций поддерживает активное состояние нервных окончаний, что повышает скорость мышления. А триптофан помогает мозгу расслабиться, когда нужно. Кстати, аминокислота триптофан помогает выработке гормона сна — мелатонина. Так что, бутербродик или легкий овощной салат с пармезаном на ночь помогут лучше засыпать и наладить режим.

5. ИМБИРЬ
Этот корень содержит вещество капсаицин, которое стимулирует мозговое кровообращение даже в самых мелких сосудах и снимает спазмы. Чашечка имбирного чая с утра поможет побыстрее раскататься и подготовиться к трудовым подвигам. А вот утренний кофе — не лучший напиток в период реакклиматизации (так медики называют привыкание организма к привычным условиям жизни после поездки в другие широты). Он дает ненужное возбуждение вегетативной нервной системы, которую первую недельку после отпуска лучше «не кантовать».
Также для стимуляции мозгового кровообращения имеет смысл каждый день съедать щепотку черного перца (не за раз, конечно, а добавляя в блюда) или чайную ложку горчицы. В них тоже есть капсаицин, а еще жгучие вещества, которые активизируют нейроны мозга. А еще жгучие пряности ускоряют обмен веществ, так что, ещё помогут слегка похудеть после отпускных гастрономических излишеств.

Суvenirная продукция и полиграфия к Новому Году!

Готовьтесь к праздникам заранее!

sofi

ПРИНТ

380-480

+7 904 54-34-841

ул. Каменская, д. 30, офис 213

Спец предложение для кафе и ресторанов!

Разработка эксклюзивного меню

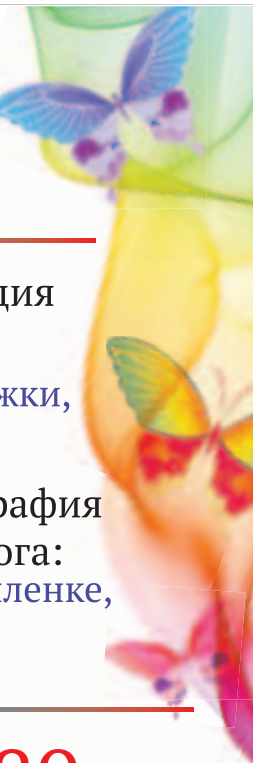
web кабинет

студия дизайна и верстки

тел.: 38-99-70

ул. Каменская, д. 30, офис 213

http://webkabinet.com



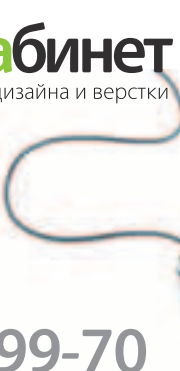
магниты, значки, кружки,
брелоки, зажигалки.

380-480
+7 904 54-34-841;
ул. Каменская, д. 30, офис 213

Верстка деловой документации.

абинет
дизайна и верстки

99-70



тел.: 38-99-70
ул. Каменская, д. 30, офис 213
<http://webkabinet.com>



(3439) 36-04-04, 8-908-908-40-77



- Парикмахер-универсал;
- Массажист (тел.: +7 909 02-01-525, 389-911);
- Маникюр, педикюр;
- Моделирование ногтей акрилом, гелем (тел.: +7 904 983-07-16).

Мы находимся по адресу – ул. Ленина, д. 20.

Проводится набор на курсы в октябре

Информационный листок отпечатан в типографии ООО «Печатник»
Адрес типографии: 623751, Свердловская обл., г. Реж, ул. О. Кошевого,
д. 16, тел. 8(34364)33327; факс 8(34364)33-665.
Заказ № 66478.

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов. Редакция не несет ответственности за достоверность информации, предоставленной авторами, информационными агентствами и рекламодателями. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Материалы со знаком Р.Р. публикуются на правах рекламы. При перепечатке ссылка на газету обязательна. Все рекламируемые товары подлежат обязательной сертификации, а услуги лицензированию.

Информационные источники:
 versia.ru, Страна.Ru, mk.ru, 66.ru, Lenta.ru,
 Новый Регион, JustMedia, ИА REGNUM, e1.ru,
 Газета.Ru, tltime.ru, goodhouse.ru, acuvue.ru,
 kp.ru, kamensk-ur.ru, livejournal.com

Не является периодическим изданием

У нас в продаже имеются: обувь домашняя, шапки для бани, комплекты для бани, коврики и рукавицы из натуральной овечьей шерсти. Обувь «RUISHER» из натуральной овечьей шерсти меняет представление о том, какой должна быть настоящая обувь для дома!

Овечья шерсть – ближайший родственник нашей кожи: состоит из тех же белков, протеина и кератина. Поэтому и служит идеальной защитной оболочкой, «второй кожей». Она исключительно гигроскопична: впитывает до 40% влаги от собственного веса, оставаясь при этом сухой. Она хорошо пропускает воздух, давая дышать нашей коже. Она как живое волокно препятствует размножению грибков и бактерий. Она нейтрализует запахи, что особенно нужно для домашней обуви. Она имеет в составе природный ланолин, который служит основой для масел и косметических кремов. Она дарит тепло, уют, здоровье.

Натуральная овечья шерсть хорошо пропускает воздух, поглощает и испаряет влагу, оставаясь сухой. Именно сухое тепло защищает от холода и исцеляет при простудах и бронхитах. Тапочки снимают нервное напряжение в ногах, ускоряют заживление и боль при ревматизме, ите и прочих заболеваниях, так же при некоторых

ние, чувство усталости и тяжести в ногах, улучшают кровообращение, ускоряют заживление ран, переломов, снимают боль при ревматизме, остеохондрозе, радикулите и прочих заболеваниях мышц и суставов, а так же при некоторых видах аллергии.

Обувь для дома – это ничуть не менее важная деталь вашего комфорта, что и традиционная модельная обувь! Подарите своим ногам комфорт и уют! Дефилируйте по дому и перед гостями в первоклассной обуви, сочетающей в себе лучшие качества натуральных материалов и яркие дизайнерские решения.

Магазин «Парфюмерия-Косметика».

Мы находимся по адресу: Алюминиевая, 35 телефон: 39-92-30.

–Пиар–

Силкина А.М.

Расписание сеансов с 22.09.11 – 29.09.11

Киноцентр «Молодежный»

Название фильма	Начало сеанса	Цена билета
Я не знаю, как она делает это (продолжительность 92 мин.)	11:00	80 руб. вторник 50 руб.
Погоня (продолжительность 95 мин.)	12:50	100 руб. вторник 80 руб.
Я не знаю, как она делает это (продолжительность 92 мин.)	14:40	100 руб. вторник 80 руб.
Погоня (продолжительность 95 мин.)	16:20	120 руб. вторник 100 руб.
Я не знаю, как она делает это (продолжительность 92 мин.)	18:00	120 руб. вторник 100 руб.
Погоня (продолжительность 95 мин.)	19:50	150 руб. вторник 120 руб.
Погоня (продолжительность 95 мин.)	21:40	150 руб. вторник 120 руб.

Именно поэтому, они — никогда не должны лежать без дела. Приходите к нам и мы поможем вам заработать на сбережениях!

Наши вклады — это самое оптимальное предложение для накопления ваших сбережений, которое обеспечит максимальную доходность ваших средств на весьма удобных условиях, и даст вам возможность управлять своими средствами или снять их без потерь в любой момент.

Вклады по ставке
до 10% годовых в рублях.

Льготная система выплат
при досрочном расторжении.

Срок вклада — до 24 месяцев.

Первоначальный взнос — 30 000 рублей.

ОТКРОЙ **ВКЛАД** И ПОЛУЧИ **БОНУС**



Лицензия №316 Банка России
от 31.03.2003 (бессрочная)

«ТОЛЬКО ПЛЮСЫ (ПРАЙМ)»

+0,5%

Добро пожаловать в офис «Хоум Кредит энд Финанс Банка»!
г. Каменск-Уральский, ул. Алюминиевая, 30, тел.: 54-00-40, 54-00-41, 54-00-42

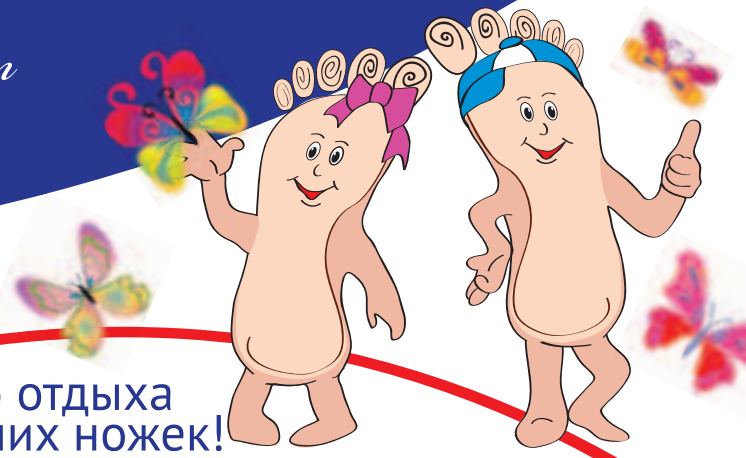
Предикторный кабинет
«ЛОТОС»
ул. Алюминиевая, 18

+7 953-044-81-09

тел.: 38-01-71

lotos-ku@mail.ru

Место отдыха
для ваших ножек!



web кабинет
студия дизайна и верстки
<http://webkabinet.com>