



# ПОЛЫСАЕВО

Выходит с 1 сентября 2000г.

№10 (490) 19 марта 2010г., пятница

## С Днём работников торговли, бытового обслуживания населения и коммунального хозяйства!

**ПОЗДРАВЛЯЕМ С ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ  
ПРАЗДНИКОМ РАБОТНИКОВ  
ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНОГО ХОЗЯЙСТВА И  
ПОТРЕБИТЕЛЬСКОГО РЫНКА!**

Уважаемые коммунальщики! Круглые сутки вы контролируете тепло-, водо- и электроснабжение целого города, порядок и чистоту дворов и улиц Польсаева. В любых обстоятельствах и погодных условиях вы своевременно предотвращаете и оперативно устраняете сбои и неполадки в системе жизнеобеспечения города. Спасибо вам за работу на совесть, за профессионализм и ответственность перед своими земляками!

Разрешите поблагодарить и всех работников торговли, общественного питания и бытового обслуживания населения за ваши улыбки, мастерство, искреннее участие, терпение и доброжелательность!

Желаем, чтобы в ежедневном труде вашими постоянными помощниками были знания и опыт, порядочность и умение ладить с людьми, стремление сделать свою работу качественно и в срок. Пусть, выбирая из множества поставщиков сходных товаров и услуг, потребитель отдаст предпочтение вашей фирме, компании, организации, вашему профессионализму и надёжности!

Пусть добрые отзывы ваших посетителей и покупателей служат для вас источником вдохновения и работоспособности, умножают число клиентов и партнёров, увеличивая финансовую стабильность и укрепляя позиции на рынке.

Известно, что в любой работе не обойтись без трудностей, ощутимого дефицита добросовестных и квалифицированных специалистов, времени, средств и материалов. Причём в сфере потребительского рынка и ЖКХ негативные последствия перечисленных проблем отражаются на потребителях чаще и скорее, чем в других отраслях экономики. Поэтому всегда следует помнить, что только ваша энергия, слаженная работа, взвешенный подход к делу, умение находить выходы из сложных ситуаций и конфликтов способны грамотно преодолеть любые препятствия на пути к успеху!

Счастья вам, здоровья и благополучия!

Глава города В. ЗЫКОВ.  
Председатель городского  
Совета народных депутатов О. СТАНЧЕВА.

**УВАЖАЕМЫЕ РАБОТНИКИ И ВETERАНЫ  
СФЕРЫ ТОРГОВЛИ, ОБЩЕСТВЕННОГО  
ПИТАНИЯ И БЫТОВОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ!**

От всей души поздравляю вас с профессиональным праздником Днём работников торговли, бытового обслуживания населения и коммунального хозяйства!

Желаю вам и вашим близким здоровья - это самое ценное, что есть в жизни, - благополучия, весеннего настроения, неиссякаемой жизненной энергии, плодотворной деятельности, осуществления всех планов и новых успехов в работе, высокого профессионализма в вашем нелёгком труде.

Пусть судьба вас хранит от всех напастей, всем вам земных благ и счастья!

С уважением, начальник отдела  
потребительского рынка администрации  
города Польсаева Е. ЕРМОШЕНКО.



В преддверии праздника в Кемерове прошёл губернаторский приём в честь Дня работников жилищно-коммунального хозяйства, на котором заместитель губернатора В.К.Ермаков приветствовал лучших представителей отрасли. Он отметил, что сегодня в ЖКХ первоочередное внимание уделяется модернизации основных фондов.

В ходе подготовки к зиме капитально отремонтировано

и реконструировано 20 котельных. В результате удалось закрыть 17 малоэффективных изношенных кочегарок. Было подготовлено 3,8 тыс. км тепловых сетей, а 118 км ветхих теплотрасс полностью заменили. Обновили 217 км ветхих водопроводов, подготовили 242 тыс. км электрических сетей и полностью заменили 1 221 км аварийных электролиний.

Гарантией качественной подготовки к отопительному

сезону объектов ЖКХ стал, по оценке заместителя губернатора, системный и всесторонний контроль со стороны диспетчерской службы государственного предприятия «Жилищно-коммунальное хозяйство», Службы оперативного контроля за работой систем жизнеобеспечения и Государственной жилищной инспекции.

Не менее важную роль в стабильной работе систем

жизнеобеспечения городов и районов Кузбасса играет также областной аварийно-восстановительный отряд. Во всех городах и районах созданы свои подобные подразделения быстрого реагирования. Хорошая техническая оснащённость и высокая квалификация бойцов аварийно-восстановительных бригад и отряда позволили нынешней зимой устранять последствия локальных аварий в установленные нормативами времена.



До Дня Победы осталось 50 дней

## Праздник

# «Покупатель всегда прав!»

Под таким девизом работает Татьяна Дмитриевна Максимова, директор небольшого магазина «Максим», находящегося на пересечении улиц Космонавтов и Республиканской. Приветливо и вежливо встречает она в торговом зале каждого покупателя. А главное – всегда улыбается. Все эти качества очень важны для человека, работающего в торговой сфере. Как водится, от настроения руководителя зависит и общий настрой всего коллектива продавцов. А значит, не иссякнет и поток покупателей – он будет только увеличиваться.



Скорее всего, почти каждый житель Полясаева заходил в этот маленький, но уютный магазинчик. И никогда не уходил без покупки, потому что доброжелательные продавцы всегда подскажут и помогут выбрать необходимое.

А началось всё почти шесть лет назад. В августе 2004 года Т.Д. Максимова открыла свой магазин с очень запоминающимся названием. Кстати, открытие собственной торговой точки совпало с годовщиной свадьбы супругов Максимовых и пришлось на торжественное для города событие – День шахтёра.

«Магазин мы строили своими руками, – делится Татьяна Дмитриевна, – муж и сын принимали огромное участие». Идея организации своего дела возникла не вдруг. Шли к этому вместе целенаправленно, продумывая каждый шаг.

Вначале моя героиня и не думала, что в будущем станет хозяйкой магазина. Работа в ресторане барменом оставила свой отпечаток. По словам Т.Д. Максимовой, там было больше эстетики, в торговле этого нет. Но если берёшься за какое-то дело, к нему нужно относиться с любовью и желанием. Без этого не стоит и начинать, потому что работы не получится. Вот и старается Татьяна с самых первых дней открытия магазина, чтобы всё шло хорошо. Конечно, всё было. Самая большая подножка, когда возникают материальные затруднения. Но даже из

такой тупиковой, казалось бы, ситуации всегда находился выход.

Шесть лет назад, когда стабильный коллектив ещё не сформировался, директор сама стояла за прилавком. Можно сказать, зазывала покупателей. Сегодня, благодаря умелому ведению дел, появились постоянные клиенты, которые знают хозяйку и продавцов не только в лицо, но и по именам. Порой, с покупателями встречаются неожиданно на улице, здороваются, говорят о делах жителей.

К мнению людей, предпочитающих приобретать продукты в «Максиме», здесь прислушиваются всегда. Постоянно расширяется ассортимент. Да и товар рассчитан на все социальные слои населения – от продуктов, необходимых на столе потребителя каждый день, до дорогих.

Шесть лет – уже довольно много. И за это время не было ни одного серьёзного конфликта. Коллектив стабильный, сплочённый. «Психологами стали», – смеясь, рассказывает Татьяна Дмитриевна. К любому покупателю найдут свой подход. Почему? Да потому, что работают для людей. А ещё чувствуют ответственность за всё – это условие трудового договора.

Хозяйка и сама любит вставать за прилавок. Говорит, пока покупатель выбирает товар, может обо всей своей жизни рассказать. Общение и тут необходимо. Это одно из преимуществ маленьких магазинчиков, чего не встретишь в больших модных сегодня торговых центрах. Второй немаловажный плюс – нет в «Максиме» продуктов с истекшим сроком годности. Ведь товар привозят минимальными партиями, а потому он быстро разбирается.

Работать приходится много. С утра и до вечера Татьяна, так сказать, на боевом посту. Домой возвращается ближе к десяти. А нужно успеть и ужин приготовить, и с детьми поговорить – узнать их проблемы и радости. Ведь прежде всего она – мать. Сын – студент, дочь – школьница. Вроде бы взрослые, всё понимают, но и им не хватает материнского внимания. Вот и старается мама-предпринимательница. Пустить собственное дело на самотёк тоже нельзя. «Загублю, – говорит моя собеседница. – Это очень серьёзно для меня». Да стоит ли бросать, если всё спорится в проворных женских руках.

В преддверии профессионального праздника Т.Д. Максимова желает своим коллегам здоровья, успехов, тепла семейного очага, понимания и, конечно, весеннего настроения. И вам, Татьяна, удачи в непростом деле!

Любовь ИВАНОВА.

Фото Светланы СТОЛЯРОВОЙ.

Те, кто живёт в Полясееве давно, наверняка помнят, какими мрачными и неуютными в тёмное время суток были лет двадцать назад городские улицы. Летом эту картину скрашивали длинные вечера, зимой – белоснежное покрывало снега да свет луны. А вот осенними вечерами и ночами в центре города и на его окраинах было, что называется, хоть глаз выколи, и все спешили поскорее оказаться в кругу яркого света.

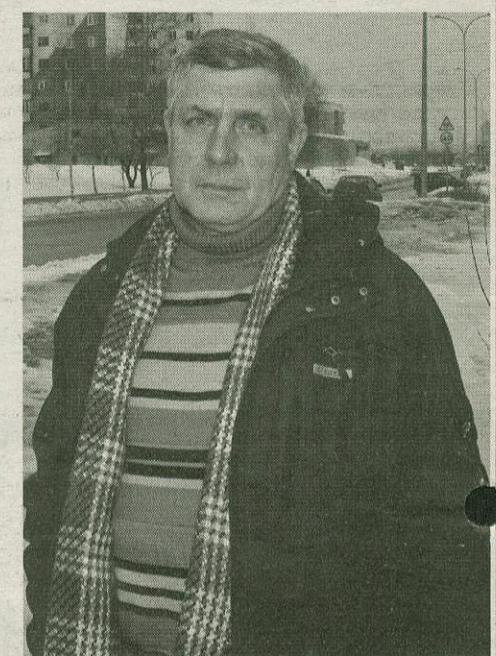
# Свет наших улиц

Идея создания предприятия, способного решить проблему освещённости города, возникла у Михаила Васильевича Хайрулина. Обсудив её с заместителем главы города С.А. Малашевичем и заручившись поддержкой городских властей, Михаил Васильевич в феврале 1990 года организовал кооператив «Горсвет». Этот кооператив был в числе первых зарегистрированных в городе и остался одним из немногих, кому удалось продолжить свою историю и в XXI веке.

М.В. Хайрулин родом из Ленинска-Кузнецкого. Окончив Ташкентский электромеханический техникум, он вернулся в Сибирь. Начав свою трудовую деятельность в 1975 году в качестве электрика ленинск-кузнецкого «Водоканала», в 1979 году он уже работал главным энергетиком домостроительного комбината. У него хватило знаний и уверенности в своих силах, чтобы не побояться организовать своё дело на заре кооперативного движения. А несколько лет спустя Михаил Васильевич получил ещё и высшее экономическое образование.

Первоначально в коллективе было всего четыре человека. В апреле приобрели автотышку и приступили к работе. За первый год существования предприятия всего было восстановлено около 16 000 метров линий уличного освещения. В 1991 году провели реконструкцию линии по улице Космонавтов, заменили железобетонные опоры на стальные и установили 58 натриевых светильников. В 1992 году была построена новая линия протяжённостью 630 метров по ул. Копровой, а кооператив перерегистрировали в ООО «Горсвет». Период 1993-1996 гг. можно назвать временем созидания: благодаря стараниям коллектива, выросшего до 14 человек, были освещены улицы Крупской, Космонавтов, Республиканской (от ул. Республиканской до поворота на ш. «Полясаевская»), дорога к котельной ППШ. Общая протяжённость возведённых линий составила 5610 метров. Однако конец 90-х годов стал для энергетической отрасли временем настоящей разрухи. «Исчезали» километры проводов, разграблялось всё, что имело хоть какую-то материальную ценность, и уследить за всем этим было просто невозможно. Целых два года ушло у предприятия, получившего в 2001 году название ООО «Луч», на восстановление уничтоженного руками «человека».

В 2003 году вновь подул ветер добрых перемен. При активном финансировании городской администрации было приобретено и установлено на центральных городских улицах почти 400 светильников ЖКУ-16-150 Ватт вместо устаревших РКУ-250 Ватт. А в 2008 году ООО «Луч» приняло активное участие в реконструкции линий уличного освещения в связи с празднованием областного Дня шахтёра. Силами предприятия была построена новая линия по улице Космонавтов – от полясаевского поворота до пересечения с улицей Свердлова. Теперь ей не страшны ни ураган, ни шквальный ветер, потому что провода заменил кабель, проложенный под



землей. Впервые в области были смонтированы энергосберегающие светодиодные светильники УСС-70 Ватт по улице Бакинской.

Сегодня в Полясееве – современное уличное освещение, отвечающее всем современным требованиям и стандартам. А обслуживает его всего одна бригада в составе двух электриков, водителя и руководителя М.В. Хайрулина (в составе ООО «Луч» есть ещё бухгалтер). В их ведомстве – 800 светильников и километры проводов. На прохожении 20 лет предприятие также занимается праздничной иллюминацией, даря всем жителям от мала до велика разноцветье огней, весёлое настроение и ощущение праздника.

В текущем году ООО «Луч» взяло на себя дополнительное обслуживание двухсот торшерных светильников во всех городских скверах и на аллеях. Дело это довольно хлопотное, ещё далеко не все наши горожане и гости города научились соответствующим образом вести себя в общественных местах. Но коллектив предприятия работы не боится.

ООО «Луч» всегда шагает в ногу со временем. В условиях экономического кризиса здесь разработали и внедрили энергосберегающую схему подключения светильников на основных улицах города. Экономия в октябре-ноябре составила по 35-40 тыс. рублей. Есть у руководства и творческие планы, реализация которых позволит нашему городу стать ещё краше и светлее. 2010 год – особенный для ООО «Луч», он отмечает своё 20-летие. Это уже довольно серьёзный рубеж, позади которого – труда и созидание, а впереди пусть будет только процветание и удача на благо нашего родного города. Спасибо вам за свет наших улиц!

Наталья АРТЁМКИНА.  
Foto Светланы СТОЛЯРОВОЙ.

## Победители названы

# К работе в офисе готовы

Компьютеры прочно вошли в нашу жизнь и постоянно совершенствуются, но неизменным остаётся интерес человека к этому «чуду» современных технологий.

4 марта обучающиеся 9-х классов общеобразовательных школ города собрались на ставшую уже традиционной городскую олимпиаду по информатике (она проводится во второй раз), чтобы посоревноваться в знании офисных программ, без которых сейчас невозможно представить ни школьный урок, ни домашнее времяпровождение у компьютера. Да и большинство профессий так или иначе связаны с использованием персонального компьютера, и знание программ, таких, как текстовый редактор, программы для подготовки презентаций и обработки электронных таблиц, составляет основу компьютерной грамотности.

Десятым участникам за 2 часа

5 минут предстояло проявить своё умение при выполнении трёх заданий. Первое задание – на него и отводилось 5 минут - было направлено на проверку скорости печати. Лучший результат (111 знаков в минуту) показала Вельдина Ольга из школы №14 - учитель Татьяна Николаевна Шаманова. В рамках празднования Года учителя хочется отметить работу этого педагога: она вырастила победителя прошлогодней олимпиады, и сейчас со своей ученицей добилась достойного результата: Вельдина Ольга заняла общее второе место.

Во втором задании нужно было подготовить презентацию, сделать её интерактивной, установить анимационные и звуковые эффекты. Здесь лучшим был Леонов Роман из школы № 44.

При выполнении третьего задания – творческого – снова не было равных Роману Леонову. За свою

публикацию на тему «Мой мир и информационные технологии» он получил максимальную оценку в 10 баллов и в итоге стал победителем олимпиады. Подготовила Романа учитель информатики и ИКТ Альбина Александровна Булатова, одна из лучших специалистов своего дела.

Успешно выступила на олимпиаде представительница школы №35. Гончарова Виктория готовилась под руководством молодого талантливого учителя Натальи Анатольевны Луцкы и, показав стабильные результаты при выполнении всех заданий, заняла заслуженное третье место.

Ребята, которым не удалось в этом году стать призёрами, получили дипломы активных участников.

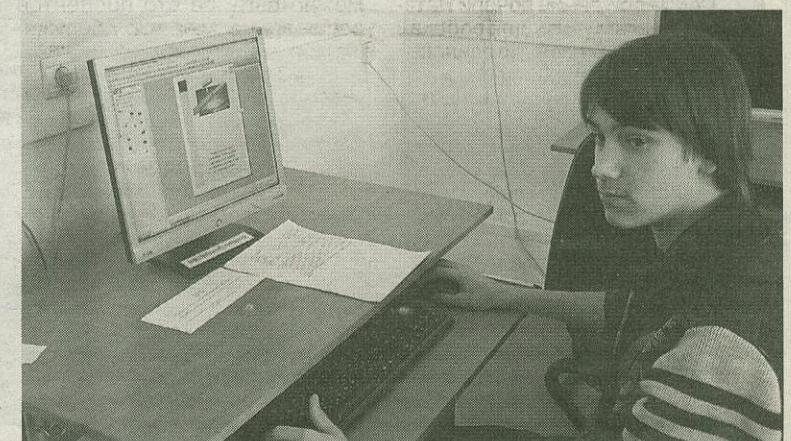
Победитель и призёры олимпиады были отмечены грамотами городского управления образования г. Полясаева и денежными призами,

представленными постоянным спонсором конкурса, депутатом городского Совета народных депутатов, учителем информатики школы №14 И.В. Суздалевым. В планах на будущее этого творческих работающего педагога проведение городского соревнования по информатике для обучающихся начальной

школы. Большое спасибо Ивану Васильевичу за вклад в поддержку и развитие ребят, интересующихся информационными технологиями.

**Н. СОШНИЯНИНА**, методист информационно-методического центра.

На фото: победитель олимпиады Роман Леонов.



# С праздником, коммунальщики!

**УВАЖАЕМЫЕ ТРУЖЕНИКИ  
САМОЙ ВАЖНОЙ И НУЖНОЙ ДЛЯ  
ЛЮДЕЙ ОТРАСЛИ -  
ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНОГО  
ХОЗЯЙСТВА!**

Сердечно поздравляю вас с профессиональным праздником!

В системе ЖКХ работают люди, способные действовать чётко и слаженно, проявлять мужество и выдержку в экстремальных ситуациях. От вас зависят благополучие и комфорт людей, качество их жизни и общественная стабильность.

Примите благодарность за ваш нелёгкий труд и пожелания дальнейших успехов в работе на благо горожан. Побольше вам благодарных слов! Здоровья, счастья вам и вашим близким!

**В. РАЗУМОВСКИЙ,**  
генеральный директор  
ОАО «Энергетическая компания».

Сегодня слова «коммунальщики», «коммуналка» имеют в общем понимании несколько негативный оттенок. А ведь они произошли от вполне презентабельного – «коммуна», что означает общность, коллектив. Уже давно люди решили, что вместе, сообща легче преодолевать трудности. Они не ошиблись. И сегодня

огромной, к сожалению, не всегда дружной, коммуной вы боретесь с жилищно-коммунальными проблемами. В сферу вашей деятельности входит обеспечение чистоты дорог и благоустройства территорий, исправности коммуникаций и многое другое.

Делом своей жизни вы выбрали нелёгкую профессию. Поэтому низкий поклон

**ДОРОГИЕ РАБОТНИКИ КОММУНАЛЬНОГО ХОЗЯЙСТВА!  
ОТ ВСЕЙ ДУШИ ПОЗДРАВЛЯЮ ВАС  
С ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ПРАЗДНИКОМ!**

Несмотря на сложную экономическую ситуацию, а также очень холодную зиму, работникам ОАО «Энергетическая компания», которую возглавляет В.Г. Разумовский, удалось сохранить тепло в домах наших горожан. Огромное им за это спасибо!

Ежедневно производит очистку улиц, дорог, тротуаров от снега и мусора «Спецавтохозяйство» (директор О.С. Журавлев). Работники этого предприятия независимо от погодных условий поддерживают порядок на улицах и дорогах нашего города.

Большой вклад в благоустройство жилого фонда вносят обслуживающие организации, призванные поддерживать порядок в наших домах,

подъездах и дворах. Это ООО «РЭУ «Спектр», ООО «РЭУ «Бытовик», ООО «Теплосиб», которые в любое время суток готовы оказать коммунальные услуги жителям города.

В эти дни мы выражаем также самые искренние слова признательности нашим дорогим ветеранам.

В преддверии праздника сердечно поздравляю всех ветеранов и работников коммунального хозяйства с профессиональным праздником! Желаю вам и вашим семьям благополучия, здоровья и удачи в вашем нелёгком, но очень нужном людям деле!

**А. МАЙСНЕР,**  
директор управления  
по вопросам жизнеобеспечения.

всем коммунальщикам за терпение, нередко – самоотверженность, за готовность работать не за похвалу, а ради людей. За понимание того, что от вас зависит настроение горожан, их душевное спокойствие, равновесие, желание жить в родном городе.

Благодаря вашему труду, инициативе, предприимчивости и настойчивости в Польса-

еве происходят позитивные изменения. Ваша работа тяжёлая, сложная, связана с большими психологическими перегрузками. Поэтому самое важное для вас – здоровье! Также я желаю коллегам достойной оплаты нелёгкого труда, успехов в работе, счастья им и их близким!

**О. ЖУРАВЛЕВ,** генеральный  
директор ОАО «САХ».

ЖКХ – это отрасль, которая тесно связана с благополучием и комфортом людей, качеством их жизни и общественной стабильностью. Благополучие каждого дома, каждой семьи во многом зависит от устойчивости и надёжности этой сферы, от профессионализма и ответственности работающих в ней людей.

Давно стали привычными коммунальные блага, и мы порой не задумываемся, какого труда стоит обеспечить стабильную работу большого разветвлённого коммунального хозяйства. Ваш труд заслуживает особого уважения – вы несёте свет и тепло в наши дома.

Самые добрые слова мы адресуем работникам жилищно-коммунального хозяйства! Желаем вам успеха в достижении целей, финансовой стабильности, уверенности в завтрашнем дне, здоровья и сил для реализации самых смелых планов!

**А. СКОПИНЦЕВ,** директор ООО «РКЦ».

Это дело чьих же рук? Лифт работает исправно, Освещён подъезд, и вдруг краской пахнет славно. С тротуаров поутру счищен снег, весь двор в порядке. В воскресенье детвора манит к сказочной площадке. Может, все приезда ждут высочайшего начальства? Нет, обычный видим труд коммунального хозяйства. Изо дня в день создают нам всё новые удобства, И со службой быта тут мы находим много сходства. Облегчает жизнь людей мастерством своим, заботой, Сохраняя мир вещей и гордясь своей работой. Общий праздник их труда мы весной справляем дружно. Нам забота их нужна, им – спасибо наше нужно.

КОЛЛЕКТИВ ООО «РКЦ».



Пожалуй, уже давненько все мы не ждали наступления весны так нетерпеливо, как минувшей зимой. И причина тому не только бесконечно затянувшиеся морозы, однообразные чёрно-белые пейзажи, совсем короткий световой день, но и «климат» в наших домах и квартирах. Те, у кого есть печь, могут самостоятельно поддерживать комфортную для них температуру. Те же, кто живёт в многоквартирных домах, полностью зависят от коммунальных служб в целом и работы котельных в частности. Нелегко пришлось нынче тем, кто в них трудится. Все три месяца – на пределе физических и моральных сил. Особенно досталось тем, кто работает в самом «сердце» котельной. Сейчас их называют машинистами, по сути же, они так и остались кочегарами. И никакой скидки на пол работающего – мужской или женский.

## Красавица, специалист, наставник

Наталья Васильевна Осинцева работает в котельной ППШ ОАО «Энергетическая компания» с февраля 1997 года. Что уж говорить, профессия машиниста котельной вовсе не вяжется с романтическим образом женщины, не мечтала о ней и Наташа. Попав восьмилетнее образование в одной из ленинск-кузнецких школ, она хотела стать ткачихой. По тем временам эта профессия была почётной, высокооплачиваемой и пользовалась спросом – в городе на полную мощь работал камвольно-суконный комбинат. Была у него и своя кузница кадров – ПТУ №17. Окончив училище, юная Наташа пришла работать в цех, однако долго поработать там не удалось, так как выяснилось, что у неё аллергия на шерсть.

После рождения дочери Наталья, чтобы получить для ребёнка место в детском саду, устроилась туда сама. Так и находилась рядом со своей Танюшкой и дома, и на работе.

Неизвестно, как сложилась бы её дальнейшая жизнь, если бы не наступили смутные времена 90-х годов прошлого столетия. Предприятия снижали объёмы выпуска продукции, закрывались одно за другим. Работы в городе не было, цены стремительно взлетали вверх, а денег как таковых в какой-то период не было совсем. В то время Наталья Васильевна оказалась безработной и состояла на учёте в Центре занятости населения. Вот оттуда её и отправили на

курсы, где она освоила профессию машиниста котельных установок и получила «корочки». А вскоре подвернулось и объявление о том, что котельная ППШ в Польсаеве приглашает на работу машинистов.

«Сначала было очень страшно: котлы огромные, гул, шум! Думала, не справлюсь», – вспоминает Наталья Васильевна. Но не зря народная мудрость гласит: «Глаза боятся, а руки делают». На помощь Наталье Васильевне пришли все её лучшие качества – энергичность, целеустремлённость, трудолюбие, исполнительность, организованность. Благодаря этому она отлично овладела своей специальностью и сейчас умеет найти выход из любой, даже самой сложной, ситуации. «Когда Наталья Васильевна на смене, можно быть на сто процентов уверенным в том, что обслуживаемое ею котельное хозяйство находится под бдительным контролем, и любые неполадки устраняются незамедлительно», – такую характеристику со стороны своего руководства заслуживает далёкое не каждый работник.

А для своих коллег Наталья Васильевна – очень отзывчивый и добрый, всегда готовый прийти на помощь товарищам, для молодых – мудрый и терпеливый наставник. Эти человеческие качества всегда будут дорого стоить, независимо от того, какая формация «правит» в нашем обществе. Равно как и умение сохранить обаятельную улыбку и столь редкое душев-

ное спокойствие и равновесие, которыми Наталья Васильевна просто покоряет с первого взгляда.

Котельная ППШ отапливает значительную часть жилфонда города. В связи со стремительным ростом новых домов и коттеджей требуется увеличение её мощности. Отчасти решить эту проблему поможет запуск в эксплуатацию возводимой сейчас котельной малой мощности, а пока в условиях столь суровой зимы пришлось работать почти в авральном режиме. И в том, что отработали без серьёзных ЧП, большая заслуга, по мнению Н.В. Осинцевой, всего коллектива. Обычно в смене 10 человек, в том числе электрик, два слесаря и мастер. В праздничные дни и в сильные морозы смена всегда «усиливается», то есть прошедшей зимой это происходило почти постоянно. А начальник и механик котельной появлялись здесь очень часто и в свободное от работы время – такое уж «беспокойное хозяйство» досталось им по роду службы, и оставлять его без присмотра было никак нельзя.

Первые тёплые мартовские денеки и пока ещё рабочая весенняя капель в этом году станут, наверное, самыми лучшими подарками к профессиональному празднику тех, чей профессиональный долг – отдавать тепло и горячую воду людям. С праздником вас и солнечного продолжительного вам лета!

**Наталья АРТЁМКИНА.**  
Фото Светланы СТОЛЯРОВОЙ.

## Работа как работа

Современный человек, с одной стороны, достаточно независим от сюрпризов и прихотей непогоды, так как всегда может укрыться от мороза или града в своём жилище. С другой стороны, он всё чаще становится заложником погодных капризов. Самым наглядным и простым примером этому служат наши транспортные артерии. Практически у каждого из нас утро начинается именно с них: дороги ведут нас на работу, в школу, в детский сад. Пожалуй, многие из нас запомнили тот ледовый капкан, который образовался три года назад на всех трассах, связывающих Польсаево с соседними городами. Его заложниками стали сотни людей, а вызволить их помогли работники дорожно-транспортных служб.

В ОАО «САХ» г. Польсаево за содержание дорог отвечает бригада, в составе которой 8 единиц спецтехники – две дорожно-транспортные машины на базе КамАЗа, два грейдер, четыре трактора. Работы хватает на всех: летом – очистка дорог от мусора и грязи, полив, отсыпка гореликом, зимой – очистка от снега, посыпка песочно-гравийной смесью, борьба с гололедицей. Протяжённость – все городские улицы, включая в Мерети и Зелёном Ключе, и дороги до шахтных посёлков. Ну а уж если природная стихия разбушевалась – замела все тропки и дорожки, то водители техники работают по 12-15 часов в сутки, без выходных и праздников. При этом в первую очередь расчищают автобусные маршруты.

Однажды в метель перемёты на дороге к Мерети местами достигали полутора метров. «Думали, не успеем к утру», – вспоминает Сергей Владимирович Сучугов, водитель дорожно-транспортной машины ДМК-70, – но в 6.45 автобусы уже пошли». В систему жилищно-коммунального хозяйства Сергей Владимирович пришёл в 2004 году и успел зарекомендовать себя с самой лучшей стороны. Благодаря жизненному опыту он находит правильный выход во всех экстремальных ситуациях. В любое время суток, в ливень и снегопад, находясь за рулём своего автомобиля, он делает всё возможное для



того, чтобы жители родного города могли добраться туда, куда им нужно. За высокий профессионализм С.В. Сучугова неоднократно награждали почётными грамотами администрации Кемеровской области и города. А товарищи по работе о нём говорят, что он из тех, с кем пошли бы в разведку.

Однако сам Сергей Владимирович о себе и своём труде отзыается так: «Работа как работа. Всё идёт своим чередом. В бригаде все работают на совесть, плохие у нас не задерживаются». Минувшей зимой из-за морозов частенько выходила из строя техника, но для тех, кто является настоящим мастером своего дела, и это не стало преградой в решении поставленных задач. Сергею Владимировичу вообще не свойственно уныние, по своей натуре он – большой оптимист, любитель пошутить, и заражает этим всех окружающих.

Со дня на день начнётся настоящая весенняя распутница. Как и много лет подряд, не считаясь с личным временем, с ней уверенно будут бороться водители ОАО «САХ». А если возникнет необходимость, за штурвалами своих машин им придётся провести и свою профессиональный праздник. Пусть нашим скромным подарком для них станут слова признательности и благодарности за их ежедневный труд, без которого нам трудно обойтись.

**Наталья АРТЁМКИНА.**  
Фото Светланы СТОЛЯРОВОЙ.

К 65-летию Победы

# Поклонимся великим тем годам

65 лет прошло с тех пор, когда закончилась самая кровопролитная война – Великая Отечественная, а память о ней жива и по сей день. Совсем немного осталось тех, кто защищал Родину от врага, и с каждым годом их становится меньше. Но мы не перестаем говорить солдатам той войны «спасибо» за наше мирное настоящее, не угасает вечный огонь в память тех, кто сложил свои головы на полях сражений.

Каждый год в День Победы живые свидетели военных лет поднимают солдатские сто граммов за погибших товарищей, вспоминают бои. Жаль только, что нет в нашем городе памятника всем полысаевцам, кто геройски погиб в годы Великой Отечественной войны.

И всё же идея создания обелиска воинам существует. Принадлежит она И.М. Апарину, бывшему директору школы №31.

Сам участник военных событий, Иван Матвеевич чудом остался жив после тяжёлого ранения. Всю послевоенную жизнь посвятил школьникам. Возле родной школы благодаря его инициативе был возведён памятник, который позднее перенесли и установили у школы №32. Здесь находится и по сей день. Правда, состояние у обелиска плачевное. Осыпается и требует капитального ремонта. Конечно, учителя школы следят, каждый год делают косметический ремонт. Но этого уже недостаточно. Да и имён погибших в годы ВОВ полысаевцев гораздо больше, чем 32 фамилии, что высечены на обелиске воинской славы.

Идею возрождения и реконструкции мемориала поддержали городской совет ветеранов, депутаты и директор школы №32 В.В. Пермякова. По словам Веры Валериевны, многое можно выполнить своими силами. Но для того чтобы увековечить ещё более ста имён погибших полысаевцев, требуется шесть мраморных плит. На это нужны средства – около 60

**УФК по Кемеровской области (городское управление образования г.Полысаево)**  
ИНН 4212018159  
КПП 421201001  
Р/сч. 40101810400000010007  
БИК 043207001  
ГРКЦ ГУ Банка России по Кемеровской области  
КБК 9112070400040053180  
ОКАТО 3243500000  
Добровольные пожертвования на реконструкцию памятника воинам-землякам.

## ПОЛОЖЕНИЕ о проведении городского литературного конкурса «Я иду по местам боев...»

### 1. Общие положения

1.1. В рамках празднования 65-летия Великой Отечественной войны отдел культуры г.Полысаево, МУК ЦБС им. М.Горького, городская литературная группа «Прометей» проводят городской литературный конкурс «Я иду по местам боев...»

Время проведения: с 11 марта по 11 апреля 2010г.

1.2. Место проведения: МУК «Центрлизованная библиотечная система им. М.Горького», улица Космонавтов, 53. Телефоны для справок: 4-40-97, 4-40-58.

### 2. Цели и задачи конкурса

2.1. Укрепление связи и преемственности поколений, патриотическое воспитание молодёжи.

2.2. Пропаганда героических подвигов и боевых традиций ветеранов Великой Отечественной войны.

2.3. Выявление и поддержка литературно одарённых авторов г.Полысаево.

2.4. Активизация интереса населения к литературному творчеству.

### 3. Условия участия в конкурсе

3.1. В конкурсе имеют право участвовать все желающие.

3.2. Конкурс проводится по двум номинациям: «Проза» и «Поэзия»; в двух возрастных категориях: до 16 лет (включительно) и от 17 лет.

3.3. На конкурс представляются литературные произведения, отражающие тему Великой Отечественной войны.

3.4. Заявки на участие в конкурсе принимаются с 11 марта по 11 апреля 2010 года в МУК «Центрлизованная библиотечная система им. М.Горького», улица Космонавтов, 53.

тысяч рублей.

Осенью прошлого года инициативная группа обратилась к жителям Полысаева, Мерети с призывом придать новый вид памятнику. Совет ветеранов шахты «Кузнецкая» уже откликнулся посильным вкладом на создание памятного места. Учителя 32-й и директор собирают каждую крупицу, чтобы завершить это начинание. В общей копилке – их однодневные заработки. Сегодня общий фонд денежных средств на реконструкцию мемориала составляет 11400 рублей. Но всё же денег недостаточно.

Чтобы открытие обновлённого обелиска состоялось к 65-летию Великой Победы, необходимо уже сегодня действовать. А потому инициаторы вновь обращаются по всем организациям и предприятиям с просьбой помочь в сборе средств. Ведь памятник этот всеобщий. У многих погибших остались родственники, которым будет где положить живые цветы в память.

Кроме того, ветераны посёлка Мереть пришли к директору школы №32 с ещё одним предложением – разбить сосновую аллею рядом со зданием. Нынешней весной, как только сойдёт снег, будут высажены молоденческие сосенки.

В общем, к 9 Мая планируется завершить благое начинание, чтобы во время митинга минутой молчания почтить всех павших в годы войны полысаевцев и прочитать их имена на мемориальных плитах.

Любовь ИВАНОВА.

УФК по Кемеровской области (городское управление образования г.Полысаево)

ИНН 4212018159

КПП 421201001

Р/сч. 40101810400000010007

БИК 043207001

ГРКЦ ГУ Банка России по Кемеровской области

КБК 9112070400040053180

ОКАТО 3243500000

Добровольные пожертвования на реконструкцию памятника воинам-землякам.

### 3.5. К работам прилагаются сведения: Ф.И.О. (полностью); год рождения; место жительства; контактный телефон; выбранная номинация; название произведения.

3.6. На конкурс представляются литературные произведения в двух экземплярах, не более 10 страниц печатного текста (шрифт - Times New Roman, размер шрифта - 14, интервал - 1,5). Каждое произведение оформляется на отдельном листе.

### 4. Критерии оценки

4.1. Соответствие произведения заданной теме.

4.2. Оригинальность произведения.

4.3. Художественная ценность произведения.

4.4. Владение литературной техникой.

### 5. Условия поощрения

5.1. Победители фестиваля определяются решением компетентного жюри.

5.2. Определяются три призовых места в разных возрастных категориях и в разных номинациях. Победители конкурса награждаются дипломами, ценностями подарками.

5.3. Награждение состоится на городском мероприятии, посвящённом 65-летию Победы, 9 мая 2010 года.

### 6. Жюри

6.1. Жюри формируется и утверждается организаторами конкурса.

6.2. Жюри имеет право принимать решение по награждению победителей, руководствуясь конкретными итогами конкурса.

6.3. Жюри принимает решение конфиденциально, решение пересмотреть не подлежит.

Глава города В.П. Зыков подписал постановление о проведении первого этапа конкурса «Лучший предприниматель города Полысаево».

Конкурс проводится во исполнение распоряжения коллегии администрации Кемеровской области и преследует следующие цели:

- содействие малому и среднему предпринимательству в городе Полысаево;

- пропаганда идей предпринимательства и развитие предпринимательской инициативы;

- распространение положительного опыта;

- повышение эффективности работы субъектов малого и среднего предпринимательства;

- выявление и поощрение лучших руководителей малых и средних предприятий, индивидуальных предпринимателей, добившихся значительных успехов в своей деятельности.

Участниками конкурса могут быть субъекты малого и

## Опора экономики

среднего предпринимательства. Зарегистрированные и осуществляющие приоритетные виды деятельности в сфере производства, услуг и инноваций на территории города Полысаево и соответствующие критериям, установленным Федеральным законом «О развитии малого и среднего предпринимательства в Российской Федерации».

Конкурс проводится по номинациям: «Лучший предприниматель города Полысаево в сфере производства»; «Лучший предприниматель города Полысаево в сфере услуг»; «Лучший предприниматель города Полысаево в сфере инноваций».

Конкурс проводится с 10 марта по 5 апреля 2010 года. Участие в первом этапе городского конкурса осуществляется как посредством самовыдвижения участников конкурса от общественных объединений предпринимателей.

Победитель первого этапа городского конкурса становится участником второго этапа областного конкурса «Лучший предприниматель Кемеровской области», который будет проводиться департаментом потребительского рынка и предпринимательства с 10 апреля по 10 мая 2010 года.

Для организации первого этапа городского конкурса и подведения его итогов создана муниципальная комиссия под руководством первого заместителя главы города В.П. Куца.

Дополнительную информацию можно получить в отделе экономики и промышленности администрации города (т. 4-48-87), а также в фонде поддержки малого предпринимательства (т. 2-61-74).

## Во избежание страшных последствий

Во вторник вечером большая пожарная машина с сиреной подъехала во двор домов №17 и 19 по улице Молодёжной. Жители тревожно выглядывали из окон, а ребята ненадолго прекратила свои игры. Что же случилось? Пока ничего. «Это пожарно-показательные учения по возможности тушения пожаров с окон здания», - объяснил начальник ПЧ-3 ГУ «7-й отряд Федеральной противопожарной службы по КО» майор внутренней службы Павел Кутонов. - Для примера взяли дом №19 по улице Молодёжной. Но по прибытию к месту пожара автомобиль не смог подъехать к подъезду, развертывание было задержано – а это драгоценные секунды, чья-то жизнь оказалась под угрозой». В учениях должен был участвовать и специальный автомобиль, с помощью которого эвакуируют людей с верхних этажей, но его даже не стали привлекать, он не смог бы подъехать к месту возгорания – весь двор уставлен личным транспортом жильцов дома.



Стоит отметить, что несколько автомобилистов, увидев пожарную машину с включенными спецсигналами, поспешили отогнать свой транспорт. А возле условно загоревшегося подъезда никто не пошевелился. Может, потому, что до него пожарные даже не доехали?

Рядом с домом есть довольно большая парковка, на которой можно оставить машины. Но жители предпочитают ставить их у подъездов, оставляя лишь узкое пространство, чтобы только-только пробраться легковому автомобилю. Идущие по двору люди, зайдя в машину, привычным движением ныряют в зазоры между стоящими

авто – очевидно, для них стало нормой, что главными во дворе стали «железные кони».

В учениях принимали участие и сотрудники ГИБДД, которые по номерам выясняли владельцев машин, мешающих передвижению спасателей. Выяснилось, что вросшая в снег «Приора» принадлежит женщине, зарегистрированной по ул. Республиканской (хозяйки иномарки не было дома). А супруга отсутствующего хозяина «Волги» была крайне недовольна, что к ней пришёл милиционер и потребовал объяснений, почему машина мешает проезду. «Все домашние телефоны знают руководитель нашего товарищества

и чтобы не попасть в такую ситуацию, когда вам будет нужна помощь, а оказывющие её не смогут просто пробраться к вам, выглядните в окно и посмотрите – нет ли там машин, затрудняющих проезд? А может, даже переставите и вашу собственную? Поговорите с жильцами, которые не понимают, какой проблемой может стать их транспорт. Объединитесь с соседями, думаю, они вас поддержат, ведь это забота о безопасности – вашей, ваших детей, вашего имущества.

Светлана СТОЛЯРОВА.

по ЖКХ и строительству, по 90 процентам заявителей принятые положительные решения. В числе остальных десяти – граждане, которые попросту забыли донести титул или иной документ.

После принятия решения по каждому конкретному случаю сведения направляются в энергосеть г.Полысаево. А это значит, что вопросы на месте оплаты за электроэнергию к вам уже не возникнут.

Напомню, что за процедуру узаконивания электропечи никакие деньги не берутся. От вас лишь требуется не откладывать это дело на потом. Ведь до конца моратория осталось два с небольшим месяца.

Любовь ИВАНОВА.

## Поторопитесь!

На страницах нашей газеты мы уже сообщали о том, что владельцы домов, не оборудованных в законном порядке стационарными электроплитами, должны будут платить по 2 рубля за кВт·ч. Оплату начислят только с 1 июня. Пока же объявлен мораторий, и все граждане сегодня платят по 1,40 за кВт·ч.

Что же необходимо сделать, чтобы до конца года оплачивать за электроэнергию по более низкому тарифу?

1. Прийти в центр «Единое окно» по адресу: ул. Кремлёвская, 3.

Вестник ГИБДД

# Как снизить аварийность

Комиссия по безопасности дорожного движения обсуждает разнообразный спектр вопросов. Здесь рассматриваются статистика аварийности, её причины, профилактика нарушений на дороге, состояние проезжих частей и тротуаров, а также другие вопросы, касающиеся нормального функционирования транспорта и движения пешеходов.

Как показывает анализ, наиболее аварийно-опасным временем суток на территории г. Польсаева является период с 15 до 18 часов (в это время происходит треть ДТП), наиболее аварийный день – понедельник. А самые аварийно-опасные участки по-прежнему находятся по ул. Крупской от дома №130 до дома №62, а также на ул. Магистральной. Перекрёсток улиц Космонавтов и Крупской, несмотря на наличие светофора, постоянно является местом ДТП, в том числе и с пострадавшими. «Проскочить» на загоревшийся жёлтый для многих – обычное дело, а потому необходим светофор с секундомером.

В 2009 году на дорогах Польсаева погибли четыре человека, 52 получили ранения, в 2008-м погибших было столько же, а травмированных на девять больше. Снизилось количество ДТП с пострадавшими – с 42-х до 32-х. Причинами большинства дорожно-транспортных происшествий являются несоблюдение скоростного режима, нарушение правил проезда перекрёстка, переход дороги в неподожженном месте. Сотрудники ГИБДД говорят о том, что сопутствующими условиями подчас выступают отсутствие тротуаров, низкие скользкие качества покрытия, недостаточное освещение, несвоевременная очистка дорог. Основными факторами, определяющими высокий уровень аварийности, являются и пренебрежение требованиями безопасности со стороны участников дорожного движения, незнание и нежелание пешеходами выполнять ПДД на дороге. Значительный рост автомобильного парка также осложняет дорожно-транспортную обстановку в городе.

Многое вопросы было оставлено ОАО «Спецавтохозяйство». Это предприятие ответственно за состояние дорог. Нареканий к качеству уборки, конечно, много. Есть уже и, так сказать, традиционные – дорога на бывшую шахту «Октябрьская», в посёлок шахты «Кузнецкая», Мереть. Оттого, что проблема по плохой расчистке этих участков ежегодная, никто привыкать к ним не собирается – по дороге ходят общественный транспорт, там живут люди, поэтому проезжая часть должна своевременно и качественно очищаться от снега.

Огромные снежные валы, образовавшиеся у перекрёстков и пешеходных переходов, тоже отрицательно влияют на безопасность – закрывают обзор и не дают возможность оценить дорожную ситуацию. Колея, накаты, наледь на далеко не самых периферийных улицах тоже имеют место быть.

На ОАО «САХ» составлено десять административных материалов, выписано 94 предписания (пять из них не выполнено в срок), но, тем не менее, претензий к состоянию дорог ещё очень много. Хотя в целом руководители предприятий, осуществляющие перевозку на территории г. Польсаева, отмечают, что стало лучше, по сравнению с прошлым годом.

Членами комиссии рассматривались и другие вопросы. Итогом стало требование привести в порядок дороги города, рекомендовано до конца мая нанести разметку на проездной части, продолжить работу по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

## Скоро каникулы

16 марта стартовала традиционная перед окончанием учебной четверти операция «Каникулы», проводимая ГИБДД. Она продлится до 6 апреля. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма, предупреждение нарушений ПДД как среди водителей и пешеходов, так и среди детей – главные задачи операции.

В течение трёх недель во всех общеобразовательных и дошкольных учреждениях будут проводиться дополнительные занятия с участием сотрудников ГИБДД. И разнообразные конкурсы, и викторины, и КВНы – всё это, чтобы ещё раз напомнить ребятам о необходимости быть внимательными на дороге, уметь правильно оценивать дорожную ситуацию. В эти дни посты патрулирования экипажей ГИБДД будут приближены к образовательным учреждениям. Особое внимание – правила перехода улицы пешеходами, соблюдению правил перевозки детей в автомобилях, предоставлению водителями преимущества пешеходам.

На автотранспортных предприятиях среди водителей будут проведены дополнительные инструктажи о движении в городе, перевозке пассажиров, детей.

Светлана СТОЛЯРОВА.

Образ жизни

В понедельник состоялось очередное заседание коллегии администрации города. На нём утвердили план работы аппарата администрации на второй квартал и рассмотрели вопрос о состоянии и мерах по борьбе с незаконным оборотом наркотических средств на территории Польсаева.

# Пора бить в набат!

В городе сложилась очень тревожная ситуация с потреблением, сбытом и распространением наркотиков. Как следует из доклада и.о. начальника 2-го отдела милиции по г. Польсаево УВД по г. Ленинскому-Кузнецкому майора милиции А.В. Калашникова, в 2009 году наблюдался значительный рост преступлений на этой почве. Всего было возбуждено 25 уголовных дел данной категории, из которых тяжких и особо тяжких – 11 фактов сбыта. Раскрыто 18 уголовных дел, 6 из них – факты сбыта. Однако всего за 2 месяца 10 дней текущего года сотрудниками 2-го отдела милиции выявлено уже 11 фактов изъятия наркотических средств, по ним возбуждено 9 уголовных дел, 5 из которых раскрыто. По двум фактам принято решение об отказе в возбуждении уголовного дела в связи с недостаточной массой изъятого у данных лиц, они привлечены к административной ответственности за хранение наркотических средств. Выявлено 4 преступления, связанных со сбытом наркотических средств, пока ещё ни одно из них не раскрыто. Для сравнения напомню о том, что всего лишь три года назад, в 2006 году, в Польсаеве были зарегистрированы всего 2 преступления, связанных с наркотиками.

Что стоит за этими сухими, но достаточно красноречивыми цифрами? В первую очередь – здоровье и жизнь наших

детей. Чтобы не быть голословной, добавлю ещё немного статистики: 138 человек, употребляющих наркотики, стоят на профилактическом учёте, а всего за 2009 год официально зарегистрированы 162 случая передозировки наркотиков, за истекший период 2010 года – уже 43 (за аналогичный период 2009 года – 24). Как показывает практика, для того чтобы получить реальную цифру, эти показатели следует увеличить как минимум в 4 раза. Если сравнить полученный результат с численностью населения нашего города, картина вырисовывается страшная.

Но очень многие из рядовых жителей приходят к такому выводу и без статистики: уходят из жизни молодые парни и девочки, выросшие на их глазах. И если разобраться, большинство из них не были в детстве «оторвами», росли, как все, любили маму и папу, а пробегая мимо соседских бабулек, всегда говорили: «Здравствуй!» Возможно, многие из них смогли бы без наркотического забыть преодолеть эти жизненные проблемы, с которыми они столкнулись, не подвернувшись им удачливому прятанному шприцу торговца смертью.

В последнее время резко возросло «предложение» наркотиков. Как говорит начальник Ленинск-Кузнецкого межрегионального отдела Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков

в РФ по Кемеровской области полковник полиции С.И. Зуев, в Польсаеве появились не только организованные группы по сбыту наркотиков (по одной из них в настоящее время проводится следствие, по другим ведётся разработка) и притоны. Город «заселили» неорганизованные мелкие группы, для которых продажа наркотиков – это не столько получение прибыли, сколько возможность «заработать» дозу для себя. Для борьбы с ними необходимы более оперативные, экстренные меры и целенаправленная работа. Руководство 2-го отдела милиции признаёт, что меры по противодействию и пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, не в полном объёме соответствуют складывающейся оперативной обстановке. В связи с этим создана специальная группа по выявлению, раскрытию преступлений, привлечению к ответственности лиц за распространение, хранение наркотиков. В составе группы – сотрудники уголовного розыска, патрульно-постовой и дорожного-патрульной служб, участковые уполномоченные.

Огромным подспорьем в работе правоохранительных органов всегда было и остаётся общение с населением. Трудно переоценить ту помощь, которую могут оказать родные, близкие, соседи в том, чтобы избавить от наркотического пленя своих дорогих людей,

Наталья АРТЕМКИНА.

# ПРОБЛЕМЫ НАРКОМАНИИ: взгляд со стороны

По традиции в феврале во всех образовательных учреждениях города проходит акция «Родительский урок». Её цель – привлечь внимание подрастающего поколения к вопросу здорового образа жизни.

26 февраля «круглый стол», посвящённый проблеме наркомании, прошёл в Лицее г. Польсаева. Тема разговора – факторы риска для здоровья. На самом деле их много: недостаток движения, нерациональное питание, курение, алкоголь, плохая экология... На этот раз более подробно участники остановились на одном из факторов – наркотиках.

В разговоре со старшеклассниками принимала участие Е.В. Зvezдина, старший оперуполномоченный по особо важным делам подполковник полиции УФСКН.

Урок, посвящённый острой проблеме, начался с просмотра документального фильма «Отражение». После просмотра у лицеистов возникло много вопросов, на которые гостья дала обстоятельные ответы. Что относится к наркотическим веществам? Можно ли считать

никотин, который содержится в сигаретах, наркотиком? Возможно ли излечиться от наркозависимости? Как поступить, если твой друг пристрастился к наркотикам?

Наркомания – это болезненное непреодолимое пристрастие к наркотическим веществам, таблеткам, лекарствам. Избавиться от этого пристрастия человек самостоятельно не может. Навязчивая болезнь вызывает такое сильное желание, что человек идёт на всё – на обман, воровство и даже на убийство, лишь бы достать наркотик.

Людям, знающим о наркотиках и связанных с ними последствиях только понаслышке, трудно представить наркомана, мучающегося от ломки: его безумные глаза, безмолвно кричащие: «Дайте хоть что-нибудь, что облегчит мои страдания!»; тело, бьющееся в конвульсиях.

Сегодня официальная статистика шокирует своими цифрами – употребление наркотиков растёт с реактивной скоростью. Чаще всего это героин. Наркотик создаёт иллюзию новой, неизвестной жиз-

ни. Меняются мир и чувства. Появляется ощущение своей неординарности, уверенность в том, что теперь ты – герой. Но «герой» и «героин» – слова с разным смыслом. Если первый может совершить настоящий поступок, то «благодаря» героину человек попадает в добровольное рабство. Наркотик даёт лишь иллюзию, погружает в так называемое «королевство кривых зеркал».

Но самое страшное, когда в зависимость попадает ребёнок. Если его не попытаться спасти на начальной стадии, потом может быть поздно. Ведь детская зависимость от наркотиков намного сильнее взрослой. Конец, как правило, неотвратим.

И всё же самый перспективный метод борьбы с наркоманией – это профилактика. К сожалению, не существует определённой системы профилактики. И всё же выход есть – нужно уметь сопротивляться. Сопротивляясь тоске, унынию, не поддаваться чувству отчаяния, видеть в своей жизни цель и идти к ней. Только тогда молодой человек останется здоровой личностью.

Г. ГЛИНСКАЯ,  
старший инспектор ОПДН;  
Н. ПЛИСЕНКО,  
завуч Лицея г. Польсаева.

# Пагубная привычка

Арест за распространение курительных смесей - такую меру пресечения избрал суд города Ленинска-Кузнецкого в отношении молодого наркоторговца.

«Ты не боишься, что за распространение курительных смесей тебя арестуют?» – этот вопрос молодому человеку неоднократно задавали родные. Ответ был прост: «Не боюсь,

задержать меня не так-то просто». Однако он оказался слишком самоуверенным. В результате оперативно-розыскных мероприятий наркоторговец был задержан сотрудниками Ленинск-Кузнецкого межрайонного отдела. Задержали тридцатилетнего торговца с поличным в квартире, где он проживал. В результате обыска оператив-

ники наркоконтроля изъяли 6,5 грамма курительных смесей и 11 тысяч рублей. Экспертиза изъятой продукции, проведённая сотрудниками экспертно-криминалистического отдела наркоконтроля, показала наличие в составе курительных смесей запрещённого к распространению на территории России вещества JWH-018 – синтетического каннабиноида.

Одновременно были задержаны три молодых человека, пришедшие за очередной порцией нового дурмана. В настоящее время в отношении мужчины возбуждено уголовное дело по ч.3 ст. 228.1. УК (незаконный сбыт наркотических средств в особо крупном размере) и избрана мера пресечения – арест. Ведётся следствие.

**Понедельник, 22 марта****ПЕРВЫЙ КАНАЛ**

05.00 «Доброе утро»  
 09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 00.00 Новости  
 09.05 «Малахов +»  
 10.20 «Модный приговор»  
 11.20 «Контрольная закупка»  
 12.20 «Участок»  
 13.20, 04.10 «Детективы»  
 14.00 «Другие новости»  
 14.20 «Понять. Простить»  
 15.20 Т/с «Обручальное кольцо»  
 16.20 Т/с «Спальный район»  
 16.50 «Федеральный судья»  
 18.20 «Давай поженимся!»  
 19.10 Т/с «След»  
 20.00 «Жди меня»  
 21.00 «Время»  
 21.30 Т/с «Цыганки»  
 22.30 «Георгий Жёнов. «Всё, что могу...»»  
 23.30 Т/с «Школа»  
 00.10 «Познер»  
 01.10 «Гении и злодеи»  
 01.40 Х/ф «Бегущий человек»  
 03.40 Х/ф «Хроники Риддика: Тёмная ярость»

**КАНАЛ «РОССИЯ»**

05.00 «Утро России»  
 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35,  
 11.30, 14.30, 17.15, 20.30 «Вести-Кузбасс»  
 09.05 Х/ф «Лекарство против страха»  
 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести»  
 11.50 Т/с «Тайны следствия»  
 12.45 Т/с «Территория красоты»  
 13.40 «Вести. Дежурная часть»  
 14.50 Т/с «Вызов». «Чужая тень»  
 15.45 «Суд идёт»  
 16.30 Т/с «Кулагин и партнёры»  
 17.35 Т/с «Ефросинья»  
 18.30 Т/с «Дворик»  
 19.00 Т/с «Слово женщины»  
 20.50 «Спокойной ночи, малыши!»  
 21.00 Т/с «Телохранитель». «Не своё дело»  
 22.50 «Мой серебряный шар»  
 23.50 «Вести +»  
 00.10 «Кинескоп». «Парижские тайны»  
 01.05 «Честный детектив»

**37 ТВК РЕН-ТВ (г.Полысаево)**

06.00 «Неизвестная планета»  
 06.27 «Час суда с Павлом Астаховым»  
 07.30, 13.00 «Званый ужин»  
 08.28 Т/с «Солдаты-3»  
 09.30, 12.30, 16.30, 23.30 «Новости 24»  
 10.00 «В час пик»  
 11.00 «Час суда с Павлом Астаховым»  
 12.00, 16.00, 18.00, 23.00 «Экстренный вызов»  
 14.00 «Давай попробуем?»  
 15.00 «Час суда с Павлом Астаховым»  
 17.00 «Несправедливость»  
 18.28 «В час пик»  
 19.30 «Закон божий»  
 19.45 «Музыкальная открытка»  
 20.00 Т/с «Меч»  
 21.00 Т/с «Солдаты. Дембель неизбежен!»  
 22.00 «Громкое дело»  
 00.00 «Три угла с Павлом Астаховым»  
 01.00 «Репортёрские истории»  
 01.32 «Дальние родственники»  
 01.45 Х/ф «Русские куколки»

**HTB**

06.10 Т/с «Таксистка»  
 07.00 «Сегодня утром»  
 08.30 «Кулинарный поединок»  
 09.30 «Чрезвычайное происшествие»  
 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.15 «Сегодня»  
 10.20 «Средний класс»  
 11.00 Т/с «Сыщики»  
 12.00 «Суд присяжных»  
 13.30 Т/с «Закон и порядок»  
 15.30, 18.30 «Обзор. Чрезвычайное  
 происшествие»  
 16.30 Т/с «Кодекс чести»  
 19.30 Т/с «Глухарь. Продолжение»  
 21.30 Т/с «Гончие-2: на грани безумия»  
 23.35 «Честный понедельник»  
 00.25 «Школа злословия»  
 01.10 «Главная дорога»  
 01.45 Х/ф «Макс»

**СТС**

06.00 Мультфильмы  
 07.30 «Включайся!»  
 08.30, 14.00, 00.00 «В наших интересах»  
 09.00 «6 кадров»  
 09.30, 16.00, 18.30 Т/с «Папины дочки»  
 10.00, 17.30 «Галилео»  
 11.00, 20.00 Т/с «Воронины»  
 12.00 «Хочу верить»  
 12.30 Х/ф «Рыжая»  
 13.30, 19.35 «Другие новости»  
 13.45 «Дорога к храму»  
 14.30 Мультфильмы  
 15.30 Т/с «Ханна Монтана»  
 16.30 Т/с «Ранетки»  
 21.00 Т/с «Маргоша»  
 22.00 Х/ф «Багровые реки»  
 00.30 «Кино в деталях»  
 01.30 Х/ф «Биодом»

**ЛЕНИНСК-ТВ**

06.00 «Необъяснимо, но факт»  
 07.00 «Такси»  
 07.54 «Музыка на ТНТ»  
 08.00 М/с «Крутые бобры»  
 08.30, 01.00 «Комеди Клаб»  
 09.30 «Универ»  
 10.30, 20.00 Т/с «Счастливы вместе»  
 11.30 Мультфильмы  
 13.30 Т/с «H2O. Просто добавь воды»  
 14.12 «Музыка на ТНТ»  
 14.30 X/ф «Битва экстрасенсов»  
 15.30 X/ф «Судный день»  
 17.30 «Женская лига»  
 18.31 «Желаю счастья!»  
 19.30, 00.30 «Панорама событий»  
 21.00 X/ф «Такси-2»  
 23.00, 00.00, 02.00 «Дом-2»

**Вторник, 23 марта****ПЕРВЫЙ КАНАЛ**

05.00 «Доброе утро»  
 09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 00.00 Новости  
 09.05 «Малахов +»  
 10.20 «Модный приговор»  
 11.20 «Контрольная закупка»  
 12.20 «Участок»  
 13.20, 04.30 «Детективы»  
 14.00 «Другие новости»  
 14.20 «Понять. Простить»  
 15.20 Т/с «Обручальное кольцо»  
 16.20 Т/с «Спальный район»  
 16.50 «Федеральный судья»  
 18.20 «Давай поженимся!»  
 19.10 Т/с «След»  
 20.00 «Пусть говорят»  
 21.00 «Время»  
 21.30 Т/с «Цыганки»  
 22.30 «Хребет России»  
 23.30 Т/с «Школа»  
 00.20 «На ночь глядя»  
 01.10 X/ф «Красный дракон»  
 03.30 «Неизведанный Китай»

**КАНАЛ «РОССИЯ»**

05.00 «Утро России»  
 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35,  
 11.30, 14.30, 17.15, 20.30 «Вести-Кузбасс»  
 09.05 «Последняя гастроль Джо Дассена»  
 10.00 X/ф «Отверженные»  
 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести»  
 11.50 Т/с «Тайны следствия»  
 12.45 Т/с «Территория красоты»  
 13.40 «Вести. Дежурная часть»  
 14.50 Т/с «Вызов». «Чужая тень»  
 15.45 «Суд идёт»  
 16.30 Т/с «Кулагин и партнёры»  
 17.35 Т/с «Ефросинья»  
 18.30 Т/с «Дворик»  
 19.00 Т/с «Слово женщины»  
 20.50 «Спокойной ночи, малыши!»  
 21.00 Т/с «Телохранитель». «Не своё дело»  
 22.50 «Нормандия – Неман.  
 В небесах мы летали одних...»

**37 ТВК РЕН-ТВ (г.Полысаево)**

06.00 «Неизвестная планета»  
 06.27 «Час суда с Павлом Астаховым»  
 07.30 «Званый ужин»  
 08.28 Т/с «Солдаты-3»  
 09.30, 12.30, 16.30, 23.30 «Новости 24»  
 10.00 «В час пик»  
 11.00 «Час суда с Павлом Астаховым»  
 12.00 «Экстренный вызов»  
 13.00 «Званый ужин»  
 14.00 «Давай попробуем?»  
 15.00 «Час суда с Павлом Астаховым»  
 16.00 «Экстренный вызов»  
 17.00 «Громкое дело»  
 18.00 «Экстренный вызов»  
 18.28 «В час пик»  
 19.30 «Новости 37»  
 19.45 «Музыкальная открытка»  
 20.00 Т/с «Меч»  
 21.00 Т/с «Солдаты. Дембель неизбежен!»  
 22.00 «Громкое дело»  
 00.00 «В час пик»  
 00.59 X/ф «Молчи в тряпочку»

**HTB**

06.15 Т/с «Таксистка»  
 07.00 «Сегодня утром»  
 08.30 «Квартирный вопрос»  
 09.30 «Чистосердечное признание»  
 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.15 «Сегодня»  
 10.20 «Средний класс»  
 11.00 Т/с «Сыщики»  
 12.00 «Суд присяжных»  
 13.30 Т/с «Закон и порядок»  
 15.30, 18.30 «Обзор. Чрезвычайное  
 происшествие»  
 16.30 Т/с «Кодекс чести»  
 19.30 Т/с «Глухарь»  
 21.30 Т/с «Гончие-3»  
 23.35 Д/ф «Русские не сдались!»  
 00.30 «Главная дорога»  
 01.05 Т/с «Смит»

**СТС**

06.00 Мультфильмы  
 07.30 «Включайся!»  
 08.30, 13.30, 19.35 «Другие новости»  
 09.00 «6 кадров»  
 09.30, 16.00, 18.30 Т/с «Папины дочки»  
 10.00, 21.00 Т/с «Маргоша»  
 11.00, 20.00 Т/с «Воронины»  
 12.00 «Хочу верить»  
 12.30 Х/ф «Рыжая»  
 14.00, 00.00 «В наших интересах»  
 14.30 Мультфильмы  
 15.30 Т/с «Ханна Монтана»  
 16.30 Т/с «Ранетки»  
 17.30 «Галилео»  
 22.00 Х/ф «Багровые реки-2.  
 Ангель Апокалипсиса»  
 00.30 «Видеобитва»  
 01.30 Х/ф «Принцесса спасий»

**ЛЕНИНСК-ТВ**

06.00 «Необъяснимо, но факт»  
 07.00 «Такси»  
 07.37, 08.00, 19.30, 00.30 «Панорама событий»  
 08.25 «Музыка на ТНТ»  
 08.30, 01.00 «Комеди Клаб»  
 09.30 «Универ»  
 10.30, 20.00 Т/с «Счастливы вместе»  
 11.30 Мультфильмы  
 13.30 Т/с «H2O. Просто добавь воды»  
 14.12 «Музыка на ТНТ»  
 14.30 «Битва экстрасенсов»  
 15.50 Х/ф «Такси-3»  
 17.30 «Женская лига. Банановый рай»  
 18.31 «Желаю счастья!»  
 21.00 Х/ф «Девять ярдов»  
 23.00, 00.00, 02.00 «Дом-2»

**Среда, 24 марта****ПЕРВЫЙ КАНАЛ**

05.00 «Доброе утро»  
 09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 00.00 Новости  
 09.05 «Малахов +»  
 10.20 «Модный приговор»  
 11.20 «Контрольная закупка»  
 12.20 «Участок»  
 13.20 «Детективы»  
 14.00 «Другие новости»  
 14.20 «Понять. Простить»  
 15.20 Т/с «Обручальное кольцо»  
 16.20 Т/с «Спальный район»  
 16.50 «Федеральный судья»  
 18.20 «Давай поженимся!»  
 19.10 Т/с «След»  
 20.00 «Пусть говорят»  
 21.00 «Время»  
 21.30 Т/с «Цыганки»  
 22.30 Среда обитания.  
 «Осторожно, двери закрываются»

**КАНАЛ «РОССИЯ»**

05.00 «Утро России»  
 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35,  
 11.30, 14.30, 17.15, 20.30 «Вести-Кузбасс»  
 09.05 «Русские без России.  
 Русская музя французского  
 сопротивления»  
 10.00 X/ф «Отверженные»  
 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести»  
 11.50 Т/с «Тайны следствия»  
 12.45 Т/с «Территория красоты»  
 13.40 «Вести. Дежурная часть»  
 14.50 Т/с «Вызов». «Чужая тень»  
 15.45 «Суд идёт»  
 16.30 Т/с «Кулагин и партнёры»  
 17.35 Т/с «Ефросинья»  
 18.30 Т/с «Дворик»  
 19.00 Т/с «Слово женщины»  
 20.50 «Спокойной ночи, малыши!»  
 21.00 Т/с «Телохранитель». «Как выглядит рай»  
 22.50 «Двое против Фантомаса.  
 Де Фюнес - Кенигсон»

**37 ТВК РЕН-ТВ (г.Полысаево)**

06.00 «Неизвестная планета»  
 06.30, 06.55, 07.25 «Точный адрес»  
 06.40, 07.10 «Новости 37»  
 07.30 «Званый ужин»  
 08.28 Т/с «Солдаты-4»  
 09.30, 16.30, 23.30 «Новости 24»  
 10.00 «В час пик»  
 11.00 «Час суда с Павлом Астаховым»  
 12.00, 16.00, 18.00, 23.00 «Экстренный вызов»  
 12.30, 12.50 «Точный адрес»  
 12.35, 19.30 «Новости 37»  
 13.00 «Званый ужин»  
 14.00 «Давай попробуем?»  
 15.00 «Час суда с Павлом Астаховым»  
 17.00 «Громкое дело»: «Цена времени»  
 18.28 «В час пик»

**HTB**

06.10 Т/с «Таксистка»  
 07.00 «Сегодня утром»  
 08.30 «Дачный ответ»  
 09.30, 15.30, 18.30 «Чрезвычайное  
 происшествие. Расследование»  
 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.15 «Сегодня»  
 10.20 «Средний класс»  
 11.00 Т/с «Сыщики»  
 12.00 «Суд присяжных»  
 13.30 Т/с «Закон и порядок»  
 16.30 X/ф «Кодекс чести»  
 19.30 Т/с «Глухарь»  
 21.30 Т/с «Гончие-3»  
 23.35 «Поздний разговор»  
 00.20 «Авиаторы»  
 00.55 Т/с «Смит»

**СТС**

06.00 Мультфильмы  
 07.30 «Включайся!»  
 08.30, 13.30, 19.35 «Другие новости»  
 09.00 «6 кадров»  
 09.30, 16.00, 18.30 Т/с «Папины дочки»  
 10.00, 21.00 Т/с «Маргоша»  
 11.00, 20.00 Т/с «Воронины»  
 12.00 «Хочу верить»  
 12.3

**Пятница, 26 марта****ПЕРВЫЙ КАНАЛ**

05.00 «Доброе утро»  
09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости  
09.05 «Малахов +»  
10.20 «Модный приговор»  
11.20 «Контрольная закупка»  
12.20 «Участок»  
13.20 «Детективы»  
14.00 «Другие новости»  
14.20 «Понять. Простить»  
15.20 Т/с «Обручальное кольцо»  
16.20 Т/с «Спальный район»  
16.50 «Федеральный судья»  
18.20 «Поле чудес»  
19.20 Т/с «След»  
20.00 «Пусть говорят»  
21.30 «Время»  
21.30 «Минута славы»  
23.50 Х/ф «Девственность»  
02.50 Х/ф «Рэй»

**КАНАЛ «РОССИЯ»**

05.00 «Утро России»  
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35,  
11.30, 14.30, 17.15, 20.30 «Вести-Кузбасс»  
09.05 «Мусульмане»  
09.15 «Мой серебряный шар. Ив Монтан»  
10.10 Х/ф «Отверженные»  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести»  
11.50 Х/ф «Железнодорожный роман»  
13.40 «Вести. Дежурная часть»  
14.50 Х/ф «Откройте, полиция-3»  
16.30 Т/с «Кулагин и партнёры»  
17.35 Т/с «Ефросинья»  
18.30 Т/с «Дворик»  
19.00 Т/с «Слово женщины»  
20.50 «Спокойной ночи, малыши!»  
21.00 «Концерт Надежды Бабкиной»  
23.30 Х/ф «Королева льда»  
01.25 Х/ф «Патриоты»

**37 ТВК РЕН-ТВ (г.Полысаево)**

06.00 «Неизвестная планета»  
06.30, 06.55, 07.25 «Точный адрес»  
06.40, 07.10 «Новости 37»  
07.30 «Званый ужин»  
08.28 Т/с «Солдаты-4»  
09.30, 16.30, 23.30 «Новости 24»  
10.00 «В час пик»  
11.00 «Час суда с Павлом Астаховым»  
12.00, 16.00, 18.00, 22.58 «Экстренный вызов»  
12.30, 12.50 «Точный адрес»  
12.35, 19.30 «Новости 37»  
13.00 «Званый ужин»  
14.00 «Давай попробуем?»  
15.00 «Час суда с Павлом Астаховым»  
17.00 «Громкое дело»  
18.28 «В час пик»  
19.45 «Музыкальная открытка»  
20.00 Х/ф «Миньон»  
21.56 «Несправедливость»  
22.58 «Экстренный вызов»  
00.00 «В час пик»  
00.59 «Сеанс для взрослых»

**НТВ**

06.15 Т/с «Таксистка»  
07.00 «Сегодня утром»  
08.30 «И снова здравствуйте!»  
09.30 «Особо опасен!»  
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»  
10.20 «Средний класс»  
11.00 Т/с «Сыщики»  
12.00 «Суд присяжных»  
13.30 Т/с «Закон и порядок»  
15.30, 18.30 «Обзор. Чрезвычайное  
происшествие»  
16.30 Т/с «Кодекс чести»  
19.30 «Следствие вели...»  
20.30 «Обвиняемый.  
Дело майора Браскурова»  
22.00 «НТВшники»  
23.05 «Женский взгляд»  
23.55 Х/ф «Честная игра»  
01.40 Х/ф «Гладиаторша»  
03.20 «Особо опасен!»  
03.55 Х/ф «Угроза»  
05.25 Т/с «Чужие в Америке»

**СТС**

06.00 Мультфильмы  
07.30 «Включайся!»  
08.30, 13.30, 19.35 «Другие новости»  
09.00 «6 кадров»  
09.30, 16.00, 18.30 Т/с «Папины дочки»  
10.00 Т/с «Маргоша»  
11.00, 20.00 Т/с «Воронины»  
12.00 «Хочу верить»  
12.30 Т/с «Рыжая»  
14.00 «Свежий ветер»  
14.30 Мультфильмы  
15.30 Т/с «Ханна Монтана»  
16.30 Т/с «Ранетки»  
17.30 «Галилео»  
21.00 Х/ф «Няня»  
22.50 Т/с «Даёшь молодёжь!»  
23.20 «Видеобитва»  
00.20 Х/ф «Побег невозможен»  
02.35 Х/ф «Страх, как он есть»

**ЛЕНИНСК-ТВ**

06.00 «Необъяснимо, но факт»  
07.00 «Такси»  
07.37, 08.00, 19.30, 00.30 «Панорама событий»  
08.25 «Музыка на ТНТ»  
08.30, 21.00, 01.00 «Комеди Клаб»  
09.30 «Универ»  
10.30, 20.00 Т/с «Счастливы вместе»  
11.30 Мультфильмы  
13.30 Т/с «Н2О. Просто добавь воды»  
14.12 «Музыка на ТНТ»  
14.30 «Битва экстрасенсов»  
15.40 Х/ф «Десять ярдов»  
17.30 «Женская лига. Банановый рай»  
18.31 «Желаю счастья!»  
20.00 «Битва экстрасенсов»  
22.00 «Comedy woman»  
23.00, 00.00, 02.00 «Дом-2»

**Суббота, 27 марта****ПЕРВЫЙ КАНАЛ**

05.50, 06.10 Х/ф «Не болит голова у дятла»  
06.00, 10.00, 12.00 «Новости»  
07.30 «Играй, гармонь любимая!»  
08.10 М/с «Чип и Дейл спешат на помощь»  
09.00 «Умницы и умники»  
09.40 «Слово паstry»  
10.10 «Непутёвые заметки»  
10.30 «Смак»  
11.10 «Моя родословная. Ирина Роднина»  
12.10 К переходу на летнее время.  
«Биологические часы. Секретная жизнь»  
13.10 «Я – Вольф Мессинг»  
15.10 М/ф «Вольт»  
17.00 Живой мир. «Жизнь»  
18.00 «Кто хочет стать миллионером?»  
19.00 Т/с «Предлагаемые обстоятельства»  
21.00 «Время»  
21.15 «Жестокие игры»  
22.50 «Проекторперисхилтон»  
23.20 «Вспомни, что будет»  
01.10 Т/с «Остаться в живых»  
02.00 Х/ф «Царь скорпионов»

**КАНАЛ «РОССИЯ»**

05.15 Х/ф «Охота на лис»  
07.10 «Вся Россия»  
07.25 «Диалоги о животных»  
08.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести»  
08.10, 11.10, 14.20 «Вести-Кузбасс»  
08.20 «Военная программа»  
08.45 «Субботник»  
09.25 М/ф «Бабушка удава»  
09.30 Х/ф «Осенний подарок фей»  
11.25 «Урожайные грядки»  
11.40 «Красота и здоровье»  
11.50 «Высокое напряжение»  
12.05 «Медсовет»  
12.15 «Комната смеха»  
13.10 «Сто к одному»  
14.30 Х/ф «Мимино»  
16.15 «Кто хочет стать Максимом Галкиным»  
17.10 «Ты и я»  
18.10 «Субботний вечер»  
20.40 Х/ф «Дочки - матери»  
00.25 Х/ф «Враг государства №1»

**37 ТВК РЕН-ТВ (г.Полысаево)**

06.00 «Неизвестная планета»  
06.26 «Дальние родственники»  
06.46, 07.43 Т/с «Туристы»  
08.41 «Я - путешественник»  
09.09 «Карданный вал»  
09.38 «Дорогая передача»  
10.08 Х/ф «Миньон»  
12.00 «Репортёрские истории»  
12.30 «Музыкальная открытка»  
13.00 «Военная тайна с Игорем Прокопенко»  
14.00, 14.51 Т/с «Побег»  
15.46, 16.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей»  
18.00 «В час пик»  
19.00 «Неделя с Марианной Максимовской»  
20.01 Х/ф «Кремень»  
21.45 Х/ф «Бумер»  
00.01 «Реальный спорт»  
00.33 «Сеанс для взрослых»: «Секс и мода»  
02.20 ПЕРЕХОД НА ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ  
03.20, 04.24 Т/с «Улицы разбитых фонарей»

**НТВ**

06.05 Т/с «Класс»  
07.30 «Сказки Баженова»  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»  
08.20 Лотерея «Золотой ключ»  
08.50 «Без рецепта»  
09.25 «Смотр»  
10.20 «Главная дорога»  
11.00 «Кулинарный поединок»  
12.00 «Квартирный вопрос»  
13.25 «Особо опасен!»  
14.05 Д/ф «В поисках Франции»  
«Последняя капля»  
15.05 «Своя игра»  
16.25 Т/с «Адвокат»  
17.25 «Очная ставка»  
18.20 «Обзор. Чрезвычайное происшествие.  
Обзор за неделю»  
19.55 «Чистосердечное признание»  
20.25 Т/с «Грязная работа»  
00.00 «Авиаторы»  
00.35 «Роковой день»  
01.05 Х/ф «Интоксикация»  
03.10 Х/ф «Легенда о мести»  
04.45 Т/с «Чужие в Америке»

**СТС**

06.00 Х/ф «Арена»  
07.50 Мультфильмы  
08.35 «Кузбасский ковчег»  
09.00 Т/с «Папины дочки»  
10.00 «Брэйн ринг»  
11.00 «Галилео»  
12.00 Т/с «Воронины»  
13.00 «Видеобитва»  
14.00 Мультфильмы  
16.05 «Свежий ветер»  
16.30 «6 кадров»  
19.15 Х/ф «Няня-2»  
21.00 Х/ф «Няня-3. Приключения в раю»  
22.45 «Всё по-нашему. 7 марта!»  
00.15 Х/ф «Морпехи»  
02.50 Х/ф «Беглый огонь»

**ЛЕНИНСК-ТВ**

06.00 Мультфильмы  
08.25 «Саша + Маша»  
09.01, 09.30 «Панорама событий»  
09.55 «Музыка на ТНТ»  
10.00 «Школа ремонта»  
11.00 Д/ф «Милья, я залетела»  
12.00 «Комеди Клаб»  
13.00 «Comedy woman»  
14.00 «COSMOPOLITAN. Videoversия»  
15.00 Т/с «Счастливы вместе»  
15.31 «Желаю счастья!»  
17.00 Х/ф «Эквилибриум»  
19.00, 21.50 «Наша Russia»  
19.31 «Желаю счастья!»  
20.00 Х/ф «Опасный Бангкок»  
23.00, 00.00 «Дом-2»

**Воскресенье, 28 марта****ПЕРВЫЙ КАНАЛ**

04.50, 07.10 Х/ф «Неотправленное письмо»  
07.00, 10.00, 12.00 «Новости»  
07.50 «Служу Отчине!»  
08.20 М/ф «Кряк-бригада». «Клуб Мики Мауса»  
09.10 «Здоровье»  
10.20 «Пока все дома»  
11.10 «Счастье есть!»  
12.10 «Фазенда»  
12.50 Севастопольские рассказы.  
«Толковый словарь русского флота»  
13.40 Х/ф «Переводчица»  
15.10 «Владислав Дворжецкий. Неприкаянный»  
16.00 Х/ф «Идентификация Борна»  
18.10 «Достояние РЕспублики»  
21.00 Воскресное «Время»  
22.00 «Большая разница»  
23.00 Футбол

**КАНАЛ «РОССИЯ»**

06.15 Х/ф «Девять дней одного года»  
08.20 «Смехопанорама»  
08.50 «Сам себе режиссёр»  
09.35 «Утренняя почта»  
10.10 Х/ф «Я - Цезарь»  
12.00, 15.00, 21.00 «Вести»  
12.10, 15.20 «Вести-Кузбасс»  
12.50 «Городок»  
13.20 «Аида Ведищева. Где-то на белом свете...»  
14.05 «Вести. Дежурная часть»  
14.25 «Честный детектив»  
15.30 «Роман с Карцевым. Грустный клоун»  
16.10 «Смеяться разрешается»  
18.15 «Танцы со звёздами»  
22.05 «Маршал Жуков»  
00.00 «Специальный корреспондент»  
01.00 Х/ф «Враг государства №1: Легенда»  
**37 ТВК РЕН-ТВ (г.Полысаево)**

**НТВ**

06.00, 06.50, 07.41 Т/с «Туристы»  
08.34 «TOP GEAR». Автошоу  
09.37 Х/ф «Бумер»  
12.00 «Нереальная политика»  
12.30 «Музыкальная открытка»  
13.00 «Неделя с Марианной Максимовской»  
14.01 Х/ф «Кремень»  
15.43 «Дальние родственники»  
15.50, 16.57 Т/с «Улицы разбитых фонарей»  
18.00 «В час пик»  
19.00 «Фантастика под грифом «Секретно»  
19.59 Х/ф «Плетёный человек»  
21.56 Х/ф «Апокалипсис»  
00.32 «Мировой бокс: Восходящие звёзды»  
00.59 «Сеанс для взрослых»  
02.44, 03.46 Т/с «Улицы разбитых фонарей»

**СТС**

06.00 Т/с «Класс»  
07.30 «Дикий мир»  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»  
08.15 Лотерея «Русское лото»  
08.45 «Их нравы»  
09.25 «Едим дома»  
10.20 «Quattroroute». Программа про автомобили  
10.50 «Спасатели»  
11.25 «Первая кровь»  
12.00 «Дачный ответ»  
13.20 «Особо опасен!»  
14.05 «Алтарь победы. Сыновья полка»  
15.05 «Своя игра»  
16.25 Т/с «Адвокат»  
17.20 «И снова здравствуйте!»  
18.20 «Чрезвычайное происшествие.  
Обзор за неделю»  
19.55 «Чистосердечное признание»  
20.25 Т/с «Грязная работа»  
00.00 «Авиаторы»  
00.35 «Роковой день»  
01.05 Х/ф «Интоксикация»  
03.10 Х/ф «Легенда о мести»  
04.45 Т/с «Чужие в Америке»

**ЛЕНИНСК-ТВ**

06.00 Мультфильмы  
08.25 «Саша + Маша»  
08.50 «Необъяснимо, но факт»  
09.55 «Музыка на ТНТ»  
10.00 «Школа ремонта»  
11.00 «Битва экстрасенсов»  
12.00 «Комеди Клаб»  
13.00 Х/ф «Эквилибриум»  
15.00 «Универ»  
15.31 «Желаю счастья!»  
17.00 Х/ф «13 район. Ультиматум»  
18.50, 21.50 «Наша Russia»  
19.31 «Желаю счастья!»  
20.00 Х/ф «Опасный Бангкок»  
23.00, 00.00 «Дом-2»

**УТЕРЯННОЕ** свидетельство №42  
НН0018334 об окончании ПЛ №25 на имя  
Николаевой Натальи Леонидовны считать  
**НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ.**

**изготовление мебели****по индивидуальным****проектам****любой сложности****ООО МЕБЕЛЬНАЯ ФАБРИКА****«Амадеус»****ТОЛЬКО ДЛЯ ВАС****МЕБЕЛЬ ПОД ЗАКАЗ!****кухни****детские****спальни****прихожие****шкафы-купе**

## ПРОТОКОЛ №2/2-10 ОА

открытого аукциона №01/02 – 2 ОА

г.Полысаево

**Место проведения аукциона:**  
ул.Кремлевская, 6, актовый зал.

**Дата и время начала аукциона:**  
9 марта 2010г. 09.00.

**1. Муниципальный заказчик:** управление капитального строительства города Полысаево.

**2. Наименование предмета муниципального контракта:** выполнение дополнительных работ по строительству внутриквартального проезда (центрального) в квартале №13 города Полысаево.

**3. Начальная (максимальная) цена муниципального контракта в соответствии с извещением о проведении аукциона составляет 5 100 000 рублей.**

**4. Извещение о проведении настоящего аукциона было опубликовано в газете «Полысаево» №4(484) от 05.02.2010г. и размещено на официальных сайтах города Полысаево [www.polysaev.ru](http://www.polysaev.ru) и Кемеровской области [www.ugzko.ru](http://www.ugzko.ru) 08.02.2010г.**

**5. Процедура рассмотрения заявок на участие в аукционе проводилась единой комиссией в период с 10.00 1 марта 2010г. до 14.00 3 марта 2010г. по адресу: г.Полысаево, ул.Кремлевская, 6, каб. 7.**

**6. В результате рассмотрения заявок на участие в открытом аукционе членами единой комиссии были допущены к участию в аукционе и признаны участниками аукциона следующие участники размещения заказа:**

- ООО «СибРегионМонтажСтрой», директор Л.Д. Данилевич.

**Адрес:** юридический - 630133, г.Новосибирск, ул.Лазурная, 16/1, фактический - 630112, г.Новосибирск, ул.Красина, 54;

- ООО «Дорожно-строительная производственная компания «Дорожник» (далее по тексту - ООО «ДСПК «Дорожник»), генеральный директор Г.Г. Далакян.

**Адрес:** 652764, Кемеровская обл., Гурьевский р-н, с.Урск, ул.Г. Далакяна, д. 6.

**7. На процедуру аукциона присутствовали:**

**Председатель комиссии:** Кохась Наталья Петровна, начальник отдела экономики и промышленности администрации города;

**Зам. председателя комиссии:** Куликова Юлия Станиславовна, главный специалист юридического отдела администрации города;

**Члены комиссии:** Анкудинова Людмила Георгиевна - начальник управления капитального строительства города; Апарина Лариса Павловна - главный специалист отдела экономики и промышленности администрации города;

## ПРОТОКОЛ № 2/1

рассмотрения заявок на участие в открытом конкурсе

11.03.2010г.

**1. Форма совместных торгов: открытый конкурс.**

**Организатор совместных торгов: Городское управление образования г.Полысаево.**

**Предмет открытого конкурса по лоту №1:** оказание услуг по обязательному страхованию гражданской ответственности владельцев транспортных средств.

**Количество транспортных средств по лоту №1:** 1 автомобиль.

**Количество транспортных средств по лоту №2:** 2 автомобиля.

**2. На заседании комиссии присутствовали:**

**Председатель комиссии:** Н.Н. Гончарова - начальник ГУО.

**Заместитель председателя комиссии:** Л.Ф. Орлова - директор МБУ «ЦБ ГУО».

**Члены комиссии:** Л.В. Казакова - директор СКОШИ №23; Л.Ю. Абих - зам. директора МБУ «ЦБ ГУО»; О.В. Макарова - юрист консультант МБУ «ЦБ ГУО».

**Секретарь комиссии:** О.В. Макарова - юрист консультант МБУ «ЦБ ГУО»

Всего на заседании присутствовало 5 членов комиссии, что составляет 60% от общего количества членов комиссии.

**3. Муниципальным заказчиком по лоту №1 является:** городское управление образования г.Полысаево.

**Почтовый адрес:** 652560, Кемеровская обл., г.Полысаево, ул.Космонавтов, 42.

**Муниципальным заказчиком по лоту №2 является:** муниципальное специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23 III,IV вида».

**Почтовый адрес:** 652560, Кемеровская обл., г.Полысаево, ул.Волжская, 14.

**4. На открытый конкурс по оказанию услуг по обязательному страхованию гражданской ответственности владельцев транспортных средств поступила одна заявка на бумажном носителе.**

**5. Процедура вскрытия конвертов с заявками на участие в конкурсе была проведена комиссией в 09.00 (местного времени) 10.03.2010г. по адресу: г.Полысаево, ул.Космонавтов, 42. (Протокол вскрытия конвертов с заявками на участие в открытом конкурсе №1/1 от 10.03.2010г.).**

**6. Процедура рассмотрения заявок на участие в конкурсе проводилась комиссией в 10.00 (местного времени) 11.03.2010г. по адресу: г.Полысаево,**

9 марта 2010г.

Арсланова Лариса Тахваевна - начальник отдела бухгалтерского учёта и отчёточности администрации города; Станчева Ольга Ивановна - председатель Полысаевского городского Совета народных депутатов; Собакина Наталья Владимировна - главный специалист управления капитального строительства города.

**Секретарь комиссии:** Н. В. Собакина.

**8. На процедуре регистрации участников аукциона, проводимой с 8.30 до 8.55, зарегистрировался один участник аукциона - ООО «Дорожно-строительная производственная компания «Дорожник», уполномоченное лицо - Далакян Усик Герасимович, второй участник аукциона - ООО «СибРегионМонтажСтрой» - на процедуру регистрации не явился.**

**9. Вследствие того, что на процедуре аукциона явился один участник и на основании части 12 статьи 37 Федерального закона «О размещении заказов на поставки товаров, выполнение работ, оказание услуг для государственных и муниципальных нужд» № 94-ФЗ от 21 июля 2005г. (далее по тексту - Федеральный закон № 94-ФЗ), единая комиссия признала решение:**

- признать открытый аукцион № 01/02 – 2 ОА «Выполнение дополнительных работ по строительству внутриквартального проезда (центрального) в квартале №13 города Полысаево» несостоявшимся;

- признать ООО «Дорожно-строительная производственная компания «Дорожник» единственным участником аукциона.

**10. На основании части 13 статьи 37 Федерального закона № 94-ФЗ** заказчик в течение трёх рабочих дней со дня подписания настоящего протокола обязан передать единственному участнику аукциона - ООО «Дорожно-строительная производственная компания «Дорожник» единственный участником аукциона.

**11. Протокол аукциона составлен в двух экземплярах, один из которых остаётся у заказчика, другой передаётся единственному участнику аукциона.**

**12. Настоящий протокол аукциона будет опубликован в газете «Полысаево» и размещён на официальном сайте города Полысаево.**

**13. Начальная (максимальная) цена контракта:**

бот по строительству пешеходных дорожек для жилых домов малоэтажной застройки, ограниченной улицами: ул.Луначарского-ул.Копровая, ул.Бажова-ул.Крупской-ул.Полысаево;

**14. Официальный сайт,** на котором размещена документация об аукционе, срок, место и порядок предоставления документации об аукционе, размер платы за предоставление документации об аукционе: [www.polysaev.ru](http://www.polysaev.ru).

**15. Адрес, дата начала и окончания подачи заявок на участие в аукционе по адресу:** 652560, Кемеровская обл., г.Полысаево, ул.Кремлевская, 6, каб. 7; с 23.03.2010г. в рабочие дни (понедельник- пятница с 8.00 до 17.00, обед с 12.00 до 13.00, выходные - суббота и воскресенье).

**16. Место, дата и время проведения аукциона на участие в аукционе по адресу:** 652560, Кемеровская обл., г.Полысаево, ул.Кремлевская, 6, каб. 7; 13.04.2010г. в 9.00 по местному времени.

**17. Место, дата и время проведения аукциона по адресу:** 652560, Кемеровская обл., г.Полысаево, ул.Кремлевская, 6, актовый зал, третий этаж; 22 апреля 2010г., в 10.00 по местному времени.

## Сезонный вопрос

## Не застанет врасплох

**По прогнозам синоптиков, ожидается нестандартное развитие весеннего половодья. В случае ранней весны возможно интенсивное таяние снега, разлив рек, подтопление жилых и хозяйственных объектов. На территории города протекает река Иня, которая не представляет опасности. А вот готовы ли промышленные предприятия, учреждения социальной сферы, организации жилищно-коммунального комплекса и население к паводку - об этом шёл разговор на заседании противопаводковой комиссии под председательством первого заместителя главы города В.П. Куца.**

Как говорит начальник ЦГОСЧ В.И. Капичников, вопросы проведения противопаводковых мероприятий на

территории города рассматриваются регулярно, независимо от времени года. Дамбы, гидротехнические сооружения обслуживаются угольными предприятиями. Задача муниципалитета - пропуск талых вод. Обслуживающие жилой фонд организации занимаются многоквартирными домами, чтобы не допустить подтопления подвалов. Угольщики свою работу знают и помимо выполнения мероприятия противопаводкового характера на шахтных объектах помогают жителям частного сектора - очищают дренажные системы. Нынче это особенно актуально, потому что земля промёрзла на значительную глубину, и растаявший снег не будет впитываться в почву, а пойдёт по поверхности. Поэтому владельцам частных подворий нужно самим по-

беспокоиться, чтобы не пострадали строения, содержимое погребов.

На плечах коммунальщиков уборка проезжей части автодорог, очистка от снега кровель домов, отмосток, козырьков. По словам руководителей обслуживающих организаций, часть этих работ сделана.

А вот учреждения образования, здравоохранения, культуры ждут своего часа. Нужна автобусы.

В.П. Куц потребовал от руководителей обслуживающих организаций ежедневного и адресного отчёта о выполнении мероприятий.

Есть претензии у местных властей и к предпринимателям, которые не спешат убрать снег с вывесок и козырьков строений.

Леонид ИВАНОВ.

## ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ ОТКРЫТОГО АУКЦИОНА №15/03 – 3 ОА

бот по строительству пешеходных дорожек для жилых домов малоэтажной застройки, ограниченной улицами: ул.Луначарского-ул.Копровая, ул.Бажова-ул.Крупской-ул.Полысаево;

**15. Адрес, дата начала и окончания подачи заявок на участие в аукционе по адресу:** 652560, Кемеровская обл., г.Полысаево, ул.Кремлевская, 6, каб. 7; с 23.03.2010г. в рабочие дни (понедельник- пятница с 8.00 до 17.00, обед с 12.00 до 13.00, выходные - суббота и воскресенье).

**16. Место, дата и время проведения аукциона на участие в аукционе по адресу:** 652560, Кемеровская обл., г.Полысаево, ул.Кремлевская, 6, каб. 7; 13.04.2010г. в 9.00 по местному времени.

**17. Место, дата и время проведения аукциона по адресу:** 652560, Кемеровская обл., г.Полысаево, ул.Кремлевская, 6, актовый зал, третий этаж; 22 апреля 2010г., в 10.00 по местному времени.

**18. Место, дата и время проведения аукциона от 19.03.2010г.**

**19. Место поставки товара:** по лотам №1-23 - в МУ «Комбинат питания» по адресу г.Полысаево, ул.Кремлевская, 8.

**20. Документация об аукционе:** можно получить бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заказчиком письменного заявления любого заинтересованного лица или его представителя, действующего на основании доверенности или иного документа, данного по адресу заказчика с 23.03.2010г. до 17.00.12.04.2010г. в рабочие дни (понедельник- пятница с 8.00 до 17.00, обед с 12.00 до 13.00, выходные - суббота и воскресенье).

**21. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**22. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**23. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**24. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**25. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**26. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**27. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**28. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**29. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**30. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**31. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**32. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**33. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**34. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**35. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**36. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**37. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**38. Документация об аукционе:** предоставляется бесплатно в течение двух рабочих дней со дня получения заявления на поставку товаров на лоты №1-23.

**39. Документация об**

## От терроризма защищены

Организация работы оперативного штаба национального антитеррористического комитета по Кемеровской области в 2009 году строилась в соответствии с Федеральным законом «О противодействии терроризму» от 6 марта 2006 года №35-ФЗ, Указом Президента Российской Федерации №116 от 15 февраля 2006 года «О мерах по противодействию терроризму» и положением об оперативном штабе в субъекте федерации.

Основные усилия оперативного штаба и его аппарата (далее - аппарат Штаба) были направлены на обеспечение координации деятельности территориальных органов федеральных органов исполнительной власти и органов исполнительной власти Кемеровской области по борьбе с терроризмом.

Проведено шесть заседаний Штаба, на которых рассмотрено 20 вопросов. В их числе особое внимание удалено состоянию готовности и оснащенности сил и средств к проведению мероприятий по минимизации и ликвидации возможных последствий проявления терроризма, выработаны меры по повышению эффективности этой работы.

Обеспечена разработка планов дополнительных мероприятий, направленных на выявление и предотвращение угроз совершения террористических актов, срывов возможных замыслов их осуществления в период подготовки и проведения массовых мероприятий, посвященных майским праздникам.

никам, празднованиям Дня шахтёра и Дня знаний, в период новогодних праздников.

Разработаны дополнительные меры по предупреждению и пресечению нелегальной миграции, усилению профилактической работы по устранению причин и условий, способствующих проникновению в миграционные потоках на территорию Кемеровской области членов бандгрупп и их пособников.

Для отработки практических действий сил и средств Штаба, совершенствования слаженности и оперативности, обеспечения постоянной готовности по пресечению террористических актов на потенциальных объектах террористических посягательств аппаратом Штаба в 2009 году проведено четыре антитеррористических учения: «Молния-2009» на шахте «Распадская» (г. Междуреченск); «Набат-2009» на базе ООО «Международный аэропорт Кемерово» (г. Кемерово); «Арсенал-2009» на базе 74-й отдельной мотострелковой бригады (г. Юрга); «Метель-2009» на базе ФГЛПУ «Научно-клинический центр охраны здоровья шахтёров» РОСЭНЕРГО (г. Ленинск-Кузнецкий).

В 2010 году основные усилия Штаба и его аппарата будут направлены на поддержание высокой степени готовности группировки сил и средств, обеспечение своевременного и адекватного реагирования на выявляемые террористические угрозы и проявления.

По материалам УФСБ России по Кемеровской области.

## УГОЛЬЩИКИ: февраль 2010 года

Наименование предприятия	Добыча угля за декабрь, тн				Добыча угля с начала года, тн				% к 12 мес. 2008г.
	план	факт	+,- к плану	% к плану	план	факт 2010/2009	+,- к плану	% к плану	
ОАО «Шахта «Заречная»	470000	473700	3700	100,8	930000	952300	22300	102,4	120,9
						787900			
ОАО «Шахта «Заречная» шахтоучасток «Октябрьский»	200000	161270	-38730	80,6	340000	291790	-48210	85,8	110,7
						263499			
ОАО «СУЭК-Кузбасс» шахта «Полысаевская»	222000	162049	-59951	73,0	442000	382265	-59753	86,5	273,6
						139700			
Итого:	892000	797019	-94981	89,4	1712000	1626355	-85645	95,0	136,5
						1191099			

### Проведение горных выработок (в погонных метрах)

ОАО «Шахта «Заречная»	1055	1055	0	100,0	1925	1926	1	100,1	73,7
						2615			
ОАО «Шахта «Заречная» шахтоучасток «Октябрьский»	375	415	40	110,7	950	990	40	104,2	189,3
						523			
ОАО «СУЭК-Кузбасс» шахта «Полысаевская»	480	590	110	122,9	990	1160	170	117,2	154,5
						751			
Итого:	1910	2060	150	107,9	3865	4076	211	105,5	104,8
						3889			



## О добровольной уплате страховых взносов

На сегодняшний день в Кемеровской области заявления о добровольной уплате страховых взносов на накопительную часть пенсии подали 28 тысяч кузбассовцев, что составляет 1% от численности постоянно проживающего населения области. Ими перечислено 45,7 миллиона рублей.

В текущем году ожидается увеличение дополнительных взносов по программе софинансирования пенсий.

Этому будет способствовать также принятие федерального закона, который определит порядок выплаты накопительной части пенсии. В нём предусмотрена возможность единовременного получения накопительной части пенсии, в том числе по дополнительным страховым взносам, для того чтобы не растягивать её выплату на годы. По словам заместителя председателя правления ПФР Анатолия Колесника,

программа государственного софинансирования пенсий является одной из главных мер по увеличению пенсионных накоплений граждан. Что касается поступлений дополнительных страховых взносов, то их оказалось больше, чем запланировано в бюджете, на 600 миллионов рублей. 15 мая из федерального бюджета поступят средства господдержки, которые будут перечислены на лицевые счета граждан, участвующих

в программе.

Напоминаем: по условиям программы государственного софинансирования пенсий на каждые 2 тысячи рублей добровольных страховых взносов гражданина государство добавит по 2 тысячи рублей, но не более 12 тысяч рублей.

За интересующей информацией можно обратиться в УПФР в г. Полысаево по адресу: ул. Крупской, 100а, каб. №18, 14, или по телефонам: 4-54-94, 4-53-55.

## СУЭК Олимпиада для будущих горняков

В конце марта для кузбасских 11-классников, желающих поступить на горные специальности в Московский государственный горный университет (МГГУ) по целевой программе «СУЭК», будет организовано выездное тестирование.

Это первый этап Российской олимпиады школьников «Иновационные технологии и материаловедение». Он включает тестирование по общеобразовательным предметам: математике и физике. Представители МГГУ сами приедут в Ленинск-Кузнецкий и Киселёвск для проведения испытаний среди одноклассников.

Участие в олимпиаде бесплатное. Абитуриенты,

успешно прошедшие испытания на специальности, соответствующие профилю олимпиады, могут стать студентами МГГУ уже в начале лета, не выезжая при этом из родного города и не сдавая вступительные экзамены.

Для участия в олимпиаде необходимо зарегистрироваться на сайте [www.mstu.ru](http://www.mstu.ru).

В Ленинске-Кузнецком первый этап олимпиады пойдет 29 и 30 марта в лицее №4 (ул. Шевцовой, 2). Начало тестирований в 13 часов. Всем абитуриентам необходимо иметь с собой паспорт.

Программа целевой подготовки специалистов в МГГУ по специальности «Подземная разработка пластовых месторождений»

- это поступление в вуз без выезда в Москву - документы принимает выездная приёмная комиссия в г. Ленинске-Кузнецком;

- это обучение на бюджетной основе и бесплатное общежитие;

- это участие компании в оплате проезда до места прохождения практики и обратно 1 раз в год;

- это обеспеченное место прохождения производственной практики на предприятиях компании;

- это наставник из числа высшего звена инженерно-технического состава предприятия;

- это трудоустройство.

Телефон для справок 3-25-21.

### Спорт

## Наши на турнире

Пятеро полысаевских спортсменов ДДТ, занимающихся под руководством тренера А.Г. Суздалева, приняли участие в VI турнире по греко-римской борьбе на призы главы

города Новокузнецка С.Д. Мартина и депутата Совета народных депутатов Кемеровской области третьего созыва Ван Вай-Чена.

Евгений Бусыгин стал

вторым в весовой категории

46 кг. Ещё два наших борца Миша Дорохин и Влад Романовский заняли IV и V места соответственно.

Для юных спортсменов это отличные результаты! Поздравляем ребят с успешным выступлением на турнире!

**М. ВОРОНЦОВА,**  
методист ДДТ.

## Чемпион Кузбасса - наш земляк

13 марта на центральном автомототреке г. Кемерово прошёл открытый чемпионат Кузбасса по зимним видам спорта «Ледовый трек-400». Честь Кемеровской области в дивизионе мини-багги защищали воспитанники полысаевского

СТЦ «Звёздный». Ледовое покрытие трассы, нешипованная резина на колёсах, высокие скорости – всё это требовало мастерства в управлении машинами в экстремальных условиях. И вот итог. Первым чемпионом Кузбасса по мини-багги стал Алексей Кривозубов, уча-

щийся школы №14. Бронзовую медаль получил Сергей Гусельников, учащийся той же школы. Желаю нашим юным гонщикам так держать и не снижать уровень достижений в летний период.

**Ю. КОНДАКОВ,**

руководитель СТЦ

«Звёздный».

### Добрые строки

Павла Давыдовича Коха и преподавателя Владимира Васильевича Ченского

за помощь в организации

и проведении городского конкурса по правилам дорожного движения «Лучший инспектор ЮИД-2010».

8 800 2003 700  
[www.mdm.ru](http://www.mdm.ru)

Вклад «Особый»

Получи годовую ставку за месяц!

Вклад «Особый»

372 ДЕНЬ

Вклад «Особый»

Капитализация процентов

Вклад «Особый»

372 ДЕНЬ

## Житейская история

# Мама

Всегда хотела рассказать о жизни своей мамы. Поведать, насколько она сильный человек, что ей пришлось пережить. Это история о любви, история о нелёгкой судьбе моей мамы. Может, кому-то она поможет не падать духом, а кого-то научит ценить то, что есть. Мама вышла замуж в 19 лет, они с папой очень любили друг друга. Когда мама рассказывает, как они встречались, возникает такое ощущение, что это сказка и что такого не может быть.



Папа был из бедной семьи, но, тем не менее, ему это не мешало делать маме приятные сюрпризы. В то время, когда они встречались, оба учились и жили в общежитии. Когда они поженились, папа увез её в Киргизию, к себе на родину. Через год у них родился сын, потом дочь, и ещё одна дочь, и всё было хорошо. Они мечтали, что у них будет большой дом и много детей.

Дом папа построил, места было много и для детских игр, много было земли и для огорода. Были животные - собаки, кошки, птички.

Жизнь шла, дети подрастили, и всё это счастье, казалось, не закончится - бу-

дет длиться вечно. Сколько себя помню, папа с мамой никогда не ругались, всегда улыбались. Но без ссор, я думаю, нет ни одной семьи, наверное, просто они могли это умело скрывать от нас. Мама за полчаса до папиного приезда начинала накрывать на стол, а мы бегали к воротам при первом же звуке каждой проезжающей мимо дома машины. То время было для нас просто праздником...

Час ночи, папы до сих пор нет, никто не спит, все ходят и молчат, мама скрывает слёзы. Стук в дверь. «Ваш муж в больнице и хочет срочно видеть Раю». Когда мама прибежала в больницу, папа уже умер. Никто уже

не узнает, что папа хотел ей сказать. Он попал в глупую аварию на ровном месте из-за молодого парнишки лет 15-16. Так мама осталась в 29 лет одна с тремя детьми, самой маленькой из нас было на тот момент полтора года.

Первые три месяца мама не приходила в себя, ей ставили какие-то уколы, как только она открывала глаза и понимала, что случилось, опять теряла сознание. Начала заговариваться, и все думали, что она сошла с ума. Ей не нужны были дети, она не хотела больше жить. Но, как говорят, время лечит.

За все прожитые с мамой годы я не видела ни одного мужчины рядом с ней. Мама посвятила всю свою жизнь нам, своим детям - она жила нами и для нас. Работала в три смены и пыталась хоть как-то прокормить нас. Как только возникали трудности, мама всегда говорила: «Если папину смерть пережили, то остальное - это ерунда».

Через два года после папиной смерти мама поступила в педагогический институт на заочное отделение. Когда она уезжала на сессию, с нами оставалась бабушка. У нас были лагеря, нам давали бесплатные путёвки, но мама нас никогда не отпускала далеко и надолго - мне казалось, что она боится нас потерять, что мы уедем и не вернёмся. Так мы выросли - привязанные к дому и маме.

В жизни моей мамы было много проблем, даже такие времена, когда детей нечем было кормить. Мама пекла лепёшки на воде и соли - это и жевали. Но когда моей подружке папа подарил куклу,

и я плакала и переживала, что у меня такой нет, мама на следующий же день привнесла мне германскую куклу. Я тогда не спросила, откуда она её взяла, а потом, когда повзросла, она мне рассказала, что отдала за эту куклу почти половину своей зарплаты.

Чем взрослея я становилась, тем больше понимала, насколько маме сложно нас поднимать. Я не помню момента, чтобы она сидела и ничего не делала - её руки всегда были чем-то заняты: ночами она вязала нам носки, свитера, вышивала салфетки, вечером от плиты не отходила - всё пытала нас накормить вкусней.

Первым помощником для мамы стал сын. После 9 класса он пошёл учиться в ПТУ и уже на первую стипендию купил маме духи и нам шоколадки. Это была такая радость!

Послеучилища брат пошёл работать - вот это уже была настоящая подмога маме.

После того как я вышла замуж, я стала чаще задумываться о том, что было бы неплохо, если бы мама встретила хорошего мужчину. Мы все разъехались, а она осталась одна. Она её, конечно, никогда не бросим, но, тем не менее, мне было бы спокойнее уезжать, оставляя её не одну. Но мама до сих пор верна папе и при всей своей такой трудной жизни и сложной судьбе поворотят: «Я самая счастливая женщина на земле - у меня замечательные дети, у меня самый лучший муж, который подарил мне 12 лет в раю. А проблемы и горе у всех есть, у каждого они свои».

# Позитив Улыбнитесь!

- Доброе утро, Барсичек!

- Утро то доброе, да какое-то тревожное.



(Из Интернета)

**ВНИМАНИЕ: ФОТОКОНКУРС!****Уважаемые читатели!**

Приглашаем вас принять участие в фотоконкурсе

**«Ты да я, да мы с тобой!»**

Присылайте самые разные фото из вашего семейного альбома по адресу: г.Полысаево, ул.Космонавтов, 88, МУ «Полысаевский Пресс-центр», редакция газеты «Полысаево». Ждём от вас качественные, контрастные снимки и интересные подписи к ним. Самые лучшие фото ждёт приз!

**Участвуйте и побеждайте!**

Два неразлучных друга уселись на скамеечку и думают. «А не пойти ли нам на дискотеку?»  
(фото из семейного альбома В. Мaskaевой).

**АНЕКДОТЫ**

Муж с женой спят вместе в кровати. Муж во сне ворочается и причитает:

- Наденька, Наденька...

Жена просыпается и бьёт по лбу мужу:

- Что ещё за Наденька?

- Надень-ка на меня одеяло, а то что-то ноги мёрзнут!

\* \* \* \* \*

Бежит по лесу заяц с подвязанными ушами к подбородку. Навстречу идёт медведь и спрашивает:

- Чего это у тебя с ушами? Бояться что охотники подстрелят?

- Подстрелить-то не подстрелят, а вот наслушашься...

\* \* \* \* \*

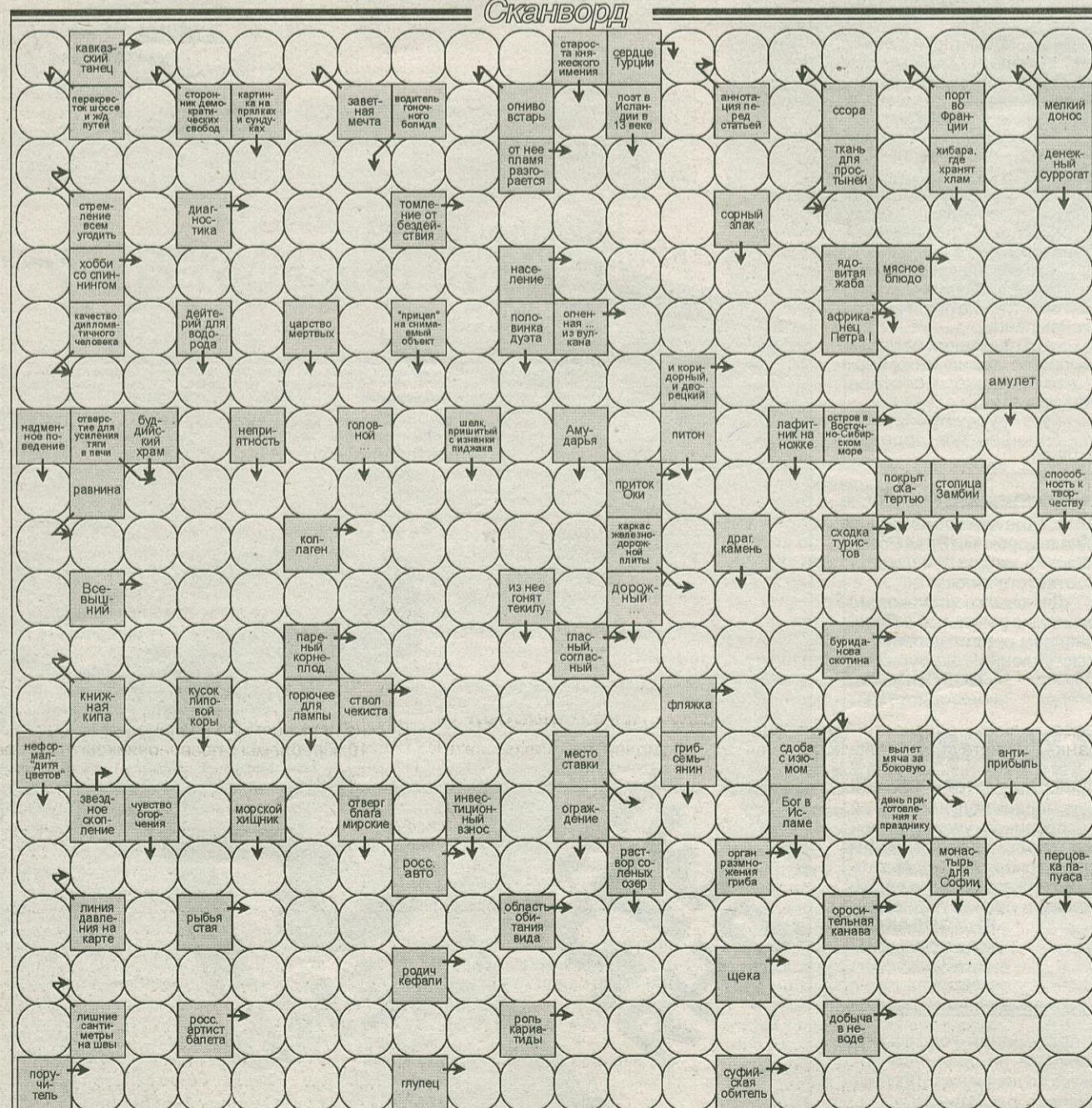
- Что лучше подарить девушке на 8 Марта: один большой подарок или много маленьких?

- Много маленьких!

- Тогда подарю ей семечки!

**Ответы на сканворд, опубликованный в №8 от 12.03.2010г.**

массовик	рукопись
ка в о и о а	рокки филолог шинель
а р спина и та	старт а пласт ракита
н м оплот декламатор	оценка атака б и
я е н	поролон
рассада	и альфа
с искус	форвард
копист	о а о р та
о н р	тиара
фиаско	р д х ц
ул м вихор	подпалина
г кавалер	реван
атаман	бочар
н м стриж	натр
осадки	религия
линия давления на карте	корах
рыбья стая	котелок
линейки метры на швы	тарас
поручитель	цска
ленинград	
росс. артист балета	
глупец	
родич кефали	
область обитания вида	
роль карбиды	
суфийская обитель	



# БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

## Каких витаминов нам не хватает?

Чаще всего нам не хватает всего одного или двух витаминов. Как понять, каких, и чем восполнить дефицит?

### ВИТАМИН А

Вам не хватает его, если:

- на коже часто появляются прыщи;

- заметно снизился аппетит;
- временами кажется, что вы стали хуже видеть;
- вы чаще простужаетесь;
- у вас стали образовываться мозоли.

**КТО ВИНОВАТ:** слишком мало жироодержащих продуктов в вашем меню. Дело в том, что витамин А плохо усваивается сам по себе, необходимы жиры, причём как растительные, так и животные.

**ЧТО ДЕЛАТЬ:** включите в рацион жёлто-оранжевые овощи и фрукты, ставриду, скумбрию или другую жирную рыбу, сливочное масло, молоко.

**ЧЕМПИОНЫ ПО СОДЕРЖАНИЮ ВИТАМИНА А:** морковь, петрушка, шпинат.

**СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ:** 1000 мкг.

### ВИТАМИНЫ ГРУППЫ В

Вам не хватает их, если:

- страдаете бессонницей;
- волосы стали тусклыми;
- появился неприятный запах изо рта;
- часто кружится и болит голова;
- появилась перхоть;
- в уголках рта появились «заеды»;
- вы подавлены;
- мучат запоры.

**КТО ВИНОВАТ:** нехватка клетчатки и, как следствие,

нарушение перистальтики кишечника. Именно в нём усваивается витамин В, поэтому любой сбой в работе ЖКТ вызывает дефицит этого витамина в организме. Кроме того, витамины группы В отвечают за состояние волос и ногтей, которые, в свою очередь, первыми сигнализируют о недостаче.

**ЧТО ДЕЛАТЬ:** включить в рацион больше злаков, хлеба из муки грубого помола, овощей и орехов. Витамин В12 содержится в говядине, свинине, молоке. Витамина В3 много в мясе домашней птицы, морской рыбе, бобовых, пшеничных проростках.

**ЧЕМПИОНЫ ПО СОДЕРЖАНИЮ ВИТАМИНОВ ГРУППЫ В:** пивные дрожжи, проросшие зерна пшеницы, отруби, пекан.

**СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ:** В1 – 1,5 мг; В2 – 1,3 мг; В5 – 4–7 мг; В6 – 1,6 мг; В12 – 2 мг.

### ВИТАМИН С

Вам не хватает его, если:

- быстро устаете;
- даже небольшие царапины заживают очень долго;
- вы полнеете, хотя рацион не менялся;
- вы курите;
- накоже часто остаются синяки.

**КТО ВИНОВАТ:** вредные привычки и недостаток сна. Тем, кто курит, витамина С требуется гораздо больше, так как никотин очень быстро выводит его из организма и мешает усвоению. Не менее губителен для витамина С алкоголь.

**ЧТО ДЕЛАТЬ:** к сожалению, есть больше цитрусовых не всегда выход, возможна аллергическая реакция. Зато помогут

киви, брокколи, шпинат, сироп или настой шиповника.

**ЧЕМПИОНЫ ПО СОДЕРЖАНИЮ ВИТАМИНА С:** клубника, чёрная смородина, щавель.

**СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ:** 60 мг.

### ВИТАМИН D

Вам не хватает его, если:

- вы стали раздражительны;
- у вас портятся зубы;
- иногда болят суставы.

**КТО ВИНОВАТ:** отсутствие солнца, ведь естественным путём витамин D вырабатывается только под его лучами. Недостаток этого витамина препятствует усвоению кальция, что отражается на состоянии зубов и костей.

**ЧТО ДЕЛАТЬ:** чаще гулять, есть желтки, печёночку и морепродукты. Но лучше принимать витамин в таблетках, так легче контролировать суточное потребление. Передозировка опасна!

**ЧЕМПИОН ПО СОДЕРЖАНИЮ ВИТАМИНА D:** чёрная икра.

**СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ:** 2,5 мкг.

### ВИТАМИН K

Вам его не хватает, если:

- при порезах кровь долго не останавливается;
- появилась симптомы диабета.

**КТО ВИНОВАТ:** дефицит витамина K может развиться из-за неправильной работы желудочно-кишечного тракта и болезней, препятствующих образованию и выведению желчи. Также виноваты газированные напитки, алкоголь и некоторые антибиотики, снотворные и успокаивающие.

**ЧТО ДЕЛАТЬ:** отказаться от

газировок, дополнить рацион шпинатом, крестоцветом и брюссельской капустой. Также стоит учесть, что в оливковом масле, некоторых фруктах (бананы, авокадо, киви), в отрубях и злаках этот витамин тоже присутствует.

**ЧЕМПИОНЫ ПО СОДЕРЖАНИЮ ВИТАМИНА K:** белокочанная и цветная капуста, листовой салат.

**СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ:** 60–140 мкг.

### ВИТАМИН U

Вам его не хватает, если:

- появилась аллергическая реакция на привычные продукты;
- часто возникает боль в желудке;
- после еды мучает изжога.

**КТО ВИНОВАТ:** недостаток растительной пищи – ведь наш организм не способен синтезировать этот витамин, мы можем получать его только извне. По сути, это не витамин, а витаминоподобное вещество; он помогает предотвратить язву желудка и двенадцатерстной кишки, обладает болеутоляющим и заживляющим действием. А ещё стимулирует выработку антигистаминов и уменьшает проявления поллиноза, бронхиальной астмы, пищевой аллергии.

**ЧТО ДЕЛАТЬ:** ешьте сладкий перец, лук, бананы. Не забывайте про свежие томаты, петрушку, сельдерей, репу и белокочанную капусту.

**ЧЕМПИОНЫ ПО СОДЕРЖАНИЮ ВИТАМИНА U:** спаржа, свёкла и сельдерей.

**СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ:** 100–300 мг.

№40  
19 марта  
2010г.



## Как победить боль в спине

Заботиться о том, чтобы позвоночник был в хорошей форме, нужно ещё с детства. Мы же не вспоминаем о спине, пока она не заболит.

Для того чтобы не допустить проблем со здоровьем, нужно как можно раньше позаботиться о позвоночнике. Нужно найти и ликвидировать причину, которая вызывает эту боль. Если же боль в спине стала постоянным вашим спутником, нужно обратиться к врачу-ортопеду.

### Что нужно делать, чтобы脊на не болела как можно дольше

1. Сидеть нужно с выпрямленной спиной. Мышечный корсет «запоминает» состояние выпрямленной или согнутой спины. И чем чаще вы будете себя заставлять сидеть прямо, тем вашему позвоночнику будет легче.

2. Следите на улице за своей осанкой (отражение в витринах магазинов подскажет).

3. Женщины, периодически снимайте обувь на шпильках, из-за неё к вечеру возникают боли в спине. Страйтесь надевать удобную обувь на устойчивом, небольшом каблуке, когда вам нужно много ходить.

4. Не носите тяжести в одной руке, лучше перераспределите ваш груз на две сумки одинакового веса, следите за осанкой. Правильно страйтесь поднимать тяжёлые вещи: нужно к ним как можно больше наклониться, колени при этом сомкните, а спина должна быть прямой. Медленно напрягите мышцы брюшного пресса и поднимите ношу.

5. Чтобы поддержать спину во время трудового дня, сидите на жёстком стуле с подлокотниками.

6. Ортопедический матрас, конечно, достаточно дорогое удовольствие, но это очень необходимая вещь, которую нужно себе позволить. На таком матрасе спина принимает правильное положение и успевает за ночь отдохнуть.

7. Принимайте кальций. Он входит в состав витаминно-минерального комплекса, а также присутствует в ежедневно потребляемых продуктах: овощах, фруктах, твороге и других молочных продуктах.

8. Делайте зарядку. Конечно, комплекс упражнений вам может подобрать врач-ортопед. Ведь при определённых заболеваниях некоторые упражнения вам могут быть просто противопоказаны. Если есть проблемы с шейными позвонками, нельзя делать резких движений шеей, даже если она затекла. Наклоны нужно выполнять медленно. Ведь проблемы с шейными позвонками могут привести к острым головным болям и обморокам.

9. Помощь в исправлении осанки окажет специальный пояс-корсет, под одежду он не заметен. Вашим шейным позвонкам поможет ортопедический специальный воротник, носить его можно дома. Но и пояс-корсет, и воротник нужно применять по назначению врача.

10. Проблемы с позвоночником может решить массаж, который должен быть выполнен врачом, имеющим большой опыт и прошедшим специальную подготовку. Массажисты, которые закончили только курсы, не имеющие большого опыта, могут не знать, какие нужно делать ограничения при массаже. Для шейных позвонков при искривлениях и смещениях рекомендуется вибрационный массаж, никаких резких рывков и сильных надавливаний не должно быть.

Самый полезный способ, который сможет решить проблемы с позвоночником, это плавание. Не стойте на сквозняке, не ходите с открытой поясницей в холодную погоду. Отнеситесь к своему позвоночнику со всей серьёзностью, и это сможет избавить вас от проблем в будущем.

По материалам женского сайта [nashajizn.ru](http://nashajizn.ru).

## Шесть правил для гипотоника

### Активно двигайтесь

Давно замечено, что люди с пониженным давлением не могут долго стоять на одном месте. Им обязательно нужно двигаться. Только тогда сосуды приходят в тонус, а артериальное давление растёт.

Нагружайте себя очень осторожно. Избегайте больших и длительных силовых тренировок. Ваш вариант – лёгкая 10-15-минутная гимнастика несколько раз в день.

Помните, что гипотоникам необходим свежий воздух. Если состояние позволяет, страйтесь тренироваться на улице, особенно в прохладное время года.

Но если у вас, к примеру, кружится голова, то можно сделать несложную гимнастику дома, заранее проветрив комнату. При неважном самочувствии отдайте предпочтение тем упражнениям, которые выполняются сидя или лежа на полу. Делайте их в среднем или медленном темпе.

### Принимайте водные процедуры

Это могут быть контрастный душ по утрам, обтирания, кислородные, жемчужные ванны. Вода и смена температур тренируют сосуды и поддерживают тонус.

Рекомендуется закаливание.

### Питайтесь часто, но понемногу

Артериальное давление частично снижается у тех, кто питается «от случая к случаю». Большие промежутки между приемами пищи приводят к колебаниям тонуса сосудов. Поэтому ешьте регулярно, но понемногу.

Для поддержания нормального артериального давления полезна пища, содержащая кальций: рыба, молочные продукты.

Способствуют поднятию тонуса сосудов также цитрусовые, шиповник, чёрная смородина, облепиха.

Не отказывайте себе в солёной пище. Селёдка, сыр, маринованные огурцы поддерживают артериальное давление, задерживая в организме натрий и воду. Кстати, многие гипотоники любят солёности, интуитивно чувствуя их «полезность» для организма. Но всё же сильно усердствовать с солёными продуктами не надо. Иначе будут излишне нагружены почки.

### Пейте стимулирующие напитки

Чтобы не возникло привыкания к кофеину, чередуйте кофе с другими стимулирующими напитками – чаем, какао, грейпфрутовым и морковным соком. Утром для бодрости хорошо выпить стакан настоя чайного гриба со столовой

ложкой мёда и 20–25 каплями настойки родиолы розовой.

Могут помочь и другие адаптогены: элеутерококк, аралия, женьшень. Их можно купить в аптеке и принимать по утрам согласно инструкции. Только помните, что чувствительность к этим препаратам индивидуальная. Каждому нужно подобрать то, что подходит именно ему.

Действием, схожим с кофе, обладают так называемые энергетические напитки. Как правило, в них есть и другие тонизирующие вещества: гуарана, женьшень, таурин. Гипотоникам их принимать, несомненно, можно. Но лишь время от времени, когда совсем невмоготу.

### Научитесь правильному дыханию и массажу

Помочь стабилизировать давление может простейшая методика задержки дыхания. Глубоко вдохните, выдохните и задержите дыхание на 20 секунд.

Замечено, что хороший лечебный эффект при гипотонии даёт и точечный массаж, то есть воздействие давлением на биологически активные точки. Если у вас упало давление, закружилась голова, помассируйте 2–3 минуты точку, которая находится между верхней губой и основанием носа. А затем в течение такого же времени точку на мизинце, возле ногтя, со стороны безымянного пальца.

## Прогноз погоды с 20 марта по 26 марта

облачность,  
осадки  
атм. давление  
(мм.рт.ст.),  
температура,  
ветер  
(м/сек.)

20 марта  
суббота  
облачно-ясно  
732  
-8...-3  
СЗ  
1

21 марта  
воскресенье  
облачно-ясно  
749  
-7...-6  
ЮЗ  
4

22 марта  
понедельник  
облачно-ясно  
746  
-12...-7  
ЮЗ  
5

23 марта  
вторник  
облачно-ясно  
743  
-6...-2  
ЮЗ  
8

24 марта  
среда  
облачно-ясно  
733  
-1...0  
ЮЗ  
7

25 марта  
четверг  
облачно-ясно  
729  
-1...+2  
ЮЗ  
10

26 марта  
пятница  
облачно-ясно  
745  
-10...-5  
Ю  
3

Совет ветеранов работников образования поздравляет с днем рождения своих коллег, родившихся в марте: Л.М. ЛОШАКОВУ (юбиляр), Н.А. ЧЕРВОВУ (юбиляр), Н.С. ПЕРОВУ (юбиляр), Т.М. ЕВСЕЕВУ, А.Ф. САМПЕТОВУ, Н.А. ЛЕОНЕНКО, А.Ф. КРЮЧКОВУ, А.В. КУВШИНОВУ, Н.П. СОЛДАТОВУ, Л.Я. СУТЫРИНУ, В.А. КРИВОШЕЕВУ, Г.А. КОНОНЕНКО, Р.Н. МЕРКУЛОВУ, В.А. МУДРУЮ, В.М. КОЖЕВНИКОВУ, Н.М. ЦУКАНОВУ, Е.Н. КРОКОВУ, Г.И. ПОРТНЫХ.

Пусть каждый день приносит только лучшее – здоровье, радость, любовь и уважение родных и близких.



Выражаем глубокие соболезнования Александру Гавриловичу Скороделову, Валерию Ивановичу Малыгину и его дочерям Елене, Татьяне и Анне, внукам по поводу преждевременной кончины дорогой, любимой матери, жены, мамы и бабушки ЕЛЕНЫ АЛЕКСАНДРОВНЫ. Семья Винтер.



КРЕДИТНЫЙ СОЮЗ  
**СОЛИДАРНОСТЬ**  
7 ЛЕТ ВАШЕГО ДОВЕРИЯ!

**ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ**

Доступные денежные займы и выгодные сбережения!

вложили солидную сумму - получили солидный доход

Сбережения в надёжных руках  
застрахованы

сроки  
От 1 дня

ставки  
До 19%

Ваши возможности по сбережениям:

- Пополнить
- Изъять проценты и/или часть
- Доверить третьему лицу

Пролонгация договора  
Консультация юриста

г.Л-Кузнецкий, пр.Кирова, 38,  
тел. 7-22-87,  
г.Полысаево, ул.Космонавтов, 57,  
тел. 2-53-11.

Городская строительная компания  
**АКЦИЯ ПРОДОЛЖАЕТСЯ**

5-КАМЕРНЫЙ ПРОФИЛЬ  
ПО ЦЕНЕ 3-КАМЕРНОГО!

МОНТАЖ ОКНА БЕСПЛАТНО!

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА**  
отделка сайдингом,  
остекление балконов

Профиль 3, 4, 5-камерный!

Наружные наличники в подарок!

Самые низкие цены в регионе!

Отсрочка платежа. Кредит.

Пенсионерам скидки 15 процентов.

г.Полысаево, ул.Кремлевская, 5  
(здание земельного комитета), офис 102 (с 9 до 17 часов).  
Телефоны: 2-42-08, 8-901-616-70-60, 8-906-928-31-28.

**25 марта в ДК «Родина»**  
с 9.00 до 18.00

**РАСПРОДАЖА:**  
джинсы,  
джинсовые костюмы  
мужские и женские  
в большом  
ассортименте.

**000 «Ломбард Аркос +»**

выдаёт краткосрочные кредиты  
под залог ювелирных изделий  
и производит скупку изделий из золота.  
Наш адрес: ул. Космонавтов, 88, салон «Сияние». Телефоны: 2-52-99; 8-950-272-43-81.

**ДЕНЕЖНЫЕ ЗАЙМЫ**

- Льготные условия
- Приемлемые проценты

**ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ****“ИМИДЖ”****Выставка-продажа**

Оригинальных  
женских пальто  
и головных  
шарфов  
г.Пермь

Гарантия качества.

Рассрочка платежа,  
первоначальный взнос 1000 руб.  
(при себе иметь паспорт).

21 марта

с 10 до 18 часов в ДК “Родина”

Компании AVON требуются  
представители.

Доход от 2000 рублей.

Телефон 8-951-165-71-81.

**АРЕНДА! НЕДОРОГО!**

Производственные, складские,  
офисные помещения.

Телефоны: 4-51-55, 8-905-965-28-65.

Адрес редакции: 652560, г. Полысаево, ул.Космонавтов, 88,  
МУ «Полысаевский Пресс-центр»,  
телефоны: директор 4-21-77, бухгалтерия 4-39-42, редакция 2-54-35.

E-mail: polpressa.tv@mail.ru

За содержание объявлений отвечают рекламодатели. Мнения, высказанные авторами, не обязательно совпадают с точкой зрения редакции. Газета зарегистрирована Сибирским окружным межрегиональным территориальным управлением при Министерстве РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций 14.05.2001г. Рег. свидетельство №ПИ 12-0651

**Система Пенсионных Касс  
ЗАБОТА**  
только для пенсионеров

Основной государственный  
регистрационный номер  
1074212001852



**ДОСТУПНЫЕ ЗАЙМЫ  
НА УДОБНЫХ УСЛОВИЯХ**

- ✓ Размер платежа и срок займа Вы выбираете сами
- ✓ Короткий срок оформления

г. Полысаево, ул. Молодежная, 17, тел. 2-44-13  
г. Белово, ул. Юности, 17, офис 11, тел. 2-30-12  
г. Ленинск-Кузнецкий, ул. Пушкина, 1А, тел. 3-34-91

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

Газета выходит один раз в неделю: пятницу.  
Печать офсетная. Объем - 3 печатных листа.  
Номер подписан в печать в 16 часов.  
Тираж 2770 экз.  
Цена в розницу - договорная.



**Полысаево**

городская массовая газета  
индекс: 51912

Учредители:

администрация города Полысаево,  
МУ «Полысаевский Пресс-центр»

Директор В.В. КУЗИНА.

Редактор отдела газеты А.И. ЮРИНА.

