

# КОМПАС

*Будь в курсе!*

# ПОВОЛЖЬЯ

№ 11 (11) Среда, 13 октября 2010 года



**ФАБРИКА ОКОН И ДВЕРЕЙ**

**ДВЕРИ, ОКНА,  
ЖАЛЮЗИ**

остекление и отделка

**БАЛКОНОВ  
и ЛОДЖИЙ**

**РАСПРОДАЖА - 70%**

ул. Московская, 14

т. (8464) 33-00-97

без выходных



## ПЛАНЕТА СТРОЙ

СКИДКИ, ПОДАРКИ,  
РАССРОЧКА, КРЕДИТ

**ОКНА**  
отделка откосов  
**ДВЕРИ**

ВХОДНЫЕ и  
МЕЖКОМНАТНЫЕ

**НАТЯЖНЫЕ  
ПОТОЛКИ**  
(Франция)

**ЖАЛЮЗИ** ВЕРТИКАЛЬНЫЕ и  
ГОРИЗОНТАЛЬНЫЕ

ТЦ "Пирамида", ул. Октябрьская, 48А,  
3 этаж, офис 18  
91-03-72, 98-07-37,  
8-927-029-72-73,  
8-927-029-63-66

**НОВЫЙ  
АДРЕС**



ТРЕБУЮТСЯ  
МОНТАЖНИКИ, МЕНЕДЖЕР

Остекление и отделка балконов и лоджий под ключ

**ОТОПЛЕНИЕ,  
ВОДОСНАБЖЕНИЕ**

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**

**PRIME  
HOUSE**

ул. Октябрьская, 22

**ЛЮСТРЫ**

РАССРОЧКА  
БЕЗ  
ПРОЦЕНТОВ  
КРЕДИТ  
СКИДКИ

91-63-63  
91-47-47  
8-927-614-47-47



**Ms.** магазин

**КОЛГОТКИ  
НИЖНЕЕ БЕЛЬЁ  
КРАСКА ДЛЯ ВОЛОС**

♦ ул. Ст. Разина, 46/48 "Эконом"  
♦ ТЦ "Пирамида", ул. Октябрьская, 48а 1 этаж  
♦ **новый магазин** ТЦ "Монгора", 2 корп. 2 этаж

Свидетельство о допуске к работам №0114.02-2009-6325032133-С-056 от 27.11.09 г.

**ООО "Комплекс"**

**ТЕПЛОСЧЕТЧИКИ**  
счетчики **ВОДЫ**  
**И ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ**

**УСТАНОВКА • ПОВЕРКА • ПРОДАЖА**

ВСЕ ВИДЫ САНТЕХНИЧЕСКИХ И  
ЭЛЕКТРОМОНТАЖНЫХ РАБОТ

ГАРАНТИЯ НА ВСЕ  
ВИДЫ РАБОТ

КОНДИЦИОНЕРЫ  
ХОЛОДИЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ  
ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЯ

РЕМОНТ И  
ОБСЛУЖИВАНИЕ

ул. Хвалынская, 85  
тел. / факс: (8464) 98-29-48  
8-927-77-25-855

**12 лет  
на рынке**

магазины  
**ОМОВОЙ**

ул. Интернациональная, 145 (р-н "Промышленного рынка")  
ул. Московская, 25 (ТЦ "Железнодорожник")

САНТЕХНИКА, ЭЛЕКТРОТОВАРЫ  
И СТРОИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

## ВЕРНОЕ РЕШЕНИЕ - ЦЕНТР ТОРЖЕСТВ

Три прекрасно оборудованных банкетных помещения  
Современный дизайн, светлые, пастельные тона  
интерьера послужат отличной основой для оформления  
помещения по Вашему вкусу и под стать торжеству

ул. Победы, 53 тел.: (8464) 98-01-68  
моб.: 8-927-794-18-30, 8-927-613-36-10



**Новые  
ОКНА**

**АКЦИЯ!  
ОТКОСЫ  
В ПОДАРОК!**

РАССРОЧКА НА 10 МЕСЯЦЕВ  
без первоначального взноса

ул. 50 лет Октября, 24, ☎ 96-10-60  
ул. Рабочая, 99, ☎ 90-30-03  
ул. Красильникова, 43, ☎ 37-50-06

ТЦ "Гера и К", 1 эт., сек. 58, ☎ 90-26-89  
ТЦ "СтройСити", 2 этаж, ☎ 33-37-38

**САЙДИНГ**

**СОФИТЫ**

**СКИДКА  
до 10%**

- Пластиковые панели 110 цветов
- Муралы (фотообои на пластике)
- Пластиковые подоконники, вагонка
- Плинтус с кабель-каналом

ул. Октябрьская, 48 "А"  
тел.: 33-08-55  
www.ortocentr.ru

**ОРТО**

ООО "ОРТОПЛАСТ" - товар сертифицирован

**ОКНА ЛЮКС**

**акция**

За каждое  
второе окно  
денежная  
премия

**РАССРОЧКА без %**  
**СКИДКА - 20%**

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ (Франция, Россия)

**КВЕ** **RENAU**

**МОНТАЖ ОКНА  
В ПОДАРОК**

пер. Берлинского, 44  
т. 98-58-00

пр-т 50 лет Октября, 44  
т. 96-55-45

ул. Лазо 3, т. 34-99-11

**АВТО  
ЛОМБАРД**  
СЫЗРАНСКИЙ

• ссуды под залог  
автомобиля  
• срочный выкуп  
автомобилей

ул. Советская 32, оф. 1  
тел.: 91-09-08, 8-927-614-09-08

**ЛОМБАРД  
КРЕДИТНИКЪ**  
КРУГЛОСУТОЧНО

**Залог под  
АВТО от 5%**

ул. Интернациональная, 28,  
тел.: 33-23-91, сот. 8-9171-31-61-91  
ул. Ульяновское ш., 15/56,  
тел.: 37-52-81, сот. 8-9270-210-005

## Геннадий Иванов: "Учу летать"

Тренер ЦСК ВВС Геннадий Иванов рассказывает корреспонденту "Компаса Поволжья" о главном и, можно сказать, единственном деле в своей жизни. Сам он так и говорит: "В жизни я занимался только одним делом – учился сам и учил других летать. Больше я ничего не умею".

– В 15 лет пошел в школу ВВС, потом в училище, потом был инструктором в училище, летчик-методист, тренер... и до сих пор тренирую ребят летать. Сейчас работаю тренером в ЦСК ВВС в г. Самара. До 2002 года работал в СВВАУЛе, дослужил до 50 лет, уволился (это было в 1986 году) и работал в училище, в учебном отделе на пилотажном тренажере, учил летать. Основной причиной увольнения было состояние здоровья – боли в спине и развивающаяся тугоухость. Спина со временем стала беспокоить меньше, а уши работать лучше не стали.

Сейчас ребята, которых я тренирую, принимают участия в международных конкурсах по вертолетному спорту. Парашютным спортом никогда не занимался, хотя многие считают, что это "родственники" – парашютный и вертолетный виды спорта. За всю жизнь совершил 13 прыжков с парашютом, но это обязательно – как ознакомление со средством спасения.

Начало вертолетному спорту заложено в советском союзе в 1958 году. Программа его менялась регулярно, совершенствовалась, менялся порядок выполнения упражнений. С 1973 года наши спортсмены принимают участие в чемпионатах мира, но тогда военных туда не брали. Раньше были программы разные: чемпионат Советского Союза это одно, чемпионат мира – другое. Когда-то вертолетный спорт был очень массовым. Только в нашем военном округе было два училища, в каждом по два полка на вертолетах... Летали на МИ-1, МИ-2. Соревнования были средством совершенствования летного мастерства, было много учебных вертолетных центров ДОСААФовских, в том числе в Саратове, в Ижевске и в других городах. В последние годы в армии не стало легкого вертолета, остались такие машины только вот в ЦСК ВВС в Самаре. В училище остался один полк, но и тот сейчас летает только частично на вертолетах МИ-2. В армии используются более тяжелые машины. Сейчас вертолетный спорт стал больше средством развлечения богатых людей, поскольку он дает возможность реализоваться мужскому инстинкту соперничества, соревновательности, проверить – кто лучше летает, ...

Сейчас вертолетный спорт состоит из четырех упражнений. Одно из них, самое сложное – навигация. Оно, кроме того, еще и затратное по организации. Это полет по маршруту. Задание получают за 5 мин до вылета. В зоне поиска разложены 10 целей, которые нужно найти. Необходимо вовремя выйти из зоны поиска, вовремя прийти на аэродром. На разных этапах полета может быть две мишени, нужно пройти над ними на высоте не меньше 10 метров, скорость не меньше 30км/ч. Это комбинированное

сложное упражнение. Максимальная оценка 400 очков, а штрафов можно набрать до 1000 очков. Что и бывало даже на чемпионатах мира – штрафов в три раза больше, чем набранных очков. Упражнение «навигация» существовало с первых дней полетов. Только раньше было немного по-другому. Второе упражнение, сохранившееся с первых соревнований Советского Союза – это точность пилотирования. Раньше нужно было выполнить развороты, другие маневры в ограниченном пространстве, коридоре. Сейчас в упражнение тоже внесены изменения. Садятся на линейку. Каждый сантиметр отклонения – штраф. Выдержать нужно время, высоту, угловую скорость, при этом не выйти из этого коридора. Еще одно упражнение из старых – "слалом". Для этого берется ведро с водой. Было по-разному – наливали воду, черпали... Это ведро нужно пронести через двенадцать ворот в определенной последовательности. Спуститься и поставить на стол диаметром 1 метр, причем по центру. Все это выполняется во время.

В Сызрани соревнования проходят регулярно с 1962 года. Первенство округа, первенство вооруженных сил здесь проводились. У нас всегда публики было больше, чем на каком-либо другом аэродроме. Я полетал и по Союзу, четыре раза был на соревнованиях за границей. Публики больше, чем в Сызрани нигде не бывало. Люди относятся к училищу очень положительно и к тому, что оно делает, тоже. Кроме того, сотрудничает городская власть и администрация училища.



Некоторые упражнения зрелищные, некоторые не очень. Навигация не зрелищная, а вот слалом – интересно наблюдать. Сейчас мы принимаем участие в разработке дополнительных упражнений, которые не входят в программу чемпионата, но они зрелищные. Это параллельные полеты, когда задания выполняются одновременно несколькими пилотами. Идет гонка на время, значит больше шансов



ошибиться, сложнее выполнить задание. В училище сейчас, конечно, меньше этим делом занимаются. Мало вертолетов, мало людей осталось. Это не только в нашем училище такая ситуация, это – по всей стране. Государственных объединений осталось – только ЦСК ВВС. Остальное – любители. Они любят тренироваться с нами, когда есть возможность, потому что у нас сильный тренерский состав с большим опытом. Возможности подготовки, создание условий тренировки, близкой к соревнованиям у них нет, а у нас есть. Поэтому, когда идут соревнования сборной России, нас всегда включают в состав. По многоборью чемпионами России из любителей пока никто не был, но по отдельным видам уже выигрывают. Успех зависит от всего экипажа

Несмотря на то, что у меня есть звание мастера спорта, как спортсмен я участвовал собственно только на одном соревновании – чемпионат ПривО, получил второе место по одному из упражнений, набрал необходимое количество очков и меня убедили пойти работать инструктором, которые в тот момент очень были нужны. Это было в 1962 году. С тех пор я был и тренером, и инструктором, и судьей, но спортсменом больше не летал. В училище поручили руководить подготовкой спортсменов. Тренером работал достаточно успешно. Ребята росли как спортсмены, росли по службе. С 1977 по 1986 – занимался подготовкой. Мои спортсмены стали дважды абсолютными чемпионами советского союза, мастерами спорта международного класса, а чемпионами Союза по отдельным упражнениям становились много раз.

Интервью провел Евгений Недобуга

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА**  
VEKA • FAVORIT  
KBE • TROKAL  
Энергосберегающий  
стеклопакет  
МОСКИТНАЯ СЕТКА и  
при заказе внутренних откосов  
НАРУЖНИЕ ОТКОСЫ  
В ПОДАРОК  
РАССРОЧКА, КРЕДИТ  
ТЦ "Монгора", корп. 2, 2 эт., сек. 1, т.: 96-71-25, 92-26-62

АГЕНТСТВО ПРАЗДНИЧНЫХ УСЛУГ  
**Ваш Праздник**  
Организация свадеб, юбилеев,  
дней рождений, детских праздников.  
Оформление шарами, тканями, цветами.  
Свадебные украшения на автомобили.  
г. Сызрань, Монгора, ТЦ "Орион", 2 этаж, секция 3  
☎ (8464) 92-29-30, 8-927-772-48-35. E-mail: vashprazdnik63@mail.ru

**МИР ОКОН** НАМ 6 ЛЕТ!  
Установка пластиковых окон  
• Отделка откосов  
• Остекление балконов и лоджий  
• Жалюзи на заказ  
• Натяжные потолки  
• Установка труб и радиаторов для отопления  
REHAU ТЦ "Пирамида", ул. Октябрьская, 48а, 3 эт., офис 13  
т.: 90-32-82, 91-01-17, 8-927-614-01-17, 8-927-269-98-95

**магазин "Секонд Хенд"**  
т. 8-927-791-38-89  
ул. 50 лет Октября, д. 44  
без выходных с 12 до 18, сб. и вс. с 12 до 15  
• Большой ассортимент детской и взрослой одежды (сток, секунд)  
• Ежедневное пополнение товара  
• Периодические распродажи (до 70%)  
за ТЦ "Монгора", в 9-этажке, в которой располагается "Рубль Бум"

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА**  
от 8000 рублей  
• монтаж в подарок  
• после монтажа пылесосим и моем окна\*  
Экологичные оконные системы  
ул Советская, 12 2 этаж  
911-081

**БАЛКОН-СЕРВИС**  
- АЛЮМИНИЕВЫЕ РАМЫ-КУПЕ  
- КРЫШИ  
- ВЫНОС, УКРЕПЛЕНИЕ  
- РЕЗКА ПРОЕМОВ, УТЕПЛЕНИЕ  
- ОБШИВКА, ТЕПЛЫЙ ПОЛ  
от 16000 рублей  
TATIPROF provedal

ТВ ПРОГРАММА  
ПОНЕДЕЛЬНИК

18 октября 2010 г.

## ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости  
05:05 Доброе утро  
09:20 Жить здорово!  
11:20 Контрольная закупка  
12:20 Модный приговор  
13:20, 04:30 Детективы  
14:00 Другие новости  
14:20 Понять. Простить  
15:20 Хочу знать  
15:50 Т/с "Обручальное кольцо"  
16:50 Федеральный судья  
18:00 Вечерние новости  
18:20 След  
19:00 Давай поженимся!  
20:00 Жди меня  
21:00 Время  
21:30 Побег  
22:30 Спецрасследование. "Воины наследников"  
23:30 Ночные новости  
23:50 Т/с "Обмани меня"  
00:40 Х/ф "Знахарь"  
02:40, 03:05 Х/ф "Трон для русалки"

## РОССИЯ 1

05:00 Утро России  
09:05, 03:40 "Леонид Быков. На последнем дыхании"  
10:00 Ток-шоу "О самом главном"  
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести  
11:30, 14:30, 16:30 Местное время. Вести-Самара  
11:50 Т/с "Маршрут милосердия"  
12:50 Настоящая жизнь  
13:45, 04:45 Вести. Дежурная часть  
14:50 Т/с "Дворик"  
15:25 Кулагин и партнеры  
16:50 Т/с "Слово женщине"  
17:55 Т/с "Ефросинья"  
18:55 Т/с "Институт благородных девиц"  
20:30 Местное время. Вести-Самара  
20:50 Спокойной ночи, малыши!  
21:00 Т/с "Сонька. Продолжение легенды"  
23:45 Городок  
00:45 Вести+  
01:05 Х/ф "Поединок драконов"  
03:05 Честный детектив

## СТС

06:00 М/с "Трансформеры. Энергон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Приключения Вуди и его друзей"  
07:30, 13:00, 15:30, 17:30, 19:00 Т/с "Папины дочки"  
08:30, 12:30, 20:30 Т/с "Воронины"  
09:00, 09:30, 12:00, 20:00, 23:45, 00:00 Т/с "6 кадров"  
10:00 Х/ф "Царь скорпионов. Восхождение война"  
13:30 М/с "Росомаха и люди Икс"  
14:00 М/с "Питер Пэн и пираты"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Соник Икс"  
16:30 Галилео  
18:30 Т/с "Даешь молодежь!"  
19:30 Т/с "Как я встретил вашу маму"  
21:00 Т/с "Маргоша"  
22:00 Х/ф "Васаби"  
00:30 Кино в деталях  
01:30 Т/с "Зачарованные"  
04:50 Т/с "Моя команда"

## НТВ

05:55 НТВ утром  
08:30 Кулинарный поединок  
09:30, 15:30, 18:30 Обзор.  
Чрезвычайное происшествие  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:15 Сегодня  
10:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.  
Обзор за неделю  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Закон и порядок"  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:30 Т/с "Улицы забытых фонарей"  
21:30 Т/с "Глухарь. Возвращение"  
23:35 Честный понедельник  
00:25 Школа злословия  
01:15 Профессия - репортер  
01:50 Боевик "Под прикрытием"  
03:55 Т/с "Жизнь - поле для охоты"  
04:55 Очная ставка

## ТВЦ

06:00 Настроение  
08:40, 15:10, 17:50 Петровка, 38  
08:55 Х/ф "Опасные гастроли"  
10:40 Ток-шоу "Врачи"  
11:30, 14:30, 17:30, 19:50, 20:30 События  
11:45 Постскриптум  
12:55, 00:15 Культурный обмен  
13:25 В центре событий  
14:45 Деловая Москва  
15:30 Т/с "Секунда до..."  
16:30 Д/ф "Продать душу дьяволу. Цена президентского имени"  
18:15 М/ф "Замок лгунов", "Хвосты"  
18:50 Т/с "Любовница"  
19:55 Порядок действий. "Встреча с милицией"  
21:00 Х/ф "Викинг" 1-2 с.  
22:45 Д/ф "Мамочки!"  
23:40 События. 25-й час  
00:40 Х/ф "Пуаро Агаты Кристи"  
02:40 Триллер "Скульптор смерти"  
04:25 Х/ф "Сверстницы"

**ТВ ПРОГРАММА  
ПОНЕДЕЛЬНИК**

18 октября 2010 г.

**REN TV**

06:00 Неизвестная планета.  
"Шаманы и шаманизм", ч. 1  
06:30, 11:00 Час суда  
07:30, 13:00 Званый ужин  
08:30 Т/с "Солдаты - 11"  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:30 Новости 24  
10:00 В час пик. "Цена любви"  
12:00, 16:00, 19:00 Экстренный вызов  
14:00 Не вери мне!  
15:00 Давайте разберемся!  
17:00 Х/ф "Воины света"  
20:00 Т/с "Мины в фарватере"  
22:00, 03:40 Подстава государственной важности  
23:00 Дураки, дороги, деньги  
00:00 Три угла  
01:00 Репортерские истории  
01:45 Х/ф "Страшный суд", 1 ч.  
04:40 Неизвестная планета.  
"Завещание древних майя"  
05:30 Ночной музыкальный канал

**ТВЗ**

06:00 М/с "Пинки, Эльмара и Брейн"  
06:30 М/с "Том и Джерри. Детские годы"  
07:00 Д/ф "Мир в разрезе"  
07:30, 16:00 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современные чудеса"  
09:00 Д/ф "По маршруту самолета-шпиона"  
10:00, 18:00 Т/с "Ангар 13"  
11:00 Х/ф "Космический охотник.  
Приключение в запретной зоне"  
13:00 Д/ф "Особо опасно профессии"  
14:00 Д/ф "Неандертальцы"  
15:00 Разрушители мифов  
16:30 Д/ф "За пределами науки"  
17:00 Д/ф "Война полов. Комплексы"  
19:00 Т/с "Касл"  
20:00 Т/с "Дежурный ангел"  
21:00 Д/ф "Загадки истории.  
Треугольник дьявола"  
22:00 Х/ф "Ледяные пауки"  
23:45 Д/ф "Охотники на монстров"  
00:45 Т/с "За гранью возможного"  
01:45 Х/ф "Исчезновение"

**Муз ТВ**

05:00, 02:00 Муз-ТВ хит  
06:30 Муз-заряд: музыка, звезды, мульты  
08:30 Наше  
09:25, 18:50 PRO-обзор  
09:50 Планета Шоу-биз. Заклятые друзья  
10:25 Напросились  
10:55 Лаборатория чувств  
11:55 Мы умеем зажигать!  
12:55 Стилетика  
13:25 Жена напрокат  
14:25 Муз-ТВ Чарт  
15:25 v\_PROkate  
16:00, 22:30 Игра Крокодил. Новый сезон  
17:00, 19:20 SEX-Битва  
17:25 Испытание верности  
17:55 Мама, я женюсь!  
19:45 Топ модель по-американски  
21:30 Папарацци  
22:00, 00:30 PRO-новости  
23:30 Звезды зажигают  
01:00 Русский чарт

**РОССИЯ 2**

10:00, 14:15, 18:45, 23:30, 04:00, 07:30 Новости  
10:20, 18:30, 23:50, 04:20, 07:50 Связь времен  
10:25, 14:30 Формула гармонии  
10:40, 18:40, 23:55, 04:25, 07:55 Байки старого бо-  
льщика  
10:45 Шахматы. Финал "Большого Шлема"  
в Бильбао  
11:45 Американский футбол. Чемпионат NFL.  
14:45 Дзюдо. Гран-При в Голландии. Женщины.  
Мужчины. Полуфиналы. Финалы  
16:40 Вызов Дениса Панкратова  
17:40 Обзор матчей чемпионата NHL  
18:00, 23:00 Железный фактор  
18:35 Программа передач на завтра  
19:00, 08:00 Большой ринг. Бой за титул чемпиона  
мира. Юриоркис Гамбоа - Роджерс Мтагва  
21:00, 02:00 Маслаченко Плюс  
21:30, 02:30 Эхо  
00:00 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины.  
"Динамо" (Россия) - "Савехоф" (Швеция)  
04:30 Американский футбол. Чемпионат NFL.  
"Jacksonville Jaguars" - "Tennessee Titans".  
Прямая трансляция

**5 КАНАЛ**

06:00 Д/ф "Удивительные животные.  
Секреты выживания"  
07:00 Д/ф "Гибель воздушного "Титаника".  
Стратонавты"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:30 Х/ф "Семьсот тринадцатый просит посадку"  
11:00, 12:30 Х/ф "Судья резидента"  
14:40 Д/с "Самые загадочные места мира"  
15:35 Т/с "Профессия - следователь"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
19:30 Реальный мир  
20:00 Д/ф "Генерал Дуглас. Прерванный полет"  
22:30 Х/ф "Тайна записной книжки"  
00:15 Шаги к успеху  
01:15 Ночь на пятом  
01:45 Х/ф "Джонни Мнемоник"  
03:40 Д/ф "Телевидение: первые 50 лет"

**Моду диктуют сызранцы**



В выставочном комплексе "Гостиный Двор" в Москве с 30 сентября по 2 октября 2010 года проходил XVII Международный Фестиваль "Мир красоты - 2010". Казалось бы, какое отношение это мероприятие имеет к провинциальному городу Сызрань? Оказывается - самое что ни на есть прямое. Приз зрительских симпатий из столицы уехал на Волгу, в наш город. Завоевал его мастер салона "Антон" - Антон Сарайкин. Про то, как успешно выступают не только по всей России, но и за рубежом сызранские музыканты самых различных направлений, известно давно. Но то, что среди законодателей российской моды появились сызранцы - явление новое.

Но сначала - немного о самом мероприятии. Фестиваль "Мир красоты" зарекомендовал себя как самое престижное мероприятие индустрии красоты, ежегодно собирающее стилистов, косметологов, визажистов, мастеров нейл-дизайна и менеджеров салонного бизнеса России и других стран СНГ и мира; масштабное событие, представляющее интерес не только для профессионалов, но и неизменно привлекающее внимание широкой публики и средств массовой информации. Традиционно Фестиваль проходит под патронажем Правительства Москвы и при содействии Департамента потребительского рынка и услуг Москвы.

В программе Фестиваля были: XVI чемпионат России по парикмахерскому искусству, декоративной косметике, моделированию и дизайну ногтей

Свое видение современной моды представили мастера женских и мужских причесок, макияжа и боди-арта, ногтевого сервиса со всех регионов России, прошедшие сквозь сито отборочных конкурсов: интерес к творчеству, к развитию моды в нашей стране не угасает. Соревнования проходили в 18 конкурсных номинациях и предоставили молодым специалистам возможность профессионального роста и обмена опытом.

Антон Сарайкин участвовал в номинации "брэйддинг". Этим малоизвестным словом называется создание прически при помощи плетения афрокосичек. Перед тем как попасть на столь престижный конкурс в столице сызранский мастер занял первое место в региональном конкурсе в Самаре. Кстати, создание причесок и на региональном и на всероссийском конкурсах было не простым, а тематическим. В Самаре афроплетением нужно было изобразить знаки зодиака (сызранский "овен"

Сам же Антон об участии в конкурсе говорит достаточно скромно: "да, были... да, участвовали...". При этом заметно оживляется, рассказывая, что с конкурса и выставки, проходившей в его рамках, привезли множество новинок. Многому научились, привезли аксессуары и расходные материалы, которых до сих пор не было не только в нашем городе, но и в столице области. Современные афрокосички можно наращивать на короткие волосы, они легкие и совершенно не вредят родным волосам, держатся три месяца и не требуют специального ухода. Кроме того, при помощи современных материалов время создания эксклюзивной прически сокращается более чем в два раза. Таким образом, появляется возможность достаточно быстро и легко на самых "неудачных" волосах создать шикарную шевелюру, да еще и уложенную в прическу по последнему "писку" моды.

Возвращаясь к рассказу о фестивале "Мир красоты", необходимо подчеркнуть, что мероприятие не является одним из череды модных однодневок. В 2010 году фестиваль отметил свое 17-летие. Гости



оказался просто вне конкуренции!), а в столице темой конкурса стали стихии. Модели, торжественно несущей по сцене стихию, созданную Антоном Сарайкиным, аплодировали ведущие дизайнеры Москвы.

"Мира красоты" обычно являются не только мэтры российской и зарубежной индустрии моды, но и победители прошлых лет, приглашенные в жюри как эксперты в сфере модных тенденций. Отзывы о московском фестивале у знаменитостей модного бизнеса - самые положительные.

"За 17 лет Мир Красоты превратился из идеи и видения в начале во всемирно узнаваемое мероприятие с большим количеством иностранных участников. Благодаря Вашим постоянным усилиям русский парикмахерский рынок теперь воспринимается миром как место, где

**САЛОН КРАСОТЫ  
Антон S**

**СТРИЖКИ УКЛАДКИ  
СВАДЕБНЫЕ ПРИЧЕСКИ  
ОКРАШИВАНИЕ  
НАРАЩИВАНИЕ ВОЛОС  
(СТРАЗЫ, НАКЛАДНЫЕ ПРЯДИ)  
АФРОКОСИЧКИ,  
ДРЕДЫ (БЕЗОПАСНЫЕ, D.e)  
НАРАЩИВАНИЕ РЕСНИЦ  
ОФОРМЛЕНИЕ БРОВЕЙ  
МАНИКЮР ДИЗАЙН  
НАРАЩИВАНИЕ НОГТЕЙ**

ул. Гидротурбинная, 36  
ТЕЛ. 8 927 025 0003

можно найти экстраординарную креативность, смелые инновации и прически на самом высоком уровне и где все возможно!" (Сальваторе Фодера, Всемирный Президент ОМС). "За долгую историю своего существования фестиваль "Мир Красоты" зарекомендовал себя как главное событие российской индустрии красоты. Ежегодно в Гостиный Двор приезжают тысячи российских и зарубежных гостей, чтобы подробнее узнать о новинках моды в причёсках, получить необходимую профессиональную информацию, приобрести новых партнёров, заключить выгодные сделки, а также встретиться с коллегами и старыми друзьями". (Долорес Кондрашова, заслуженный деятель искусств РФ).

Кстати, о выгодных сделках - сызранского мастера после вполне заслуженного успеха приглашали на работу в столице в корпорации "Мир красоты", однако, Антон предпочел работу в собственном салоне в Сызрани, что, несомненно, должно порадовать женскую часть населения города, которая получила уникальную возможность сделать современную прическу у мастера, столь высоко оцененного законодателями российской моды.

Арина Королева



**Окна под ключ**

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА**

КАЧЕСТВО ВЫЗЫВАЕТ УВАЖЕНИЕ

ул. Советская, 1,  
т.: 92-23-52, 8-901-803-23-52;  
ул. Советская, 69,  
т. 91-08-89, 8-927-614-08-89;  
ул. Королева, 17,  
т. 91-21-80, 8-927-614-21-80;  
г. Октябрьск,  
пер. Кирпичный, 21, сек. № 3,  
т.: 91-21-76, 8-927-614-21-76  
ул. Торговая площадь, 17,  
т.: 8-929-712-72-01

E-mail: syzranokna@mail.ru  
www.syzranokna.ru

**ЖАЛЮЗИ, РОЛЬСТАВНИ,  
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ**

**СПЕКТР**  
РЕКЛАМНОЕ АГЕНТСТВО

Мы готовы работать над созданием и поддержанием вашей престижности и повышением вашей прибыли!

г. Сызрань, ул. Кашпирская, стр. 1.  
тел.: (8464) 92-20-30,  
e-mail: spektr\_ra@mail.ru

Фото, цифровая печать  
Дизайн  
Наружная реклама  
Рекламные и промоакции  
Листовки  
Нанесение на одежду  
Афиши Визитки  
Дисконтные карты  
Календари Сувениры  
Кубки Медали Гравировка  
Широкоформатная печать

**МЯСОКОМБИНАТ  
СЫЗРАНЬ**

**Широкий ассортимент нашей продукции по адресам:**

Мини-Маг № 1, ул. Карла Маркса, 92  
Мини-Маг № 2, ул. Свердлова, 3  
Мини-Маг № 3, пер. Опорный, 16  
Мини-Маг № 4, пер. Лодочный, 29  
Мини-Маг № 5, ул. Красная, 12  
Мини-Маг № 6, Ульяновское шоссе, 17  
Киоск № 3, ул. 50 лет Октября, 22

Киоск № 4, Ульяновское шоссе, 32  
Киоск № 5, ул. Карла Маркса, 12  
Киоск № 6, ул. 50 лет Октября, 54 Б  
Киоск № 7, ул. 50 лет Октября, 44  
Киоск № 8, ул. Лазо, 13  
Киоск № 9, пр-т Королева, 17  
Киоск № 10, ул. Мира, 3 "Б"

Киоск № 12, ул. Красильникова, 59  
Киоск № 15, ул. Декабристов, 189  
Киоск № 16, ул. Комарова, 2  
Магазин "Пятерочка+",  
ул. Декабристов, 38;  
ул. Космонавтов, 1;  
ул. 50 лет Октября, 12А



## Банковские продукты, которые помогут упорядочить семейный бюджет

### Депозиты

Как известно, деньги имеют свойство просачиваться сквозь пальцы, если не ставить перед собой конкретных целей их использования. Для начала Вашей целью может быть накопление резерва финансовой стабильности – его должно хватить, чтобы в случае, если Вы окажетесь без работы, Вы могли спокойно прожить некоторое время за счет резервного фонда. С другой стороны, резервный фонд может помочь в накоплении необходимой суммы для реализации Ваших целей: покупка автомобиля или дома, отпуск или путешествие и т.д.

Организовать Ваши сбережения помогут банковские депозиты – наиболее безопасный способ хранения денег. Благодаря процентной прибыли банковский депозит поможет не только быстрее накопить деньги для реализации Вашей цели, но также компенсирует инфляцию. Кроме того, депозит – достаточно гибкий инструмент. Вы можете подобрать подходящий вид депозита в зависимости от каждой конкретной



финансовой цели, ведь доходность депозита определяется набором параметров: сроком, порядком выплаты процентов, возможностью пополнения или частичного снятия и т.д.

### Текущие счета

Текущий счет поможет рационализировать Ваши траты и организовать эффективное распоряжение деньгами. Ваши сбережения на текущем счете сохранятся намного дольше, чем, например, в тумбочке или в дальнем отделении кошелька. Если покупка не спонтанна, и Вы уверены в ее необходимости, Вы сможете снять деньги с такого счета в любой момент.

Однако, постарайтесь снимать наличные деньги в Вашем филиале банка – в чужих банковских отделениях Вам придется платить более высокие комиссионные.

Регулярно откладывайте на свой текущий счет ту сумму денег, которая необходима Вашей семье для жизни на месяц (питание, плата по счетам, транспорт). При открытии текущего счета в иностранной валюте Вы имеете больше

возможностей при переводе средств за границу и при получении перевода. Кроме того, используя текущий счет, Вы можете значительно сэкономить свое время и даже забыть о некоторых хозяйственных хлопотах: те, кто имеет текущий счет, могут дать банку поручение ежемесячно осуществлять с него оплату коммунальных услуг, телефона, электричества и т.д. Для конкретных краткосрочных и долгосрочных целей более выгодны различные депозитные программы.

### Платежные карты

Во-первых, это доступ к деньгам 24 часа в сутки 7 дней в неделю. Согласитесь, носить с собой большую сумму денег не только неудобно, но и небезопасно. Кстати о безопасности: платежные карты надежно защищают Ваши денежные средства от кражи. В случае утраты карты Вам достаточно позвонить в банк и сообщить об этом. Банк выдаст Вам в пользование новую карту, а деньги сохранятся на банковском счете.

Во-вторых, платежные карты выгодны при поездках за рубеж. Вам не нужно оформлять разрешение на вывоз валюты – деньги зачисляются на Ваш картсчет и не подлежат декларированию. Кроме этого, при расчетах картой за рубежом курс конвертации средств, как правило, значительно выгоднее, чем при расчетах наличными средствами.

## О пользе финансового планирования

По мнению психологов, правильное планирование семейного бюджета во многом определяет семейные отношения, формирует ответственность супругов и устраняет большинство причин для семейных конфликтов. Безусловно, планирование потребует определенных усилий с Вашей стороны, однако награда за такое обращение с личными финансами – личная финансовая стабильность, финансово здоровая семья, образованные дети, реализованные цели и безбедная старость – несомненно, их оправдает. Для тех, кто уверен, что знает свои расходы, советуем вести на протяжении недели детальную отчетность обо всех своих затратах – больших и маленьких. Вы даже не догадаетесь, насколько будете удивлены, когда увидите, на что в действительности идут Ваши деньги, и в какую сумму складываются все Ваши, на первый взгляд, незначительные расходы.

### Преимущества жизни с финансовым планированием:

- Финансовое планирование помогает достигать поставленных целей.
- С бюджетом Вы контролируете свои деньги, а не они Вас.
- Реалистичный бюджет помогает найти свободные средства.
- Финансовое планирование помогает быть готовым к непредвиденным ситуациям.
- Финансовое планирование поможет Вам жить без долгов, или скорее закрыть задолженность.
- Упорядоченный семейный бюджет – один из факторов, положительно влияющих на семейные отношения.

Семейный бюджет обычно составляется на год – в общих чертах, и детальный на месяц. Приступая к его созданию необходимо выделить основные статьи доходов и расходов – их может быть сколько угодно. Создав такую структуру, Вы будете четко видеть, какова общая сумма Ваших расходов, какие расходы Вы можете изменить, если Ваш доход снизится, или что сможете себе позволить, если доходы вырастут. Важно, чтобы в семейном бюджете статьи доходов превышали статьи расходов или же были равны им.

В целом ведение бюджета займет у Вас около 8 минут в день.

### Виды семейных бюджетов

В зависимости от способа распределения доходов и расходов в семье, можно выделить три основных вида семейного бюджета: совместный, долевого и раздельный. Какую бы модель семейного бюджета Вы не выбрали, главное, чтобы она устраивала всех членов семьи и не являлась источником скрытого недовольства и будущего конфликта.

### Совместный бюджет

Это самая распространенная в нашей стране модель семейного бюджета. При ведении совместного бюджета все доходы каждого члена семьи входят в "общую копилку", и в распределении этих средств тоже участвует каждый член семьи. При этом самый удачный вариант, когда супруги имеют приблизительно равный доход, так что можно избежать споров на тему "кто больше зарабатывает, а кто больше тратит". Другой вариант, когда семья живет полностью на доходах одного из супругов. Конфликтов не возникает, если "добытчик" согласен на равноправие всех членов семьи в вопросах расходов.

### Долевой бюджет

При долевым планировании бюджета рассчитываются все расходы семьи на будущий месяц, и общая сумма делится между супругами либо поровну, либо по долям в каком-либо другом соотношении. Часто это зависит от того, насколько велика разница между доходами супругов. С одной стороны, это демократично, но супруг с меньшим доходом наверняка будет недоволен. Он может посчитать нечестным то, что на личные расходы ему остается гораздо меньше средств, чем супругу.

### Раздельный бюджет

Такое планирование семейного бюджета для нас в новинку. Но в Европе это достаточно распространенное явление, когда супруги стремятся к полной независимости друг от друга: каждый самостоятельно распоряжается своими финансами и расплачивается по своим счетам, а самые необходимые общие траты оплачиваются в складчину (например, аренда квартиры, обучение детей).

**КОМП МАСТЕР**  
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

ПРЕИМУЩЕСТВО ЦЕНЫ  
СОВЕРШЕНСТВО ТЕХНОЛОГИЙ  
КАЧЕСТВО СЕРВИСА

**САМОЕ ВЫГОДНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ К УЧЕБНОМУ ГОДУ!!!**

Предъявителю фляера **5% СКИДКА** на компьютеры и ноутбуки

446001, Самарская обл., г. Сызрань, пер. Достоевского, 28 тел.: (8464) 98 72 25 comp-master@inbox.ru

ИНВЕСТИЦИОННАЯ КОМПАНИЯ  
**ГАЗИНВЕСТ**

ПОКУПКА И ПРОДАЖА АКЦИЙ РОССИЙСКИХ КОМПАНИЙ

ОПЕРАТИВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ДЕНЕЖНЫМИ СРЕДСТВАМИ

ИНТЕРНЕТ-ТРЕЙДИНГ

КОНСУЛЬТАЦИИ, СЕМИНАРЫ

СВЫШЕ 15 ЛЕТ РАБОТЫ НА РОССИЙСКОМ ФОНДОВОМ РЫНКЕ

г. Сызрань, ул. Советская, 48  
тел. (8464) 92-15-04  
www.gasinv.ru

Лиц. № 063-06230-1-100000 от 09.09.2003

**ЦЕНТР МИКРОФИНАНСИРОВАНИЯ**

**ДЕНЬГИ ЗА ДЕНЬ**

■ На развитие бизнеса  
■ На неотложные нужды  
■ На образование

**"ДЕНЬГИ ДО ЗАРПЛАТЫ" на две недели**

БЕЗ ПОРУЧИТЕЛЕЙ БЕЗ КОМИССИИ МИНИМУМ ДОКУМЕНТОВ

СЫЗРАНЬ: ул. Октябрьская, д. 1, кв. 2, тел.: (8464) 33-32-16 (рядом с ТЦ "Гера и К")  
ШИГОНЫ: Торговая площадь, д. 1а, тел.: 8(84648) 2-24-21

ООО "Поволжский кредитный альянс"  
ХВАТИТ МЕЧТАТЬ – ПОРА ПОКУПАТЬ!

**КРЕДИТ НАЛИЧНЫМИ**  
в т.ч. без справок и поручителей, по двум документам

**АВТОКРЕДИТ**  
в т.ч. по 2-м документам, решение за 1 день, 0% первый взнос

**ИПОТЕКА**  
в т.ч. 0% первый взнос, сроком до 30 лет

ПРИХОДИТЕ И НЕ НАДО БЕГАТЬ ПО БАНКАМ  
г. Сызрань, ул. Московская, д. 14, т.: 330-730, 8-927-614-12-61  
ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8-927-614-08-31

**ЦЕНТР КОНСУЛЬТАЦИЙ БУХГАЛТЕР-СЕРВИС**

**В ПОМОЩЬ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЮ**

Мы рады предоставить следующий спектр услуг:

- Ведение бухгалтерского и налогового учета ИП
- Регистрация, перерегистрация, ликвидация ООО и ИП
- Бухгалтерский учет различных систем налогообложения (ОСНО, УСНО, ЕНВД, некоммерческие организации)
- Передача налоговой отчетности ПФ ФСС

ул. Бабушкина, д.8, офис 3  
тел./факс: 98-59-59, 92-26-20

## ТВ ПРОГРАММА ВТОРНИК

19 октября 2010 г.

### ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости  
05:05 Доброе утро  
09:20 Жить здорово!  
11:20 Контрольная закупка  
12:20 Модный приговор  
13:20, 04:30 Детективы  
14:00 Другие новости  
14:20 Понять. Простить  
15:20 Хочу знать  
15:50 Т/с "Обручальное кольцо"  
16:50 Федеральный судья  
18:00 Вечерние новости  
18:20 След  
19:00 Давай поженимся!  
20:00 Пусть говорят  
21:00 Время  
21:30 Гаражи  
22:30 Сгорим. Замерзнем. Выживем  
23:30 Ночные новости  
23:50 Врата  
00:40 Х/ф "Придорожное заведение"  
02:30, 03:05 Х/ф "Поворот не туда: Тупик"

### РОССИЯ 1

05:00 Утро России  
09:05 "По ту сторону жизни и смерти. Ад"  
10:00 Ток-шоу "О самом главном"  
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести  
11:30, 14:30, 16:30 Местное время. Вести-Самара  
11:50 Т/с "Маршрут милосердия"  
12:50 Настоящая жизнь  
13:45, 04:45 Вести. Дежурная часть  
14:50 Т/с "Дворик"  
15:25 Кулагин и партнеры  
16:50 Т/с "Слово женщине"  
17:55 Т/с "Ефросинья"  
18:55 Т/с "Институт благородных девиц"  
20:30 Местное время. Вести-Самара  
20:50 Спокойной ночи, малыши!  
21:00 Т/с "Сонька. Продолжение легенды"  
23:50 Вести+  
00:10 Х/ф "Вечно молодой"  
02:15 Т/с "Девушка - сплетница-2"  
03:10 Х/ф "Обратной дороги нет"

### СТС

06:00 М/с "Трансформеры. Энергон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Приключения Вуди и его друзей"  
07:30, 13:00, 15:30, 17:30, 19:00 Т/с "Папины дочки"  
08:30, 12:30, 20:30 Т/с "Воронины"  
09:00, 09:30, 12:00, 20:00, 23:30, 00:00 Т/с "6 кадров"  
10:00, 21:00 Т/с "Маргоша"  
11:00, 16:30 Галилео  
13:30 М/с "Росомаха и люди Икс"  
14:00 М/с "Питер Пэн и пираты"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Соник Икс"  
18:30 Т/с "Даешь молодежь!"  
19:30 Т/с "Как я встретил вашу маму"  
22:00 Х/ф "Адреналин"  
00:30 Информания  
01:00 Т/с "Зачарованные"

### НТВ

05:55 НТВ утром  
08:30 Квартирный вопрос  
09:30, 15:30, 18:30 Обзор  
Чрезвычайное происшествие  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:20 Сегодня  
10:20 Чрезвычайное происшествие. Расследование  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Закон и порядок"  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:20 Т/с "Улицы разбитых фонарей"  
20:15 Футбол. Лига чемпионов УЕФА. "Спартак" (Россия) - "Челси" (Англия). Прямая трансляция  
22:25 Т/с "Глухарь. Возвращение"  
23:40 Х/ф "Тот, кто гасит свет"  
01:10 Лига чемпионов УЕФА. Обзор  
01:30 Главная дорога  
02:00 Т/с "Жизнь - поле для охоты"

### ТВЦ

06:00 Настроение  
08:35, 15:10, 17:50 Петровка, 38  
08:50 Х/ф "Пятьдесят на пятьдесят"  
10:40 Ток-шоу "Врачи"  
11:30, 14:30, 17:30, 19:50, 20:50 События  
11:50 Х/ф "Викинг" 1-2 с.  
13:40 Х/ф "Плата за флирт"  
14:45 Деловая Москва  
15:30 Т/с "Секунда до..."  
16:30 Д/ф "Продать душу дьяволу. Светлые головы на вывоз"  
18:15 М/ф "Бременские музыканты", "Разные колеса"  
18:50 Т/с "Любовница"  
19:55 Лицом к городу  
21:10 Х/ф "Викинг" 3-4 с.  
22:55 Д/ф "В ожидании конца света"  
23:50 События. 25-й час  
00:25 Х/ф "Смерть филателиста"

## ТВ ПРОГРАММА ВТОРНИК

19 октября 2010 г.

### REN TV

06:00 Неизвестная планета.  
"Шаманы и шаманизм", ч. 2  
06:30, 11:00 Час суда  
07:30, 13:00 Званый ужин  
08:30 Т/с "Солдаты - 11"  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:30 Новости 24  
10:00 Честно. "Фрукты-овощи"  
12:00, 16:00, 19:00 Экстренный вызов  
14:00 Не ври мне!  
15:00 Давайте разберемся!  
17:00, 00:00 Х/ф "Пески забвения"  
20:00 Т/с "Мины в фарватере"  
22:00 Смертельное шоу  
23:00 Дураки, дороги, деньги

### ТВЗ

06:00 М/с "Пинки, Эльмара и Брейн"  
06:30 М/с "Том и Джерри. Детские годы"  
07:00 Д/ф "За пределами науки"  
07:30, 16:00 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современные чудеса"  
09:00 Разрушители мифов  
10:00, 18:00 Т/с "Ангар 13"  
11:00, 19:00 Т/с "Касл"  
12:00, 20:00 Т/с "Дежурный ангел"  
13:00 Д/ф "Война полов. Комплексы"  
14:00 Д/ф "Загадки истории.  
Треугольник дьявола"  
15:00 Разрушители мифов  
16:30 Д/ф "Искавление времени"  
17:00 Д/ф "Святые. Премия Сталина  
для Архиепископа Луки"  
21:00 Д/ф "Загадки истории.  
Побег Фюрера"  
22:00 Х/ф "Ковчег монстра"  
00:00 Д/ф "Охотники на монстров"  
01:00 Т/с "За гранью возможного"  
02:00 Х/ф "Ледяные пауки"  
04:00 Т/с "Ангел"  
05:00 Т/с "Зена - королева воинов"

### Муз ТВ

05:00, 06:05, 02:00 Муз-ТВ хит  
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:50, 15:00,  
18:50, 22:00, 00:30 PRO-новости  
06:30, 07:05, 08:05 Муз-заряд:  
музыка, звезды, мульты  
08:30, 09:05 Наше  
09:50 Мультфильмы  
10:15 Тур без купюр: Амстердам  
11:15 Русский чарт  
12:15 Десять самых звездных авторов  
собственных хитов  
12:45, 17:25 Испытание верности  
13:15, 19:45 Топ модель по-американски  
15:30, 23:30 Звезды зажигают  
16:30 Тур без купюр: Копенгаген  
17:00, 19:20 SEX-Битва  
17:55 Мама, я женьшень!  
21:30 Отар Против моды  
22:30 Игра Крокодил. Новый сезон  
01:00 TopHit чарт

### РОССИЯ 2

10:00, 14:00, 18:30, 21:15, 00:40 Новости  
10:20, 21:30 Связь времен  
10:25, 13:45 Формула гармонии  
10:40, 21:40 Байки старого болящника  
10:45 Американский футбол.  
Чемпионат NFL.  
"Jacksonville Jaguars" - "Tennessee Titans".  
13:15 Железный фактор  
14:15 Маслаченко Плюс  
14:45 Эхо  
16:15, 21:45 Обзор матчей чемпионата NHL  
16:55 Настольный теннис.  
ITTF Pro Tour Hungary Open.  
Женщины. Полуфиналы  
18:45 Американский футбол. Чемпионат NFL.  
"Jacksonville Jaguars" - "Tennessee Titans"  
21:35 Программа передач на завтра  
22:30 Футбол. Лига чемпионов.  
"Реал" (Испания) - "Милан" (Италия).  
Прямая трансляция  
00:50 Футбол. Лига чемпионов.  
"Аякс" (Голландия) - "Осер" (Франция)  
02:45 до 10:00 - Профилактические работы

### 5 КАНАЛ

06:00 Д/ф "Удивительные животные.  
Жизнь на грани"  
07:00 Д/ф "Жаркое лето 68-го"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:25, 12:30 Х/ф "Щит и меч"  
13:10 Х/ф "Даурия" 1 с.  
15:35 Т/с "Профессия - следователь"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
19:30 Реальный мир  
20:00 Д/ф "Под маской Бывалого.  
Евгений Моргунов"  
22:30 Х/ф "Серафино"  
00:20 Ночь на пятом  
00:50 Х/ф "Ничего святого"  
02:20 Х/ф "Слепота"  
04:55 Д/с "Мир будущего"

## Как купить "вторичку"

Нет предела человеческой доверчивости и недальновидности! А количество желающих воспользоваться этими качествами своих сограждан растет пропорционально числу издаваемых нашим правительством несовершеннолетних законов. Как только в них возникает лазейка, туда сразу же устремляются аферисты всех цветов и фасонов, чтобы половить рыбку в мутной воде. Возможные сложности в покупке "вторички" зависят от множества условий покупки.

### Одно из них – форма продажи.

Самый простой вариант - прямая продажа. Она же "чистая". Этот вариант - лучший подарок для покупателя. Потому что продавец имеет на руках достаточную сумму, чтобы не продавать свою имеющуюся в наличии квартиру. В свою очередь, в этой покупаемой квартире никто не живет (и самое главное, в ней никто не прописан), она не обременена семейными или имущественными спорами, прошлое этой недвижимости чисто. Вероятность срыва такой сделки близка к нулю. Соответственно, и цена такой квартиры будет несколько выше - обычно процентов на десять.

### Альтернативная сделка

Другой вариант ласково именуется "встречкой" или "альтернативой" и означает, что покупатель вынужден сначала продать собственную квартиру, чтобы тут же отдать свои кровные за новую жилплощадь. Раньше проблемы "встречки" решались путем обмена равноценной неприватизированной площади и полюбовным договором продавца и покупателя о взде за ухудшение жилищных условий одной из сторон.

Но и "встречка" - не самый сложный вариант. Еще возможна так называемая "покупка с отягощением".



Зачастую обстоятельства вынуждают нас продавать и покупать не свободную от прав третьих лиц квартиру. Да, сделать это намного сложнее, и поэтому продавцу приходится снижать стоимость квартиры. Допустим, в продаваемой

квартире на момент ее приватизации был зарегистрирован несовершеннолетний ребенок, который не участвовал в приватизации. Но на момент продажи квартиры он оказался прописанным в новой квартире родителей. Момент щекотливый, но решаемый. Процедура выписки потребует от Вас обращения в судебные инстанции, а это может занять немало времени, которое, как известно, деньги. Да и судебные издержки-расходы нельзя со счетов сбрасывать...

### Квартира под арестом

Такие "мелочи" - ничто по сравнению с вариантом, когда на продаваемую квартиру налагается судебный, прокурорский или следственный арест, или же в ее истории имеются неисполненные супружеские, наследственные или иные имущественные обязательства. Поводом для расторжения такой сделки могут стать также договора залога, ренты, аренды, которые на момент продажи имеют отношение к данной жилплощади. Ну и уж совсем худо, когда сделка оказывается совершенной недееспособным лицом или по принуждению.

Любое из вышеперечисленных условий является достаточным основанием для того, чтобы суд либо вернул квартиру ее бывшему владельцу, либо не разрешил Вам оформить эту квартиру в собственность. Естественно, имущественный или семейный спор может быть разрешен положительно, то есть в Ваших интересах. Но сколько Вы за это время потеряете нервов, здоровья, денег и прочих ценных ресурсов, это одному богу известно. Так что, соблазнившись низкой ценой такой "нехорошей квартиры", будьте готовы к разному рода "сюрпризам".

## Юридическая консультация

Рубрику ведет А.Зуморин,  
директор Центра социально-правовой помощи

**Меня избил мой сожитель. Я обратилась в бюро судебно-медицинской экспертизы, в котором мне выдали акт о наличии у меня побоев. Что мне делать дальше?**

Наталья, 23 года

- Уголовное дело по факту нанесения побоев, не повлекших вреда здоровью, является уголовным делом частного обвинения и возбуждается не иначе как подачей заявления о его возбуждении мировому судье по месту его совершения.

Таким образом, для возбуждения уголовного дела Вам необходимо обратиться к мировому судье с заявлением о возбуждении уголовного дела и приложить к этому заявлению акт судебно-медицинского обследования.

Однако, в этом случае Вам придется самой собирать доказательства. Будет намного удобнее, если Вы для начала обратитесь в милицию с заявлением о возбуждении уголовного дела. Сотрудники милиции по Вашему заявлению проведут проверку, в результате которой проведут осмотр места происшествия, отберут с Вас и с Вашего обидчика объяснения, проведут опрос свиде-

телей, соберут на Вашего сожителя характеристики с места жительства и работы, выполнят иные следственные действия, необходимые для возбуждения уголовного дела. В возбуждении уголовного дела, Вам, конечно, откажут, так как такие дела подсудственны мировым судьям, но таким образом у Вас будет собрана необходимая для правильного разрешения уголовного дела в суде доказательственная база.

И ещё: хотя акт судебно-медицинского обследования сам по себе не является доказательством по уголовным делам о нанесении побоев, поскольку для квалификации преступления в этом случае необходима судебно-медицинская экспертиза, но этот акт впоследствии ляжет в основу акта судебно-медицинской экспертизы. Вы правильно поступили, что сразу же после совершения преступления обратились в бюро судебно-медицинской экспертизы.

Присылайте интересующие Вас вопросы в редакцию газеты "КОМПАС Поволжья" по адресу: Бизнес центр "Ильинский ряд", ул. Ульяновская, 2а, офис 34 или на e-mail: gazeta@compas-p.ru

## Удивительно недорогая квартира

Посмотрите газетную уголовную хронику. Там Вы найдете массу описаний случаев, когда покупателю недвижимости (который озвучил свое желание с помощью объявления в газете, а то и вовсе на столбе) позвонили "продавцы" удивительно недорогой квартиры и мягко и ненавязчиво пригласили его посмотреть квартиру, взяв с собой залог. В результате этот покупатель квартиры вовсе не увидел. Равно как и своих денег, которые он имел неосторожность иметь при себе, мобильного телефона и прочих ценностей. А некоторым таким покупателям уже не суждено увидеть белый свет - обычно их избивают до полусмерти на подступах к квартире, указанной неизвестным голосом по телефону, чтобы пожить, чем послали бог и наивность потенциального квартироладельца.

Так что разъезжая по адресам, возьмите себе за правило соблюдать несколько нехитрых рекомендаций, возможно, они сохранят Вам не только ваши деньги, но и жизнь.

Когда Вы ведете предварительные телефонные переговоры с владельцем квартиры, дайте ему понять, что приедете на встречу не один. Попросите абонента продиктовать вам свой номер, чтобы "перезвонить ему через 10 минут". Если у Вас есть АОН - замечательно. В случае отказа собеседника сообщите Ваш номер, вежливо попрощайтесь с ним и возблагодарите небо за то, что не ввязались в темную авантюру.

Перед тем как ехать смотреть квартиру, сообщите родственникам, соседям, знакомым или друзьям адрес, по которому вы поехали. И желательно в письменной форме. И не думайте, что ангельский голос милой девушки на том конце провода спасет Вас от столкновения с грубой реальностью - сколько простакон горело на обаятельных "подсадных утках"!



Когда Вы уже на месте и уже вошли в квартиру, сразу попросите разрешения позвонить. Скажите, что Вам нужно сделать срочный звонок, и если Вам откажут в доступе к телефону, симулируйте приступ диареи и бегите вон из квартиры, пока все не кончилось для Вас гораздо худшими недомоганиями. Если телефон Вам предоставят, невинно сообщите заранее подготовленному к такому звонку человеку, где Вы находитесь и через сколько времени Вас ждать, и у какого подъезда. При удачном завершении звонка можете немного успокоиться - прямо на выходе из квартиры Вам не причинят никакого вреда.

### ЦЕНТР СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ ПОМОЩИ

Предлагает услуги по:

- приватизации, регистрации прав на недвижимое имущество
- узакониванию самовольных перепланировок, переустройств
- составлению заявлений, жалоб, обращений
- представлению интересов в суде по гражданским, арбитражным, административным и уголовным делам
- защите авторских прав
- разрешению жилищных, семейных, трудовых споров и споров в сфере ЖКХ

### БЕСПЛАТНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

Режим работы: Пн. - Пт. - 13.00-19.00

ул. Степана Разина 46/48, оф. 307

тел.: 8-906-338-90-01, 8-927-024-62-85

### АГЕНТСТВО НЕДВИЖИМОСТИ "СТАТУС"

ВСЕ ВИДЫ ОПЕРАЦИЙ  
С НЕДВИЖИМОСТЬЮ

ул. Ульяновская, 2а, офис 31  
т. 8-917-126-00-60

**созданный**  
**ПОТРЕБИТЕЛЬ**  
ТЕЛЕФОННЫЙ СПРАВОЧНИК ПО ТОВАРАМ И УСЛУГАМ

**БОЛЕЕ 2000 ОРГАНИЗАЦИЙ ГОРОДА.  
ЗАКАНЧИВАЕТСЯ РАБОТА  
НАД ВЫПУСКОМ НА 2011 ГОД**

Размещение строчной информации - бесплатно.  
Стоимость рекламного модуля - от 1500 руб.

**916-400** ВАША ВЫГОДА НА НАШИХ СТРАНИЦАХ!

**Гарантия** **КВАРТИРЫ**  
**в новостройках!**

от **30000** руб./кв.м.

р-н ТЦ "Автобус"  
пр. 50 лет Октября  
р-н Образцовской пл.

Предусмотрены различные **ФОРМЫ ОПЛАТЫ**, в том числе:

- материнский капитал
- военные сертификаты
- субсидии ветеранов ВОВ и приравненных к ним

1-комнатная - 35-37 кв.м., 2-комнатная - 50-76 кв.м., 3-комнатная - 64-84 кв.м.

Телефоны отдела продаж: **98-57-84, 91-10-85**

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:**

- литейщиков пластмасс
- операторов ППУ
- слесарей - электриков
- маляров (окраска пластмассы пульверизатором)
- слесарей-электриков
- слесарей-ремонтников
- вязальщиц трикотажных изделий, полотна
- кройщиков
- слесарей КИПиА
- электромонтеров
- электросварщиков
- штамповщиков
- трактористов

Саратовское шоссе, 4  
т. 92-74-81

Дальневосточная, 38  
(отдел кадров, каб. № 4)  
т. 37-35-58

## Как избавиться от растяжек

Природа с большим вдохновением поработала, создавая женщину, но все-таки несколько "ляпов" допустила. В плане внешности, конечно, претензий нет. Проблема в том, что идеальные черты и формы могут быть подпорчены заложеной изначально предрасположенностью к появлению целлюлита, гормональными колебаниями и рядом иных факторов.

Естественно, матушка-природа в первую очередь заботилась о продолжении рода, поэтому задачу по устранению "побочных эффектов" оставила косметологам.

Одним из врагов женской красоты являются растяжки, или на языке медицинской терминологии – стрии. Появление этих уродливых полосок на самых эротичных местах (животе, бедрах, груди) способно повергнуть в уныние любую представительницу прекрасной половины человечества.

Как появляются растяжки? Ответ на этот вопрос кроется в самом названии проблемы – под влиянием тех или иных причин кожный покров растягивается, и возникают механические повреждения участков кожи. В месте разрыва тканей организм моментально направляет "скорую помощь" – соединительные волокна. К сожалению, эта ткань не отличается эстетичностью – ее задача быстро "заштопать" поврежденный участок. Собственно, в этом плане соединительная ткань мало чем отличается от настоящей неотложки. Там тоже основная задача – спасти пациента любыми способами, чтобы он дотянул до реанимации.

Поскольку соединительная ткань должна формироваться очень быстро, она насыщена кровеносными капиллярами, поэтому первое время растяжки представляют на Ваше обозрение в розовом цвете (а иногда доходят до фиолетовых оттенков). Сделав дело, соединительная ткань более не нуждается в активном питании, и капилляры отмирают – растяжки становятся белыми. Их не берет даже загар. Наоборот, в этом случае стрии становятся еще заметнее. Дело в том, что в соединительной ткани напрочь отсутству-

ет меланин, который обеспечивает пигментацию кожи под воздействием ультрафиолетовых лучей. Чаще всего с этой проблемой женщина сталкивается при беременности. Объем тела увеличивается достаточно быстро и кожа просто не успевает приспособиться к новым параметрам. Не застрахованы от появления растяжек и худышки. Тут наблюдается несколько иной процесс. Если Вы очень быстро теряете в весе, то обычно этот процесс сопровождается ухудшением кровоснабжения кожного покрова.



В итоге, ухудшаются и все остальные процессы в соединительной части кожи – ее питание, выработка коллагена и эластина, а это, в свою очередь, ведет к снижению эластичности. Причем до такой степени, что в местах складок кожа просто переламывается, как фанерка. Дальнейший процесс Вам уже известен – организм начинает активно заделывать место "разлома".

Кстати, скорость, с которой можно без ущерба для кожи терять вес, уже высчитана – чтобы избежать растяжек, необходимо избавляться не более чем от 2 процентов веса в месяц. Это значит, что при весе 75 кг. лимит ежемесячного похудения должен ограничиваться полутора килограммами.

Лучший метод избавления от растяжек – не допустить их появления. Профилактика в этом случае предполагает активизацию выработки волокон эластина и коллагена, отвечающих за эластичность кожи. Сегодня известные косметические компании активно работают в этом направлении, предлагая различные профилактические средства по предупреждению стрий. При незначительных и свежих растяжках очень эффективными являются водорослевые обертывания, с использованием препаратов выше-названной торговой марки. Этот метод позволяет не только удалить стрии, но и оздоровить кожный покров – вернуть ему здоровый цвет, подтянуть, вывести токсины.

Если же растяжки заметно выражены и уже давно присутствуют на теле, то для их устранения потребуются более радикальные методы. В частности, химический пилинг и лазерная шлифовка кожи.

И, наконец, "железный" вариант избавления от стрий – хирургический. Данная процедура на медицинском языке называется абдоминопластика. Тут, в общем-то, все предельно просто – хирург скальпелем вырезает растяжки. Но операция чревата осложнениями – это все-таки уже не косметология, а медицина чистой воды. В зависимости от особенностей конкретного организма возможны абсцессы и шрамы.

**НИКОЛЬ** СПА

САМЫЕ КРАСОТЫ

- консультации врача - дерматокосметолога
- парикмахер, стрижка "горячими ножницами"
- наращивание волос, страз, прядей
- солярий, авто-загар
- SPA-капсула, антицеллюлитная программа коррекция веса и фигуры, массаж горячими камнями
- аппаратная косметология
- маникюр, наращивание ногтей, педикюр

**СПЕЦПРЕДЛОЖЕНИЕ**

ул. Кирова, 46

ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ тел.91-00-31, 8-927-614-00-31

**Территория Красоты**

- ♦ Стрижки женские, мужские, детские
- ♦ Окрашивание Wella, L'Oreal
- ♦ Молекулярное глянцевание волос от L'Oreal
- ♦ Прически вечерние, свадебные
- ♦ Макияж
- ♦ Наращивание ресниц
- ♦ Маникюр, педикюр
- ♦ Наращивание ногтей
- ♦ Покрытие натуральных ногтей биогелем
- ♦ Наращивание волос

**Акция! Весь октябрь Вы набираете бонусы – мы Вам дарим скидки! 1 бонус = скидка 7%**

**г. Сызрань, ул. Бабушкина, 9**  
(остановка "Выставочный зал")  
**(8464) 98-32-29, 8-927-712-67-08**

Требуется парикмахер универсал

## Выбор аромата

Иногда изменение запаха духов становится неприятным из-за pH кожи, но такое явление очень редко. Естественная кислотность обычно принимается во внимание при составлении композиции и находится в оптимальных границах, позволяющих духам нормально развиваться.



Есть еще одна проблема, связанная с химическим составом кожи. Это аллергия. Некоторые женщины говорили, что у них аллергия на определенные духи: только ими надуются, начинает болеть голова. Но, с точки зрения медицины, это не аллергия. Скорее всего, причины такой реакции большей частью психологические: они не принимают духи, надувшись, плохо себя чувствуют. Такие духи не следует держать в доме.

Выбирая духи, не слушайте никого, кроме самой себя. Вдыхая аромат, представьте себя в его

окружении, одените его на себя, словно невидимое платье, и присмотритесь – идет ли?

Лучше всего выбирать запах во второй половине дня: на это время приходится пик "формы" Вашего носа.

Духи следует нюхать в свободном летучем состоянии и никогда – в концентрированном. Выбирая духи, нюхайте не их, а себя в них – вступая во взаимодействие с кожей, запах меняется.

Чтобы оценить духи, нужно создать особые условия, их всего четыре: спокойная обстановка, никаких запахов в окружающей атмосфере, расслабленная психика, достаточное количество времени. В суете покупательской горячки, в напоенном ароматами воздухе парфюмерного магазина ни одно из этих требований выполнено быть не может.

Прежде чем принять окончательное решение, подождите хотя бы час, чтобы запах полностью проявил себя. Нанесите несколько капель на подписанную полоску тестерной бумаги, помашите ее и принюхайтесь. Положите бумагу и спустя некоторое время понюхайте снова. Через несколько часов повторите пробу. Все три раза аромат духов не должен вызывать у Вас никаких сомнений. Не кладите больше одного листочка в конверт или в сумку, иначе получите целый коктейль запахов.

К тому же помните, Вы хотели оценить стойкость духов. Будьте осторожны при определении стойкости! Как Вам известно, нос человека быстро устает. Когда у Вас создается впечатление, что аромат слишком скоро выветривается,

это может быть связано с усталостью. Поэтому вдыхайте запах быстро и давайте Вашему носу немного отдохнуть.

Вдыхайте запах на некотором расстоянии, не опуская нос слишком близко: важен след от запаха.

Никогда не делайте больше двух-трех проб за один раз! Нос не может за короткий промежуток времени освоить даже несколько запахов. А о духах нельзя судить по первому впечатлению. Не переходите от одного запаха к другому, вновь возвращаясь к первому, так как Вы смешаете свои ощущения.

Из трех предложенных запахов вначале пробуйте более легкий, затем более насыщенный, а напоследок самый терпкий или самый "тяжелый" аромат.

Убедитесь в том, что Вы знаете, к чему привыкаетесь! Если Вы пробуете разные духи одновременно, пометьте, какие духи на какой участок кожи Вы нанесли. Тогда потом Вы сможете избежать недоразумений.

До того, как нанести капельку духов на кожу, убедитесь в том, что это место ничем другим не пахнет – ни Вашими духами, ни мылом, ни кремом.

Аромат обычно наносится на тыльную сторону руки, запястья или локтевой сгиб. Ошибкой было бы инстинктивным жестом потереть то место, над которым распылены духи (особенно, если кожа влажная), это "ударяет" по духам, чьи многочисленные компоненты оркестрованы таким образом, чтобы испаряться гармонично в строгой последовательности.

## Как избавиться от двойного подбородка?

Двойной подбородок появляется, потому что увеличивается слой подкожного жира на шее, лучший способ избавиться от такого рода двойного подбородка – снижение калорий, то есть, чтобы похудеть в целом нужно есть меньше калорийной пищи.

Двойной подбородок также появляется из-за возраста. Да, это неизбежно, и грозит всем нам. Когда мы становимся старше, кожа вокруг нашей шеи и подбородка теряет упругость и начинает провисать.

От двойного подбородка, возникшего из-за возрастных изменений, избавиться сложнее.

Но не все потеряно, потому что есть два варианта:

### Хирургический

Двойной подбородок убирается хирургическим путем. В целом, процедура довольно проста и безопасна. Основным недостатком хирургического метода является то, что, как правило, эффект длится не более 4-5 лет, а сама операция довольно дорогостоящая.

Однако гораздо дешевле, здоровее и долговечнее результат, который получен от собственных занятий по укреплению мышц подбородка.

### Естественный

Чтобы остановить возрастную волну роста нужно питаться натуральными продуктами, которые содержат антиоксиданты, витамин А, С и Е.

Для того чтобы Вас никогда не беспокоила проблема двойного подбородка нужно ежедневно проводить ряд простых гимнастических упражнений.

Запрокиньте голову назад за плечи, открыв при этом рот, затем медленно подтягивайте нижнюю челюсть. Повторите упражнение 5-6 раз.

Похлопайте пальцами по подбородку и шее. Выполняйте это упражнение как минимум 3 раза в день по 3-4 минуты.

Встаньте прямо, поднимите голову и расправьте плечи. Высуньте язык полностью, напрягите его и досчитайте до 15. Повторите упражнение 6-7 раз. Обратите внимание, что во время данного упражнения Ваш двойной подбородок практически исчезает.

Помимо упражнений Вы должны вести здоровый образ жизни, пить много воды и есть только органическую пищу.

### ТВ ПРОГРАММА

### СРЕДА

20 октября 2010 г.

### ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости  
05:05 Доброе утро  
09:20 Жить здорово!  
11:20 Контрольная закупка  
12:20 Модный приговор  
13:20, 04:30 Детективы  
14:00 Другие новости  
14:20 Понять. Простить  
15:20 Хочу знать  
15:50 Т/с "Обручальное кольцо"  
16:50 Федеральный судья  
18:00 Вечерние новости  
18:20 След  
19:00 Давай поженимся!  
20:00 Пусть говорят  
21:00 Время  
21:30 Голоса  
22:30 Среда обитания.  
"Скрежет зубный"  
23:30 Ночные новости  
23:50 X/ф "Неоконченная пьеса для механического пианино"  
01:50, 03:05 X/ф "Во имя отца"

### РОССИЯ 1

05:00 Утро России  
09:05 Д/ф "Золушка союзного значения. Людмила Сенчина"  
10:00 Ток-шоу "О самом главном"  
11:00, 14:00, 16:00 Вести  
11:30, 14:30, 16:30 Местное время. Вести-Самара  
11:50 Т/с "Маршрут милосердия"  
12:50 Настоящая жизнь  
13:45, 04:45 Вести. Дежурная часть  
14:50 Т/с "Дворик"  
15:25 Кулагин и партнеры  
16:50 Т/с "Слово женщине"  
17:55 Т/с "Ефросинья"  
18:55 Т/с "Институт благородных девиц"  
20:00 Вести  
20:30 Местное время. Вести-Самара  
20:50 Спокойной ночи, малыши!  
21:00 Т/с "Сонька. Продолжение легенды"  
23:50 Вести+  
00:10 X/ф "Клошар"  
02:15 Т/с "Девушка-сплетница-2"  
03:10 X/ф "Обратной дороги нет"

### СТС

Профилактика до 14:00  
14:00 М/с "Питер Пэн и пираты"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Соник Икс"  
15:30, 19:00 Т/с "Папины дочки"  
16:30 Принц Египта  
18:10, 18:30 Т/с "Даешь молодежь!"  
19:30 Т/с "Как я встретил вашу маму"  
20:00, 23:50, 00:00 Т/с "6 кадров"  
20:30 Т/с "Воронины"  
21:00 Т/с "Маргоша"  
22:00 X/ф "Адреналин-2. Высокое напряжение"  
00:30 Инфомания  
01:00 Т/с "Зачарованные"  
05:10 Музыка на СТС

### НТВ

Профилактика  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:15 Сегодня  
10:20 Чистосердечное признание  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Закон и порядок"  
15:30, 18:30 Обзор.  
Чрезвычайное происшествие  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:30 Т/с "Улицы разбитых фонарей"  
21:30 Т/с "Глухарь. Возвращение"  
23:35 Капитал.ру  
00:30 X/ф "Интердевочка"  
03:25 Т/с "Жизнь - поле для охоты"  
05:05 Очная ставка

### ТВЦ

Профилактика  
12:00 X/ф "Викинг" 3-4 с.  
13:45 Ток-шоу "Про жизнь"  
14:30, 17:30, 19:50, 20:30 События  
14:45 Деловая Москва  
15:10, 17:50 Петровка, 38  
15:30 Т/с "Секунда до..."  
16:30 Д/ф "Продать душу дьяволу. Убежище для Шакала"  
18:15 М/ф "Влюбленное облако", "Две сказки"  
18:50 Т/с "Любовница"  
19:55 Прогнозы. "Когда мы научимся уважать старость?"  
21:00 X/ф "Классные игры"  
23:05 Дело принципа. "Трезвая Россия"  
23:55 События. 25-й час  
00:30 X/ф "Двойник"  
02:25 X/ф "Опасные гастроли"  
04:05 X/ф "Пятьдесят на пятьдесят"

**ТВ ПРОГРАММА**

**СРЕДА**

**20 октября 2010 г.**

**REN TV**

16:00, 19:00 Экстренный вызов  
16:30, 19:30, 23:30 Новости 24  
17:00, 00:00 X/ф "Воронье"  
20:00 Т/с "Мины в фарватере"  
22:00, 03:30 Вторжение на Землю  
23:00 Дураки, дороги, деньги  
01:50 Т/с "Терминатор: Битва за будущее"  
02:40 Покер-Дуэль  
04:30 Неизвестная планета.  
"Шаманы и шаманизм"  
05:20 Ночной музыкальный канал

**ТВЗ**

06:00 М/с "Пинки, Эльмара и Брейн"  
06:30 М/с "Том и Джерри. Детские годы"  
07:00 Д/ф "Искривление времени"  
07:30, 16:00 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современный чудеса"  
09:00, 15:00 Разрушители мифов  
10:00, 18:00 Т/с "Ангар 13"  
11:00, 19:00 Т/с "Касл"  
12:00, 20:00 Т/с "Дежурный ангел"  
13:00 Д/ф "Святые. Премия Сталина для Архиепископа Луки"  
14:00 Д/ф "Загадки истории: Побег Фюрера"  
16:30 Д/ф "Единственный выход"  
17:00 Д/ф "Предупреждение Ванги"  
21:00 Д/ф "Реальность или фантастика? НЛО"  
22:00 Х/ф "Торнадо"  
00:00 Д/ф "Охотники на монстров"  
01:00 Т/с "За гранью возможного"  
02:00 Х/ф "Ковчег монстра"  
04:00 Т/с "Ангел"  
05:00 Т/с "Зена - королева воинов"

**Муз ТВ**

05:00, 06:05, 11:00, 02:00 Муз-ТВ хит  
06:00, 07:00, 07:55, 11:10, 15:00, 18:50, 22:00, 00:30 PRO-новости  
06:30, 07:05 Муз-заряд: музыка, звезды, мульты  
08:00 ПРОФИЛАКТИКА  
11:15, 16:30 Тур без купюр: Копенгаген  
11:45 TopHit чарт  
12:45, 17:25 Испытание верности  
13:15 Топ модель по-американски  
15:30, 23:30 Звезды зажигают  
17:00, 19:20 SEX-Битва  
17:55 Мама, я жежнюсь!  
19:45 Топ модель по-американски  
21:30 Герои экрана. Жанна Фриске  
22:30 Игра Крокодил. Новый сезон  
01:00 Муз-ТВ Чарт

**РОССИЯ 2**

10:00, 13:45, 18:35, 21:00, 00:45, 03:10, 07:30 Новости  
10:20, 18:50, 21:15, 01:05, 07:50 Связь времен  
10:25, 13:30 Формула гармонии  
10:40, 21:25, 07:55 Байки старого болейщика  
10:45 Легкая атлетика. Чемпионат мира по полумарафону в Китае. Женщины. Мужчины  
12:25, 17:45, 22:25 Превью тура Росгосстрах Чемпионата России по футболу  
12:30, 03:30 С детства - в карьере!  
14:00 Плавание. Этап Кубка мира в Японии. Прямая трансляция  
16:00, 22:00 Обзор матчей чемпионата NHL  
16:20 Настольный теннис. ITTF Pro Tour Hungary Open. Мужчины. Полуфиналы  
17:50 Неделя в NBA  
18:55 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира в Голландии. Женщины. Командный финал. Прямая трансляция  
21:20 Программа передач на завтра  
21:30 Гандбол. Обзор матчей Лиги чемпионов  
22:30 Футбол. Лига чемпионов. "Интер" (Италия) - "Тоттенхэм" (Англия). Прямая трансляция  
01:10 Футбол. Лига чемпионов. "Твенте" (Голландия) - "Вердер" (Германия)  
04:30 Мир скорости  
05:00 Хоккей. Чемпионат NHL. "Chicago Blackhawks" - "Vancouver Canucks". Прямая трансляция  
08:00 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира в Голландии. Женщины. Командный финал

**5 КАНАЛ**

06:00 Д/ф "Удивительные животные. Триумф жизни"  
07:00 Д/ф "Кризисы. Предсказание пророка"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:25, 12:30 X/ф "Щит и меч" 1-2 с.  
13:10 X/ф "Даурия"  
15:30 Т/с "Профессия - следователь"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
19:30 Реальный мир  
20:00 Д/ф "Никита Карацула. Следопыт из легенды"  
22:30 X/ф "Метка"  
00:35 Ночь на пятом  
01:05 X/ф "Девушка, которая слишком много знала"  
02:55 X/ф "Серафино"  
04:45 Д/ф "Ритуалы друидов"

**Бросить курить и не поправиться**

Вопреки существующему мнению, статистика утверждает, что далеко не все женщины, бросившие курить, прибавляют в весе. Обычно масса тела увеличивается незначительно, но и это приносит много ограничений.

Если внимательно проследить за тем, как курение влияет на вес, можно заметить: будучи заядлой курильщицей, женщина имеет достаточно стабильный вес на протяжении многих лет.

Дело в том, что все мы склонны с возрастом накапливать килограммы, в среднем – по полкилограмма за три-четыре года. Курение же, по всей вероятности, приостанавливает этот процесс. Курильщицы с многолетним стажем, становясь старше, почти не прибавляют в весе. Получается, что с отказом от курения Вы просто возвращаетесь к тому весу, который бы имели, если б никогда не курили! Интересно, что экс-курильщицы, чей вес был в пределах нормы или чуть ниже, чаще набирают лишние килограммы, чем полные люди.

Попробуем разобраться, почему это происходит. Дело в том, что курение усиливает интенсивность обмена веществ, по крайней мере, на короткое время после выкуренной сигареты. Так как всплеск интенсивности метаболизма длится недолго, курение, "подхлестывая" обмен веществ каждой сигаретой, заставляет организм весь день работать в режиме вынужденных подъемов и спадов. Хотя этот процесс сам по себе достаточно опасен, он приводит к сжиганию лишних калорий.

Многие женщины, особенно те, которые бросают курить в конце менструального цикла или во время месячных, поправляются за неделю на 0,5-1 кг. Такое быстрое прибавление в весе объясняется изменением содержания воды в



организме (ведь никотин обладает мочегонным действием). Но даже если в первую неделю без сигареты Вы стали полнеть, это еще не значит, что так будет всегда.

Если Вы абсолютно уверены, что поправляться Вам ни к чему, то вместо того, чтобы продолжать курить, воспользуйтесь рекомендациями, которые предлагают специалисты.

Прежде всего, ограничьте потребление жиров.

Расставшись с сигаретой, женщины, как правило, начинают усиленно налегать на жирную и сладкую пищу. Но ведь потребление высококалорийной пищи можно и нужно контролировать, тогда как закономерное изменение интенсивности обмена веществ после отказа от курения предотвратит невозможное.

Стоит пересмотреть и свой образ жизни. Причем, ради того, чтобы уйти от лишних килограммов, Вам не придется особо ограничивать себя в еде или изнурять непосильными физическими нагрузками. Поскольку Ваш организм

клуб, заниматься аэробикой или крутить педали велотренажера. Конечно, если Вам нравятся эти занятия, они пойдут на пользу. Но лучше не закидываться на увеличении времени тренировок и занятий аэробикой, а сосредоточить свои усилия на сокращении малопродуктивных "диванно-кресельных" занятий. Главное – будьте активными на протяжении всего дня, двигайтесь побольше. Если Вам нравится традиционная зарядка – занимайтесь ею.

И так, сначала устраните основную опасность, угрожающую Вашему здоровью, – бросьте курить! А затем уже боритесь с лишними килограммами сколько душе угодно. Не стоит хвататься за все сразу – начать занятия физкультурой, "перекраивать" свой рацион и одновременно с этим пытаться бросить курить. В этом случае шансы на успех вашей борьбы с никотиновой зависимостью минимальны.

Если Вы все еще не уверены, что нужно бросить курить, то познакомьтесь с составом сигаретного дыма. "Твердая" составляющая – примерно 10 процентов дыма. В нее входят различные смолы, а также никотин.

От 30 до 60 компонентов табачного дыма являются доказанными опасными канцергенами (веществами, вызывающие злокачественные опухоли).

И эти люди выбирают в кафе дитетическую колу и боятся генно-модифицированной сои...

Самарское региональное общественное учреждение  
**"ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ"**  
Лиц. №63-01-000944 от 27.12.2007

**НАРКОЛОГ** ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА И НАРКОМАНИИ, КОДИРОВАНИЕ

**АНОНИМНО • КАЧЕСТВЕННО • ПРОФЕССИОНАЛЬНО**

**ВЫЕЗД НА ДОМ** т. 8-937-234-51-18

**КАБАЧЕНКО Валерий Витальевич** врач 1-ой категории

**УЗИ в акушерстве и гинекологии**

**а также: УЗИ органов брюшной полости, почек, молочных и щитовидных желёз**

**Аборт под контролем УЗИ**  
Искусственное прерывание беременности может привести к наступлению вредных последствий для здоровья женщины

**ВЫЕЗД НА ДОМ** **8-927-779-76-08**

медицинский центр **"НАРТОКС"**

**АЛКОГОЛИЗМ НАРКОМАНИИ КУРЕНИЕ**

**АНОНИМНО, КРУГЛОСУТОЧНО**

**тел. 91-11-51**

**ООО Оздоровительно-восстановительный центр**

**"АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ"**

ПРИЕМ ВЕДУТ СПЕЦИАЛИСТЫ:

- гинеколог
- пульмонолог
- иглорефлексотерапевт
- психолог
- уролог
- детский невролог
- гастроэнтеролог

**на все виды диагностик и**

**СКИДКА ДО 50%**

ул. К. Федина, 28-а, оф. 22, т. 8(8464) 91-60-69, 8-917-966-89-98

**Умственно усталые**

Быть бездельником нынче невыгодно: трудовой героизм щедро оплачивается. XXI век – время трудоголиков и карьеристов. Быть амбициозным – актуально, делать карьеру – престижно, быть интеллектуалом – модно. И мы работаем по 24 часа в сутки, 7 дней в неделю – благо, технические достижения позволяют быть все время на связи и заходить в электронные офисы из любого места планеты. Технические возможности развиваются все быстрее.

"синдрома менеджера" или заработать "трудо-вой невроз". Призадумайтесь: легко ли Вы переключаетесь с производственно-служебных переживаний на личные? Как давно вместе с семьей отдыхали? Не наблюдается ли у Вас признаки надвигающейся тотальной усталости:

- тревожность
- раздражительность
- одышка
- головная боль

**А бессонница Вам уже знакома?**

Она может быть разной – когда засыпаешь с трудом и когда, легко уснув, просыпаешься ночью или когда ни свет ни заря у Вас "ни в одном глазу", а когда надо вставать, тянет к подушке. А может быть Вам знакомо состояние, когда голова делается ватной, откуда ни возьмись, возникает усталость и уже больше ничего не хочется? Медики называют такое состояние "серым состоянием". Если Вы испытываете нечто подобное, впору кричать SOS.

Работа бывает разной, и от умственной нагрузки можно устать не меньше, чем от физической. Исследования показали, что даже у 20-летних монотонная работа, не требующая умственного напряжения, приводит к уменьшению мозгового потенциала в 5 раз. Усталый человек ничего не хочет, он подавлен, биохимические процессы нарушены, нервная система истощена. "Замотались" – объясняем мы свое состояние и даже считаем его достаточно нормальным, мол, сегодня жизнь такая. А отдыхать предпочитаем по-своему, по полной.

"Утомленные" пьют кофе, тонизирующие напитки, много курят, но это только усугубляет состояние.

Небезызвестен и ритуальный отдых с алкоголем в пятницу-субботу, после которого человек может сутки спать, а потом "снова в бой, покоя нам только снится".

После подобного "отдыха", как констатируют ученые, происходит превышение компенсаторных (восстановительных) возможностей и наступает устойчивое перенапряжение, которое можно снять только специальными препаратами, причем принимать их необходимо в течение не менее месяца. Многие успокаивают себя, что отдохнут в отпуске, но это иллюзия, что за 2-3 недели все придет в норму. Ведь дело даже не в том, чтобы не напрягаться (это в нашей жизни действительно невозможно, а чтобы уметь расслабляться и восстанавливаться).

Специалисты говорят, что если мозг сильно перенапрягается более трех раз подряд, то никакие гипнологи и психологи не помогут.

**Что можете сделать Вы**

Организируйте правильно своё время. Вставайте раньше, и Вам не придётся начинать день в спешке и с чувством усталости.

Будьте физически активны. Старайтесь хотя бы по 30 минут в день уделять физическим упражнениям. Не тренируйтесь перед сном, это может нарушить его, и утром Вы почувствуете усталость.

Употребляйте как можно меньше кофеина и спиртного. Алкоголь действует как депрессант, он приносит только утомление, не прибавив сил. Кофеин даст временный быстрый подъем активности с последующей резкой усталостью.

Выберите подходящий режим питания: некоторые люди работают лучше после лёгкого перекуса, в то время как другие могут работать, только плотно поев. Избегайте жирной пищи, поскольку жиры перерабатываются медленнее, чем углеводы, и это может снизить Вашу активность.

Найдите способ успокоить себя. Слушайте спокойную музыку, произнесите фразу или молитву, которая даёт Вам чувство спокойствия. Представьте себя на морском побережье, в горах или в любой другой точке мира, где Вам хорошо.



**А что происходит с человеком, с его возможностями?**

Организм человека в таких условиях истощается, а значит, что истощаются и возможности. Экология, неправильное питание... да еще ненормированный рабочий день, в течение которого человек "выкладывается полностью". И вряд ли стоит тешить себя надеждой, что былые заслуги перевесят в глазах начальства Вашу рассеянность, медлительность, вечное утомление и раздражительность... Не можете бежать дальше в том же темпе? Сойди с дистанции!

Специалисты предупреждают: если Вы думаете о своей работе более 10 часов в день, Вы имеете шансы стать жертвой так называемого

**ЦЕНТР ОКОН** ул. Советская, 108  
91-20-80, 8-927-614-20-80

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА** deceuninck KBE TROCAL

**ВХОДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ (пр-во Италия)**  
**ВОРОТА** **РОЛЛСТАВНИ**

Пенсионерам скидки Срок изготовления от 7 рабочих дней

РАССРОЧКА ДО 6 МЕСЯЦЕВ

МОСКИТНАЯ СЕТКА В ПОДАРОК

**ТРИ ОКНА** НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА ГЛЯНЦЕВЫЕ МАТОВЫЕ САТИНОВЫЕ

ЖАЛЮЗИ

ВХОДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

РАССРОЧКА, КРЕДИТ

г. Сызрань, ТЦ "Пассаж", с.218  
т. (8464)98-56-21, 8-927-269-09-84

г. Сызрань, ТЦ "Монгора", 2 корпус, 2 этаж  
8-927-775-48-00

**ОКНА ЮТ**

- ОКНА
- ЖАЛЮЗИ
- ДВЕРИ ВХОДНЫЕ
- ОСТЕКЛЕНИЕ И ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ

официальный диллер ЮНИС Групп

РАССРОЧКА на 6 месяцев

Запись на бесплатный замер по телефонам:  
98-60-06, 8-927-023-35-55

ТЦ "Пассаж", пер. Достоевского, 19, 2 этаж, секция 211

**ДИНА** СКИДКИ

ОКНА ПЛАСТИКОВЫЕ  
АЛЮМИНИЕВЫЕ КОНСТРУКЦИИ  
ЖАЛЮЗИ

ЦУМ "Сызрань", 3 этаж, 310 секция.  
Тел.: 91-08-75, 8-927-614-08-75, 8-908-400-08-75.  
E-mail: dina.hrs@mail.ru

**ТЕРМИНАЛ** отделочные материалы

**ВСЁ ОТЛИЧНОЕ У НАС**

Облицовочная плитка 125р/м<sup>2</sup>  
Обои виниловые 120 руб/рул.

Смирницкой, 29, тел. 902-333  
50 лет Октября. 92, тел. 916-300

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА  
МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИИ  
ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ  
БАЛКОНЫ, ЛОДЖИИ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

Афина ЮНИС Групп КВЕ

УЛ. СТ. РАЗИНА, 46/48  
91-62-84, 91-14-20, 8-927-615-51-20

**ДЕКОР-ГРАНИТ**

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПАМЯТНИКОВ из мрамора и гранита любой сложности

**ОБЛИЦОВКА МОГИЛ ПЛИТКОЙ**

РАССРОЧКА ДО 3-Х МЕСЯЦЕВ СКИДКА 5%

ул. Интернациональная, 21  
т. (8464) 99-48-48, 8-927-614-15-44  
8-927-210-97-54

**АВАНГАРД** спецодежда

ОПТОВЫЕ ПОСТАВКИ ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ И ОРГАНИЗАЦИЙ

Представительство официального дилера ООО "ТоргСервис-ОПТ" (Тольятти) в г. Сызрань

ул. Урицкого, 2  
тел. 91-06-78, факс 33-22-54

УМНЫЕ ОКНА С КЛИМАТ КОНТРОЛЕМ ИЗ ПЕРВЫХ РУК

**EXPROF** Система внутренней самовентиляции

- нормализует влажность воздуха и препятствует выпадению осадков
- не зависит от створок и не связана с фурнитурой
- работает бесшумно, не создает сквозняков

сделает погоду в Вашем доме!

ул. Локомотивная, 47  
т.: 91-33-41, 8-962-612-55-03

Приглашаем к сотрудничеству дилеров (на выгодных условиях)

ООО "Тантал-ЛТД"

База: ул. Котовского, 12, г. Сызрань  
Работаем без выходных! пн-пт 8-17 ч. (обед 12-13 ч.), сб-вс 9-15  
тел.: (8464) 98-21-10; 98-14-42; 98-14-43

- МЕТАЛЛОПРОКАТ
- СВАРОЧНЫЕ ЭЛЕКТРОДЫ, СВАРОЧНАЯ ПРОВОЛОКА СВО8Г2С, СВАРОЧНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ
- МЕТИЗЫ и КРЕПЕЖ
- КАНАТЫ СТАЛЬНЫЕ ГОСТ 2688-80
- КРУГИ ОТРЕЗНЫЕ, ЗАЧИСТНЫЕ, ШЛИФОВАЛЬНЫЕ
- КРОВЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: МЯГКАЯ КРОВЛЯ, ондулин, МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА, УТЕПЛИТЕЛИ
- ИНЖЕНЕРНЫЕ СИСТЕМЫ: ТРУБЫ КАНАЛИЗАЦИОННЫЕ, РАДИАТОРЫ ОТОПЛЕНИЯ, ТРУБОПРОВОДНАЯ АРМАТУРА, ЛЮКИ КАНАЛИЗАЦИОННЫЕ и ЛИВНЕВЫЕ
- ФЛАНЦЫ, ОТВОДЫ, ПЕРЕХОДЫ
- ПОЛИПРОПИЛЕН И ФИТИНГИ Pilsa, Tebo
- МЕТАЛЛОПЛАСТИК
- СТРОИТЕЛЬНЫЕ СЕТКИ, ГВОЗДИ
- КРАСКИ
- ЭЛЕКТРОИНСТРУМЕНТ
- СВЕРЛА, БУРЫ, КОРОНКИ

Новое предложение

ВЕДРО ОЦИНКОВАННОЕ от 115 руб./шт.  
БЛОКИ КЕРАМИЧЕСКИЕ от 30 руб./шт.  
БЛОКИ ПЕРЕГОРОДОЧНЫЕ от 22 руб./шт.  
ПОЛИКАРБОНАТ от 150 руб./м.кв.  
ТЕПЛИЦЫ от 12300 руб./шт., 4 п/м

ВСЕГДА ВЫГОДНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО КАЧЕСТВУ И ЦЕНЕ!

www.oknasok.ru

**ОКНА СОК**

скидки всем 45%

**РАССРОЧКА ДО 10 МЕСЯЦЕВ**

г. Сызрань, ул. Интернациональная, 30  
т.: (8464) 94-02-00, 33-24-87, 8-927-787-52-54

ул. Жуковского, 47, т.: 98-89-52, 98-88-67

ул. Декабристов 25, т.: 33-18-09, 33-18-52

Ульяновское ш., 17, т. (8464) 37-24-24

**ТВ ПРОГРАММА ЧЕТВЕРГ**  
21 октября 2010 г.  
**ПЕРВЫЙ**

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости  
05:05 Доброе утро  
09:20 Жить здорово!  
11:20 Контрольная закупка  
12:20 Модный приговор  
13:20 Детективы  
14:00 Другие новости  
14:20 Понять. Простить  
15:20 Хочу знать  
15:50 Т/с "Обручальное кольцо"  
16:50 Федеральный судья  
18:00 Вечерние новости  
18:20 След  
19:00 Давай поженимся!  
20:00 Пусть говорят  
21:00 Время  
21:30 Банды  
22:30 Человек и закон  
23:30 Ночные новости  
23:50 Судите сами  
00:50 Х/ф "Вторжение"  
02:50, 03:05 Х/ф "Месть женщины средних лет"

**РОССИЯ 1**

05:00 Утро России  
09:05 Д/ф "Роковой круиз". Тайна катастрофы на Волге  
10:00 Ток-шоу "О самом главном"  
11:00, 14:00, 16:00 Вести  
11:30, 14:30, 16:30 Местное время. Вести-самара  
11:50 Т/с "Маршрут милосердия"  
12:50 Настоящая жизнь  
13:45, 04:45 Вести. Дежурная часть  
14:50 Т/с "Дворик"  
15:25 Кулагин и партнеры  
16:50 Т/с "Слово женщине"  
17:55 Т/с "Ефросинья"  
18:55 Т/с "Институт благородных девиц"  
20:00 Вести  
20:30 Местное время. Вести-самара  
20:50 Спокойной ночи, малыши!  
21:00 Т/с "Сонька. Продолжение легенды"  
22:50 Поединок  
23:50 Вести+  
00:10 Х/ф "Свой среди чужих, чужой среди своих"  
02:15 Т/с "Девушка-сплетница-2"  
03:10 Х/ф "Обратной дороги нет"

**СТС**

06:00 М/с "Трансформеры. Энергон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Приключения Вуди и его друзей"  
07:30, 13:00, 15:30, 17:30, 19:00 Т/с "Папины дочки"  
08:30, 12:30, 20:30 Т/с "Воронины"  
09:00, 09:30, 12:00, 20:00, 23:50, 00:00 Т/с "6 кадров"  
10:00, 21:00 Т/с "Маргоша"  
11:00, 16:30 Галилео  
13:30 М/с "Росомаха и люди Икс"  
14:00 М/с "Питер Пэн и пираты"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Соник Икс"  
18:30 Т/с "Даешь молодежи!"  
19:30 Т/с "Как я встретил вашу маму"  
22:00 Х/ф "Между небом и землей"  
00:30 Информания  
01:00 Т/с "Зачарованные"  
05:10 Музыка на СТС

**НТВ**

05:55 НТВ утром  
08:30 Дачный ответ  
09:30, 15:30, 18:30 Обзор.  
Чрезвычайное происшествие  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня  
10:20 Особо опасен  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Закон и порядок"  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:40 Т/с "Улицы разбитых фонарей"  
20:45 Футбол. Лига Европы. "Зенит" (Россия) - "Хайдук" (Хорватия). Прямая трансляция  
22:55 Футбол. Лига Европы. "Палермо" (Италия) - ЦСКА (Россия). Прямая трансляция  
01:05 Лига Европы. Обзор  
01:35 Х/ф "Львиная доля"  
03:45 Х/ф "Бухта смерти"

**ТВЦ**

06:00 Настроение  
08:25 Д/ф "Я шагаю по Москве"  
09:05 Х/ф "Я шагаю по Москве"  
10:40 Ток-шоу "Врачи"  
11:30, 14:30, 17:30, 19:50, 20:30 События  
11:45 Х/ф "Пороки и их поклонники" 1-2 с.  
13:45 Ток-шоу "Про жизнь"  
14:45 Деловая Москва  
15:10, 17:50 Петровка, 38  
15:30 Х/ф "Доченька моя" 1 с.  
16:30 Д/ф "Продать душу дьяволу. Триумф воли"  
18:15 М/ф "Сказка о рыбаке и рыбке"  
18:50 Т/с "Любовница"  
19:55 Прогнозы. "Жертвы лохотронов"  
21:00 Х/ф "Люблю тебя до смерти"  
22:50 Д/ф "Никита Михалков. Территория любви"  
23:40 События. 25-й час  
00:15 Х/ф "Блудный конь"  
02:15 Х/ф "Классные игры"  
04:25 Х/ф "Млечный путь"

ТВ ПРОГРАММА

ЧЕТВЕРГ

21 октября 2010 г.

REN TV

06:00 Неизвестная планета.  
"Завещание древних майя"  
07:30, 13:00 Звонкий ужин  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:30 Новости 24  
10:00 Честно. "Выжившие в плену"  
12:00, 16:00, 19:00 Экстренный вызов  
14:00 Не ври мне!  
15:00 Давайте разберемся!  
17:00 Х/ф "Крутящий момент"  
20:00 Т/с "Мины в фарватере"  
22:00, 03:45 В поисках Шамбалы  
23:00 Дураки, дороги, деньги  
00:00 Х/ф "88 минут"  
02:05 Т/с "Терминатор: Битва за будущее"  
02:55 Покер-Дуэль  
04:45 Неизвестная планета. "Трансгималаи"  
05:50 Ночной музыкальный канал

ТВЗ

06:00 М/с "Пинки, Эльмара и Брейн"  
06:30 М/с "Том и Джерри. Детские годы"  
07:00 Д/ф "Единственный выход"  
07:30, 16:00 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современный чудеса"  
09:00, 15:00 Разрушители мифов  
10:00, 18:00 Т/с "Ангар 13"  
11:00, 19:00 Т/с "Касл"  
12:00, 20:00 Т/с "Дежурный ангел"  
13:00 Д/ф "Предупреждение Ванги"  
14:00 Д/ф "Реальность или фантастика? НЛО"  
16:30 Д/ф "Подопытный кролик"  
17:00 Д/ф "Фактор риска. Психология"  
21:00 Д/ф "Апокалипсис. Вирусы"  
22:00 Х/ф "Смертельная вода"  
00:00 Д/ф "Охотники на монстров"  
01:00 Т/с "За гранью возможного"  
02:00 Х/ф "Все, чего она так желала"  
04:00 Т/с "Ангел"  
05:00 Т/с "Зена - королева воинов"

Муз ТВ

05:00, 06:05, 02:00 Муз-ТВ хит  
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:50, 15:00,  
18:50, 22:00, 00:30 PRO-новости  
06:30, 07:05, 08:05 Муз-заряд:  
музыка, звезды, мульты  
08:30, 09:05 Наше  
09:50 Мультфильмы  
10:15, 16:30 Тур без купюр: Копенгаген  
11:15 Муз-ТВ Чарт  
12:15 10 самых звездных дизайнеров  
12:45, 17:25 Испытание верности  
13:15, 19:45 Топ модель по-американски  
15:30, 23:30 Звезды зажигают  
17:00, 19:20 SEX-Битва  
17:55 Укрощение строптивых  
21:30 Планета Шоу-биз. Звездные страхи  
22:30 Игра Крокодил. Новый сезон  
01:00 Европа Плюс Чарт

РОССИЯ 2

10:00, 13:45, 18:35, 01:00, 06:00 Новости  
10:20, 06:20 Связь времен  
10:25, 13:30 Формула гармонии  
10:40, 06:25 Байки старого болельщика  
10:45, 13:25, 18:00 Превью тура Росгосстрах  
Чемпионата России по футболу  
10:50 Хоккей. Чемпионат NHL.  
"Chicago Blackhawks" - "Vancouver Canucks"  
12:45 Гандбол. Обзор матчей Лиги чемпионов  
14:00 Плавание. Этап Кубка мира в Японии.  
Прямая трансляция  
16:00 Обзор матчей чемпионата NHL  
16:30 Настольный теннис. ITTF Pro Tour Hungary  
Орен. Женщины. Мужчины. Финалы  
18:05, 05:30 Мир скорости  
18:50 Программа передач на завтра  
18:55 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира  
в Голландии. Мужчины. Командный финал.  
Прямая трансляция  
22:00 Вызов Дениса Панкратова  
23:00 Футбол. Лига Европы. "Манчестер Сити" (Ан-  
глия) - "Лех" (Польша). Прямая трансляция  
01:20 Футбол. Лига Европы. "Зенит" (Россия) -  
"Хайдук" (Хорватия)  
03:00 Хоккей. Чемпионат NHL. "Toronto Maple Leafs"  
- "New York Rangers". Прямая трансляция  
06:30 Шесть на шесть  
07:00 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира  
в Голландии. Мужчины. Командный финал

5 КАНАЛ

06:00 Д/ф "Звери-гиганты"  
07:00 Д/ф "Генерал Дуглас. Прерванный полет"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:30 Х/ф "Красная стрела"  
11:20 Д/с "Подводная одиссея команды Кусто"  
12:30, 19:30 Реальный мир  
13:00 Х/ф "Тайна записной книжки"  
14:35 Д/с "Самые загадочные места мира"  
15:40 Т/с "Профессия - следователь"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
20:00 Д/ф "Гений русского дзюдо.  
Спорт и разведка"  
22:30 Х/ф "Светлое будущее 3"  
00:55 Ночь на пятом  
01:25 Х/ф "Метка"  
03:30 Д/ф "Загадка гибели народа Чапалой"  
04:30 Д/ф "Эко-технологии. Энергия волн"

Жидкие обои

При выборе того или иного вида обоев для отделки помещения, особого внимание заслуживают жидкие обои. Этот новый вид отделочных материалов сравнительно недавно появился на нашем рынке, но уже прочно занимает лидирующие позиции среди всего большого списка отделочных материалов для стен. Жидкие обои представляют собой смесь натуральных волокон хлопка и целлюлозы, клеевого состава и качественного красителя, упакованных в пакет. Содержимое пакета размешивается в воде и уже готово к применению. Продаются также уже готовые к применению смеси в жидком виде.

Жидкие обои используют для отделки как жилых, так и офисных и подсобных помещений. Если их использовать на кухне или в ванной комнате, то лучше, для увеличения практичности, поверхность после высыхания покрыть лаком.

Довольно разнообразна и цветовая гамма жидких обоев: от зимних белоснежных, блестящих на солнце, до весенних свежих и летних ярких. Для создания деловой атмосферы в офисе вполне подойдут серые строгие тона, теплоту и уют в доме создадут жидкие обои с элементами обработанного шелка, создающие эффект тканевого покрытия. Для придания торжественности, например в гостиной, подойдут жидкие обои, в которые добавлены золотые или серебряные тонкие нити. Для тех, кто любит авангард – можно создать поверхность с сочетанием разнообразных ярких цветовых пятен.

Практически любой цвет жидким обоям можно придать при помощи специальных добавок. С их помощью можно получить более тысячи разнообразных цветовых оттенков.

Небольшим недостатком виниловых обоев является то, что наносить их надо на идеально ровные стены без трещин и царапин. В этом они уступают, например, виниловым или стеклообоям.

Жидкие обои имеют особую микропористую структуру, обеспечивающую нормальный уровень тепло- и звукоизоляции. Они антистатичны, так как в их состав входят натуральные компоненты с нейтральным электрическим зарядом. Они не притягивают пыль, что немаловажно для здоровья людей.

По способу нанесения жидкие обои значительно отличаются от других видов обоев. На стены жидкие обои наносятся валиком, поэтому швы на стенах отсутствуют. После нанесения об-

разутается бесшовная шероховатая поверхность, приятная на ощупь. Именно поэтому многие останавливают свой выбор на жидких обоях.

Такие обои прекрасно скрывают мелкие дефекты и трещины, им не страшны кривые углы и стены. Огромным плюсом жидких обоев является то, что при загрязнении отдельного участка стены его можно обновить. Загрязненный участок очищается и на него наносится новый состав. Но надо учитывать, что если обои наносились несколько лет назад и в помещении курят, то новый покрытый участок будет более светлым. При нанесении на ровную поверхность одной стены, используют обои одного замеса. Оставшийся неиспользованный материал замороженным можно хранить в холодильнике.



Жидкие обои можно также наносить на батареи и трубы, предварительно их заизолировав, чтобы металл не ржавел.

Перед нанесением обоев поверхность стен тщательно очищается от загрязнений, а участки, пораженные грибком, обрабатываются антисептиком и высушиваются. При необходимости, поверхность грунтуется. Сделать это можно с помощью водоземлюсионной краски или белил, но можно купить и фирменную грунтовку. При этом нужно учитывать тот факт, что при нанесении светлых обоев на темную грунтовку, она будет просвечивать. Температура в помещении должна быть не ниже +10 С°. Смесь разводят водой и перемешивают до образования однород-

ной массы, затем наносят при помощи шпателя или распылителем из "пистолета". Время высыхания покрытия устанавливается в зависимости от влажности и температуры помещения, как правило, это около трех суток.

В зависимости от фактурной отделки и от способа нанесения зависит и внешний вид обоев. При фактурной отделке применяется специальный рельефный валик. Довольно оригинальное покрытие получается при использовании пневматического распылителя. Различные лепные украшения, разноцветные панно на стенах и потолках можно получить, если использовать жидкие обои более густой консистенции.

Жидкие обои влагостойки и очень хорошо регулируют влажность в помещении. При нанесении жидких обоев на потолок в ванной комнате, исчезает запотевание стекол и духота. Чтобы избежать размокания обоев, надо беречь их от прямого попадания воды.

Если в обойную смесь добавить текстиль, то обои по внешнему виду станут похожи на тканевую драпировку или тканевые обои. Причем теплоизоляция таких обоев намного лучше, чем обычных жидких обоев. Для улучшения визуального восприятия, в жидкие обои добавляют золотистые, серебристые минеральные блестки или декоративную соломку.

С помощью накатки обоям можно придать рисунок. Для этого комочек обоев прикладывает к стене и валиком, как тесто, раскатывается в разные стороны. Со стены обои снимаются, если намочить их водой, а затем можно снова нанести на стену и с помощью валика раскатать. Снимать обои со стены и снова наносить можно неоднократно, важно только не вымыть клей, входящий в состав обоев.

Если Вам что-то не понравилось, то можно слегка намочить обои водой, снять покрытие со стены, а потом нанести его снова. Так можно поступать 1-3 раза, главное – не смыть водой клеящий состав.

Нанесенные жидкие обои сохнут от 12 часов до 3 суток в зависимости от температуры и влажности в комнате. После полного высыхания можно покрыть обои защитным лаком.

Стены, покрытые жидкими обоями, не требуют особого ухода, их просто надо периодически пылесосить. Небольшие загрязнения, можно вытирать обычным ластиком.

**ООО „Альянс Трейдинг“**

- Индивидуальные проекты домов, бань, беседок и т.д.
- Строительство из оцилиндрованного бревна любого диаметра. Проект в подарок.
- Пиломатериалы любого сечения

ул. Смолина, 5, оф. 33  
т.: 8-927-025-50-59, 8-927-025-28-58

**МОНТАЖ**  
СИСТЕМ ОТОПЛЕНИЯ  
ВОДОСНАБЖЕНИЕ  
КАНАЛИЗАЦИИ

**УСТАНОВКА**  
• ВОДЯНЫХ СЧЕТЧИКОВ  
• КОТЛОВ  
**ТЕПЛЫЕ ПОЛЫ**  
Прокладка трубопроводов в частном секторе

**КАЧЕСТВО и ГАРАНТИЯ**  
т.: 8-927-770-07-94, 8-960-849-29-50  
ЗАКЛЮЧАЕМ ДОГОВОРА С ОРГАНИЗАЦИЯМИ

**РАССРОЧКА до 10 месяцев**

**ZIMA-LETO**  
ТЕХНОЛОГИИ КОМФОРТА

**СУПЕР АКЦИЯ!**  
Окна ПРЕМИУМ КЛАССА по цене ЭКОНОМ!

Пенсионерам и иногородним дополнительные скидки

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**  
пр-во Франция

**ОСТЕКЛЕНИЕ ЛОДЖИЙ и БАЛКОНОВ**

450 руб./кв.м включая монтаж

пр. 50 лет Октября, 54, т.: 96-41-66, 8-927-024-24-14  
ЦУМ "Сызрань", оф. 316, т. 91-32-14, 8-927-614-32-14

**ОКНА** **ДВЕРИ**

www.fbriz.ru

**ДВЕРИ**  
КОМНАТНЫЕ (шпонированные)  
ВХОДНЫЕ (стальные)

**ЕВРООКНА**  
из натурального дерева  
**РАМЫ** на балкон и лоджию  
т. 96-64-00  
ул. 50 лет Октября, 24

**ТЕПЕРЬ В СЫЗРАНИ!!!**

**КОТТЕДЖ**

БЛОКИ стеновые, перемычечные, армированные  
ПЕРЕГОРОДКИ  
СУХИЕ СМЕСИ (клеевые и штукатурные)

ДОМА ИЗ ГАЗОБЕТОНА - ЭТО:  
- экономия до 35% энергозатрат на отопление  
- удешевление строительства до 30%  
- 22 блока заменяют 400 кирпичей

Самарский комбинат ОАО "Коттедж" предлагает изделия из газобетона

АДРЕС ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА:  
г. Сызрань,  
ул. Смолина, 5, оф. 3.1,  
т.: 8 (8464) 33-06-36, 8-927-720-00-29  
E-mail: syzran@cottage-samara.ru  
www.cottage-samara.ru

**МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА**  
**ПРОФНАСТИЛ**  
от производителя  
**98-01-59**  
8-927-655-55-18

**ТЕЛЕФОНЫ РЕДАКЦИИ**  
916-391, 916-392  
8-937-211-63-91

**МИР СУВЕНИРОВ**

- ФОТО НА КРУЖКИ, МАЙКИ
- МАТИРОВАНИЕ СТЕКЛА
- ГРАВИРОВКА
- КОРПОРАТИВНЫЕ ПОДАРКИ
- НАНЕСЕНИЕ ФИРМЕННОЙ СИМВОЛИКИ И ЛОГОТИПОВ НА СПЕЦОДЕЖДУ
- ГРАВИРОВКА НА МЕТАЛЛЕ

ул. Ульяновская, 2а  
бизнес-центр "Ильинский ряд"  
4 этаж, офис 42  
тел.: 8-927-028-80-84  
8-927-022-69-27

## Ковер для Вашего пола

Целостный образ любого жилого помещения складывается из множества элементов и деталей, но существуют и такие уникальные предметы интерьера, при помощи которых можно полностью изменить всю окружающую обстановку и создать уют даже в необжитом пространстве. И в данном случае, речь идет о коврах, разнообразный дизайн которых способен не просто украсить Ваш дом, но и придать ему неповторимый характер.

Согласитесь, довольно сложно представить уютную гостиную, спальную или детскую комнату без ковра на полу, ведь этот предмет интерьера является тепло- и звукоизолятором, предотвращает от порчи напольное покрытие, зрительно объединяет или разграничивает отдельные функциональные зоны, а также дополняет текстильный ансамбль и, конечно же, эффектно украшает обстановку. И если несколько десятилетий назад, в каждом жилище можно было встретить обычный прямоугольный ковер с посредственным цветочным рисунком или малопривлекательным орнаментом, то сегодня современный рынок предлагает ковравую продукцию, дизайн которой просто не знает границ. Ценовой диапазон, разнообразие материалов, форм, фактур, рисунков и расцветок ковров позволяют даже самому капризному и придирчивому покупателю сделать свой выбор и соответствовать своим желаниям и возможностям.

Наиболее популярными в настоящее время считаются ковры, выполненные из натуральных материалов. Ковровые модели из шерсти – это роскошные, теплые, износостойкие и долговечные изделия, по которым приятно не только ходить босиком, но и лежать. Ещё один бесспорный лидер,

конечно же, шёлк. Ковры из шёлка не сохраняют тепло, зато обладают высокой прочностью, отличаются особой изящностью и завораживают своим мягким мерцающим блеском. Также в ковровом производстве с успехом применяют и другие природные материалы, такие как хлопок и лён, а также материалы искусственные (суприм, теркол, полиамид). Синтетические ковры, безусловно, уступают изделиям из натуральных материалов, но, тем не менее, благодаря тому, что они легко чистятся, меньше весят и дешевле стоят, пользуются довольно большим спросом.



Современные ковры изготавливаются в заводских условиях с использованием новых технологий, но наиболее ценными являются изделия ручной работы, которые не теряют своего внешнего вида на протяжении многих десятилетий и приобретаются практически на всю жизнь. Такие ковры, как и ан-

тикварная мебель, находятся вне времени, иными словами, они всегда остаются стильными и модными. Изготовление ворсового ковра ручным способом – это очень тонкая и кропотливая работа. В тканую основу вручную вплетается ворсовая нить и завязывается узелком. Опытная мастерица за день может завязать от семи до десяти тысяч узелков. Качество ковра зависит от количества узелков на квадратный дециметр: чем их больше, тем плотнее и дороже ковер.

Из безворсовых ковров наиболее известны килимы. Такие ковры не имеют технической, то есть, изнаночной стороны, таким образом, покрытие получается двусторонним.

Возможности дизайна ковров в настоящее время воистину безграничны. Хотите приобрести традиционный, выполненный в восточном стиле ковер с орнаментальными рисунками или европейский, стилизованный в духе ампира или рококо? Предоставленный выбор моделей наверняка Вас обрадует. Не переносите ни в каком виде цветы или орнаменты? Изделия с использованием геометрических и абстрактных форм вплоть до образцов кубизма, наверняка заставят Ваше сердце утученно забиться.

Обычно, при выборе ковров учитывается общий стиль помещения. В классический интерьер идеально впишутся ворсовые шерстяные модели, например, иранские, пакистанские или индийские с традиционными орнаментами и расцветками. Также в данном случае очень интересно будет смотреться французские ковры, выполненные по мотивам старинных ковров "обюссон" (раньше такие изделия украшали покои королей).

В минималистический интерьер очень неплохо впишется ковер,

имитирующий циновку. Простая фактура и сдержанные цвета такого покрытия также хорошо соответствуют эстетике многих модернистских стилей. Таким образом, при помощи ковра Вы можете поставить завершающий штрих и связать все элементы интерьера в единое целое.

При помощи определённых размеров и форм ковровых моделей возможно по своему усмотрению планировать пространство в своем жилище. Так, например, большой ковер квадратной или прямоугольной формы с крупным невычурным геометрическим рисунком визуально объединит разные функциональные зоны помещения, зрительно увеличит пространство и в целом сформирует облик комнаты. Небольшой же коврик с мелким рисунком, наоборот, создаст иллюзию, что помещение небольшое. Маленькие коврики подойдут как нельзя лучше для украшения отдельных зон, например, пространства перед кроватью или камином. Также несколько круглых или овальных половичков могут переключиться с рисунком на стене или с цветовой гаммой аксессуаров.

Современный рынок ковров постоянно пополняется свежими, модными и стильными моделями, которые поражают своей необычностью и экстравагантностью. Очень интересные ковры, имитирующие различные животные: тигра, зебры, леопарда или даже коровы. Пазл из ковров разных цветов и форм – это эксклюзивная и оригинальная новинка, а также очень удобная вещь. Такой ковер представляет собой своеобразный конструктор, из которого при желании можно составить целое напольное панно, либо, в случае необходимости, растащить его на отдельные кусочки.

### ТВ ПРОГРАММА ПЯТНИЦА

22 октября 2010 г.

#### ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00 Новости  
05:05 Доброе утро  
09:20 Жить здорово!  
11:20 Контрольная закупка  
12:20 Модный приговор  
13:20 Детективы  
14:00 Другие новости  
14:20 Понять. Простить  
15:20 Хочу знать  
15:50 Т/с "Обручальное кольцо"  
16:50 Федеральный судья  
18:00 Вечерние новости  
18:20 Поле чудес  
19:10 Давай поженимся!  
20:00 Пусть говорят  
21:00 Время  
21:30 Достояние Республики.  
Юрий Антонов  
00:00 Чужие против хищника.  
Реквием  
02:00 Х/ф "Коктейль"  
04:00 Х/ф "Перемотка"

#### РОССИЯ 1

05:00 Утро России  
09:05 Мусульмане  
09:15, 04:05 "Мой серебряный шар.  
И. Печерникова"  
10:10 Ток-шоу "О самом главном"  
11:00, 14:00, 16:00 Вести  
11:30, 14:30, 16:30 Местное время.  
Вести-Самара  
11:50 Т/с "Маршрут милосердия"  
12:50 Настоящая жизнь  
13:45 Вести. Дежурная часть  
14:50 Т/с "Дворик"  
15:25 Кулагин и партнеры  
16:50 Т/с "Слово женщине"  
17:55 Т/с "Ефросинья"  
18:55 Т/с "Институт благородных девиц"  
20:00 Вести  
20:30 Местное время. Вести-самара  
20:50 Спокойной ночи, малыши!  
21:00 Юрмала-2010  
22:55 Девчата  
23:50 Х/ф "Великолепная афера"  
02:00 Горячая десятка  
03:15 Т/с "Девушка - сплетница-2"

#### СТС

06:00 М/с "Трансформеры. Энергон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Приключения Вуди и его друзей"  
07:30, 13:00, 15:30,  
17:30, 19:00 Т/с "Папины дочки"  
08:30, 12:30 Т/с "Воронины"  
09:00, 09:30, 12:00, 20:00 Т/с "6 кадров"  
10:00 Т/с "Маргоша"  
11:00, 16:30 Галилео  
13:30 М/с "Росомаха и люди Икс"  
14:00 М/с "Питер Пэн и пираты"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Соник Икс"  
18:30, 23:15 Т/с "Даешь молодежь!"  
19:30 Одна за всех  
21:00 Х/ф "Железный человек"  
23:45 Видеобитва  
00:45 Х/ф "Неприкасаемые"  
03:00 Х/ф "Небоскрёб"  
04:45 Т/с "Моя команда"  
05:10 Музыка на СТС

#### НТВ

05:55 НТВ утром  
08:30 Мама в большом городе  
09:00 Чудо-люди  
09:30, 15:30, 18:30 Обзор.  
Чрезвычайное происшествие  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня  
10:20 Спасатели  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Закон и порядок"  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:30 Следствие ввели  
20:30 Чрезвычайное происшествие.  
Расследование  
20:55 Х/ф "Дэн Пятницкий"  
23:00 НТВшники  
00:00 Женский взгляд  
00:50 Х/ф "Правое дело"  
02:50 Х/ф "Полицейский и Малыш"  
04:30 Х/ф "Осторожно! Красная ртуть"

#### ТВЦ

06:00 Настроение  
08:25 Х/ф "Драгоценный подарок"  
09:55 Х/ф "Смерть филателиста"  
11:30, 14:30, 17:30, 19:50, 20:30 События  
11:45 Х/ф "Пороки и их поклонники" 3-4 с.  
13:45 Ток-шоу "Про жизнь"  
14:45 Деловая Москва  
15:10, 17:50 Петровка, 38  
15:30 Х/ф "Доченька моя" 2 с.  
16:30 Д/ф "Продать душу дьяволу.  
Свои среди чужих"  
18:15 Х/ф "Млечный путь"  
19:55 Прогнозы. "Когда женщины  
захватят власть?"  
21:00 Добрый вечер, Москва!  
22:50 Ток-шоу "Народ хочет знать"  
23:55 События. 25-й час  
00:30 Х/ф "Берегись, Ля Тур!"  
02:05 Х/ф "Люблю тебя до смерти"  
03:55 Х/ф "Я шагаю по Москве"

**ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ  
КУПОНА  
СКИДКА 5%**

**УЛЬЯНА**

**НА ЗАКАЗ  
КУХНИ, ШКАФЫ-КУПЕ,  
МЯГКАЯ МЕБЕЛЬ  
ДЕТСКАЯ МЕБЕЛЬ**

**ЗАМЕР. РАССРОЧКА. КРЕДИТ**

ул. Урицкого, 3 (стройдвор)  
ул. Кашпирская, 5

тел. 8-917-630-29-53

**МЕБЕЛЬНЫЙ САЛОН**

**ЕВРО стиль** **МЕБЕЛЬ качество**

**АНТИКРИЗИСНЫЕ ЦЕНЫ  
ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА БЕСПЛАТНО!**

**ЛЮБОЙ НЕСТАНДАРТ  
ЛЮБОЙ ДИЗАЙН**

Московская, 1А  
(вход со стороны "Дворца творчества")

8-937-234-56-88 - магазин  
8-937-234-57-00  
8 (8464) 980-380 > Алексей

**Пассажирские перевозки  
автобусами**

**Заклучение договоров**

Тел.: 8-917-129-51-51

**СПУТНИКОВОЕ  
ТЕЛЕВИДЕНИЕ  
КОНТИНЕНТ  
"РАДУГА"**

**БЕЗ АБОНЕНТСКОЙ ПЛАТЫ**

**8-927-614-71-11**

**ОКНА** **ДВЕРИ**

**БРИЗ**  
ОКОН И ДВЕРЕЙ

**на заказ**

**КУХНИ**

**ВСТРАИВАЕМАЯ  
МЕБЕЛЬ**

**ШАКАФЫ-КУПЕ**  
ГАРДЕРОБНЫЕ  
КОМНАТЫ

**РАЗДВИЖНЫЕ  
ПЕРЕГОРОДКИ**

т. 96-64-00  
ул. 50 лет Октября, 24

**НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА**

Вывески Штендеры Наклейки  
Световые короба Визитки  
Плоттерная резка Фотопечать  
Профессиональная  
фото-съемка мероприятий

ул. Ульяновская, 84  
Email: decorator\_ra@mail.ru  
Тел.: 8-927-896-54-35

**Я** **ISUZU.RU**

**Внимание! Конкурс!**

Редакция газеты "КОМПАС Поволжья" объявляет о начале конкурса "Золотые руки Сызрани"

Участниками конкурса могут быть креативные, творческие люди, умеющие делать что-либо своими руками: вязание, вышивание, шитье, плетение, работа по дереву и металлу и т.д.

**Условия конкурса:**  
В конкурсе участвуют только поделки, сделанные самостоятельно. Высылайте или приносите нам фотографии своих творений. Вы можете прислать несколько фотографий с поделками – мы выберем для конкурса самую интересную. К голосованию в конкурсе могут быть допущены несколько творений одного автора, однако, автор не может занять одновременно более одного призового места.

**Фотографии Ваших творений для участия в конкурсе можно отправить нам следующими способами:**  
- По электронной почте: gazeta@compas-p.ru  
Рекомендуемый формат фотографий - JPEG (не более 5 Мбайт).  
- В распечатанном виде по адресу: 446001 г. Сызрань, ул. Ульяновская, 2А, офис, 31, "КОМПАС Поволжья" с пометкой "На конкурс - "Золотые руки Сызрани".  
Фотографии желательны распечатать размером не менее 10х15см.

**Желательно наличие авторского названия. Пожалуйста, оставьте свои контактные данные** – имя и фамилию, контактный телефон. Так мы сможем связаться с Вами для вручения призов и подарков.

**Ждем фото с Вашими оригинальными и необычными работами.**

Конкурс "Золотые руки Сызрани" проводится в период с 6 октября 2010г. по 1 декабря 2010г. Фотографии принимаются на конкурс с 6 октября 2010г. по 1 декабря 2010г.

**ТВ ПРОГРАММА  
ПЯТНИЦА**

**22 октября 2010 г.**

**REN TV**

06:00 Неизвестная планета.  
"Завещание древних майя", ч. 2  
06:30, 11:00 Час суда  
07:30, 13:00 Званный ужин  
08:30 Т/с "Солдаты-11. Пропорщик"  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30 Новости 24  
10:00 Честно. "Жилье-жулье"  
12:00, 16:00, 19:00 Экстренный вызов  
14:00 Не ври мне!  
15:00 Давай попробуем?  
17:00 Х/ф "Коррупционер"  
20:00 "Задорновости" Концерт М.Задорнова  
21:40, 03:25 Х/ф "Бумер. Фильм второй"  
00:00 Сеанс для взрослых. "Голая правда"  
01:35 Сеанс для взрослых.  
"Молодые и соблазнительные"  
05:40 Ночной музыкальный канал

**ТВЗ**

06:00 М/с "Пинки, Эльмара и Брейн"  
06:30 М/с "Том и Джерри. Детские годы"  
07:00 Д/ф "Подопытный кролик"  
07:30 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современные чудеса"  
09:00, 15:00 Разрушители мифов  
10:00, 18:00 Т/с "Ангар 13"  
11:00 Т/с "Касл"  
12:00 Т/с "Дежурный ангел"  
13:00 Д/ф "Фактор риска. Психология"  
14:00 Д/ф "Апокалипсис. Вирусы"  
16:00 Д/ф "Как это сделано"  
16:30 Д/ф "Мир в разрезе"  
17:00 Д/ф "Технологии будущего.  
Безопасный город"  
19:00 Т/с "Мерлин"  
21:00 Т/с "Событие"  
22:00 Д/ф "Апокалипсис древности"  
00:00 Д/ф "Охотники на монстров"  
01:00 Европейский покерный тур  
02:00 Х/ф "Все, чего она так желала - 2"  
04:00 Т/с "Ангел"  
05:00 Т/с "Зена - королева воинов"

**Муз ТВ**

05:00, 06:05, 02:25 Муз-ТВ хит  
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:50, 15:00,  
18:50, 22:00, 00:25 PRO-новости  
06:30, 07:05, 08:05 Муз-заряд:  
музыка, звезды, мульты  
08:30, 09:05 Наше  
09:50 На волне  
10:15, 16:30 Тур без купюр. Копенгаген  
11:15 Европа Плюс Чарт  
12:15 Стилетика  
12:45 Испытание верности  
13:15 Топ модель по-американски  
15:30 Звезды зажигают  
17:00 Игра "Крокодил". Новый сезон  
17:55 Русский чарт  
19:20 Скорая Модная Помощь  
19:45 Лаборатория чувств  
20:45 Мультфильмы  
22:30 Без паники!  
23:25 Планета Шоу-биз. Звездные страхи  
23:55 Герои экрана. Жанна Фриске  
00:55 v\_PROkate  
01:25 Sexy Час

**РОССИЯ 2**

10:00, 14:00, 21:00, 00:15, 05:10 Новости  
10:20, 21:15, 00:35 Связь времен  
10:25, 00:40 Байки старого болевщика  
10:30 Формула гармонии  
11:30, 13:25, 20:30, 23:30 Превью тура Росгосстрах  
Чемпионата России по футболу  
11:35 Хоккей. Чемпионат NHL.  
"Toronto Maple Leafs" - "New York Rangers"  
13:30 Шесть на шесть  
14:15 Вызов Дениса Панкратова  
15:15 Футбол. Лига Европы.  
"Манчестер Сити" (Англия) - "Лех" (Польша)  
17:15, 23:35 Обзор матчей чемпионата NHL  
17:55 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира  
в Голландии. Мужчины. Многоборье.  
Финал. Прямая трансляция  
20:35 Мир скорости  
21:20 Программа передач на завтра  
21:25 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира  
в Голландии. Женщины. Многоборье.  
Финал. Прямая трансляция  
00:45 Фигурное катание. Гран-При "NHK Trophy".  
Короткий танец. Пары. Женщины.  
Короткая программа  
05:30 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира  
в Голландии. Мужчины. Женщины.  
Многоборье. Финал

**5 КАНАЛ**

06:00 Д/ф "Спасение китов"  
07:00 Д/ф "Под маской Бывалого.  
Евгений Моргунов"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:30 Х/ф "Единственная"  
11:25 Д/с "Подводная одиссея команды Кусто"  
12:30, 19:30 Реальный мир  
13:10 Х/ф "Беглецы"  
15:30 Д/с "Самые загадочные места мира"  
15:50 Т/с "Профессия - следователь"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
20:00 Д/ф "Детектор лжи. Жесты"  
22:00 Х/ф "Возвращение резидента"  
00:40 Х/ф "Комедия ошибок"  
03:20 Х/ф "Светлое будущее 3"

**Отцы и дети**

Встречаются Двое, абсолютно непохожие, настолько разные и внешне и внутренне, что, кажется, между ними пропасть: Мужчина и Женщина. Но в этом-то, вероятно, и заключается великая тайна бытия. Они знакомы, вместе живут, более того – любят друг друга, у них рождаются дети...

Современный папа для своего ребенка часто становится чем-то мифическим, непонятым и недоступным. Он уходит рано утром, целый день где-то "на работе" занимается чем-то важным, а вечером возвращается усталым. Его хватает только на газету и телевизор. По существу, работа, увлечения, жизнь отца проходят мимо внимания ребенка. Отец – не партнер, не друг, а некая высшая инстанция. Нередко – карающая. "Вот скажу отцу, он тебе покажет, как не слушаться", – часто грозит мама. Такое отчуждение, отстранение от воспитания детей, похоже, стало стереотипом нашей "культуры отцовства".

Установка на отстраненность часто становится источником непонимания, недоверия, конфликтов в последующие годы, вплоть до отрочества и юности. Упущены с самого начала, в раннем детстве первые контакты с малышом, общение во время ухода за ним, совместные прогулки, игры. Все это сказывается впоследствии в трудностях взаимопонимания между отцами и детьми, в отсутствии у ребенка доверия и привязанности к отцу.

В нашей культурной традиции не принято привлекать отцов к уходу за ребенком в первые недели жизни. Как правило, все ложится на мамы плечи, папе же дозволяется лишь изредка подходить к кроватке малыша или – в лучшем случае – прогуливать его, спящего, в коляске. Безусловно, такая практика не способствует установлению взаимопонимания и дружеских, партнерских отношений в будущем. Скорее всего, отец станет для ребенка каким-то таинственным существом, от которого не знаешь, чего ожидать.

Для нашей культуры не характерно внешнее проявление любви, нежности отца к ребенку. Редко увидишь на прогулке папу за руку с сыном – чаще они идут рядом и даже не разговаривают, как будто папа просто сопровождает ребенка. Обнять, посадить на колени, похвалить, распросить, что видел на прогулке, в детском саду, удивиться, восхититься сооружением из кубиков, рисунком, умением танцевать, рассказывать стихотворение – все это несвойственно нашим современным папам.

Еще одна негативная черта нашей современной традиции воспитания – преобладание порицания над похвалой. Многие папы думают, что воспитывать – значит, делать замечания, запрещать, наказывать, и именно в этом видят свою родительскую функцию. Даже когда ребенок, уходя, помахал Вам рукой и крикнул: "Пока, пап!", Вы хмурите брови и не находите ничего лучше,

чем ответить: "Распрями плечи, совсем согнулся!"

Отец как декоративный элемент обстановки – не выдумка, к сожалению... В реальности, изможденный поисками хлеба насущного "муждобытчик", поздним вечером возникающий тенью на пороге дома, со временем превращается для своих детей в нечто вроде приятного (а может, и неприятного) дополнения к мебелировке. Воспитание при помощи отцовской "фигуры отсутствия" осуществляется в этом случае, как правило, мать. В типологии отцов эти два подвида – "совсем бесполезный" и "патологически за-

нятой", – пожалуй, наиболее безнадёжные и неисправимые в смысле сокращения дистанции между собой и Другим, то есть ребенком.

Однако любовь не бывает "по инструкции". Это – дар небес. Более того, это еще и труд, постоянная и кропотливая работа по постижению другого "я". Любовь к детям, как впрочем и вообще любовь, – это тоже труд, а вовсе не инстинкт, который, якобы, "просыпается" у матери с момента зачатия ребенка, а у отца вроде как может и не "проснуться" вообще. Так что вот совет для неленивых мужчин: "Трудитесь, господа."



**Клуб эстетического развития "Счастливое детство"**  
ПРОВОДИТ НАБОР РЕБЯТ в:

- МАСТЕРСКУЮ ЮНОГО ХУДОЖНИКА (от 4 до 12 лет) (техника работы гуашью, акварелью, восковой пастелью, живопись по-сырому)
- МАСТЕРСКУЮ ЮНОГО ДИЗАЙНЕРА (от 4 до 12 лет) (витраж, роспись по дереву, батик, роспись керамики, декупаж, пластилиновая живопись, декорирование предметов живописи)
- МАСТЕРСКУЮ ЮНОГО СКУЛЬПТОРА (от 4 до 12 лет) (работа с глиной, пластилином)
- СТУДИЮ "ИГРАЕМ ПО-АНГЛИЙСКИ" (от 3 до 6 лет) (сюжетно-ролевые игры на английском языке)
- СТУДИЮ РАННЕГО ЭСТЕТИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ "ВМЕСТЕ С МАМОЙ" (от 1 до 3 лет) (работа развивающими монтессори материалами, аппликация, рисование, лепка, пальчиковый театр)
- А ТАКЖЕ ПРИГЛАШАЕМ ВЗРОСЛЫХ В СТУДИЮ "ЧЕРНЫЙ КВАДРАТ"

ул. Ульяновская 2а, Бизнес центр "Ильинский ряд" (напротив Сызранского Кремля)  
т. 8-927-898-40-41

**Магазин сэконд хэнд "Александра"**

- Широкий ассортимент детской и взрослой одежды, головных уборов, аксессуаров в отличном состоянии и по низким ценам
- Регулярное поступление товара
- Действует гибкая система скидок, а для постоянных покупателей - дисконтная карта!
- Удобная выкладка товара облегчит поиск и выбор необходимой вещи
- Всегда приветливый и доброжелательный коллектив поможет вам в выборе одежды

ул. Интернациональная, 130 (промышленный рынок)  
График работы: с 10.00 до 18.00, сб.-вс. с 10.00 до 15.00  
т.: 8-927-028-76-77, 8-917-919-52-34

**РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРУШКИ**  
**ВУНДЕРКИНД**  
ШКОЛА НА ДОМУ

**ЧТО** такое «Вундеркинд»? Развитие в игровой форме для детей от 6 месяцев до 7 лет.

**КАК** происходит развитие? С помощью наших развивающих игрушек

**ПОЧЕМУ** игрушки «Вундеркинд»? К каждой игрушке имеется методическая карточка и план занятий на каждый возраст

**ДЛЯ ЧЕГО** надо играть в игрушки «Вундеркинд»? Чтобы Ваш малыш стал Вундеркиндом

г. Сызрань тц "РУССКИЙ" секция 27  
[www.wkind.ru](http://www.wkind.ru)

**ДЕТСКИЙ КЛУБ "УМНЫЙ МАЛЫШ"**

- РИТМИКА с элементами хореографии и лечебной гимнастикой для детей от 2,5 лет
- В УТРЕННИЕ ЧАСЫ игровая комната для детей от 2,5 лет
- "СКОРО В ШКОЛУ" - подготовка к школе для детей от 5,5 лет
- "WELCOME TO LONDON" - занятия английским языком для детей от 3 лет
- "SALUT PARIS" - занятия по французскому языку для детей от 3 лет
- "ЧИТАЕМ С ПЕЛЕНОК" - раннее развитие и обучение чтению малышей от 1,5 лет
- "ЧУДО МУЗЫКА" - пение, нотная грамота, ритмические упражнения и музыкальные игры для детей от 2 лет
- "ДЕТСКАЯ ЙОГА" - позы йоги и правила дыхания для детей от 3 лет
- "АЗБУКА ЦВЕТА" - рисование, лепка, эстетическое развитие для детей от 2 лет

В клубе работает "Школа будущих мам"  
ул. Ульяновская 160 и ул. Звездная 16  
Справки по телефонам: 8-927-619-01-73, 8-917-826-16-63

**ТЕЛЕФОНЫ РЕДАКЦИИ**  
916-391, 916-392  
8-937-211-63-91

**Водопей**  
КОМПАНИЯ ПО ДОСТАВКЕ ВОДЫ

**СКИДКИ НА КУЛЕРЫ**  
91-03-91 10%

**ДЕТСКИЙ КЛУБ "Искорка"**  
**ДЕТИ ГОРОДА МОГУТ ПОЛУЧИТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПЛАТНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ**

- Подготовка детей к школе "Будущий первоклассник"
- Изостудия "Русский сувенир"
- Обучение английскому языку
- Кружок "Будущие олимпийцы"
- Обучение хореографии
- Развитие детей от 2 до 3 лет "Кроха"

Стоимость занятий - 700 р./мес.  
ул. Звездная, 52 "Б", (рядом с храмом "Неопалимая купина"), тел.: 96-20-23

**Агентство приятных событий "Априори"**  
**НЕСТАНДАРТНЫЕ РЕШЕНИЯ ПРАЗДНИКА!**  
Мы входим в ДЕСЯТКУ лучших АГЕНТСТВ ПОВОЛЖЬЯ!

- Креативные ведущие
- Клоуны-аниматоры, сказочные герои
- Артисты разных жанров, (от Самары до самых до окраин)
- Ростовые куклы (прокат, изготовление)
- Звуковое и световое оформление мероприятий
- Промоутеры
- Прокат инвентаря для проведения различных мероприятий
- Открытие магазина, офиса
- Мы накроем даже ФУРШЕТ (кухня от лучших ресторанов города)
- Концерты! Юбилей! Корпоратив!

**Хотите, чтобы было круто – звоните:**  
8-908-426-50-50, 8-927-610-11-14  
ул. Ульяновская 2 (офис открыт для ВСЕХ)  
"Априори" - это Ваш шаг к развлечению с БОЛЬШОЙ БУКВЫ!

**МАЛЕНЬКАЯ СТРАНА**  
Игрушки  
Детская одежда  
Новое поступление осенней коллекции

ул. 50 лет Октября, 69, т. 96-13-52

## Кимоно. Правильный выбор



Кимоно – это неотъемлемая часть Вашего тренировочного процесса. Придя в додзэ в обычном спортивном костюме, Вы рано или поздно должны будете одеть кимоно. В одних школах – это признание Ваших небольших достижений, и кимоно позволяет одеть только после определённого экзамена. В других школах кимоно требуют уже с первых занятий, как необходимую форму для тренировки. В любом случае, Вы рано или поздно пойдёте в магазин выбирать себе эту экипировку.

Вот тут Вы и столкнетесь с множеством нюансов, о которых даже не подозревали. Потому что выбор кимоно в настоящее время велик, и потому что разброс цен велик ещё больше. А на консультацию продавца надеяться не приходится, так как ему надо просто продать товар. И чем больше, тем лучше. Да и не тренируется продавец чаще всего, а, следовательно, не знает, что не всегда то кимоно, которое дороже, будет удобно на тренировке.

Кимоно для каратэ отличается от других своих собратьев. Так что,

придя магазин, и спросив у продавца кимоно, не забудьте добавить, что Вам оно нужно для тренировок по каратэ.

Кимоно для каратэ шьют из гладких, достаточно прочных материалов (к примеру, кимоно для занятий дзюдо изготавливается из толстого рифленого материала, рассчитанного на сильные броски и захваты со стороны противника). Вес кимоно для тренировок составляет 8-10 унций (1 унция = 28,35 г.), а для соревнований – 12-14 (для сравнения, вес кимоно для дзюдо для тренировок – 12-16 унций). Раньше кимоно шили в основном из хлопка. Сейчас в состав ткани добавляют синтетику. Что, кстати сказать, не так плохо, как кажется. Разберёмся, что для чего подходит.

Для тренировок предпочтительнее кимоно из чистого хлопка, этот материал экологичен, хорошо впитывает пот и пропускает воздух. Оптимальное сочетание прочности и легкости. Но хлопковое кимоно имеет тенденцию «садиться» при стирке. Усадка может составлять до 10%. То есть, если Вы меряете такое кимоно, учитывайте, что сантиметров 10-15 Вы при первой же стирке можете потерять, причем не только на длине штанов, но и на длине рукавов и длине самой куртки. На сколько кимоно «сядет» за год при интенсивных тренировках (а значит, и постоянных стирках) сказать сложно, но известны случаи, когда обладатель такого кимоно к концу года ходил в «брюках» по

колени, хотя в начале они были ему по шиколотку.

Кимоно с добавлением синтетических таких недостатков не имеет. При этом оно обычно более белоснежное (белый цвет, оказывается, тоже бывает разным), что особенно ценится продвинутыми каратистами. Кимоно такого типа (отбеленная смешанная ткань хлопок + полиэстер) используют для соревнований и показательных выступлений. Смешанная ткань делает кимоно более аккуратным, «белым» и «отглаженным», улучшая визуальное восприятие спортсмена.

Добавим также, что при выборе плотности материала кимоно руководствуйтесь тем, где и как Вы будете тренироваться. Если летом в душном зале, то тонкое кимоно предпочтительнее. А если в том же зале, но зимой, то лучший вариант – толстое и плотное кимоно. Визуально тонкое кимоно смотрится не очень, именно по этому инструкторы, гордо ходящие по залу, предпочитают плотную ткань.

Кстати, только по большому секрету, среди продвинутых опытных каратистов особенно ценится характерный «хлопок» кимоно при нанесении удара рукой или ногой. Так вот, даже если Вы обладатель мощного сногшибательного удара, то в тонком кимоно его никто «не услышит». Зато в плотном добротном кимоно уже просто хороший удар будет «слышен» как нечто страшное и всём сметающее. Зрители в восторге!

Вот так, думайте сами, решайте сами...

**ЧЕМПИОНАМИ НЕ РОЖДАЮТСЯ –  
ЧЕМПИОНАМИ СТАНОВЯТСЯ!**

**БУТСЫ**  
от 850 р.

**ЧЕМПИОН**  
СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА И ИНВЕНТАРЬ

**КИМОНО**  
от 400 р.

**ПЕРЧАТКИ**  
для бокса  
от 700 р.

ул. Московская, 8      тел. 8-927-210-97-78

**АНГЕЛЫ**  
ПЕИНТБОЛЬНЫЙ КЛУБ

организация игр  
организация  
корпоративного отдыха  
организация  
активного отдыха  
прокат снаряжения  
консультации

89171260060    89278909568

## Принцип многослойности в спортивной одежде

Хлопчатобумажные брюки, такая же футболка, аналогичные носки – казалось бы, что еще нужно для успешной тренировки? Только желание и труд, говорили мы себе, и бежали по школьному стадиону, где вечерами пытались размяться и поддержать былую форму. Всем нам, людям, вышедшим из советского детства, было невдомек: Как, Где, и, главное, В Чем еще можно тренироваться. Мы потели и мерзли, но упорно шли к поставленной цели – преодолению себя. А ведь именно в эти самые советские времена в разных странах начали разрабатывать военную одежду, обеспечивающую оптимальный микроклимат. Со временем данные разработки были внедрены и в сферу производства спортивной одежды.

Но не все виды спортивной одежды имеют одинаковый функционал. Мы рекомендуем придерживаться принципа трехслойности в спортивной экипировке.

Первый слой – вентилирующий – термобелье. Оно ближе других видов спортивной одежды прилегает к телу, и, благодаря особой структуре

ткани, термобелье быстро впитывает всю излишнюю влагу, скопившуюся на поверхности тела, и выводит ее на свою поверхность. Как результат – сухая футболка, которая не липнет к телу, и при остывании не дает ему переохладиться, поры тела «дышат», ничего не жмет и не трет (т.к. большая часть термобелья изготавливается бесшовным методом).

При наружной температуре воздуха от +25 до +30 °С используется только первый слой термоодежды – сетчатые майки и шорты. Конечно, не стоит забывать о специальных спортивных трусах и топах для поддержания груди (для женщин). При температуре от +16 до +22 °С можно использовать тайтсы. В более прохладную погоду – от +10 до +16 °С подойдут спортивные брюки, скомбинированные с более плотной футболкой.

Второй слой – изолирующий – флис. Флис является своеобразным утеплителем – защищает тело от переохлаждения, согревает в холодную погоду. Влага с первого слоя – термобелье быстро впитывается во второй слой и также быстро испаря-

ется с его поверхности, перемещаясь в третий слой одежды. Флис, являясь очень легким материалом, не



сковывает движения и не утяжеляет спортсмена. Флисовая толстовка будет необходима уже при температу-

ре от -5 до +10 градусов и ниже. Так же выпускаются и брюки из флиса.

Третий слой – ветрозащитный – куртки, брюки, спортивные костюмы. Без него не обойтись, ведь именно благодаря этому верхнему слою, создается завершенная система комфорта для организма. Верхний слой защитит не только от ветра, но и от грязи, дождя и снега. Современные спортивные брюки снабжены специальными разрезами и выточками для улучшения подвижности колена. Спортивные куртки скрывают за своей кажущейся легкостью и тонкостью надежную защиту от ветра. При наружной температуре воздуха от -5 до +16 °С в качестве такой ветрозащитной одежды могут быть использованы также и спортивные жилетки.

Итак, подведем итог: тело находится в сухости, тепле, и не подвергается агрессивным воздействиям внешней среды.

Помните, что все 3 слоя спортивной одежды работают по-разному. Каждый из них обеспечивает Ваше комфортное самочувствие при тренировках.

## Красивый живот

Живот – одна из наиболее проблемных областей нашей фигуры. Многие из нас хотели бы иметь плоский живот, а некоторые хотели бы иметь рельефный и сильный пресс. Есть две вещи, которые могут помочь получить хорошую фигуру – правильное питание и физические упражнения.

Если Вы преследуете цель снизить свой вес и уменьшить объем талии, то Вам подойдут аэробные тренировки. Суть их заключается в том, чтобы выполнять как можно больше различных физических упражнений с большим количеством подходов. Желательно также свести к минимуму перерывы между подходами от одного упражнения к другому. Чем больше поработаете мышцами, тем больше калорий уйдет.

Если же Ваш вес в норме и Вы хотите сделать свой пресс более сильным и рельефным, то Вам следует выполнять упражнения с дополнительным весом. Следует отметить, что мышечной формы удается достичь не каждому из-за их анатомического строения, ин-

дивидуального у каждого человека. У кого-то больше развиты продольные мышцы, у кого-то поперечные, что в целом будет сказываться на общей форме.

В независимости от поставленных целей уделяйте внимание правильному питанию. Старайтесь не употреблять чрезмерно жирную пищу, не пере едайте за завтраком, обедом и ужином. Есть на сон грядущий – один из самых злейших врагов стройного тела. Органы пищеварения ночью должны отдыхать! Если Вы тренируете пресс на силу и рельеф, употребляйте пищу насыщенную протеинами.

Большинство упражнений можно выполнять дома, однако некоторые требуют специальных тренажеров, таких как брусья, турник, наклонную и горизонтальную скамьи, вертикальный блок и тому подобные. Если Вы решили делать упражнения для пресса, то самое главное – соблюдать регулярность. Ведь самые эффективные упражнения на пресс – это те, которые делаются каждый день. При выполнении упражнений не

пытаетесь халтурить и сделать их так, как Вам легче, а не так, как того требуют правила, иначе не добьетесь желаемого результата. Фокусируйтесь на той мышце, которую тренируете.

Если с каждым днём тренировать пресс становится легче, то используйте дополнительный вес для создания нагрузки и увеличения напряжения.

## Спортивные мероприятия

Ст. «Кристалл», 16.10  
Футбол. Первенство Самарской области  
ФК «Сызрань 2003» –  
СДЮСШОР «Лада» г. Тольятти  
в 15.00 – юноши  
в 17.00 – взрослые

## ТВ ПРОГРАММА СУББОТА 23 октября 2010 г. ПЕРВЫЙ

- 06:00, 10:00, 12:00 Новости
- 06:10 X/ф "По улицам комод водили"
- 07:20 Игрой, гармонь любимая!
- 08:10 М/с "Чип и Дейл спешат на помощь", "Черный плащ"
- 09:00 Умницы и умники
- 09:40 Слово пастыря
- 10:10 Смак
- 10:50 Карла Бруни. Вишенка на торте
- 12:20 Никита Михалков. Сами с усамы
- 13:20 X/ф "Статский советник"
- 17:30 Кто хочет стать миллионером?
- 18:30 Большие гонки
- 20:00, 21:15 Минута славы
- 21:00 Время
- 22:00 Прожекторперисхилтон
- 22:40 Детектор лжи
- 23:40 Что? Где? Когда?
- 00:50 X/ф "Голубая лагуна"
- 02:50 X/ф "Джо Кидд"
- 04:30 Т/с "Спасите Грейс"
- 05:20 Детективы

## РОССИЯ 1

- 05:05 X/ф "Выкуп"
- 06:45 Вся Россия
- 06:55 Сельское утро
- 07:25 Диалоги о животных
- 08:00, 11:00, 14:00 Вести
- 08:10, 11:10, 14:20 Местное время. Вести-Самара
- 08:20 Военная программа
- 08:45 Д/ф "Хозяин, будь человеком! Собаки"
- 09:40 Субботник
- 10:20 Подари себе жизнь
- 11:20 Д/ф "Таблетка от старости. Мифы и реальность"
- 12:15 Т/с "Я телохранитель. Старые счета"
- 14:30 Живет такой барин
- 16:05 Субботний вечер
- 18:00 Шоу "Десять миллионов"
- 19:05, 20:40 X/ф "Кукушка"
- 20:00 Вести в субботу
- 23:30 X/ф "Караси"
- 01:35 X/ф "Два дня в Париже"
- 03:40 X/ф "Успех"

## СТС

- 06:00 X/ф "Шоу Трумана"
- 07:50 X/ф "Веселая карусель", "Страшная история", "Крылья дядюшки Марабу"
- 08:20 М/с "Смешарики"
- 08:30 М/с "Мир странствий"
- 09:00 Брэйн ринг
- 10:00 Т/с "Папины дочки"
- 11:00 Это мой ребёнок!
- 12:00 Т/с "Воронины"
- 14:00 М/с "Новые приключения медвежонка Винни и его друзей"
- 15:00 М/с "Русалочка"
- 15:30 М/с "Аладдин"
- 16:00, 18:45 Т/с "6 кадров"
- 16:30 X/ф "Железный человек"
- 19:30 Украинский квартал
- 21:00 X/ф "Эван Всемогущий"
- 22:50 Смех в большом городе
- 23:50 X/ф "Крутые выражи"
- 02:05 X/ф "Прах времён. Возвращение"
- 04:15 Т/с "Зачарованные"
- 05:00 Т/с "Моя команда"

## НТВ

- 06:05 М/с "Люди Икс: Эволюция"
- 06:55 Сказки Баженова
- 07:25 Смотри
- 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
- 08:20 Лотерея "Золотой ключ"
- 08:45 Авиаторы
- 09:20 Живут же люди
- 10:20 Главная дорога
- 10:55 Кулинарный поединок
- 12:00 Квартальный вопрос
- 13:25 Особо опасен
- 14:00 Д/ф "Свадьба". "Спето в СССР"
- 15:05 Своя игра
- 16:20 Д/ф "Дело темное". "Убийство Кирова"
- 17:20 Очная ставка
- 18:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
- 19:25 Профессия – репортер
- 19:55 Программа максимум
- 21:00 Русские сенсации
- 21:55 Ты не поверишь
- 22:55 Музыкальный ринг НТВ
- 00:45 X/ф "Расплата"
- 02:45 X/ф "Изгоняющий дьявола"
- 05:10 Очная ставка

## ТВЦ

- 05:40 X/ф "Драгоценный подарок"
- 07:05 Марш-бросок
- 07:45 АБВГДейка
- 08:10 День аиста
- 08:30 Православная энциклопедия
- 09:00 Д/ф "Величайшие сооружения древности. Аяя-София"
- 09:45 М/ф "Сестрица Алешушка и братец Иванушка", "Веселая карусель"
- 10:00 X/ф "Сказка о царе Салтане"
- 11:30, 17:30, 00:10 События
- 11:50 Городское собрание
- 12:35 Линия защиты
- 13:20 Сто вопросов взрослому
- 14:05 Таланты и поклонники
- 15:40 X/ф "Пять минут страха"
- 17:45 Петровка, 38
- 18:00 Ток-шоу "Народ хочет знать"
- 19:00 X/ф "Пятеро Агаты Кристи"
- 21:00 Постскриптум
- 22:10 X/ф "Белая стрела"
- 00:30 X/ф "Нищий из Беверли Хиллз"
- 02:35 X/ф "Всё начинается с любви"
- 04:50 Д/ф "Тайна шведского ворона"

ТВ ПРОГРАММА  
СУББОТА

23 октября 2010 г.

REN TV

06:00 Т/с "Фирменная история"  
08:00 М/с "Бен 10"  
09:15 Реальный спорт  
09:45 Я - путешественник  
10:15 Х/ф "Коррупционер"  
12:30 Новости 24  
13:00 Военная тайна  
14:00, 01:35 Т/с "Дальбойщики-2"  
18:00 Справедливость  
19:00 Неделя  
20:00 Х/ф "Библиотекарь 3. Проклятие Иудовой чаши"  
21:50 Х/ф "Таинственный лес"  
00:00 Х/ф "Страстное влечение"  
05:30 Ночной музыкальный канал

ТВЗ

06:00 М/с "Лига справедливости"  
06:30 М/с "Годзилла"  
07:00 М/с "Бакуган"  
07:30 М/с "Фостер: дом для друзей из мира фантазий"  
08:00 М/с "Юху и его друзья"  
09:00 Х/ф "Мы из джаза"  
10:00 Как это сделано  
11:30 Т/с "Третья планета от солнца"  
12:00 Домашний ресторан  
13:00 Далеко и еще дальше  
14:00 Т/с "Мерлин"  
16:00 Т/с "Событие"  
17:00 Д/ф "Я и другие"  
18:00 Д/ф "Диагноз: Москва"  
19:00 Х/ф "Геркулес и амазонки"  
21:00 Х/ф "Сотовый"  
23:00 Т/с "Убежище"  
00:00 Т/с "Пси-фактор"  
01:00 Х/ф "Апокалипсис"  
03:00 Т/с "Смертельная вода"  
04:00 Т/с "Все мои бывшие"  
05:00 Д/ф "Волна-убийца 1607"

Муз ТВ

05:00, 00:50 Муз-ТВ хит  
07:30 Наше  
08:30 PRO-новости  
09:00 TopHit чарт  
10:00 Скорая Модная Помощь  
10:30 Звездный талисман  
11:00 10 самых коротких юбок по мнению Love Radio  
11:30 Виктория Бекхэм. История успеха  
12:00 Звезды зажигают  
13:00 Лаборатория чувств  
14:00 Страшно красивые  
15:00 Стилизация  
15:30 Напросились  
16:00 Популярная правда.  
Земфира: возвращение  
16:30 Мы умеем зажигать!  
17:30 v\_PROkate  
18:00 Муз-ТВ Чарт  
19:00 PRO-обзор  
19:30 Герои экрана. Жанна Фриске  
20:00 10 самых международных дуэтов  
20:30 Не мешки ворочать  
20:55 Игра Крокодил. Новый сезон  
21:55 Отпетые 90-е  
22:50 10 самых красивых женщин  
23:20 Практика секса  
23:50 Sexy Час

РОССИЯ 2

10:00, 14:10, 18:30, 21:25, 00:00, 02:30, 06:00 Новости  
10:20, 21:40, 00:20, 02:50, 06:20 Связь времен  
10:25, 21:50, 00:25, 02:55, 06:25 Байки старого больничника  
10:30, 12:20, 19:25, 21:55 Превью тура Росгосстрах Чемпионата России по футболу  
10:35, 19:30 Хоккей. Чемпионат NHL. "Buffalo Sabres" - "Ottawa Senators"  
12:25 Вызов Дениса Панкратова  
13:25 Шит и мяч  
14:25 Американский футбол. События недели  
14:55 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира в Голландии. Финалы в отдельных видах. Мужчины. Вольные упражнения, конь, кольца. Женщины. Опорный прыжок. Перекладина. Прямая трансляция  
18:45 Обзор матчей чемпионата NHL  
21:45 Программа передач на завтра  
22:00 Большой ринг  
00:30 Фигурное катание. Гран-При "NHK Trophy". Мужчины. Короткая программа  
03:00 Хоккей. Чемпионат NHL. "Detroit Red Wings" - "Anaheim Ducks". Прямая трансляция  
05:30 Шесть на шесть  
06:30 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира в Голландии. Финалы в отдельных видах. Мужчины. Вольные упражнения, конь, кольца. Женщины. Опорный прыжок. Перекладина

5 КАНАЛ

06:00 Д/с "Лучшее из Голливуда вместе с Табом Хантером"  
07:00 Д/с "Тайны истории. Унабомбер"  
08:00 Клуб знаменитых хулиганов  
08:25 М/ф "Винни-Пух", "Маугли"  
09:55 Х/ф "Внимание, черепаха!"  
11:20 Х/ф "Король и четыре королевы"  
13:05 Человек, Земля, Вселенная  
14:05 Исторические хроники  
15:00 Личные вещи. Александр Ширвиндт  
16:00 Сейчас  
16:30 Т/с "Гардемарины, вперед!"  
22:10 Х/ф "Настоящая любовь"  
00:35 Х/ф "Операция "Святая Януарий"  
02:40 Х/ф "Расплата-2"  
04:35 Д/с "Норманны"

Вопрос - ответ

**Предлагают купить водительское удостоверение в сети Интернет, сделав регистрацию в другом регионе, поясняя тем, что единой базы лишенных прав не существует. Действительно, так можно?**

Максим К.  
Теоретически Вы можете получить регистрацию в другом регионе и получить водительское. Однако, это наказуемо по нескольким статьям УК РФ и влечет за собой в том числе уголовный срок. Существуют вполне легальные способы возврата водительского удостоверения основанные на законе и пробелах в нем - этим и нужно пользоваться.

**Допустим, инспектор остановил меня по подозрению в употреблении алкоголя. Могу ли я отказаться дышать в его сомнительный прибор, который неизвестно кем произведен и что покажет?**

Федор С.  
Вы имеете право не дышать в его сомнительные приборы и в принципе игнорировать столь привычное "дыхни", равно как и игнорировать вопрос: спиртное употребляли? Направление на медосвидетельствование осуществляется согласно протокола о направлении новой формы. При этом, должен быть документально зафиксирован факт отказа от прохождения освидетельствования на месте.

**Дважды совершил нарушение, за которые предусмотрено лишение прав. Должно ли было мне выдаваться новое временное при втором нарушении?**

Андрей В.  
Следует помнить, что временное разрешение выдается один раз. То есть, если водителем будет допущено несколько правонарушений, влекущих лишение прав, то нового временного разрешения вам уже не выдадут. В имеющееся временное разрешение может быть вписана статья КоАП по которой составлен второй и последующий протоколы.

**Где я могла бы продлить свое временное разрешение на управление транспортным средством?**

Инна Л.  
Временное разрешение на право управления транспортными средствами продлевается органом, рассматривающим дело об административном правонарушении. Если Ваше дело рассматривает суд - то продлевает судья. Если материалы еще не поступили в суд, то его продлевают в ГИБДД.

**Обучаю свою девушку вождению на собственном автомобиле под своим чутким руководством, но прав у неё ещё нет. Чем это может грозить мне и моей девушке?**

Антон Г.  
Если у Вас поднимется рука, и Вы решите обмануть бедного и несчастного инспектора ДПС сказав, что водительское у Вашей девушки есть, но оно осталось где-то со всеми документами дома и вот есть только паспорт и, главное, он Вам поверит (ну вот только буквально вчера получила права - не знает еще что их надо брать с собой), то 12.3.1 КоАП, девушка пересаживается на пассажирское, Вы продолжаете путь дальше. Если все как есть, то у девушки 12.7.1 КоАП - 2500 р., у Вас 12.7.3 КоАП - 2500 р.

**Мне в РЭО отказали в регистрации, мотивировали как "деформация левого заднего крыла", при этом деформация едва заметная и движению и ничьей не угрожает. Это нормально или всё-таки нет?**

Сергей Р.  
Для регистрации транспортного средства в РЭО должны быть целы только номера завода производителя на раме, шасси и двигателе, поэтому если Ваш автомобиль в аварийном состоянии, то все равно Вы имеете право, как зарегистрировать, так и снять с учета ТС.

Материалы предоставлены сайтом [www.avtourist.info](http://www.avtourist.info)

ООО "Рем Транс" 8-927-021-00-08

- Ремонт грузовых автомобилей импортного и отечественного производства
- Ремонт узлов и агрегатов
- Ремонт топливной аппаратуры
- Ремонт прицепов и полуприцепов



г. Сызрань, Военный городок (р-н "Тяжмаш")

**АКЦИОНЕРНЫЙ ЦЕНТР**

- АВТОСИГНАЛИЗАЦИЯ
- ТОНИРОВКА
- ШУМОИЗОЛЯЦИЯ
- УСТАНОВКА АУДИО И ВИДЕО АППАРАТУРЫ
- АВТОЗАПЧАСТИ ДЛЯ ИНОМАРОК, УАЗ И ГАЗ - под заказ

ул. Хвальинская, 83  
91-19-94, 8-927-614-19-94

Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования

**Альянс-Обучение**  
осуществляет подготовку водителей транспортных средств категории "В"

- Опытные преподаватели и инструкторы
- Оборудованные учебные классы в Центре города, на Монгоре и Образцовской пл.
- Высокое качество подготовки к организованному экзамену ГИБДД
- Выгодная цена, поэтапная оплата
- Практическое вождение с удобным графиком
- Профессиональная психодиагностика в помощь будущему водителю
- Занятия по теме "Психология женщин-водителей"
- Занятия в вечернее время.

ул. Кирова, 46 (2 этаж)  
тел.: 91-61-93  
8-927-893-90-22

Дневное время по мере комплектования групп

Оформление купли-продажи автомобиля

Вы сдали на права, и теперь дело за малым - приобрести вожденное транспортное средство. Но, к сожалению, не у всех хватает достаточно средств для покупки нового авто в салоне, зачастую, подержанное авто - единственный вариант для начинающего автолюбителя. Что нужно знать, и как происходит покупка?

Что требуется от Вас, как от покупателя? Только паспорт. У продавца, помимо собственного паспорта, должен быть паспорт технического средства (ПТС) продаваемого им автомобиля и карточка техосмотра, если автомобиль не снят с учёта для продажи. Если авто не очень старое, у него, скорее всего, должна быть сервисная книжка. Отсутствие сервисной книжки у, например, пятилетнего авто, должно настораживать. В ПТС указываются все данные на автомобиль: модель, год выпуска, цвет, объём и мощность двигателя, другие данные. Если авто ввезли из-за границы, в ПТС должна стоять отметка о "растаможке". Обратите внимание - для Калининградской области может стоять таможенная отметка только для этой области, и по всей России она не действует!

Случается что у хозяина авто не подлинник ПТС, а его дубликат, который выдаётся в ГИБДД при утере. В дубликате не указано - с какого года машина находится в России, чем пользуются перегонщики, выдавая авто как "без пробега по РФ". Также можно "исправить" количество бывших владельцев авто.

Популярная мошенническая схема: под залог авто берут кредит в банке, при этом оригинал ПТС хранится в банке-кредиторе, мошенник пишет заявление в ГИБДД об утере ПТС, получает дубликат документа и продаёт авто с дубликатом. Если Вы купите его, то скорее всего банк заберёт его у Вас через суд, когда мошенник не будет выплачивать кредит.

Также обратите внимание на шрифт, различимость печатей и отсутствие "подчисток" в документах - угнанные авто всегда продают с поддельным ПТС. Следует осмотреть номерные знаки и номера на двигателе и кузове: они должны быть набиты ровно и без дефектов, номерные знаки тоже без признаков "самостоятельного" изготовления. Обязательно сравните данные о владельце машины в ПТС и паспорт продавца - если авто продаёт

не владелец авто, лучше сразу распрощаться с таким дельцом.

Не связывайтесь с покупкой автомобиля по доверенности! Юридически это не будет считаться законной сделкой по купле-продаже, доверенность не является документом, подтверждающим Ваше право собственности на авто, она лишь подтверждает право пользоваться автомобилем. Есть большая вероятность того, что впоследствии Вы останетесь без авто и без денег!



Далее, проверив ПТС, Вы не увидите ничего подозрительного. Теперь нужно оформить сделку. Это лучше сделать нотариально (если решили оформлять сами, то рекомендуется отразить в договоре порядок действий продавца и покупателя: например, снятие авто с учёта (если ещё не снято) - подписание договора - акт передачи авто - оплата). Владелец машины должен снять авто с учёта и получить транзитные номера.

После этого можно отправляться к нотариусу - составлять и подписывать договор, принять авто и передать продавцу деньги. Желательно, чтобы составление и подписание договора и передача денег взамен на ключи и документы произошли тут же, в присутствии нотариуса. Нотариус должен внести Ваши данные в ПТС и заверить их своей печатью. Обязательно возьмите у продавца расписку о получении оплаты.

В договоре рекомендуется указать, что продавец авто гарантирует что автомобиль не заложен под кредит или арестован. Попросите нотариуса внести этот пункт при составлении договора.

Договор купли-продажи можно заключить и без участия дополнительных лиц, но учтите, что тогда при оформлении машины в ГИБДД могут потребовать присутствия и продавца, и покупателя. Кроме этого полезно оформить акт приёма - передачи автомобиля новому владельцу.

**ГРУЗОВЫЕ ПЕРЕВОЗКИ**  
ЛЮБЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ  
8-909-365-88-44  
Возможен БЕЗНАЛИЧНЫЙ РАСЧЕТ  
ПОСТОЯННЫМ КЛИЕНТАМ СКИДКИ

Лучший выбор

**премио** ШИНЫ И СЕРВИС

Все размеры от ведущих производителей  
ШИНЫ, ДИСКИ, МАСЛА, ШИНОМОНТАЖ, ЗАМЕНА МАСЕЛ, АВТОСТЕКЛО  
Рассрочка, кредит

ул. Котовского, 2. т. 98-18-18

**ЗАПЧАСТИ**  
для:  
ЕВРОПЕЙСКИХ ГРУЗОВИКОВ И ПРИЦЕПОВ  
БЫСТРАЯ ДОСТАВКА • САМАРСКИЕ ЦЕНЫ

**АВТОЗАПЧАСТИ для ИНОМАРОК**  
ФИЛЬТРЫ для ИНОМАРОК  
ул. УРИЦКОГО, 2, тел: 8-927-614-06-78

Любителям АВТО продукция XADO

ул. Интернациональная, 166, т.: 91-07-56, 8-927-614-07-56  
с маслом XADO моторы НЕ ЛОМАЮТСЯ

## Звезда Шансона в Сызрани

23 октября в рамках гастрольного тура по России в нашем городе пройдет концерт Андрея Бандеры, популярного и востребованного исполнителя, с ярким, узнаваемым репертуаром.

В сызранский ДК "Горизонт" Бандера придет с более чем двухчасовой концертной программой, включающей как песни из дебютного альбома "Потому что люблю" и второго "Не любить невозможно", так и новые. Бандера будет петь с группой профессиональных музыкантов, которые — здесь прежде всего стоит сказать о виртуозной скрипачке Екатерине Цветаевой — выступают также и с сольными номерами, демонстрируя неизменное качество живого звука на каждом концерте.

Казалось бы, его имя услышали совсем недавно. После ротации его песен "Ивушка", "Русь" и "Клен" на радио "Шансон" творчеством певца

заинтересовались. К успеху Андрея не имели отношения PR-технологии или реклама, он не был участником искусственных скандалов и не делал популистских заявлений. Он просто поет.

Творчество Андрея Бандеры понятно, но не примитивно; доступно, но не маргинально. Он честен перед собой и слушателями, не эксплуатирует тюремную тематику, так как никогда не отбывал срок, не форсирует голос, хрипотой изображая "много повидавшего на своем веку". Проникновенный вокал с долей цыганских интонаций — голос человека открытого, искренне любящего жизнь.

...В конце 90-х Андрей Бандера переезжает в Москву. Его первые песни звучат на российских радиостанциях, а в 2004 году его композиции впервые ставит в эфир радио "Шансон". В феврале 2007 года выходит дебютный альбом "Потому что люблю" — результат более чем годовой работы в студии и на сайте вместе с народными продюсерами. 2007 и 2008 годы — это непрекращающиеся аншлаговые концерты в России и за её пределами. Русскоязычного певца с фамилией, похожей на испанскую, великолепно приняли даже в Испании.

Сложно найти ресторанный музыканта, в репертуаре которого нет хотя бы одной-двух композиций Андрея. Ровно через два года после выпуска первого диска, 12 февраля 2009 года, выходит второй альбом "Не любить невозможно". Двенадцать новых песен, часть которых уже была представлена в разное время на концертах и пришлось по душе зрителям из десятков городов.

Секрет Андрея Бандеры — в постоянной работе совместно со слушателями, они же самые пристрастные критики и продюсеры. Размещение ещё незавершённых песен на сайте, реакция на аргументированную критику и рассмотрение любых, даже самых дерзких на первый взгляд идей и предложений, приглашение народных продюсеров на концерты, на запись песен в студии, на специальные продюсерские совещания, не говоря уже о постоянном притоке талантливых авторов с их яркими произведениями — всё это даёт свои результаты.

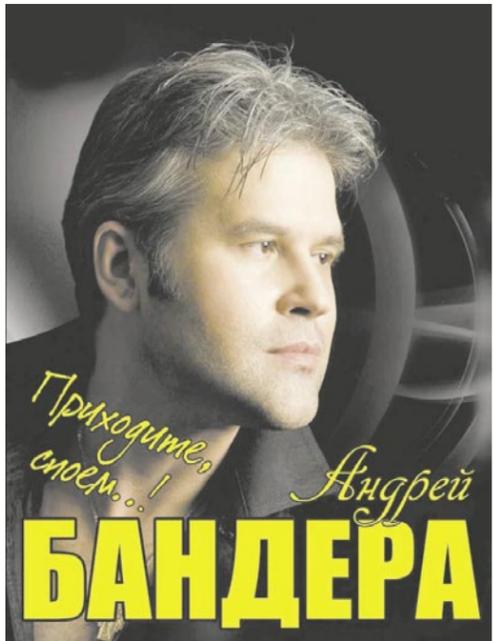
Несмотря на предложения многих рекорд-лейблов, Андрей Бандера по-прежнему не собирается быть продуктом рекламы и искусственной звездой. Непосредственное общение



со слушателями на концертах и в Интернете, участие поклонников и народных продюсеров во всех этапах работы над песнями, альбомами и концертами Андрей Бандера считает главной причиной своего успеха и собирается идти этим путем дальше.

**Концерт Андрея Бандеры**  
23 октября, ДК "Горизонт"  
начало в 19.00

Билеты можно приобрести  
в кассе ДК "Горизонт".  
Стоимость билета от 500 до 1000 руб.

ТВ ПРОГРАММА  
ВОСКРЕСЕНЬЕ

24 октября 2010 г.

## ПЕРВЫЙ

06:00, 10:00, 12:00 Новости  
06:10 X/ф "Контрабанда"  
07:50 Служу Отчизне!  
08:20 М/с "Кряк-бригада", "Гуфи и его команда"  
09:10 Здоровье  
10:10 Непутевые заметки  
10:30 Пока все дома  
11:20 Фазенда  
12:00 СЧАСТЬЕ ЕСТЬ  
13:00 Вся правда о еде. "Если хочется, то можно"  
14:00 Футбол. Чемпионат России. XXV тур.  
ЦСКА - "Рубин". Прямой эфир.  
В перерыве - Новости  
16:00 X/ф "Спортлото-82"  
18:00 Лед и пламень  
21:00 Время  
22:00 Мульти личности  
22:30 Yesterday live  
23:10 Познер  
00:10 X/ф "Люди X-2"  
02:40 X/ф "Любовное гнездышко"  
04:20 Детективы

## РОССИЯ 1

05:35 X/ф "Тревожное воскресенье"  
07:15 Смехопанорама  
07:40 Жил, чтобы помнили. Леонид Филатов  
08:35 Сам себе режиссер  
09:25 Утренняя почта  
10:00 Комната смеха  
11:00, 14:00 Вести  
11:10 Местное время. Вести-Самара  
11:50, 04:00 Дайджест "Городок"  
12:20 Т/с "Я тайнохранитель. Старые счёты"  
14:20 Местное время. Вести-Самара  
14:30 Вести. Дежурная часть  
15:00 Честный детектив  
15:30 Смеяться разрешается  
18:00 X/ф "Я подарю тебе чудо"  
20:00 Вести недели  
21:05 Специальный корреспондент  
21:35 X/ф "От сердца к сердцу"  
23:30 33 весёлых буквы  
00:00 X/ф "Пять неизвестных"  
01:45 X/ф "Тремлины-2: Новая заварушка"

## СТС

06:00 X/ф "Успеть до полуночи"  
08:20 М/с "Смешарики"  
08:30 М/с "Мир странствий"  
09:00 Самый умный  
10:30 М/с "Том и Джерри"  
11:00 Галилео  
12:00 Смотрите это немедленно  
13:00 X/ф "Эван Всемогущий"  
14:50, 16:00, 18:10 Т/с "6 кадров"  
16:30 X/ф "Такси"  
19:20 М/ф "В поисках Немо"  
21:00 X/ф "Брюс Всемогущий"  
22:50 X/ф "Апокалипто"  
01:20 X/ф "Вампир в Бруклине"  
03:15 X/ф "Игра по чужим правилам"  
05:20 Музыка на СТС

## НТВ

06:05 М/с "Люди Икс: Эволюция"  
06:55 Сказки Баженова  
07:25 Дикий мир  
08:00, 10:00, 13:00, 16:00 Сегодня  
08:20 Лотерея "Русское лото"  
08:45 Их нравы  
09:25 Едим дома  
10:20 Первая передача  
11:00 Д/п "Битва за север". Война"  
12:00 Дачный ответ  
13:30 Суд присяжных: главное дело  
15:05 Своя игра  
16:20 Развод по-русски. "Просроченная еда"  
17:20 И снова здравствуйте  
18:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.  
Обзор за неделю  
19:00 Сегодня. Итоговая программа  
20:00 Чистосердечное признание  
20:50 Центральное телевидение  
21:50 Т/с "Морские дьяволы. Судьбы".  
"Окончательное решение"  
23:55 Нереальная политика  
00:25 Футбольная ночь  
00:55 X/ф "Коралина в стране кошмаров"  
03:05 X/ф "Возвращение к озеру смерти"  
04:55 Очная ставка

## ТВЦ

05:35 X/ф "Пять минут страха"  
07:20 Дневник путешественника  
07:50 Фактор жизни  
08:20 Крестьянская застава  
09:00 Д/ф "Величайшие сооружения древности.  
Ангкор-Ват"  
09:45 Наши любимые животные  
10:15 Д/ф "Лидия Шукшина. Непредсказуемая роль"  
10:55 Барышня и кулинар  
11:30, 00:00 События  
11:45 X/ф "К Чёрному морю"  
13:10 Смех с доставкой на дом  
14:20 Приглашает Борис Ноткин  
14:50 Московская неделя  
15:25 Д/ф "В ожидании конца света"  
16:15 Реальные истории. "Родительские муки"  
16:50 X/ф "Запасной инстинкт"  
21:00 В центре событий  
22:00 X/ф "Законопослушный гражданин"  
00:20 Временно доступен. Сергей Жигунин  
01:20 X/ф "Роквая красатка"  
03:20 X/ф "Улица молодости"  
05:10 Д/ф "Величайшие сооружения древности.  
Айя-София"

Бизнес Инфо

8 927 606 4 606

e-mail: [biznesinfo606@rambler.ru](mailto:biznesinfo606@rambler.ru)

ICQ: 214307216

РАЗМЕЩЕНИЕ ВИЗИТОК, БУКЛЕТОВ, ФЛАЕРОВ (ФОРМАТ А6, А5, А4)  
НА РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ СТОЙКАХ.ПЕЧАТЬ ДВУХСТОРОННИХ ПОЛНОЦВЕТНЫХ ВИЗИТОК  
ПО 1 РУБЛЮ ОТ 1000 ШТУК

В самых лучших местах!



**КРИСТАЛЛ** ТОРТ "ПЬЯНАЯ ВИШНЯ"

000

Лучшее лакомство для вашего стола!

телефоны: 99-80-87, 99-84-22, 99-80-46

Универмаг, ул. Свердлова, 3  
м-н "Элита-1", ул. Лазо, 20  
м-н "Элита-2", ул. Локомотивная, 52  
киоск "Сладкоежка", (магазин "555")  
киоск "Лакомка" (тер. Автовокзала)  
пос. Варламово, ул. Кооперативная, 3

ОПТОМ В РОЗНИЦУ НА ЗАКАЗ

Бисквитный крем на основе растительных сливок с вишней в роме, вишня кофейная, шоколадная глазурь

Негосударственное образовательное учреждение  
"Независимый учебный центр "Кадры"

- Слесарей-ремонтников
- Электромехаников по лифтам, монтажников
- Электромонтеров
- Электрогазосварщиков
- Крановщиков, компрессорщиков
- Машинистов погрузчиков
- Слесарей КИПиА котельных и газового оборудования
- Слесарей котельных
- Операторов котельных, лаборантов ХВО
- Лифтеров, стропальщиков
- Оператор товарный
- Маляр-инструктор
- Машинист насосных установок
- Слесарь-сантехник
- Операторов заправочных станций
- Машинистов дорожно-транспортных машин
- Специалистов по организации перевозок грузов и пассажиров автотранспортом
- Водителей автомобилей и специалистов по перевозке опасных грузов
- Ответственных лиц за грузоподъемные краны, лифты, газовое и паросиловое хозяйство, сосуды под давлением, трубопроводы пара и горячей воды, электро и тепловое хозяйство
- Оператор технологических установок
- Рабочих всех строительных специальностей (более 56 наименований)
- Оператор АГЭС
- Монтажники стальных железобетонных конструкций

ул. Советская, 11-13, 2 эт. ☎ 98-33-91

магазин секонд хэнд и сток  
"Одежда для всей семьи"

Малышки и девчонки,  
А также их родители -  
Одеяться не хотите ли...?

ТЦ "Орион"  
ул. 50 лет Октября, 69А  
(вход со двора)  
т. 8-927-028-59-76

График работы: пн. - пт. с 13.00 до 19.00  
сб. с 12.00 до 17.00, вс. - выходной

Продаются щенки  
ЧАУ-ЧАУ

от титулованных родителей,  
с отличной родословной  
(кремовые, черные)

Хотите доброго  
"МИШКУ"?

ЗВОНИТЕ:  
35-08-37,  
8-937-213-03-77,  
8-927-779-61-02

КАФЕ *Тихая Гавань*

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА  
ШАШЛЫКА  
НА ДОМ И В ОФИС

тел.: 912-912

**ТВ ПРОГРАММА  
ВОСКРЕСЕНЬЕ**

**24 октября 2010 г.**

**REN TV**

06:00 Неизвестная планета. Марш тысячи самураев  
06:25 Т/с "Фирменная история"  
08:25 Скетч-шоу "Дальние родственники"  
08:55 Дураки, дороги, деньги  
10:25 "Задорновости" Концерт М.Задорнова  
12:00 Репортерские истории  
12:30 Новости 24  
13:00 Неделя  
14:00 Х/ф "Таинственный лес"  
16:10 Х/ф "Библиотекарь 3. Проклятие Иудовой чаши"  
18:00 В час пик. "Силиконовая жизнь"  
19:00 Неправедливость  
20:00 Х/ф "Мерцающий"  
21:50 Х/ф "Один пропущенный звонок"  
23:40 Мировой бокс: Восходящие звезды  
00:10 Х/ф "Частный секс-клуб"  
02:05 Т/с "Золотая медуза"

**ТВЗ**

06:00 М/с "Лига справедливости"  
06:30 М/с "Годзила"  
07:00 М/с "Юху и его друзья"  
08:00 М/с "Бакуган"  
08:30 М/с "Герои"  
09:00 Х/ф "Геркулес и амазонки"  
11:00 Как это сделано  
11:30, 04:30 Т/с "Третья планета от солнца"  
12:00 Домашний ресторан  
13:00 Д/ф "Диагноз: Москва"  
14:00 Т/с "Говорящая с призраками"  
16:00 Х/ф "Сотовый"  
18:00 Д/ф "Не такие. Подземный экстрим"  
19:00 Х/ф "Мистер крутой"  
21:00 Х/ф "Роб Рой"  
00:00 Т/с "Убежище"  
01:00 Т/с "Пси-фактор"  
02:00 Х/ф "Оружейный барон"  
05:00 Т/с "Говорящая с мертвыми"

**Муз ТВ**

05:00, 01:30 Муз-ТВ хит  
06:55 Мультфильмы  
08:05 Наше  
09:05 Европа Плюс Чарт  
10:00 v\_PROkate  
10:30 Напросились  
11:00 10 самых международных дуэтов  
11:30 Майкл Джексон. История Успеха  
12:00 Звезды зажигают  
13:00 Русский чарт  
14:00, 01:00 PRO-обзор  
14:30 Анатомия красоты  
15:30 Скорая Модная Помощь  
16:00 Звездный талисман  
16:30 Кухня Муза  
17:00 Игра Крокодил. Новый сезон  
18:00 Лаборатория чувств  
19:00 Популярная правда. Во что верят звезды?  
19:30 Мы умеем зажигать!  
20:30 Укрощение строптивых: школа шарма  
23:00 10 самых коротких юбок по мнению Love Radio  
23:30 Практика секса  
00:00 Sexy Час

**РОССИЯ 2**

10:00, 13:00, 21:20, 01:15, 03:35, 06:00 Новости  
10:20, 21:35, 01:00, 03:55, 06:20 Связь времен  
10:25, 01:05, 06:25 Байки старого больельщика  
10:30 Американский футбол. События недели  
11:00 Хоккей. Чемпионат NHL. "Detroit Red Wings" - "Anaheim Ducks"  
13:15 Большой ринг  
15:15, 22:15 Обзор матчей чемпионата NHL  
15:55 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира в Голландии. Финалы в отдельных видах. Мужчины. Опорный прыжок, брусья, перекладина. Женщины. Бревно. Вольные упражнения. Прямая трансляция  
19:30 Хоккей. Чемпионат NHL. "Detroit Red Wings" - "Anaheim Ducks"  
21:40 Программа передач на завтра  
21:45 Шахматное обозрение  
22:55 Футбол. Чемпионат Франции. "Лилль" - "Марсель". Прямая трансляция  
01:35 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. "Звезда" (Россия) - "Подравка" (Хорватия)  
04:00 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. "Динамо" (Россия) - "Виборг" (Дания)  
06:30 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира в Голландии. Финалы в отдельных видах. Мужчины. Опорный прыжок, брусья, перекладина. Женщины. Бревно. Вольные упражнения

**5 КАНАЛ**

06:00 Д/с "Лучшее из Голливуда вместе с Табом Хантером"  
07:00 Д/с "Тайны истории. Говард Хьюз. Авиатор"  
08:00 М/ф "Большой секрет для маленькой компании", "Мальш и Карлсон", "Карлсон вернулся"  
08:55 Х/ф "Приключения Толи Клюквина"  
10:00 В нашу гавань заходили корабли  
11:05 Шаги к успеху  
12:05 Истории из будущего  
12:40 Встречи на Моховой  
13:40 Д/ф "Атлантида"  
14:45 Т/с "Черная стрела"  
18:30 Главное  
19:30, 20:40 Картина маслом. "Армия: о чем молчат солдаты"  
19:40 Д/ф "Армия: о чем молчат солдаты"  
21:30 Х/ф "Сумка инкассатора"  
23:20 Х/ф "Бассейн"  
01:45 Х/ф "Формула 51"  
03:35 Д/с "Все о деньгах"  
04:35 Д/с "Голливуд против мафии"

**Мероприятия**

**14 октября**  
**ДК "Восток", 12.30**  
Детская дискотека "Кураж+спортивная минутка"  
**ДОУ №37, 11.00**  
Программа для детей "Малышок" с участием коллективов ДК им. М. Жукова  
**ДК им. М. Жукова пос. Новокашпирский, 14.00**  
Театрализованная игра для детей "Покров всю землю укрыл"  
**ДК "Строитель", 15.15**  
Театрализованная программа "В гостях у царицы Осени"

**15 октября**  
**Драматический театр им. А.Н. Толстого, 18.30**  
Открытие театрального сезона 2010-2011 г.г.  
**ДК "Восток", 12.30**  
Веселые старты "Спортбой"  
**ДК им. М. Жукова пос. Новокашпирский, 17.00**  
Конкурсно-развлекательная программа для детей "Фабрика звезд по-Новокашпирски"  
**ДК "Художественный", с 19.00 до 23.00**  
Бард-кафе "585 проба"

**16 октября**  
**Площадь им. Ленина, 10.00**  
Выпуск военных вертолетчиков ВУНЦ ВВС ВВА им. профессора Жуковского и Гагарина.  
**Детская школа искусств №3, 11.00**  
Открытие театрального сезона школьного театра "Маскарад" - "Театр открывает двери"

**17 октября**  
**Драматический театр им. А.Н. Толстого**  
Спектакль "Баллада о таинственном рыцаре", 11.00  
Спектакль "Иван да Марья" (сказка), 18.00

**19 октября**  
**ДК им. М. Жукова пос. Новокашпирский, 14.00**  
Тематическая программа для подростков "Лабиринт"

**ДК "Восток", 12.30**  
Турнир настольных игр "Азарт"  
**Танцевальный зал ДК "Строитель", 14.00**  
Игровая программа "На золотом крыльце сидели"

**20 октября**  
**ДК "Художественный", с 14.00 до 16.00**  
Тематическая программа в клубе "Не стареют душой ветераны" - "Осень золотая"  
**ДК им. М. Жукова пос. Новокашпирский, 14.00**  
Собрание клуба ветеранов войны и труда "Фронтвик"  
**Профилакторий "Свежесть", 18.30**  
Фуршетный вечер Народного ансамбля "Россияне" ДК "Строитель"  
**Детская школа искусств №4, 17.00**  
Развлекательная программа "Посвящение в первоклассники" - "Веселые нотки!"

**Выставки**

**Выставочный зал**  
**Пн.-пт. 10 - 17 ч., Сб. 10 - 15 ч.**  
Зал Воинской славы. Выставка, посвященная 10-й годовщине гибели "АПЛ "Курск"  
**С 30 сентября**  
Выставка "К 125-летию создания Сызранской метеостанции"

**Краеведческий музей г.о. Сызрань**  
**по 15 октября**  
"Любимому городу посвящается" художественная выставка, посвященная Дню города  
**4 октября — 26 октября**  
Персональная выставка Волкова В.И., посвященная 75-летию художника  
**19 октября — 7 декабря**  
Передвижная выставка картин из фондов Международного Центра Рерихов

**ДК "Восток"**  
**15 — 24 октября**  
Выставка творческих работ "Волшебный бисер"

**Улица Кино**

**График демонстрации кинофильмов с 14 по 20 октября 2010 г.**

**Зал № 1**  
**12:10, 14:10, 16:10, 18:10, 20:10, 22:10**  
"Ярослав" (история, приключения)

**Зал № 2**  
**12:30, 14:30, 16:30, 18:30**  
Темный мир (фантастика)  
**20:30, 22:30**  
Немыслимое (триллер)

**Зал № 3**  
**12:20, 14:20, 16:20, 20:40, 22:40**  
Стоун (фантастика)  
**18:20**  
Край (драма)

Расписание сеансов может быть изменено, просьба уточнять по телефону 98-01-01

**Праздники**

**15 октября**  
Международный день белой трости

**16 октября**  
День Шефа (День Босса)  
Всемирный день продовольствия  
Всемирный день анестезиолога

**17 октября**  
День работников пищевой промышленности

**20 октября**  
День рождения Российского военно-морского флота (День моряков-надводников)  
День военного связиста  
День авиадиспетчера

**Международная выставка кошек**  
**"Кубок Богемы"**  
**16 октября ДК "ГОРИЗОНТ"**

- более 20 пород  
- костюмированное шоу  
- ринги открытого судейства

Цена билета: взрослый - 70 руб  
детский - 50 руб  
(до 2-х лет бесплатно)

Время для посетителей: с 9.30 до 18.00  
тел: 8-927-270-30-15

Генеральные спонсоры: "ТАКСИ-98" т. 98-98-98 "Детское кафе "Браухауз" ул. Ульяновская, 108, т. 98-02-44

**МОСКОВСКИЕ ЛИЛИПУТЫ**

Впервые Московские лилипуты! Дрессированный трансформер. "На грани жизни и смерти" - укрощение ядовитой кобры. Медведь великан (рост 2м. 10см.). Шимпанзе по имени Шон. Голубиная феерия. Чау-чау и королевские пудели. Питон и говорящий попугай. Карликовый верблюд, мини-носорог и дрессированный гамадрил.

**ВАС ЖДЕТ НЕ ПРОСТО ЦИРК - ВАС ЖДЕТ ШОУ!**

Предъявителю купона скидка 50 рублей. **14 ОКТЯБРЯ** Дети до 5 лет БЕСПЛАТНО!

**ДК "Авангард" - 10.00, 12.00** **ДК "Горизонт" - 18.00**  
тел. 99-29-18 тел. 35-11-40

**Гороскоп**

**с 11 по 17 октября 2010 года**

**Овен**  
Все эти дни Вы в работе аки пчелки, тем более, что в голове роятся самые невероятные планы. Приятная информация ожидается в начале недели, а в середине Вас нагрузят обязанностями.

**Телец**  
У многих Тельцов успешно пройдет заграничная поездка. Велика вероятность обретения надежных иностранных партнеров. Вам необходимо активно искать сферу вложения сил, интеллекта и капитала.

**Близнецы**  
В эти дни тщательно проверьте все документы. Следует подвести черту под старыми планами. Нужно помнить, что невезение - это следствие грубых просчетов.

**Рак**  
Легкость и непринужденность в общении помогут установить обстановку доверия и полного взаимопонимания. Раки уделят повышенное внимание бытовым вопросам и текущим делам на работе. Вам придется приложить старания.

**Лев**  
Замаячат новые рабочие перспективы, но нежелательно принимать кардинальные решения на этой неделе, лучше всё хорошенько обдумать. Ближе к субботе могут появиться новые выгодные партнерские соглашения.

**Дева**  
Необходимо противостоять расползению к безрассудным поступкам и беспечности в жизни. Попробуйте научиться анализировать каждый свой поступок, каждую возникшую мысль.

**Весы**  
Вы выберете основной темой недели Ваши обязанности и Ваше здоровье. Если Вы плохо справляетесь с обязанностями, то ждите неприятностей - особенно партнеров, которые раньше были на Вашей стороне.

**Скорпион**  
Звезды предупреждают от стремления любой ценой выделиться или поставить свое мнение выше мнения других - вероятно ошибка, которая может повлечь за собой финансовые потери или падение авторитета.

**Стрелец**  
Любовь и уважение окружающих Вас людей придаст Вам заряд бодрости и оптимизма. Благоприятная эмоциональная обстановка в семье создаст стартовую площадку для успешного ведения дел в будущем.

**Козерог**  
В воскресенье любое перемещение даст неожиданные результаты - если не хотите их, лучше из дома не выезжать. Избегайте повышенного тона в общении с подчиненными и детьми. Не пытайтесь утвердить свою правоту силой или за счет чужих-то интересов.

**Водолей**  
Многие представители знака будут подвержены риску потерять свою независимость и подчиниться власти непорядочных влиятельных людей.

**Рыбы**  
Возможно, на этой неделе границы Вашей компетенции несколько расширятся - Вы получите карьерное повышение. Если нет, то в любом случае отношения с руководством будут складываться благоприятно, Вы также произведете хорошее впечатление на коллег.

**Места распространения газеты "КОМПАС Поволжья"**

**Газету "КОМПАС Поволжья" Вы можете бесплатно взять в следующих местах:**

Торговый центр "Гера и К"	Торговый центр "Универмаг"	Бизнес центр "Ильинский ряд"	Проходная завода
Торговый центр "Эридан"	Торговый центр "Строй Сити"	ФОК "Надежда"	"Сызранский мясокомбинат"
Торговый центр "Пассаж"	"ЦУМ" Сызрань"	КРК "Улица"	Проходная завода "Тяжмаш"
Торговый центр "Русский рынок"	Промышленный рынок	Сеть строительных магазинов "Стройбастер"	Проходная завода "НХЗЧ"
Торговый центр "Волжанка"	Сеть магазинов "Тройка"	Сеть строительных магазинов "Стройбастер"	СК "Кристалл"
Торговый центр "Орион"	Сеть магазинов "Любимый город"	Сеть строительных магазинов "Терминал"	Шинный центр "Премиио"
Торговый центр "Монгора"	Сеть магазинов "Дюна"	Магазин автозапчастей "БИ-БИ"	МРЭО ГИБДД
Торговый центр "Автобус"	"Фабричная застава"	Проходные завода "Пластик"	"Волжские сандуны"
Торговый центр "Юбилейный"	Деловой центр (ул. Котовского)	Проходные завода "Криста"	"Земский банк"
	Деловой центр (ул. Кирова, 46)		"Автовазбанк"

**КОМПАС ПОВОЛЖЬЯ**

Еженедельное рекламно-информационное издание  
Газета зарегистрирована Поволжским управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия ПИ №76-00228

**Над выпуском работали:**  
Редактор - Галина Крылова  
Дизайн и верстка - Андрей Халтамов  
Корректор и журналист - Арина Королёва  
Нач. отдела рекламы - Анастасия Гнеденкова  
Менеджеры по рекламе - Юлия Осипова

**Тел. редакции: 8 (8464) 916-391, 916-392**  
E-mail: gazeta@compas-p.ru

Газета отпечатана ООО "ПДП" 445043, Самарская обл., г. Тольятти, ул. Южное шоссе, д. 30  
Газета подписана в печать по графику - 14.00, фактически - 14.00.  
12 октября 2010 г. Тираж: 10000 экз. Заказ № 1412  
Выходит по средам

**Редакция не всегда разделяет мнение авторов**  
**Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель**

**Газета распространяется бесплатно**  
по описам организаций, предприятиям, в торговых центрах и сетях продуктовых и строительных магазинов

**ЖАЛЮЗИ**  
ЖАЛЮЗИНОВ

**ВСЬ ОКТЯБРЬ  
НА РУЛОННЫЕ ЖАЛЮЗИ  
СКИДКИ 10 %**

**ЖАЛЮЗИ  
РОЛЛСТАВНИ  
АВТОМАТИЧЕСКИЕ ВОРОТА**

ул. Октябрьская, 48а, ТЦ «Пирамида», офис 12.  
Тел./факс: (8464) 903-111, 902-888, 902-722  
пр-т. 50 лет Октября, 54, вход с торца. Тел. (8464) 357-484  
ул. Советская, 1, вход в «Мегафон», 2 этаж.  
Тел. (8464) 985-948  
ул. Победы, 13. Тел. (8464) 98-67-78

**Замер и установка - бесплатно**

**Современные  
ДВЕРИ**

**СТАЛЬНЫЕ ВХОДНЫЕ**



**РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА**

ул. Степана Разина, 46/48, т. 911-975;  
ТД «СтройСити», ул. Стахановская, 33, т. 33-16-33;  
ул. Невская, 30 (ТД «ЮНАС»), т. 96-85-43

**ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ  
КОМПЛЕКС  
СТРОИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ**

**ВСЕГДА В НАЛИЧИИ:**  
✓ ДСП, ДВП, фанера, шифер, рубероид, утеплители, цемент, сухие смеси  
✓ Производство и продажа **КЕРАМЗИТОБЛОКОВ** и **ТРОТУАРНОЙ ПЛИТКИ**

Работаем за наличный и безналичный расчет, оперативное оформление и отпуск товара в одном месте

**ДОСТАВКА • ПОГРУЗКА • КРЕДИТ**  
ул. 1-я Железнодорожная, 17.  
(проезд маршр. авт. № 9, р-н шк. № 37)  
Тел./факс:  
374-374, 92-22-13, 92-20-13, 92-30-13

Новый фирменный салон

**ДВЕРИ - это РАДА**

**ДВЕРИ**

входные и межкомнатные  
высокого стандарта,  
качества и неповторимого  
первоклассного дизайна

**РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА**

ТЦ «Монгора», 2 этаж  
т. 8-927-210-63-63, 8-927-269-97-77

**10% АКЦИЯ**  
**СКИДКИ ВСЕМ**

ООО «ВОДОПРОВОДНАЯ КОМПАНИЯ  
"НОВЫЙ ВЕК"»

РАДИАТОРЫ концерна RAGAINI (Италия)

500x100x160=4 м<sup>2</sup> 800 руб.  
500x100x80=2 м<sup>2</sup> 400 руб.

Монтаж систем отопления,  
водоснабжения,  
канализации любой  
сложности

Установка  
водяных  
счетчиков

ул. Советская, 3  
тел.: 91-20-21, 8-927-614-20-21  
(вход с ул. Ульяновская)

**ДАНА ПЛЮС**

**ПЛАСТИК  
ЛИСТОВОЙ**

ТЕПЛИЦЫ  
ТОЛИКАРБОНАТ  
САЙДИНГ  
ПВХ ПАНЕЛИ

Изготовление  
**НАВЕСОВ**  
любой  
сложности

www.dana-plus.ru  
(8464) 33-47-33, 91-08-78  
ул. Декабристов, 55

**ПЛАСТИКОВЫЕ  
ОКНА** ГОСТ

КВЕ TROCAL ОТДЕЛКА:

откосов, балконов,  
лоджий. Жалюзи

Монтаж, доставка, демонтаж  
**БЕСПЛАТНО!**

91-15-16  
8-927-269-30-46, 8-927-610-22-45  
ул. Советская, 32

ГУ СО «Сызранская городская станция  
по борьбе с болезнями животных»

Диагностика, лечение, хирургия,  
стрижка, вакцинация, чистка  
зубов, чипирование, выдача  
вет. справок и свидетельств.  
Выезд на дом

**ВЕТАПТЕКА  
ЛЕЧЕБНЫЕ КОРМА**

ул. Баумана, 17. т.: 33-48-77  
ул. Звездная, 4а. т.: 96-00-03, 8-927-614-33-07, без выходных

**ВЕТЕРИНАРНАЯ КЛИНИКА  
РОЗОВЫЙ СТОЛ**

вет. аптека • выезд  
полный спектр  
ветеринарных услуг

ул. Полевая, 22,  
т.: 8 (8464) 98-44-03, 8-927-774-94-31  
Режим работы: пн.-пт. с 8:00 до 22:00,  
сб.-вс. с 10:00 до 13:00  
без перерывов и выходных

**ЗООЦЕНТР  
РОЗОВЫЙ СТОЛ**

зоомагазин  
вет. аптека  
салон по грумингу  
(парикмахерская для животных)

ул. Советская, 69,  
т.: 8-927-024-49-99  
Режим работы: с 9:00 до 19:00

**Женский спортивный клуб  
"БОДИШЕЙП"**

Предлагает программы:

- ШЕЙПИНГ (коррекция фигуры)
- Здоровая спина (профилактика заболеваний спины, укрепление мышечного корсета)
- лечебная гимнастика для пенсионеров (с учетом возрастных изменений организма и заболеваний)
- восточные танцы
- СТРИП-ДАНС

КРК «Энергия»  
пр. 50 лет Октября, 5  
т. 8-917-827-93-53

Комфорт и надежность Вашего дома!

ТЦ «Ваш дом»  
ул. Советская 70/1 (цокольный этаж)  
т.: 98-57-94, 91-31-04

**Элит Хаус**

Окна  
ПВХ (установка и монтаж по ГОСТу)  
Алюминиевые конструкции  
Евроокна из массива дерева

Двери межкомнатные  
и входные

Камень декоративный (Fortkan, Stone life)

Жалюзи всех видов

Ремонт  
- замена сантехники, отопления (полипропилен)  
- малоэтажное строительство (под ключ)

рассрочки  
подарки  
скидки

**ВЕТЕРИНАРНЫЙ  
КАБИНЕТ**  
ип Осокин А.В.

♦ ДИАГНОСТИКА (ЭКГ, общий анализ мочи, кровь на сахар, пироплазмоз, ультразвуковая чистка зубов, кал на яйца глист)

♦ ТЕРАПИЯ (в т.ч. электрофорез, УФ-терапия)

♦ ХИРУРГИЯ

♦ ВСЬ СПЕКТР КОРМОВ ROYAL CANIN в наличии и на заказ

♦ ЛЕЧЕНИЕ экзотических животных и птиц

♦ ПРИВИВКИ

ул. К. Маркса, 12, ТЦ Юбилейный; тел. 8-927-210-07-52, 8-908-407-46-22  
Время работы: будни с 8-00 до 20-00, сб./вс. с 9-00 до 14-00; перерыв на санобработку: с 13-00 до 13-30

**ТАКСИ**  
"Здравствуйте"

Лучшие цены для Вас!

991-991  
91-48-48  
91-49-49  
8-927-614-48-48  
8-927-614-49-49  
8-927-614-09-91

Агентство  
**ПРАЗДНИК**

СВАДЬБЫ ЮБИЛЕИ  
ДЕТСКИЕ ПРАЗДНИКИ

ТАМАДА, ДИСКОТЕКА, ФОТО-ВИДЕОСЪЕМКА  
ФОКУСНИКИ, КЛОУНЫ, ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ

ОФОРМЛЕНИЕ ВОЗДУШНЫМИ ШАРАМИ, УКРАШЕНИЕ СВАДЕБНЫХ АВТОМОБИЛЕЙ

ул. Победы, 53, Центр торжеств, т.: 8-927-269-47-00, 8 (8464) 923-923

**БЕГЕМОТ**

ТАКСИ ТАКСИ ТАКСИ ТАКСИ ТАКСИ ТАКСИ

ЗАКАЗ МИКРОАВТОБУСА

91-42-42  
8-927-614-42-42

ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ С Л/А

**ТАКСИ ПРЕМЬЕР**

По району - 50 руб.  
Меж.город - 10 руб. за км.

98-18-88  
8-927-214-88-74  
8-919-817-78-74  
8-908-427-79-04

**ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ**

от услуги экскаватора и крана до

8-927-213-20-00

ООО «Ломбард Витим»

Ссуды под залог  
Скупка золота

пр. 50 лет Октября, 24  
тел.: 8-937-211-0100

РИТУАЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ОБЕЛИСК»

ВЫЕЗД НА ДОМ • РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ ЗА 2 ЧАСА • КРУГЛОСУТОЧНОЕ РИТУАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

91-03-55, 8-927-0-222-000

Широкий выбор памятников  
Оформление заказов на дому

ул. Чапаева, 53, т.: 98-55-55;  
ул. Урицкого, 131/1 (Ремвизм), т.: 33-36-18;  
пр-т 50 лет Октября, 22, т.: 8-927-614-04-24

ООО «МЕМОРИАЛ»

весь перечень **РИТУАЛЬНЫХ УСЛУГ**

изготовление и установка **ПАМЯТНИКОВ**  
услуги траурного зала, холодильной камеры

**ОТПЕВАНИЕ** в поминальной часовне участникам ВОВ и локальных войн, ветеранам ВС пенсионерам МО - услуги **БЕСПЛАТНО** (за счет МО)

ул. Декабристов, 244  
пр. 50 лет Октября 24-а ул. Локомотивная, 25  
тел.: 99-53-88, 8-917-125-17-40

**КРУГЛОСУТОЧНО**