

КОМПАС

Будь в курсе!

ПОВОЛЖЬЯ

№ 13 (13) Среда, 27 октября 2010 года

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО

БРИЗ
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

ОКНА
отделка откосов
ДВЕРИ
ВХОДНЫЕ и
МЕЖКОМНАТНЫЕ

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
(Франция)

ЖАЛЮЗИ ВЕРТИКАЛЬНЫЕ и
ГОРИЗОНТАЛЬНЫЕ

Остекление и отделка балконов и лоджий под ключ

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

ОТОПЛЕНИЕ, ВОДОСНАБЖЕНИЕ

скидки, подарки, рассрочка, кредит



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 БЕЛЬЕ
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
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 зала
Современный дизайн, светлые, пастельные тона интерьера
Изысканные образцы европейской и восточной кухни
Высокий уровень обслуживания. Доброжелательный персонал

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

ПЛАСТИКОВЫЕ ПАНЕЛИ 110 цветов

САЙДИНГ СОФИТЫ

СКИДКА до 10%

■ 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)

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
Комиссионный магазин

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

Артем Онушкин: “Играем музыку, которая нравится”



Артем Онушкин – лидер уже известной и полюбившейся сызранцам группы “Дуглас руки-пятки”. Осенью 2010 года коллективу исполнилось три года, за этот сравнительно небольшой срок группа успела приобрести не только поклонников, но и учеников, принять участие почти во всех городских праздниках, выступить на площадках области и представить наш город на Всероссийской “Студвесне”.

- Как появилась идея создания группы?

- Три года назад мы с Дмитрием Деревянкиным участвовали в фестивале “Волга против наркотиков”, там познакомились с участниками “Шоу барабанов мира”. Нам очень понравилось их выступление, мы загорелись идеей. В втором фестивале я приобрел себе барабан, потом купили второй – Дмитрию. В общем, это и было зарождением группы.

- День рождения группы “Дуглас руки-пятки” – определенная дата. Какой именно день вы выбрали днем рождения?

- Днем рождения мы считаем день нашего первого выступления. Это была свадьба брата одного из участников группы, на первое выступление мы шли пешком по улице с барабанами и, тем не менее, были очень довольны.

- Как вас приняли в тот раз?

- Честно говоря, в первые минуты нас рассматривали как диковину. Даже сейчас мы – единственный в своем роде коллектив, но за три года к нам в городе привыкли, а некоторые и полюбили, у нас есть своя публика. На тот же момент это было совершенно новое явление. Хотя, спустя небольшое количество времени народ втянулся, стал танцевать.



- Откуда такое название у вашего коллектива? Казалось бы, с руками при игре на барабанах все понятно. Но при чем здесь пятки?

- “Руки-пятки” это в смысле, что при игре на барабане руки становятся как пятки. Вот так все просто и прозаично.

- Музыка, которую вы играете, ваш репертуар – дань моде, результат изучения спроса публики или что-то еще?

- Мы играем ту музыку, которая нам нравится. Как оказывается, она нравится еще многим людям.

- Где выступает “Дуглас руки-пятки”?

- Мы выступаем на городских мероприя-

тиях, участвуем в региональных фестивалях, нас приглашают выступать на площадках в Тольятти, Самаре.

- Какое выступление было самым запоминающимся?

- Наверное, участие во Всероссийской “Студвесне” в Кабардино-Балкарии, в городе Нальчик. Мы представляли Сызранский филиал СамГТУ и выступали в номинации “Оригинальный жанр”. Для этого выступления были изготовлены барабаны по придуманному мной проекту. Таких еще не было. В Нальчике понравилось и самим выступать, и смотреть выступления других коллективов. Гала-концерт Всероссийской “Студвесны” был просто потрясающим!

- Что заставило тебя проектировать барабаны?

- Если говорить совсем честно, то не было финансовой возможности приобрести все инструменты, которые хотелось бы иметь “на вооружении”. Кроме того, когда родилась идея – спроектировать, сделать на заказ, стало интересно – что же выйдет?

- Удачно ли прошел эксперимент? На каких барабанах вы играете сейчас?

- Вполне удачно. Барабаны звучали не хуже покупных. А сегодня мы работаем и на тех, что были спроектированы, и на стандартных, покупных.



- У вас в коллективе появились девушки?

- Девушки – это наш второй состав. Их восемь и занимаются они около полугода. Кто-то увидел наше выступление, кто-то услышал от знакомых... приходили, спрашивали – можно ли научиться, где можно заниматься такой музыкой как и мы. Так сложился практически еще один, девичий, коллектив.

- Вы готовы принять всех, кто заинтересуется вашей работой, вашим музыкальным направлением?

- В принципе, да. Рады будем всем, кто по-настоящему заинтересуется. Поможем, научим. Ограничений по возрасту в этом отношении делать никаких не собираемся.

- Кто сейчас выступает в основном составе коллектива “Дуглас руки-пятки”?

- Основной состав это: Артем Онушкин, Дмитрий Деревянкин, Дмитрий Баннов, Никита Жадаев, Шухрат Хусенов, Роман Чернухин, Павел Калашник и Максим Зудов.

- Какие планы на ближайшее будущее у коллектива?

- В первую очередь – развиваться, заниматься музыкой, выступать. Конечно, хотелось бы получить поддержку от Администрации нашего города. Я считаю, что все-таки наш коллектив достаточно уникальный, мы представляли и можем в дальнейшем достойно представлять Сызрань на музыкальных конкурсах самого разного уровня – региональных, всероссийских. Постылку поскольку у нашей группы существуют те же проблемы, что и у многих молодых музыкантов – репетиционное помещение (сейчас мы занимаемся в ДК “Авангард”, где руководство предоставило нам студию для репетиций), своевременное обновление инструментов, даже небольшая помощь Администрации города была бы очень кстати.

Интервью провела Арина Королева

Оптовому-розничному складу требуются на работу

- Сотрудники в офис (для работы с бумагами)
- Кладовщики
- Разнорабочие
- Торговые представители
- Экспедиторы-курьеры
- Менеджеры по сбыту

Возможно без опыта. Обучение за счет организации.

3/п от 12 т.р.. Соц. пакет

тел.: 8-927-780-37-61

ОКНА **ЖАЛЮЗИ** **ДВЕРИ**

АЛЮМИНИЕВЫЕ КОНСТРУКЦИИ НА ЛОДЖИИ И БАЛКОНЫ

ПРЕДВАРИТЕЛЬНО КУПОНА СКИДКА 5%

Пенсионерам льготные условия

Гарантия 3 года

Москитная сетка в подарок

ул. Губкина 3 А, тел. 8-927-614-00-13, 91-00-13

СПЕКТР РЕКЛАМНОЕ АГЕНТСТВО

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

Фото, цифровая печать

Дизайн

Наружная реклама

Рекламные и промоакции

Листовки

Нанесение на одежду

Афиши Визитки

Дисконтные карты

Календари Сувениры

Кубки Медали Гравировка

Широкоформатная печать

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

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА

VEKA • FAVORIT

КВЕ • TROKAL

Энергосберегающий стеклопакет

МОСКИТНАЯ СЕТКА и при заказе внутренних откосов НАРУЖНЫЕ ОТКОСЫ В ПОДАРОК

РАССРОЧКА, КРЕДИТ

ТЦ “Монгора”, корп. 2, 2 эт., сек. 1, т.: 96-71-25, 92-26-62

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

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

ТВ ПРОГРАММА ПОНЕДЕЛЬНИК

1 ноября 2010 г.

ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости
05:05 Доброе утро
09:20 Жить здорово!
10:30 Контрольная закупка
11:00 ЖЖХ
12:20 Модный приговор
13:20, 04:20 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 Жди меня
21:00 Время
21:30 Побег
22:30 Спецрасследование. “Наручники как лекарство”
23:30 Ночные новости
23:50 Т/с “Обмани меня”
00:40 Х/ф “Братья Соломон”
02:30, 03:05 Х/ф “Призраки”

РОССИЯ 1

05:00 Утро России
09:05 Честь имею
10:00 Ток-шоу “О самом главном”
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 14:30, 16:30, 20:30 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”
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Т/с “Всегда говори “всегда” - 6”
23:50 Дежурный по стране
00:45 Вести+
01:05 Честный детектив
01:45 Х/ф “Большой сон”
03:40 Честно имею

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, 13:30, 15:30 Т/с “Папины дочки”
08:00, 17:30 Т/с “Нанолюбовь”
09:00, 09:30, 11:45, 23:20, 00:00 Т/с “6 кадров”
10:00 Х/ф “Такси - 4”
12:00, 16:30 Галилео
14:00 М/с “Соник Икс”
14:30 М/с “Клуб “Винкс” - школа волшебниц”
15:00 М/с “Каспер”
18:30, 19:00 Т/с “Даешь молодежь!”
19:30 Т/с “Воронины”
20:30 Т/с “Маргоша”
21:30 Х/ф “Артур и минипуты”
00:30 Кино в деталях
01:30 Хорошие шутки
03:20 Т/с “Зачарованные”
05:10 Музыка на СТС

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 разбитых фонарей”
21:30 Боевик “Братаны”
23:35 Честный понедельник
00:25 Школа злословия
01:15 Профессия - репортер
01:45 Х/ф “Жуки”
03:30 Х/ф “Тарзан и рабыня”
04:55 Т/с “Жизнь - поле для охоты”

ТВЦ

06:00 Настроение
08:25 Х/ф “Исправленному верить”
09:50 Х/ф “Ответный ход”
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
15:10, 17:50 Петровка, 38
15:30 Т/с “Приключения мага”
16:30 Ток-шоу “Врачи”
18:15 М/ф “Первая скрипка”
18:40 Т/с “Оружие”
19:55 Порядок действий. Еда “железного коня”
21:00 Х/ф “Начать сначала. Марта” 1-2 с.
22:50 Доказательства вины. “Кто следующий?”
23:40 События. 25-й час
00:45 Х/ф “Пуаро Агаты Кристи. Квартира на четвертом этаже”
01:40 Х/ф “Пуаро Агаты Кристи. Родосский треугольник”
02:40 Х/ф “Босиком по мостовой”
04:50 Живая природа. “Песнь пустыни”
05:40 М/ф “С бору по сосенке”

МЯСОКОМБИНАТ



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. Ладо, 13

Киоск № 9, пр-т Королева, 17
Киоск № 10, ул. Мира, 5 “А”
Киоск № 12, ул. Красильникова, 59
Киоск № 15, ул. Декабристов, 103
Киоск № 16, ул. Комарова, 2
ул. 50 лет Октября, 42



www.mk-syzran.ru

ТВ ПРОГРАММА
ПОНЕДЕЛЬНИК

1 ноября 2010 г.

REN TV

06:00 Неизвестная планета.
"Хранители дождевого леса", ч. 1
06:30, 11:00 Час суда
07:30, 13:00 Званный ужин
08:30 Т/с "Солдаты-11. Препорщик"
09:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:30 Новости 24
10:00 По делам несовершеннолетних
12:00, 16:00, 19:00 Экстренный вызов
14:00 Не ври мне!
15:00 Давайте разберемся!
17:00 Х/ф "Вне досягаемости"
20:00 Т/с "Опер Крюк"
22:00, 04:10 Доктор Смерть
23:00 Дураки, дороги, деньги
00:00 Три угла
01:00 Репортерские истории
01:45 Х/ф "Бандиты в масках"
05:10 Неизвестная планета.
"Магический Алтай", ч. 1
05:35 Ночной музыкальный канал

ТВЗ

06:00 М/с "Бэтмен будущего"
06:30 М/с "Пинки и Брейн"
07:00 Д/ф "Мир в разрезе"
07:30, 16:00 Как это сделано
08:00 Т/с "Амазония"
09:00 Д/ф "Разрушители мифов"
10:00, 18:00 Т/с "Ангар 13"
11:00 Х/ф "Смертельная глубина"
13:00 Д/ф "Не такие. Люди в сети"
14:00 Д/ф "Необъяснимые загадки: ТОП 10"
15:00 Разрушители мифов
16:30 Д/ф "За пределами науки"
17:00 Д/ф "Война полов. Дети"
19:00 Т/с "Касл"
20:00 Т/с "Дежурный ангел"
21:00 Д/ф "Загадки истории".
"Пришельцы под прикрытием"
22:00 Х/ф "Сияние"
00:00 Д/ф "Охотники на монстров"
01:00 Т/с "За гранью возможного"

Муз ТВ

05:00, 02:00 Муз-ТВ хит
06:30 Муз-заряд: музыка, звезды, мульты
08:30 Наше
09:20, 18:50 PRO-обзор
09:50 Планета Шоу-биз. Звезды за рулем
10:15 Напросились
10:50 Лаборатория чувств
11:50 Мы умеем зажигать!
12:45 Стилизация
13:15, 19:45 Топ модель по-американски
15:00 Муз-ТВ Чарт
16:00 v. PROkate
16:25, 22:30 Игра Крокодил. Новый сезон
17:25 Испытание верности
17:55 Укрошение Строптивых
19:20 SEX-Битва
21:30 Папараци
22:00, 00:30 PRO-новости
23:30 Звезды зажигают
01:00 Русский чарт

РОССИЯ 2

10:00, 13:45, 18:00, 23:30, 03:00, 06:30 Новости
10:20, 23:50, 03:20, 06:50 Связь времен
10:25 Формула гармонии
10:40, 23:55, 03:25 Байки старого больельщика
10:45 Шахматное обозрение
11:15 Американский футбол. Чемпионат NFL
14:00 Спортивная гимнастика
15:30 Фигурное катание.
Гран-При "Skate Canada".
Показательные выступления
17:30, 23:00 Железный фактор
18:15 Программа передач на завтра
18:20 Большой ринг
20:20, 09:20 "25. Полет нормальный".
К юбилею отечественного фристайла
21:00, 06:55 Маслаченко Плюс
21:30 Эхо
00:00 Бадминтон. BWF Super Series - Danish Open.
Финалы
02:15 Шит и мяч
03:30 Американский футбол. Чемпионат NFL.
"Indianapolis Colts" - "Houston Texans".
Прямая трансляция
07:25 Волейбол. Чемпионат мира в Японии.
Женщины. 1-й раунд.
Бразилия - Пуэрто-Рико.
Прямая трансляция

5 КАНАЛ

06:00 Д/с "Погружение в дикую природу"
07:05 Д/ф "Пираты XXI века"
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас
08:30, 21:00 Суд времени
09:30 Х/ф "Солдаты"
11:35, 12:30 Х/ф "Конец операции "Резидент"
15:30 Т/с "Приключения Электроника"
17:00 Открытая студия
18:00 Программа передач
19:30 Реальный мир
20:00 Д/ф "Живая история". "Приставы"
22:30 Х/ф "Из жизни начальника
уголовного розыска"
00:20 Шаги к успеху
01:20 Ночь на пятам
01:50 Х/ф "Цунами"
04:00 Д/ф "Эко-технологии. Солнечная энергия"
04:55 Д/с "Город собак"

ВОЛГАТЕЛЕКОМ

Разгони свой Интернет

До 50 Мбит/с.

от 300 руб. в месяц

Подробности: 98-00-50, www.samara.vt.ru

Условия: Дополнительная опция «Турбо кнопка» предоставляется при наличии технической возможности: скорость доступа составляет до 50 Мбит/с. При потреблении более 5 Гб объема входящего IP-трафика к абоненту тарифик с ограниченным и контент ресурсов не учитывается действие опции заканчивается. Скорость восстанавливается согласно тарифному плану. Опция может быть активирована один раз в сутки в период с 22:00 до 09:59. Заказ услуги возможен через личный кабинет абонента, подписанием на тарифные планы «Оптимиз NEW FTTB», «Кач NEW FTTB», «Отрывай NEW FTTB». Предложение действительно при подключении или переходе на тарифный план (далее – ТП) «Отрывай NEW FTTB». Для вновь подключающихся абонентов стоимость пользования сетью Интернет на ТП «Отрывай NEW FTTB» составляет 300 руб. в первые два месяца, 450 руб./мес. – в третий и последующие месяцы. При переходе существующих абонентов на ТП «Отрывай NEW FTTB» абонентская плата составляет 450 руб./мес. с первого месяца пользования. Скорость доступа составляет до 4 Мбит/с (0,8 Мбит/с до 01:59; до 10 Мбит/с с 02:00; до 10 Мбит/с с 02:00; до 10 Мбит/с с 02:00). Объем трафика неограничен. Тариф действует для абонентов-граждан на территории Самарской области. Услуга предоставляется при наличии технической возможности. Цены указаны с НДС.

магазин "Секонд Хенд"

т. 8-927-791-38-89

ул. 50 лет Октября, д.44

(за ТЦ "Монгора",
в 9-этажке, в которой
располагается "Рубль Бум")

без выходных с 12 до 18, сб. и вс. с 12 до 15

- Большой ассортимент детской и взрослой одежды (сток,секонд)
- Еженедельное пополнение товара
- Периодические распродажи (до 70%)

РАССРОЧКА
КРЕДИТОТКОСЫ В
ПОДАРОК

- ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
- входные и межкомнатные двери
- натяжные потолки, жалюзи



- мягкая мебель
- кухни и корпусная мебель на заказ по размерам клиента

Акция Саламандер SL по цене 2D

ул. Ульяновское шоссе, 17, т.: 37-03-24, 8-927-028-88-12

ул. Ладо, 22, т.: 34-40-48, 8-917-138-11-42

ул. Московская, 25, м-н "Железнодорожник", т.: 98-00-15

Окна под ключ

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА

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

КАЧЕСТВО
ВЫЗЫВАЕТ
УВАЖЕНИЕ

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

**ЖАЛЮЗИ, РОЛЬСТАВНИ,
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ**

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 АГЗС
- Монтажники стальных железобетонных конструкций

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

"Счастливое детство"
дарит "Палитру осени"

"Палитра осени" – детский художественный конкурс с таким названием проводился в Сызрани уже во второй раз. Организаторам выступил клуб эстетического развития "Счастливое детство". По словам педагога Елены Цой, "работники клуба заинтересованы в эстетическом развитии детей города, в их творческом росте и самореализации".

В этом году конкурс был посвящен Всероссийской переписи населения и проводился среди воспитанников Детских образовательных учреждений и школьников города в двух возрастных категориях: от 3 до 6 и от 7 до 9 лет. Количество номинаций по сравнению с прошлым годом увеличилось. К уже знакомым "Осеннему натюрморту" и "Осени в любимом городе" прибавились темы "Для России важен каждый" и "Семья – опора России".



Те, кто считает, что детский конкурс рисунков – забава, игра и не более того, ошибаются. Конечно, встречается, к сожалению, формальный подход к детскому творчеству – обязали, сдали, развесили на стендах, отчитались о проведении мероприятия. Однако, при организации "Палитры осени" с самого начала был принципиально иной подход. В состав жюри вошли известные сызранские художники – член Союза Художников России Наталья Пушкина, член Международной Ассоциации "Палитра мира" Александр Леднев, член Самарской региональной общественной организации Творческий Союз художников России Мария Гаврилова. Оценивались детские рисунки не с бытовательской точки зрения "нравится – не нравится", а именно с профессиональной – цветовое решение, идея, композиция. По общему мнению организаторов и членов жюри – в Сызрани огромное количество талантливых ребятшек. Грустно, что в школах преподавание изобразительного искусства считается зачастую второстепенным, не важным. Возможно, поэтому по многим детским работам заметно, что маленький автор совершенно точно наделен неординарными способностями, и в то же время никто не научил его, как их развивать, воплотить идеи в жизнь, работать с карандашом и кистью грамотно. Елена Цой считает, что такое отношение к изобразительному искусству – недостаток образовательной программы. Занятия рисованием развивают в мальчишках и девчонках многие положительные качества – усидчивость, абстрактное и пространственное мышление. Она уверена, что проведение "Палитры осени" и подобных конкурсов стимулирует развитие детей.

О том, насколько действительно талантливы наши дети, можно судить по итогам конкурса. На церемонии награждения, проводившейся 23 октября в ФОКе "Надежда", было

вручено 400 дипломов, количество же призовых мест значительно превысило изначально предполагаемое – по решению жюри в двух возрастных категориях по четырем номинациям было присуждено восемь первых, шестнадцать вторых и тридцать два третьих места. Во многих категориях определить победителя было очень трудно – у одного из детей был оригинальный замысел рисунка, кто-то нашел удачное цветовое решение, у кого-то картина отличалась грамотной композицией. Таким образом, в одной из категорий получилось, например, сразу восемь третьих мест! По счастью, с награждением помогли спонсоры конкурса. Компания "Компьютерный мир", магазины "Салон-Арт" и "Коллекция идей" сразу откликнулись на предложение об участии. Работники "Счастливого детства" говорят: "Приятно работать, когда видишь в людях единомышленников, участвующих в проекте не "просто так", а по велению сердца, заинтересованных, "болеющих" за дело". Фирмы-спонсоры поддержали организаторов и в самом главном – в стремлении помочь развитию талантливых детей нашего города, поэтому в качестве подарков маленьким художникам были вручены сертификаты, на которые можно будет приобрести кисти, краски или иные товары для рисования и лепки, получить скидку на покупку компьютера и пр. От себя клуб эстетического развития "Счастливое детство" подарил победителям сертификаты на посещение клуба в течение месяца. Наверняка, получившие такой подарок талантливые ребята будут в настоящем восторге, ведь в клубе можно попрактиковать свои способности в самых разных направлениях. Здесь мальчишек и девчонок ждут:

- Мастерская юного художника
- Мастерская юного дизайнера
- Мастерская юного скульптора
- Студия "Играем по-английски"
- Студия раннего эстетического развития "Вместе с мамой"



Редакция газеты "КОМПАС Поволжья" присоединяется к поздравлениям в адрес победителей и желает им самореализации и дальнейших творческих успехов.

Бизнес Инфо

8 927 606 4 606

e-mail: biznesinfo606@rambler.ru

ICQ: 214307216

**РАЗМЕЩЕНИЕ ВИЗИТОВ, БУКЛЕТОВ, ФЛАЕРОВ (ФОРМАТ А6, А5, А4)
НА РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ СТОЙКАХ.**

**ПЕЧАТЬ ДВУХСТОРОННИХ ПОЛНОЦВЕТНЫХ ВИЗИТОВ
ПО 1 РУБЛЮ ОТ 1000 ШТУК**

В самых лучших местах!



Пока не поздно, лучше торопиться

Аналитики рекомендуют
поспешить на фондовый рынок

Пока российский премьер объясняет западным инвесторам хитросплетения российской экономики и обещает исправиться в отношении миноритарных акционеров российских компаний, специалисты фондового рынка уже даже не рекомендуют, а настойчиво вызывают к потенциальным инвесторам обратить внимание на российский фондовый рынок. Потому как сегодняшняя ситуация на фондовом рынке, по мнению директора Сызранского филиала "ИК "Газинвест" Игоря Вилкова, как никогда, за последние годы предоставляет хорошие возможности не только грамотно сохранить, но и значительно приумножить свободные денежные ресурсы.

- Игорь Борисович, на Ваш взгляд, чем объясняется сегодняшнее оживление на фондовом рынке, и действительно ли экономическая и политическая ситуации осенью 2010 года позволяют говорить о том, что сегодня – оптимальное время для вхождения на рынок потенциальных инвесторов, готовых вкладывать в него и зарабатывать?

- Действительно, последние три-четыре недели на всех российских рынках появилось определенное оживление, которое пришло к нам из-за океана, где в конце сентября состоялось окончание и подведение итогов финансового года. Рынок был разогрет по максимуму, что не могло не отразиться и на российском фондовом рынке.

Однако, сегодня нельзя говорить о том, что после оживления на рынке стоит ожидать его резкого падения. Во-первых, за океаном начинается новый финансовый год, и возможен новый качественный рост фондового рынка, а во-вторых, хочет того или не хочет российский правительством, но оно будет делать все для того, чтобы привлекать в российскую экономику инвестиции. Сейчас фондовый рынок всколыхнулся и стоит на новом полугодовом максимуме. Только за последнюю неделю в ИК "Газинвест" обратилось сразу несколько человек, чтобы открыть новые счета. Любопытно, что когда этим же самым людям мы настойчиво рекомендовали сделать это две недели назад, они этого не делали. И пока они принимали решение, рынок отрос еще на 8-10%. Люди элементарно недополучили этих денег.

- То есть, Вы прогнозируете, что фондовый рынок в ближайшее время будет только расти?

- Ниже тех уровней, на которых стоял рынок последнее время, он уже вряд ли упадет. Скорее всего, будет наблюдаться такая тенденция, когда российский фондовый рынок от текущих уровней вырастет еще на 10-20%, а поток желающих войти в него станет лавинообразным. Рост рынка станет лучшим рекламным проспектом для прихода новых клиентов. Но на фондовом рынке надо работать с опережением и возможности его роста лучше анализировать наперед. У нас почему-то беспричинного человека принято считать зарвавшимся чиновником или вором. А то, что например кто-то смог сделать свое состояние собственным трудом или умом, рассматривается в последнюю

очередь. Фондовый рынок предоставляет такую возможность. К этому нужно готовиться, и пока есть время – учиться. Посещать курсы, изучать устройство рынка.

- Ваше мнение по-прежнему неизменно, что фондовый рынок – наилучшее вложение и сохранение свободных средств?

- В сегодняшней ситуации и на ближайшие года два – это так. Судите сами, за десять месяцев 2010 года индекс ММВБ вырос на 9%*. По году получается 11% годовых, сравните с процентными ставками в коммерческих банках. Рынок недвижимости, по крайней мере, в Сызрани, тоже пока не демонстрирует динамику роста. Если взять, к примеру, рынок золота, то действительно с начала года он вырос на 23%*. Но, опять же, покупка золота сопряжена с существенными дополнительными расходами. Спреды, комиссии, налоги. Причем, любопытно, что если золото выросло почти что на 23%, то акции компании "Полюс-золото", которое имеет до 70% золота в стране, упали на 3%*.

А о чем это говорит? Прежде всего, о том, что бумага значительно недооценена и перспективы ее роста в ближайшее время очень велики. Если с головой подойти к этому рынку и внимательно анализировать получаемую информацию, то на нем можно работать и неплохо зарабатывать.

- Но, согласитесь, что не каждый человек, даже обладая свободными средствами, способен самостоятельно анализировать ситуацию, без помощи подсказок специалистов?

- Есть и такой момент. Кто-то склонен к анализу, кто-то не склонен. Кто-то работает, в хорошем смысле этого слова, "как робот". В принципе, мы своих подходов в работе не меняем с тех пор как начали свою деятельность в Сызрани. Наши специалисты всегда сопровождают клиента и готовы оказывать ему всю необходимую поддержку. Причем не важно, сколько у него денег – 20 тысяч или 100 тысяч рублей. Компания "Газинвест" работает на рынке достаточно давно, в мае нам исполнилось 15 лет. Опыт сотрудников позволяет им разбираться во всех тонкостях и объяснить, подсказать клиенту, что именно и как ему нужно делать. Кроме того, что у нас действуют курсы, на которых можно постичь азы работы на фондовом рынке. В процессе обучения человек получает знания о том, как работает рынок ценных бумаг, что такое акция и облигация, фьючерсы и опционы, как работают реестродержатели и депозитарии. Преподаются так же основы технического и фундаментального анализа, осваивается на практике работа с прикладными программами. Практическая работа – это самое ценное из того пакета обучения, который мы предлагаем. Ни одна умная книжка не научит Вас совершать сделки, следить за изменениями в режиме реального времени – это нужно попробовать самому. Однако есть категория людей, которым в принципе, либо некогда этим заниматься, либо не хочется. Поэтому с этого года наша компания стала активно продвигать услугу доверительного управления. Сейчас наш филиал принимает в доверительное управление от 500 тыс. рублей. Но прежде чем принять в деньги от человека в управление, мы персонально с каждым долго и подробно разговариваем, что-

бы объяснить человеку все нюансы этого рынка и доверительного управления. Потому что у многих людей существует ошибочное мнение о доверительном управлении: что их либо обманут, либо что-то не прогарантируют. Мы не заинтересованы в том, чтобы обманывать человека. Компания заинтересована в долгосрочном сотрудничестве со своими клиентами, поэтому стремится максимально проинформировать его о различных аспектах работы на рынке. "Газинвест" является крупной, но региональной компанией. Сегодня наблюдается тенденция, что многие клиенты из столичных городов предпочитают работать с мелкими или крупными региональными компаниями. Мы заинтересованы, прежде всего, в том, чтобы работать и на свое имя и на клиента.

- На какие отрасли и предприятия следует обращать внимание начинающему инвестору на фондовом рынке?

- Как ни странно, но в текущем году самыми доходными стали акции ОАО "АВТОВАЗ". Они выросли в цене на 122%*. Однако, это не является следствием рыночной конъюнктуры, а скорее следствием внутрикорпоративных новостей. Следом расположились "Транснефть", "Ростелеком" и "РусГидро". Это акции, которые лидируют. Аутсайдерами по этому году стали "Газпромнефть", "Роснефть", "Газпром", "Полюс золота". При этом с начала года стоимость нефти выросла на 7,5%, а стоимость компании "Газпромнефть" упала на 27%*. Согласитесь, это выглядит несколько странным. Особенно, когда цены на нефть стоят на годовых максимумах. Несколько странными выглядят и сегодняшние позиции ОАО "Газпром". Но это говорит лишь о том, что в скором будущем следует ожидать стремительного роста. Главное – не упустить момент.

- И как правильно поступать в таких условиях инвестору?

- Наша принципиальная позиция, что портфель должен быть сформирован только из голубых фишек. Вопрос только в долях. Я считаю, что в портфеле каждого уважающего себя инвестора на 50% должна составлять доля "Газпрома". Остальное возможно распределить в долях между такими компаниями как "Лукойл", "Сургутнефтегаз", ВТБ, возможно, "Норильский Никель", а также компаний электроэнергетики, и немного акций компании "Ростелеком". Это если говорить о портфельных инвестициях. Есть люди, которые идут на рынок спекулировать. Это их право. Но здесь меняется и тактика поведения на рынке. И что либо советовать здесь очень сложно. Возможно, нас можно обвинить в некоем консервативном подходе к работе на рынке, однако рынок настолько рискованный, что на нем, скорее всего, будут побеждать только консерваторы. Может быть поэтому специалисты ИК "Газинвест" никогда не рекомендуют к покупке акции компаний второго-третьего эшелона. Эти бумаги закрытые, а рекомендовать котировки в мешке своим клиентам мы никогда не будем. Для тех же, кто хочет более подробно пообщаться на тему фондового рынка адрес моей электронной почты – vilkovich@gasinv.ru.

* – данные по состоянию на 20.10.2010

ТВ ПРОГРАММА
ВТОРНИК
2 ноября 2010 г.
ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости
05:05 Доброе утро
09:20 Жить здорово!
10:30 Контрольная закупка
11:00 ЖЖХ
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 Гаражи
22:30 Большой куш
23:30 Ночные новости
23:50 Врата
00:40 Х/ф "Крамер против Крамера"
02:40, 03:05 Х/ф "Братство танца"

РОССИЯ 1

05:00 Утро России
09:05, 03:30 Д/ф "Правила самой обаятельной. И. Муравьева"
10:00 Ток-шоу "О самом главном"
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 14:30, 16:30, 20:30 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"
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Т/с "Всегда говори 'всегда' - 6"
23:50 Вести+
00:10 Х/ф "Сириана"
02:40 Т/с "Девушка - сплетница - 2"
04:30 Дайджест "Городок"

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, 13:30, 15:30 Т/с "Папины дочки"
08:00, 17:30 Т/с "Нанолюбовь"
09:00, 09:30, 23:15, 00:00 Т/с "6 кадров"
10:00, 20:30 Т/с "Маргоша"
11:00 Смотрите это немедленно!
12:00, 16:30 Галилео
14:00 М/с "Соник Икс"
14:30 М/с "Клуб "Винкс" - школа волшебниц"
15:00 М/с "Каспер"
18:30, 19:00 Т/с "Даешь молодежь!"
19:30 Т/с "Воронины"
21:30 Х/ф "Артур и месть Урдалака"
00:30 Информания
01:00 Хорошие шутки
02:50 Т/с "Зачарованные"
04:40 Т/с "Моя команда"
05:05 Музыка на СТС

НТВ

05:55 НТВ утром
08:30 Квартальный вопрос
09:30, 15:30, 18:30 Обзор.
Чрезвычайное происшествие
10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:15 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"
19:30 Т/с "Улицы разбитых фонарей"
21:30 Боевик "Братаны"
23:35 Х/ф "Поцелуй навзрыд"
01:30 Главная дорога
02:05 Х/ф "Ловец снов"
04:55 Т/с "Жизнь - поле для охоты"

ТВЦ

06:00 Настроение
08:35 Х/ф "Разные судьбы"
10:35 Д/ф "Петр Алеиников. Жестокая, жестокая любовь"
11:30, 14:30, 17:30, 19:50, 20:30 События
11:45 Х/ф "Седьмое небо", 1-2 с.
13:45 Доказательства вины. "Родительский день"
14:45 Деловая Москва
15:10, 17:50 Петровка, 38
15:30 Т/с "Приключения мага"
16:30 Ток-шоу "Врачи"
18:15 М/ф "Сказка о попе и работнике его Балде"
18:40 Т/с "Оружие"
19:55 Прогнозы. "Советский шлягер. Вчера и сегодня"
21:00 Х/ф "Начать сначала. Марта", 3-4 с.
22:50 Д/ф "Игры с призраками"
23:40 События. 25-й час
00:15 Х/ф "Черта с два"
02:00 Х/ф "Ответный ход"
03:40 Х/ф "Пуленепробиваемый"
05:40 М/ф "Карлсон вернулся"

**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

КОМПЬЮТЕР-МАСТЕР
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

ПРЕИМУЩЕСТВО ЦЕНЫ
СОВЕРШЕНСТВО ТЕХНОЛОГИЙ
КАЧЕСТВО СЕРВИСА

САМОЕ ВЫГОДНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ
К УЧЕБНОМУ ГОДУ!!!

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

446001, Самарская обл.,
г. Сызрань, пер. Достоевского, 28
тел.: (8464) 98 72 25

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

**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

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

ТВ ПРОГРАММА ВТОРНИК

2 ноября 2010 г.

REN TV

06:00 Неизвестная планета.
"Хранители дождевого леса", 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, 23:30 Новости 24
10:00 По делам несовершеннолетних
12:00, 16:00, 19:00 Экстренный вызов
15:00 Давайте разберемся!
17:00, 00:00 Х/ф "Фар Край"
20:00 Т/с "Опер Крюк"
22:00, 04:00 Смерти вопреки
23:00 Дураки, дороги, деньги
01:45 Т/с "Сверхъестественное"
02:35 Военная тайна
03:35 Я - путешественник
05:00 Неизвестная планета. "Магический Алтай", ч. 2
05:25 Ночной музыкальный канал

ТВ3

06:00 М/с "Бэтмен будущего"
06:30 М/с "Пинки и Брейн"
07:00 Д/ф "За пределами науки"
07:30, 16:00 Как это сделано
08:00 Т/с "Амазония"
09:00 Разрушители мифов
10:00 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. Дети"
14:00 Д/ф "Загадки истории".
"Пришельцы под прикрытием"
15:00 Разрушители мифов
16:30 Д/ф "Искривление времени"
17:00 Д/ф "Святые. Изгоняющие бесов"
18:00 Т/с "Ясновидец"
21:00 Д/ф "Загадки истории".
"По следам четвертого Рейха"
22:00, 02:00 Х/ф "Сияние"
00:00 Д/ф "Охотники на монстров"
01:00 Т/с "За гранью возможного"
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 Стилизация
10:20 Тур без купюр. "Мальта"
11:15 Русский чарт
12:15 10 самых звездных болтунов
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. Будапешт
17:00, 19:20 SEX-Битва
17:55 Ущроение Строптивых
21:30 Отар против Отара!
22:30 Игра "Крокодил". Новый сезон
01:00 TopHit чарт

РОССИЯ 2

10:00, 14:30, 20:00, 00:45, 06:00 Новости
10:20, 20:15, 01:05, 06:20 Связь времен
10:25, 14:45 Формула гармонии
10:40 Маслаченко Плюс
11:10 Эхо
12:40 Волейбол. Чемпионат мира в Японии. Женщины.
1-й раунд. Чехия - Италия. Прямая трансляция
15:00 Волейбол. Чемпионат мира в Японии.
Женщины. 1-й раунд. Таиланд - Куба
16:45, 22:15 Волейбол. Чемпионат мира в Японии.
Итоги дня
17:00 Обзор матчей чемпионата NHL
17:20 25. Полет нормальный.
К юбилею олимпийского фристайла
18:15 Ватерполье
19:00 С детства - в карьер!
20:20 Программа передач на завтра
20:25 Байки старого боельщика
20:30 Волейбол. Чемпионат мира в Японии.
Женщины. 1-й раунд. Чехия - Италия
22:30 Футбол. Лига чемпионов. Прямая трансляция
01:00 Футбол. Лига чемпионов.
03:00 Хоккей. Чемпионат NHL. Прямая трансляция
05:30 Железный фактор
06:25 Волейбол. Чемпионат мира в Японии. Женщины.
1-й раунд. Перу - Коста Рика. Прямая трансляция
08:15 Мир скорости
08:40 Неделя в NBA

5 КАНАЛ

06:00 Д/ф "Погружение в дикую природу"
07:05 Д/ф "Великая депрессия"
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас
08:30, 21:00 Суд времени
09:30, 12:30 Х/ф "Граф Монте-Кристо"
13:50, 19:30 Реальный мир
14:20 Д/с "Подводная одиссея команды Кусто"
15:35 Т/с "Приключения Электроника"
17:00 Открытая студия
18:00 Программа передач
20:00 Д/ф "Живая история.
"Ленинградские истории. Владимиров"
22:30 Х/ф "Реальная любовь"
01:10 Ночь на пятом
01:40 Х/ф "Сестричка Бетти"
03:50 Д/ф "Устал до смерти"
04:55 Д/с "Город собак"

Расходы при заключении сделки купли-продажи недвижимости

Размер госпошлины, уплачиваемой при заключении договора купли-продажи квар- тиры

Если продавец и покупатель решили перед государственной регистрацией сделки обратиться к нотариусу, то нотариусу необходимо уплатить государственную пошлину в размере 1,5 процента от суммы договора, но не менее 10 ММOT (ст. 4 Закона РФ "О государственной пошлине"). При продаже квартиры близкому родственнику госпошлина составит всего 0,5 процента от суммы договора, но не менее 4 ММOT.



Размер платы за государственную регистра- цию сделки купли-продажи квартиры

Определенной ставки за регистрацию договора купли-продажи не существует, однако установлено, что для граждан максимальный размер платы за государственную регистрацию любой сделки с недвижимостью составляет 3-кратный установленный законом ММOT (п. 1 Постановления Правительства РФ от 26.02.98 г. "Об установлении максимального размера платы за государственную регистрацию прав на недвижимое имущество и сделок с ним и за предоставление информации о зарегистрированных правах").

Налог на недвижимость

При покупке квартиры необходимо помнить, что собственники недвижимости уплачивают специальный налог на недвижимость. До июля

1999 г. ставка на объекты недвижимости была единой и составляла 0,1% от стоимости жилого помещения. Но в июле 1999 г. были приняты изменения и дополнения к действующему Закону РФ "О налогах на имущество физических лиц", касающиеся, прежде всего, ставки налога.

В настоящее время действуют следующие ставки налога на недвижимость:

- 0,1 %, если стоимость имущества не превышает 300 тысяч рублей;
- от 0,1 до 0,3 %, если стоимость имущества составляет от 300 тысяч до 500 тысяч рублей;
- от 0,3 до 2,0 %, если стоимость имущества превышает 500 тысяч рублей.

Подходный налог с покупателя квартиры

Доходы покупателя, облагаемые подоходным налогом, уменьшаются на сумму, уплаченную на приобретение квартиры, но не свыше 5000-кратного размера минимальной месячной оплаты труда. Этой льготой можно воспользоваться только один раз в течение 3 календарных лет.

При рассмотрении права на льготу и определении ее суммы учитывается совокупная сумма доходов за все 3 года подряд (данная норма действует с 1 января 1997 г.). При этом в составе совокупного дохода учитываются сумма коэффициентов и суммы надбавок за стаж работы, начисляемые к заработной плате и выплачиваемые в соответствии с законодательством за работу в районах Крайнего Севера и приравненных к ним местностям, высокогорных, безводных, пустынных районах и других местностях с тяжелыми климатическими условиями.

Подоходный налог с продавца квартиры

Продавец квартиры должен уплатить еще и подоходный налог. Под этот налог подпадает лишь сумма, превышающая 5000-кратный установленный законом размер ММOT (Закон РФ "О подоходном налоге с физических лиц").

Таким образом, если указанная в договоре купли-продажи цена квартиры превышает 5000-кратный размер ММOT, размер подоходного налога зависит от суммы превышения. Подоходный налог прогрессивно возрастает в зависимости от облагаемой суммы.

Юридическая консультация

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

Намереваясь купить квартиру, я заключил с продавцом квартиры соглашение о задатке. В соответствии с данным соглашением я передал продавцу денежные средства в размере 50000 рублей в счет обеспечения заключения в последующем договора купли-продажи квартиры. Однако, в последующем договор не был заключен, так как я нашел другую, более подходящую мне квартиру.

Я обратился к продавцу с тем, чтобы он вернул мне мои 50000 рублей, однако он отказался мне их возвращать, мотивируя это тем, что это был задаток, а задаток в случае расторжении сделки по моей вине возврату не подлежит. Скажите, кто прав в этой ситуации? И если правда на моей

стороне, подскажите, пожалуйста, что мне делать?

Анатолий, 46 лет

В соответствии с ч. 1 ст. 380 Гражданского кодекса РФ задатком признается денежная сумма, выдаваемая одной из договаривающихся сторон в счет причитающихся с нее по договору платежей другой стороне, в доказательство заключения договора и в обеспечение его исполнения. Соглашение о задатке, как обязательство, обеспечивающее основное обязательство, заключается только при наличии основного обязательства. Последнее же в силу ст.ст. 131 и 433 Гражданского кодекса РФ могло возникнуть только после государственной регистрации договора купли-продажи квартиры. В

данном случае государственной регистрации договора купли-продажи квартиры не было. Больше того, не было и самого договора купли-продажи квартиры.

Учитывая, что между сторонами было заключено лишь соглашение о задатке, и денежные средства в размере 50000 рублей были переданы продавцу квартиры при отсутствии договора купли-продажи квартиры, указанная сумма в силу ст. 380 ГК РФ не может рассматриваться как задаток, и является авансом, подлежащим возврату.

Таким образом, Вы вправе обратиться в суд с иском о взыскании с продавца квартиры денежных средств в размере 50000 рублей. Кроме того, согласно ст. 395 ГК РФ за пользование чужими денежными

средствами вследствие уклонения от их возврата Вы вправе потребовать от продавца квартиры уплаты процентов на сумму этих средств.

В этом случае размер процентов определяется существующей в месте Вашего жительства учетной ставкой банковского процента на день исполнения денежного обязательства или его соответствующей части. Однако, при взыскании долга в судебном порядке суд может удовлетворить требование кредитора, исходя из учетной ставки банковского процента на день предъявления иска или на день вынесения решения. Эти правила применяются, если иной размер процентов не установлен самим соглашением о задатке, который был заключен между Вами и продавцом квартиры.

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. с 13.00 до 19.00; Сб. с 12.00 до 17.00

ул. Степана Разина 46/48, оф. 307
тел.: 8-906-338-90-01, 8-927-024-62-95
www.cs-pp.ru

364

ТД Мегастрой ПРИМЕТ НА РАБОТУ

продавца-консультанта строительных
мужчину с опытом работы,
токаря

Справки по телефону 98-30-89 с 9.00 до 16.00

368

созданный
ПОТРЕБИТЕЛЬ
ТЕЛЕФОННЫЙ СПРАВОЧНИК ПО ТОВАРАМ И УСЛУГАМ

**ЗАКАНЧИВАЕТСЯ РАБОТА
НАД ВЫПУСКОМ НА 2011 ГОД**

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

ВАША ВЫГОДА НА НАШИХ СТРАНИЦАХ!

916-400

ТЕЛЕФОН ПРИЕМА РЕКЛАМЫ

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

АГЕНТСТВО НЕДВИЖИМОСТИ "СТАТУС"

**ВСЕ ВИДЫ ОПЕРАЦИЙ
С НЕДВИЖИМОСТЬЮ**

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

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

САЛОН КРАСОТЫ Антон

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

Вод лей

КОМПАНИЯ ПО ДОСТАВКЕ ВОДЫ

СКИДКИ НА КУЛЕРЫ

91-03-91 **10%**

НИКОЛЬ САЛОН КРАСОТЫ SPA

- 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

Уход за кожей

Уход за кожей рук

"Хочешь узнать, кто твой собеседник – посмотри на его руки", – гласит одна из народных пословиц. И поверьте, в этой фразе немалый смысл, ведь по внешнему виду рук можно сказать ой как много...

Вот почему очень важным для женщины является поддержание рук в опрятном и здоровом состоянии. А красивые руки – это не только шикарный маникюр, но и ухоженная кожа, которая порой требует не меньшего ухода, чем уход за кожей лица. Это и не удивительно – руки намного чаще контактируют с водой, моющими и чистящими средствами, подвергаются механическому воздействию. Неблагоприятно воздействует на кожу рук и холод – на улице в мороз кожа рук может пересохнуть и потрескаться.

Важнейший компонент в защите кожи рук и уходе за ней – увлажняющий крем для рук. Вещества, входящие в состав современных увлажняющих кремов для рук, позволяют сделать кожу более гладкой и нежной. С этой же целью не следует мыть руки очень горячей или слишком холодной водой, от этого кожа может стать сухой. При мытье посуды и уборке всегда следует пользоваться хозяйственными перчатками. Перчатки будут естественной преградой от действия агрессивных ингредиентов моющих средств, которые могут негативно повлиять на кожу.

Полезно применять маску для рук, купить которую можно в ближайшем магазине косметики. Однако, можно обойтись и без похода в магазин, а приготовить ее самостоятельно в домашних условиях. Одной из таких масок является маска из майонеза, дающая положительный эффект. А сделать ее проще простого: майонез, лучше

оливковый, следует нанести на чистую кожу рук, затем следует надеть перчатки... и можно заняться хозяйственными делами. По истечении 20-30 минут маску необходимо смыть теплой водой и насухо вытереть руки.



Одной из характерных проблем является образование заусениц. Чтобы эффективно противостоять их появлению необходимо знать причины их появления. А причина тут одна – пересушивание кожи вследствие обветривания мокрых рук. Так что самая эффективная борьба с заусеницами – вытирание рук насухо после мытья посуды, стирки, банных процедур.

А вот сделать кожу рук более нежной, мягкой поможет оливковое масло, обладающее положительным воздействием на кожу. Его следует нанести на кожу рук и оставить на ночь, предварительно надев хлопчатобумажные перчатки.

Утром руки следует вымыть теплой водой с мылом и насухо вытереть.

Выполнение этих легких правил позволит содержать кожу Ваших рук в здоровом и ухоженном состоянии, а это – одна из немаловажных деталей Вашего имиджа.

Уход за кожей ног и ступней

Уход за кожей ног и ступней является неотъемлемой частью ухода за собой. Кожа на ногах очень подвержена шелушению, на ступнях могут появиться мозоли. А кожа на пятках вообще может потрескаться.

Уход за ногами обязательно должен включать в себя ванны для ног. После применения таких ванн кожа размягчается и ее необходимо удалить с помощью пемзы. А саму ванну для ног необходимо делать так: в тазик с комфортной для ног водой следует влить немного жидкого мыла, можно и натереть немного обычного. Потом следует добавить 1 чайную ложку нашатырного спирта и 1 чайную ложку соли. Прием ванны составляет 15 минут. После приема ванны, обтирания полотенцем и обработки пемзой на ноги следует нанести увлажняющий крем для ног.

Мозоли на ступнях необходимо удалять. Свежие мозоли можно удалить с помощью компрессов из смеси хлеба с уксусом, а более старые поддаются лечению с помощью сока алоэ или сока лимона.

Для смягчения кожи пяточек можно на ночь намазать пятки касторовым маслом. Дальше на ноги следует надеть полиэтиленовые пакеты и теплые носки. С утра ноги тщательно вымыть и обработать пемзой. Также для смягчения кожи пяток можно применять хозяйственное мыло, которое также втирают на ночь.

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

Ламинирование волос

Что это?

Ламинирование волос – процедура ухода за волосами, обеспечивающая покрытие их стойкой воздухопроницаемой защитной пленкой, содержащей питающие и увлажняющие вещества. В качестве средства для ламинирования выступает бесцветный краситель для волос на основе натуральных составляющих, не содержащий аммиака и перекиси водорода. В последнее время ламинирование пользуется все большей и большей популярностью. Сегодня мы расскажем о нем поподробнее.

Наиболее известными и качественными являются продукты американской марки Paul Mitchell. Ее продукт основан на гидролизованном пшеничном протеине – антиоксиданте, увлажняющем и питающем волосы, глубоко проникая в ствол волоса и уплотняя его. В состав входят также соевые протеины и фитоэкстракты тысячелистника, римской ромашки, хмеля, которые содержат противовоспалительные и гормоноподобные вещества, оказывающие лечебное воздействие на волосы и способствующие их росту. Средства для ламинирования – это прозрачная вязкая жидкость без запаха и цвета, гипоаллергентная и без консервантов. Средство обволакивает каждый волосок, не склеивая их, заполняет все неровности в структуре волоса, склеивая "растрепавшиеся" чешуйки и предупреждая дальнейшее травмирование волоса. Волосы становятся эластичными и гладкими. За счет пленки толщина волос, а соответственно их общий объем, увеличиваются на 10-15%. Ламинирующая пленка имеет антистатический и легкий водоотталкивающий эффект, защищает волосы при термообработке, облегчает укладку, предохраняет от высушивания на солнце, в сухом климате. За счет пленки усиливается блеск волос, что особенно заметно на поврежденных и тусклых волосах. Долговечность покрытия – от 4 до 6 недель в зависимости от состояния волос, частоты их мытья, применяемых средств. Процедуру можно проводить, не дожидаясь окончания периода действия. В принципе, волосы принимают ламинирующего состава столько, сколько им необходимо, передозировка невозможна. Считается, что ламинирующий состав безвреден для волос, более того, оказывает оздоравливающее влияние.

Биоламинирование

Биоламинирование волос – процедура ухода за волосами, обеспечивающая покрытие их стойким воздухопроницаемым натуральным целлюлозным веществом наподобие сока из стебля одуванчика или сока кабачков молочновосковой свежести. При этом дышит как волос, так и кожа головы. Целлюлозная пленка оказывает защитное действие, предохраняющее волосы от повреждения, имеет легкий влагоотталкивающий эффект.

Волосы, подвергнутые биоламинированию, слегка (примерно на 10%) увеличиваются в объеме, становятся гибкими, эластичными, послушными, блестящими. Целлюлозная пленка, окутывающая волос, позволяет сохранить внутри питательные вещества и влагу, сгладить неровности и шероховатости волоса, предохранить от вымывания нанесенные при окрашивании пигменты.

В среднем биоламинат начинает смываться через месяц. Процесс очень плавный. В любой удобный момент можно повторить процедуру, перенасыщения не происходит. Волос принимает ровно столько состава, сколько может принять.



Процедура

Процессы ламинирования и биоламинирования заключаются в нанесении состава на волосы на 20 - 35 мин (можно в 1 или в 2-3 приема в зависимости от состояния волос), затем состав смывается. Чтобы ламинат глубже проник в структуру волос, его прогревают в течение 15 мин. Затем прополаскивают прохладной водой. Всего процедура занимает около часа.

Ламинирование и биоламинирование рекомендуются для тонких, поврежденных, тусклых, сухих, часто окрашиваемых волос. На здоровых и блестящих волосах эффект блеска будет мало заметен. Процедуры полезны для сохранения цвета окрашенных волос, хотя и ламинирование, и биоламинирование может быть как бесцветным, так и цветным. Обе процедуры не дадут волосам пушиться, выходящие волосы сделаются более послушными, слегка выпрямятся за счет утяжеления. Однако, толстые тяжелые волосы ламинирование и биоламинирование только утяжелят.

Обе процедуры безвредны, имеют легкий оздоровительный эффект, но они не панацея. Если волосы больные, проблемные, лучше сначала провести процедуры лечения, реставрации, реконструкции волос внутри, уплотнить их структуру, при необходимости выполнить дополнительную ионизацию волос и только потом делать ламинирование или биоламинирование. Обе процедуры полезно провести для защиты перед поездкой на море, в степные районы, в места с агрессивной климатической средой (солнце, ветер, сухость, соляные пары), а также после окрашивания или после "химии", чтобы дольше сохранить их эффект. После ламинирования, биоламинирования волосы легче укладываются, более послушны. Волос, на который нанесли ламинат, при нагревании феном запоминает форму, которую ему придают, и необходимость применения лака или геля практически отпадает.

Еще раз стоит отметить, что счастливым владельцем здоровых блестящих волос не стоит ожидать увидеть разительное их улучшение и обещанный "бриллиантовый" блеск после ламинирования или биоламинирования. Эффект не будет таким разительным, хотя некоторое улучшение при желании можно будет заметить.

ТВ ПРОГРАММА

СРЕДА

3 ноября 2010 г.

ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00 Новости
05:05 Доброе утро
09:20 Жить здорово!
10:30 Контрольная закупка
11:00 ЖЖХ
12:20 Модный приговор
13:20, 05:30 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 Давай поженимся!
19:10 Юбилейный вечер программы "Поле чудес"
21:00 Время
21:30 КВН. Высшая лига
23:50 Х/ф "Гоморра"
02:30 Х/ф "Боксер"
04:40 Т/с "Спасите Грейс"

РОССИЯ 1

05:00 Утро России
09:05 Д/ф "Поезд-призрак. Тайна золота Колчака"
10:00 Ток-шоу "О самом главном"
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 14:30, 16:30, 20:30 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"
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Т/с "Всегда говори 'всегда' - 6"
23:00 Х/ф "Мырма"
00:40 Х/ф "Иствицкие ведьмы"
03:05 Горячая десятка
04:10 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, 13:30, 15:30 Т/с "Папины дочки"
08:00, 17:30 Т/с "Нанолубов"
09:00, 09:30, 20:00 Т/с "6 кадров"
10:00 Т/с "Маргоша"
11:00 Смотрите это немедленно!
12:00, 16:30 Галилео
14:00 М/с "Соник Икс"
14:30 М/с "Клуб "Винкс" - школа волшебниц"
15:00 М/с "Каспер"
18:30, 23:15 Т/с "Даешь молодежь!"
19:00 Одна за всех
21:00 Х/ф "Поездка в Америку"
00:15 Видеобитва
01:15 Хорошие шутки
03:00 Т/с "Зачарованные"

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 Застойное признание
10:55 До суда
12:00 Суд присяжных
13:30 Т/с "Закон и порядок"
16:30 Т/с "Возвращение Мухомара"
19:35 Боевик "Братаны"
22:30 Футбол. Лига чемпионов УЕФА.
"Челси" (Англия) - "Спартак" (Россия). Прямая трансляция
00:40 Лига чемпионов УЕФА. Обзор
01:10 Х/ф "Американ бой"
03:30 Х/ф "Не называй меня малышкой"
05:25 Очная ставка

ТВЦ

06:00 Настроение
08:30 Х/ф "Первый эшелон"
10:40 Д/ф "Мужское обаяние Олега Ефремова"
11:30, 14:30, 17:30, 19:50, 20:30 События
11:45 Х/ф "Седьмое небо", 3-4 с.
13:45 Д/ф "Звездные дети"
14:45 Деловая Москва
15:10, 17:50 Петровка, 38
15:30 Т/с "Приключения мага"
16:30 Ток-шоу "Врачи"
18:15 М/ф "Котенок по имени Гав", "С бору по сосенке"
18:40 Т/с "Оружие"
19:55 Прогнозы. "Советский шлагер - с нами навсегда!"
21:00 Х/ф "Вокзал для двоих"
23:45 События. 25-й час
00:20 Х/ф "Невезучие"
02:05 Х/ф "Начать сначала. Марта"
05:45 Х/ф "Исправленному верить"

ТВ ПРОГРАММА СРЕДА 3 ноября 2010 г. REN TV

06:00 Неизвестная планета.
"Хранители дождевого леса", ч. 3
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, 23:30 Новости 24
10:00 По делам несовершеннолетних
12:00, 16:00, 19:00 Экстренный вызов
15:00 Давайте разберемся!
17:00 Х/ф "Убийство в Белом доме"
20:00 Т/с "Опер Крюк"
22:00, 03:10 Вспомнить будущее
23:00 Дураки, дороги, деньги
00:00 Х/ф "Интимное прикосновение"
01:35 Т/с "Сверхъестественное"
02:20 Покер-Дуэль
04:15 Неизвестная планета. "Ятра.
Паломничество к Шиве"
05:15 Ночной музыкальный канал

ТВЗ

06:00 М/с "Бэтмен будущего"
06:30 М/с "Пинки и Брейн"
07:00 Д/ф "Искавление времени"
07:30, 16:00 Как это сделано
08:00 Т/с "Амазония"
09:00 Разрушители мифов. "Мифы Джеймса Бонда"
11:00, 19:00 Т/с "Касл"
12:00, 20:00 Т/с "Дежурный ангел"
13:00 Д/ф "Святые. Изгоняющие бесов"
14:00 Д/ф "Загадки истории".
"По следам четвертого Рейха"
15:00 Разрушители мифов
16:30 Д/ф "Единственный выход"
17:00 Д/ф "Неуслышанные пророчества"
18:00 Т/с "Ясновидец"
22:00, 02:00 Х/ф "Сияние"
00:00 Д/ф "Охотники на монстров"
01:00 Европейский покерный тур
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, 00:30 PRO-новости
06:30, 07:05, 08:05 Муз-заряд: музыка, звезды, мульты
08:30, 09:05 Наше
09:50 На волне
10:20, 16:30 Тур без купюр. "Будапешт"
11:15 TopHit чарт
12:15 10 самых звездных рок-исполнителей
12:45 Испытание верности
13:15, 19:45 Топ модель по-американски
15:30, 23:30 Звезды зажигают
17:00, 22:30 Игра "Крокодил". Новый сезон
17:55 Укрощение Строптивых
19:20 Скорая Модная Помощь
21:30 Лаборатория чувств
01:00 Муз-ТВ Чарт

РОССИЯ 2

09:25 Волейбол. Чемпионат мира в Японии.
Женщины. 1-й раунд. Корея - Турция.
Прямая трансляция
11:15, 14:00, 18:45, 21:00, 00:45, 03:10, 06:00 Новости
11:30, 21:15, 01:05, 03:30, 06:20 Связь времен
11:35, 14:15 Формула гармонии
11:50, 21:25, 03:35, 06:25 Байки старого большищика
11:55 Волейбол. Чемпионат мира в Японии. Женщины.
1-й раунд. Италия - Бразилия. Прямая трансляция
13:55, 16:30, 18:40, 22:25 Превью тура Росгосстрах
Чемпионата России по футболу
14:30 Волейбол. Чемпионат мира в Японии.
Женщины. 1-й раунд. Куба - США
16:15 Волейбол. Чемпионат мира в Японии. Итоги дня
16:35, 21:30 Обзор матчей чемпионата NHL
16:55 Ватерполье
17:40 С детства - в карьер!
19:00 Хоккей. Чемпионат NHL
21:20 Программа передач на завтра
21:50 Акватория спорта
22:30 Футбол. Лига чемпионов. "Челси" (Англия) -
"Спартак" (Россия). Прямая трансляция
01:10 Футбол. Лига чемпионов
03:40 Бадминтон. BWF Super Series - Danish Open.
Финалы
06:30 Художественная гимнастика.
Гран-При в Германии

5 КАНАЛ

06:00 Д/ф "Погружение в дикую природу"
07:05 Д/ф "Смерти нет. Тайна академика Бехтерева"
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас
08:30, 21:00 Суд времени
09:30 Х/ф "Из жизни начальника уголовного розыска"
11:20 Д/с "Подводная одиссея команды Кусто"
12:30, 19:30 Реальный мир
13:00 Х/ф "Максим Перепелица"
15:35 Т/с "Приключения Электроника"
17:00 Открытая студия
18:00 Программа передач
20:00 Живая история. "Послы суровой поры. Уманский"
22:30 Х/ф "88 минут"
00:40 Ночь на пятом
01:10 Х/ф "Реальная любовь"
03:50 Д/ф "Устал до смерти"
04:55 Д/с "Город собак"

Как набрать вес?

Интересно, сколько копий слома-но в процессе нахождения ответа на вопрос о похудении? Более чем уверены, что немало. В то же время существует и обратная сторона медали – людей, желающих набрать вес, также достаточно. Вот именно о том, как набрать несколько лишних килограмм и слегка поправиться и пойдет наш разговор.

Если Вы думаете, что решение этой проблемы заключается всего-навсего в усиленном питании, Вы глубоко заблуждаетесь. Диетологи уверены, что чрезмерное употребление пищи не является основополагающим фактором, который побуждает человеческий организм набирать вес. Даже в среде Ваших знакомых наверняка найдется худой человек, обладающий отменным аппетитом и с радостью поглощающий съестные припасы, однако на его фигуре это практически никак не отображается.

Итак, как же набрать вес? Существуют ли методы, гарантирующие то, что в ближайшее время Вы хотя бы немного поправи-тесь, если бу-дете ими пользо-ваться?



Если Ваш вес намного меньше среднего статистического, т.е. характерного для людей данного пола, возраста и роста наиболее логичное решение – обратиться к специалистам, ведь существует довольно большая вероятность того, что Ваше здоровье находится в опасности. Большинство из нас слышали слова "анорексия", "дистрофия", "нарушение пищеварения", справиться с которыми самостоятельно невозможно, да и не стоит – это может нанести дополнительный вред и без того ослабленному организму.

Если же Вы обладаете вполне нормальной фигурой, но все же хотели бы набрать вес, следует обратить внимание на нижеприведенные заметки.

Наибольшее количество вопросов, связанных с набором веса, задают юноши 14-18 лет. Это и не удивительно: в их возрасте хочется казаться сильнее, мускулистее, более накачанным. Причиной худобы у юношей данного возраста являются гормональные изменения, связанные с взрослением. Поправиться в этом случае можно довольно просто. Главными помощниками в решении данной проблемы является рациональное питание. Количество приемов пищи надо увеличить до 5-6. Пища должна быть высококалорийной, богатой на белок, жиры, углеводы, витамины, и как можно более разнообразной. В рационе постоянно должны быть фрукты, ягоды и овощи. Если хотите поправиться – Вы не должны знать что такое чувство голода, поверьте этого трудно добиться, не кушая утром и взяв с собой в школу всего один бутерброд. И запомните, никакие протеиновые надбавки, анаболики и прочие препараты не помогут решить эту проблему, только питание, питание, и еще раз питание!

Со взрослыми дела обстоят несколько иначе.

Наиболее частой причиной недостаточного веса является нарушение в деятельности организма, связанные с расстройствами нервной системы. Это не пустые слова! Постоянная нервозность, связанная с конфликтами в семье, расхождениями с мнениям детей, стрессами на работе, негативно сказываются на деятельности многих внутренних органов. Психологический фактор – важный помощник в борьбе за лишние килограммы.

На втором месте стоит питание. Увы, питание большинства населения сегодня далеко от совершенства. Если хотите набрать вес – ку-

шайте как можно чаще, по 5-6 раз в течении суток. В рацион обязательно должны входить крупы, молочные продукты, мясные продукты, яйца, свежие фрукты и овощи. Возле телевизора можно "пощелкать" семечки, арахис, фисташки, грецкий орех, семечки, изюм, курагу, финики – они намного полезнее для прибавки в весе, чем конфеты и соленые сухарики.

Не стоит увлекаться пивом и газированными напитками, калории, содержащиеся в них, менее полезны, чем стаканчик сока и булочка с маслом и медом.

Прибегать к каким-либо специализированным диетам, будь то китайские, итальянские или французские, для того, чтобы поправиться, не стоит, необходим просто усиленный режим питания. Переход к усиленной диете должен быть постепенным, на протяжении двух-трех недель. А первые результаты будут видны уже через месяц, набрать вес быстрее навряд ли получится.

Если аппетита нет, и заставить себя кушать проблематично, постарайтесь перед едой погулять на свежем воздухе, принять душ. Активизации аппетита способствует и прием за полчаса до еды стаканчика натурального сока, желателно кисловатого (яблочный, виноградный, апельсиновый).

Для курящих идеальный вариант – бросить курить. Посмотрите на Ваших знакомых, которые попросились с этой вредной привычкой, Вы наверняка заметите, что они набрали парочку лишних килограммов веса.

Прежде чем предпринимать какие-то решительные действия, обратитесь к врачу-эндокринологу, который выяснит, нет ли у Вас каких-то нарушений в обмене веществ и не поэтому ли Ваш вес слишком мал. И только с его согласия можно принимать за диеты. Если Вы решили поправиться, то для Вас существуют специальные правила, которые необходимо соблюдать. Чтобы набрать вес, старайтесь гулять как можно чаще – свежий воздух для Вас очень полезен. Но не забывайте, что он должен быть действительно свежим, прогулки вдоль оживленного шоссе никакого результата не принесут. Лучше всего, если Вы выберете места для этого где-то за городом или в парке, где воздух действительно чистый. Можете установить для себя такую традицию – прогулки перед сном, они полезны не только для того; чтобы пополнить, но и для полноценного сна.

Есть нужно немного, но регулярно. Естественно, что пища должна быть калорийной и полезной, в ней должно быть много витаминов и питательных веществ. Есть ее нужно не быстро, тщательно пережевывая. Не отвлекайтесь во время еды, это очень вредно. Намного лучше и полезнее сначала поесть, а потом почитать, послушать радио или посмотреть телевизор. В противном случае все Ваши усилия не увеличению веса пройдут впустую.

Чтобы поправиться наверняка, некоторое время после приема пищи ничего не делайте, посидите спокойно или полежите. Пища за это время переварится безо всяких трудностей и проблем. Если у Вас есть привычка жевать и перекусывать на ходу, постарайтесь от нее побыстрее избавиться. Так Вы не только не поправитесь, а еще больше похудеете – пища в таком режиме не переваривается нормально. Отсюда возникают проблемы с кишечником и желудком.

Лучше не пытаться полнеть за счет мучных, то есть сдобных, изделий. Вы, конечно, поправитесь, но увеличится не Ваша мышечная масса, а количество жировых отложений на животе, бедрах. Если Вас это устраивает, то замечательно – больше жирной и сдобной еды, тогда Вы сможете добиться своего.

Ну а тем, кто не хочет носить на себе излишки жира, нужно начать заниматься физическими упражнениями (желательно силовыми) и употреблять в сочетании с этим специальную диету.

Поскольку Вы собираетесь потреблять много жидкости (это обязательно), Вам надо сильно ограничить в своем рационе соль. Избыток воды перегружает все внутренние органы. Это опасно. Выпитая Вами за день жидкость (не менее 3-х литров) должна свободно протекать через пищеварительную систему и быстро выделяться. Задержка воды – не самый лучший способ набрать вес.

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

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

Приглашаем Вас посетить ООО "Медицинский центр"

МИР ЗДОРОВЬЯ

Лиц. №63-01-000493 от 14.12.06 г. выдана ФС по надзору в сфере здравоохранения и соц. развития г. Самары

ГИНЕКОЛОГ высшей категории: мини-аборт (под контролем УЗИ) с профилактикой осложнений, введение спирали, обследование на инфекции ЗПП, лечение хронических заболеваний, НМЦ - кровотечение

НЕВРОПАТОЛОГ

УЗИ - всех органов, ВЫЕЗД НА ДОМ

ЭКГ сердца

ПРОЦЕДУРНЫЙ КАБИНЕТ - все виды инъекций

пр. 50 лет Октября, 68. т.: 96-09-40, 8-927-219-67-54

Режим работы: Пн.-Пт. с 9.00 до 19.00, Сб. с 9.00 до 15.00, Вс. - выходной

Боль – друг или враг?

Практически каждый человек хотя бы раз в жизни сталкивался с болью, но далеко не каждому известно, что боль может быть как врагом, так и другом. Как друг, она выполняет сигнальную функцию, предупреждая организм об опасности и защищая его от серьезных нарушений, что дает возможность своевременно принять меры: обратиться к врачу, при необходимости пройти назначенный курс лечения, наконец, просто отдохнуть, выпасться, не давая себе перейти ту грань переутомления, за которой может начаться болезнь.

Вместе с тем, существует и другой вид боли – боль-враг. Она вредна для организма. Эта боль переходит из разряда симптомов в болезнь. Она продолжительна во времени, поэтому делает людей нетрудоспособными, снижая их физическую активность, вызывая психоэмоциональные расстройства, приводя к нарушениям микроциркуляции крови во внутренних органах. Такую боль называют патологической. Ее нельзя игнорировать, однако не все знают, как правильно с ней бороться.

И что в результате? Когда болит зуб, человек непременно идет к стоматологу. Если же болит голова или ноет поясница, мы пытаемся обойтись приемом привычных болеутоляющих медицинских препаратов. А ведь специалисты постепенно твердят о вреде самолечения! Принимая обезболивающие препараты, человек заглушает болевой сигнал, а патологические процессы между тем продолжают. Принимая обезболивающие средства, мы лишь временно облегчаем страдания. Так боль "загоняется" вовнутрь, и есть риск, что она со временем перейдет в хроническую. Люди, страдающие от хронической боли, чаще всего бесконечно скитаются от одного медицинского специалиста к другому, проходят изнурительные обследования, курсы стационарного и амбулаторного лечения, а боль остается.

Согласно данным статистики, от той или иной боли страдают до 64% людей. Среди пожилых людей рас-

пространенность боли достигает 78%. Официальные статистические данные по России отсутствуют, но понятно, что эта цифра составляет миллионы.



О чем сигнализирует боль?

Боль в глазном яблоке – о повышенной кислотности желудка, в глазнице – о гастрите, в надбровных дугах – о воспалении в желудке, в области макушки – о нарушениях деятельности черепно-мозговых и спинномозговых центров, с правой стороны головы – о нарушении работы печени, с левой – селезенки.

Так уж сложилось, что люди обращаются к терапевту при первых болях в области сердца, но месяцами, а то и годами терпят периодические боли в животе, при сильных приступах привычно глотая Фестал или Но-шпу. Итог может быть печальным.

При сильной или продолжительной боли следует немедленно обратиться в медицинское учреждение. Рекомендованное врачом лечение не только быстро избавит Вас от страданий и боли, но и предотвратит нежелательные последствия.

Любое обезболивающее средство подвергает наш организм риску покатчить тот или иной орган. Следует знать, что все эти лекарственные аппараты не хорошо воздействуют и на нервную систему.

Человеческий организм выделяет сам определенные вещества, которые помогают бороться с болевыми ощущениями. Это опыты. Но, благодаря употреблению лекарственных обезболивающих препаратов, организм вызывает привыкание и самостоятельно бороться с болью уже не может.

АКЦИЯ!
Каждому заказавшему окно - зонт в подарок

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 дополнительные скидки Срок изготовления от 7 рабочих дней

УДОБНЫЕ УСЛОВИЯ РАССРОЧКИ И КРЕДИТОВАНИЯ ДО 1.5 ЛЕТ

МОСКИТНАЯ СЕТКА В ПОДАРОК

ТРИ ОКНА
РАССРОЧКА, КРЕДИТ

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
ЖАЛЮЗИ
ВХОДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ
МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

ГЛЯНЦЕВЫЕ МАТОВЫЕ САТИНОВЫЕ

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 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
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

СКИДКИ

ТЕРМИНАЛ
отделочные материалы

ВСЁ ОТЛИЧНОЕ У НАС
Облицовочная плитка 125р/м²
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 KBE

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 6-ТИ МЕСЯЦЕВ **СКИДКА 10%**

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

АВАНГАРД
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
сделает погоду в Вашем доме!

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

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

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 КЕРАМИЗИТНЫЕ 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 ВЫГОДНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО КАЧЕСТВУ И ЦЕНЕ!

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
4 ноября 2010 г.
ПЕРВЫЙ

06:00 Новости
06:10 Х/ф "Добровольцы"
08:00 Х/ф "Верные друзья"
10:00 Новости
10:10 Х/ф "Девчата"
12:00 Новости
12:10 Концерт
"Спешите делать добрые дела".
Памяти В.Толкуновой
14:00 Х/ф "Адмирал"
18:50 Большая разница
21:00 Время
21:15 Х/ф "Каникулы строгого режима"
23:20 Легенды Ретро FM
01:00 Х/ф "Мулен Руж"
03:20 Х/ф "Как Майк.
Уличный баскетбол"
05:05 Т/с "Спасите Грейс"

РОССИЯ 1

05:15 Х/ф "Испытание верности"
07:30 Х/ф "Афоня"
09:20 Х/ф "4 таксиста и собака"
11:30 Х/ф "Богдан-Зиновий Хмельницкий"
14:00, 20:00 Вести
14:15 Т/с "Катерина.
Возвращение любви"
18:10 Песня на двоих. Паулс - Резник
20:20 Х/ф "Кандагар"
22:25 Х/ф "Гений"
01:45 Х/ф "Нулевой километр"
03:40 Х/ф "Формула любви"
05:30 Дайджест "Городок"

СТС

06:00 Хорошие шутки
07:45 М/ф "Трое из Простоквашино",
"Ну, погоди!"
08:20 М/с "Смешарики"
08:30 М/с "Мир странствий"
09:00 Брэйн ринг
10:00 М/ф "Губка Боб - Квадратные штаны"
11:30 Т/с "Даёшь молодежь!"
16:30 Х/ф "Поездка в Америку"
18:45 Т/с "6 кадров"
19:20 Х/ф "Дети шпионов"
21:00 Х/ф "Хроники Нарнии"
23:35 Шоу "Уральских пельменей".
"Как я провёл... это"
01:05 Х/ф "Успеть до полуночи"
03:30 Хорошие шутки
05:10 Музыка на СТС

НТВ

06:20 М/с "Люди Икс. Эволюция"
06:40 Х/ф "1612"
08:00 Сегодня
08:20 Х/ф "1612", продолжение
10:00 Сегодня
10:20 Д/ф "Ангел и демоны.
Чисто кремлевское убийство"
11:15 Т/с "Псевдоним "Албанец"
13:00 Сегодня
13:20 Т/с "Псевдоним "Албанец"
16:00 Сегодня
16:20 Т/с "Псевдоним "Албанец"
19:00 Сегодня
19:40 Боевик "Братаны"
20:45 Футбол. Лига Европы.
ЦСКА (Россия) - "Палермо" (Италия).
Прямая трансляция
22:55 Футбол. Лига Европы.
"Хайдук" (Хорватия) - "Зенит" (Россия).
Прямая трансляция
01:05 Лига Европы УЕФА. Обзор
01:35 Х/ф "Тридцатого" - уничтожить!"
04:25 Х/ф "Королевская свадьба"

ТВЦ

07:30 Х/ф "Садко"
09:00 Д/ф "Сны и явь Михаила Жарова"
09:45 М/ф "Волшебное кольцо"
10:05 Х/ф "И снова Анискин", 1 с.
11:30 События
11:45 Хроники московского быта.
"Синтетическое счастье"
12:35 Х/ф "Женщины"
14:35 Клуб юмора
15:25 Д/ф "Всенародная актриса
Нина Сазонова"
16:15 Праздничный концерт
"Мы родом из России"
17:15 Х/ф "Охота на "Вервольфа"
21:00 События
21:20 Х/ф "Это я"
23:05 События
23:25 Х/ф "Отец невесты"
01:25 Х/ф "Полоса препятствий"
03:05 Х/ф "Первый эшелон"
05:20 Х/ф "Невезучие"

ТВ ПРОГРАММА ЧЕТВЕРГ 4 ноября 2010 г. REN TV

06:00 Т/с "Люди Шпака"
08:00 Х/ф "Антибумер"
09:30 Дорогая передача
10:00 Х/ф "Мама не горюй"
11:40 Х/ф "Мама не горюй 2"
13:50 Х/ф "Сестры"
15:30 Х/ф "Стая"
17:40 Х/ф "Олигарх"
20:15 Х/ф "Жмурки"
22:30 Х/ф "Хоттабыч"
00:25 Х/ф "Сексуальный аппетит"
01:55 Х/ф "Эротические грезы"
03:25 Т/с "Фаталлисты"
05:20 Неизвестная планета.
"Легенды Далмации"
05:45 Ночной музыкальный канал

ТВ3

06:00 М/с "Бэтмен будущего"
06:30 М/с "Пинки и Брейн"
07:00 Мультфильм
08:00 Т/с "Амазония"
09:00 Х/ф "Шерлок Холмс и Доктор Ватсон. Знакомство"
10:30 Х/ф "Шерлок Холмс и Доктор Ватсон. Кровавая надпись"
12:00 Домашний ресторан
13:00 Д/ф "Неуслышанные пророчества"
14:00 Х/ф "Граф Монте-Кристо"
18:00 Д/ф "Герои древних греков. Ясон и Аргонавты"
19:00 Х/ф "В джазе только девушки"
21:30 Х/ф "Практическая магия"
23:45 Дискотека 80-х
05:00 Д/ф "Медиумы. Мы говорим с умершими"

Муз ТВ

05:00, 02:25 Муз-ТВ хит
07:00 Мультфильмы
08:00 Наше
09:00 Русский чарт
10:00 PRO-новости
10:30 Планета Шоу-биз. Кто на кого учился
11:00 10 самых звездных Золушек
11:30 Джонни Депп. История успеха
12:00 Звезды зажигают
13:00 Лаборатория чувств
14:00 Анатомия красоты
15:00 Стилетика
15:30 Напросились
16:00 Звездный талисман
16:30 Лучшие выступления на Премии 2010
17:30 Популярная правда. Фабричный брак
18:00 Муз-ТВ Чарт
19:00 PRO-обзор
19:30 10 самых звездных режиссеров кино
20:00 Игра "Крокодил". Новый сезон
21:55 Биг Лав Шоу
23:30 10 самых звездных рецептов красоты
23:55 Герои экрана. Оксана Фандера
00:30 v_PROkate
00:55 Европа Плюс Чарт
01:55 Не мешки ворочать

РОССИЯ 2

10:00, 14:00, 18:35, 01:00, 02:30, 06:00 Новости
10:20, 18:50, 01:20, 02:50, 06:20 Связь времен
10:25, 14:15 Формула гармонии
10:40, 16:15, 18:00, 19:00 Превью тура Росгосстрах Чемпионата России по футболу
10:45 Баскетбол. Евролига. Мужчины. "Олимпиакос" (Греция) - "Уникаха" (Испания)
12:30, 06:30 Аквагорка спорта
13:00 С детства - в карьер!
14:30 Баскетбол. Евролига. Мужчины. "Жальгирис" (Литва) - "Проком" (Польша)
16:20, 19:05 Обзор матчей чемпионата NHL
17:00, 07:00 Вольная борьба. Межконтинентальный кубок мира - 2010
18:05, 05:30 Мир скорости
18:55 Программа передач на завтра
19:45, 01:30 Вызов Дениса Панкратова
20:45 Футбол. Лига Европы. Прямая трансляция
22:55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. "Рома" (Италия) - "Реал" (Испания). Прямая трансляция
01:25, 02:55, 06:25 Байки старого болельщика
03:00 Хоккей. Чемпионат NHL. Прямая трансляция
08:00 Плавание. Этап Кубка мира в Германии. День 1-й

5 КАНАЛ

06:00 Д/ф "Погружение в дикую природу"
07:00 Живая история. "Приставы"
08:00 М/ф "Интервью с котом Леопольдом", "Чипполино"
08:40 Х/ф "Летят журавли"
10:35 Т/с "Тени исчезают в полдень"
16:00 Сейчас
16:30 Т/с "Тени исчезают в полдень"
21:25 Х/ф "Верьте мне, люди"
23:40 Х/ф "Дела давно минувших дней"
01:40 Ново-Орлеанский джаз в Санкт-Петербурге
03:00 Х/ф "88 минут"
05:10 Д/с "Мир будущего"

Устройство погреба под гаражом

Хорошим материалом для возведения стен погреба является бетон, железобетон, бутобетон, а в сухих неувлажняющихся грунтах – красный, полнотелый, хорошо обожженный кирпич.

При устройстве погреба с бетонными стенами нужно использовать опалубку из досок. Бетонную смесь необходимо укладывать слоями по 30 см, поэтому опалубку делают секциями высотой 35–40 см. Перед укладкой следующего слоя бетона опалубку наращивают очередной секцией и скрепляют с предыдущей рейками и гвоздями.

Для уплотнения бетона вставляют специальную трамбовку и производят обстукивание опалубки.

Стены погреба, сложенные из кирпича, желателно оштукатурить цементным раствором.

Для того, чтобы воспрепятствовать проникновению сырости в погреб, особое внимание следует уделить гидроизоляции стен погреба.

Прежде всего обнаруженные при рытье котлована источники подземной воды необходимо заделать жирной глиной на глубину 50 см. Для сбора воды в дне котлована нужно вырыть специальные приямки или сделать дренаж для ее отвода.

По мере продвижения работ по кирпичной облицовке в промежутках между стенкой и котлованом набивают слой глины толщиной 15–20 см. Кирпичную облицовку выводят до уровня балок пола и сверху делают железобетонное перекрытие с люком.

Для наружной гидроизоляции при маловлажных грунтах и уровнях грунтовых вод ниже пола погреба достаточно обмазки горячим битумом.

При сильно увлажненных грунтах требуется оклеенная гидроизоляция из рубероида на битумной мастике и устройство вокруг стен замка из уплотненной мятой жирной глины.

В случае расположения погреба ниже уровня грунтовых вод выполняется подпольная гидроизоляция из многослойных рубероидных ковров и подготовка под основание пола из жирной глины или щебня, пропитанного битумом.

Полы в погребе настилаются, как правило, по грунту. В сухих подвалах это делается так: грунт вынимается на глубину 10 см, вместо него засыпается песок, который утрамбовывается, а затем пол бетонируется. Толщина бетонного покрытия около 10 см.

Пол погреба можно сделать из глины, которая укладывается в два слоя: первый слой толщиной 0,25 м, второй, уложенный на слой толя, – 0,1–1,15 м.

Полы погреба также можно уложить на основание из бетона и железобетона по подготовке из щебня, кирпичного боя или гравия. Они могут быть дощатыми, бетонными, цементными и т. д.

В каждом погребе следует предусмотреть вентиляцию, предотвращающую появление сырости. С этой целью в стенах цоколя устраиваются вентиляционные окна и другие вентиляционные устройства.

Для сохранения постоянной температуры в погребе по перекрытию можно уложить пленку, глиносолому слоем в 20 см, глину, рубероид. Затем сверху производят засыпку землей слоем 30–50 см.

В верхних частях погреба рекомендуется сделать несколько ниш для того, чтобы можно было доставать хранимые продукты, не спускаясь в погреб.

Перекрытие над погребом, как правило, делается из железобетона. Стены, потолок и люк необходимо утеплить, а люк еще и загерметизировать.

Вентилировать погреб можно также устройством вертикальных каналов: приточного и вытяжного. Их располагают в противоположных сторонах погреба: приточный – у пола, вытяжной – под потолком. Верхний конец приточной трубы должен располагаться вблизи поверхности земли, тогда как выход вытяжной – как можно выше, над крышей гаража. Минимальный размер каналов – 140 X 140 мм.

Осенью, перед закладкой овощей, погреб необходимо просушить. Для этого нужно просто сжечь 10–12 таблеток сухого спирта, которые и хорошо сушат, и убивают гнилостные бактерии. Но жечь таблетки можно только после побелки стен погреба известью.

Вы можете сэкономить время и не делать большой погреб, а устроить маленький погребок из старой эмалированной ванны, вмонтировав ее в пол гаража и приделав к ней крышку.

"ДОМ КРОВЛИ"
Большой выбор кровельных материалов и утеплителей
Индивидуальный подход к каждому клиенту

Бесплатные консультации по телефонам: ул. Локомотивная, 35
91-04-91, 8-927-616-87-43

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

Стройбастэр
СЕТЬ МАГАЗИНОВ ОТДЕЛОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ
более 20 000 наименований

ОБОИ, НАПОЛЬНЫЕ ПОКРЫТИЯ, ВСЁ ДЛЯ ВАННОЙ КОМНАТЫ, ДВЕРИ, ЛАКОКРАСКА, ЭЛЕКТРИКА, СУХИЕ СМЕСИ, ГИПСОКАРТОН, КРЕПЕЖ, ИНСТРУМЕНТЫ, ВСЁ ДЛЯ ДОМА И САДА

пр. 50 лет Октября, 43; пр. 50 лет Октября, 4 "Б"; пр. 50 лет Октября, 51; ул. Красильникова, 40; ул. Советская, 69; ул. Лазо, 32; ул. Хвальнская, 83; ул. Гидротурбинная, 30; ул. Декабристов, 380 "А"; ул. Образцовская, 97; г. Октябрьск, ул. Мира, 167; ул. Ленина, 63.

МОНТАЖ
СИСТЕМ ОТОПЛЕНИЯ
ВОДОСНАБЖЕНИЕ
КАНАЛИЗАЦИИ

УСТАНОВКА
• ВОДЯНЫХ СЧЕТЧИКОВ
• КОТЛОВ
ТЕПЛЫЕ ПОЛЫ

Прокладка трубопроводов в частном секторе

т.: 8-927-770-07-94, 8-960-849-29-50
ЗАКЛЮЧАЕМ ДОГОВОР 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

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

ТЕПЕРЬ В СЫЗРАНИ!!!

КОТТЕДЖ

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

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

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

ОКНА БРИЗ 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

МИР СУВЕНИРОВ

- ФОТО НА КРУЖКИ, МАЙКИ
- МАТИРОВАНИЕ СТЕКЛА
- ГРАВИРОВКА
- КОРПОРАТИВНЫЕ ПОДАРОКИ
- НАНЕСЕНИЕ ФИРМЕННОЙ СИМВОЛИКИ И ЛОГОТИПОВ НА СПЕЦОДЕЖДУ
- ГРАВИРОВКА НА МЕТАЛЛЕ
- ПЕЧАТЬ ФОТО ОТ 3.5 РУБЛЕЙ

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

Уборка в квартире

Чистота в наших квартирах создает чувство уюта, спокойствия и благополучия. Она положительно сказывается на настроении домочадцев и их здоровье. Согласитесь, что находиться в чистой, убранной комнате намного приятнее, чем в грязной и не ухоженной.

Давайте систематизируем информацию о том, как содержать наше жилье в чистом и привлекательном виде, сделать его светлым, красивым и уютным.

Основным способом поддержания чистоты в доме является уборка, но в то же время, не стоит забывать и о другом факторе: чистота в квартире или доме в большой степени зависит и от количества грязи и пыли, которые попадают в жилище. Вот почему Вашим первым помощником в уборке будет соблюдение ряда простых правил, которые направлены на то, чтобы уменьшить количество пыли и грязи, которые могут попадать в дом.

Следует позаботиться о том, чтобы приучить всех домочадцев чистить обувь перед заходом в дом. На помощь нам придет специальный скребок, установленный перед крыльцом дома или коврик перед входной дверью квартиры. Уменьшить количество пыли можно, если раздеваться и оставлять верхнюю одежду в прихожей.

Уменьшению количества пыли способствует и незахламленность жилья. Уберите с открытых полок ненужные вещи, в первую очередь мягкие игрушки и текстиль, и время уборки значительно сократится. Помните, чем больше вещей в квартире – тем дольше уборка.

Ежедневная уборка

Делать уборку ежедневно хлопотно и не всегда возможно. Тем не менее, если Вы будете ежедневно протирать зеркала, двери, окна и подоконники, результат не заставит себя долго ждать. Есть свободная минута – возьмите тряпку и протрите зеркало в ванной комнате, вытряхните скатерть, помойте пол в прихожей, пробегитесь с пылесосом по детской комнате. Каждый день по пять предметов – и чистота в квартире обеспечена!



Еженедельная уборка требует гораздо больше времени – ведь необходимо в обязательном порядке протереть окна и двери, подоконники, зеркала, батареи системы отопления и мебель, вымыть пол

Еженедельная уборка

Еженедельная уборка требует гораздо больше времени – ведь необходимо в обязательном порядке протереть окна и двери, подоконники, зеркала, батареи системы отопления и мебель, вымыть пол

во всей квартире (если покрытие позволяет это делать). Много времени уйдет и на то, чтобы смахнуть пыль со всевозможных украшений, сувениров и побрякушек, которых вдоволь в комнатах.

Для чистки мебели, в том числе мягкой, следует использовать специальные чистящие средства, которые в обилии представлены на хозяйственных полках супермаркетов (для полированной и неполированной мебели, для мебели из кожи, для текстиля и т.д.). Если чистящее средство закончилось, не бегите в магазин – обычная вода тоже неплохо справляется с этой нехитрой задачей.

Крашенные и металлопластиковые рамы окон и дверей, пластиковые, гранитные и деревянные подоконники моют или протирают губкой, слегка смоченной в мыльной воде. Для стекол используют чистящие средства на основе спирта или уксуса, которые без труда отыщутся в ближайшем магазине.

Не забудьте во время еженедельной уборки и о том, чтобы очистить осветительные приборы – люстры и бра, торшеры и абажуры. Раз в неделю пропылесосьте их, а раз в месяц помойте. Во избежание неприятностей вынимайте шнуры питания осветительных приборов из розеток. Плафоны из хрусталя, пластика и стекла прекрасно моются теплой водой с добавлением мыла. После мойки вытрите их насухо замшевой салфеткой и просушите. Теканые абажуры можно почистить одежной щеткой, а можно опять же воспользоваться пылесосом.

Внушительное количество пыли собирается и на комнатных растениях. Так что во время еженедельной уборки следует часть времени выделить на них. Крупные растения моют на месте, а мелкие можно отнести в ванную – там будет удобнее. Протрите все листья, цветочный горшок и блюдце. Используйте для уборки щетку, мягкую губку или тряпку – то, что удобнее и безопаснее для каждого конкретного растения. Удалите с растения увядшие цветы, засохшие листья и стебли.

ТВ ПРОГРАММА ПЯТНИЦА 5 ноября 2010 г. ПЕРВЫЙ

06:00 Новости
06:10 Х/ф "Молодые"
08:00 Х/ф "Неоконченная повесть"
10:00 Новости
10:10 Х/ф "Белое солнце пустыни"
12:00 Новости
12:10 Х/ф "Каникулы строгого режима"
14:20 Х/ф "Адмирал"
19:10 Большая разница
21:00 Время
21:15 Достояние Республики
23:40 Х/ф "Идеальный незнакомец"
01:40 Х/ф "28 дней спустя"
03:50 Х/ф "Иллюзия допроса"

РОССИЯ 1

06:00 Х/ф "Не могу сказать "прощай"
07:50 Х/ф "4 таксиста и собака - 2"
10:35 Короли льда
12:00 Большая семья. Крутые
14:00, 20:00 Вести
14:15 Т/с "Катерина. Возвращение любви"
18:05, 20:20 Юбилейный вечер
Давида Тухманова
на "Новой волне"
22:00 Х/ф "Стиляги"
01:00 Х/ф "Жара"
03:05 Х/ф "Артур"

СТС

06:00 Хорошие шутки
08:00 М/ф "Крокодил Гена"
08:20 М/с "Смешарики"
08:30 М/с "Мир странствий"
09:00 Брэйн ринг
10:00 Т/с "Воронины"
13:00 Т/с "6 кадров"
16:00, 18:10 Т/с "6 кадров"
16:30 Х/ф "Дети шпионов"
19:10 Х/ф "Дети шпионов - 2.
Остров несбывшихся надежд"
21:00 Х/ф "Хроники Нарнии.
Принц Каспиан"
23:45 Украинский квартал
01:15 Х/ф "Красная жара"
03:15 Хорошие шутки
05:05 Т/с "Моя команда"

НТВ

06:15 М/с "Люди Икс: Эволюция"
06:40, 08:20 Х/ф "Карнавал"
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
10:20 Спецвыпуск.
"И снова здравствуйте!"
11:10, 13:20, 16:20 Т/с "Псевдоним "Албанец"
19:30 Следствие вели...
20:25 Музыкальный ринг НТВ
23:25 Женский взгляд"
00:15 Х/ф "Город ангелов"
02:25 Х/ф "Ночная слушатель"
04:15 Х/ф "Под вишневой луной"

ТВЦ

07:20 Х/ф "Это я"
09:00 Д/ф "Лидия Смирнова.
Я родилась в рубашке"
09:45 М/ф "Бременские музыканты"
10:05 Х/ф "И снова Анишкин", 2 с.
11:30 События
11:45 Хроники московского быта.
"Золото-бриллианты"
12:35 Х/ф "Вокзал для двоих"
15:15 Юмористический концерт
"Смех с доставкой на дом"
15:50 Х/ф "Пираты XX века"
17:30 События
18:00 Д/ф "Любовь, прости меня".
Ренат Ибрагимов
19:00 Х/ф "Пуаро Агаты Кристи"
21:00 События
21:20 Х/ф "Оперативная разработка"
23:15 Концерт, посвященный
60-летию спецназа
ГРУ "Честь имени!"
00:30 События
00:50 Х/ф "Отец невесты" - 2
02:50 Х/ф "Крупный разговор"
04:30 М/ф "Оранжевое горлышко",
"Таёжная сказка"

ОПТОВО - РОЗНИЧНЫЙ МАГАЗИН №1

ЦЕНТР СВЕТА

**ЛЮСТРЫ
СВЕТИЛЬНИКИ
КАБЕЛЬ
ЭЛЕКТРОУСТАНОВКА**

**ОТКРЫТИЕ МАГАЗИНА
25 ОКТЯБРЯ**

ул. Партизанская, 37
т. 8-927-611-90-40

РЕЖИМ РАБОТЫ:
Пн.-Пт. с 9.00 до 18.00
Сб.-Вс. с 9.00 до 15.00
без перерыва и выходных

ПЕРЕТЯЖКА МЯГКОЙ МЕБЕЛИ

ШИРОКИЙ ВЫБОР ТКАНИ

ЗАМЕНА ПОРОЛОНА, ПРУЖИННЫХ БЛОКОВ

Наличный и безналичный расчет **т. 91-21-40**

МЕБЕЛЬНЫЙ САЛОН

ЕВРО стиль **МЕБЕЛЬ качество**

АНТИКРИЗИСНЫЕ ЦЕНЫ!
ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА БЕСПЛАТНО!
ЛЮБОЙ НЕСТАНДАРТ!
ЛЮБОЙ ДИЗАЙН!

ул. Московская, 1А
(вход со стороны "Дворца творчества")
т.: 980-380, 8-937-234-56-88

ул. Выборгская, 7
(пр. 50 лет Октября)
т. 8-937-234-57-00

магазин *УДачные Семена*

СЕМЕНА ОВОЩЕЙ И ЦВЕТОВ
от отечественных производителей,
а так же от голландских
селекционеров для фермеров
и тепличников.

СЕМЕНА ОТ РОЗНИЦЫ ДО ОПТА.
Горшки, кашпо, удобрения,
грунты для рассады и цветочных культур.

ул. Ульяновское шоссе (ТЦ «Русский рынок»), сек. 2

**ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ
КУПОНА
СКИДКА 5%**

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

ЗАМЕР. РАССРОЧКА. КРЕДИТ

тел. 8-917-630-29-53 ул. Урицкого, 3 (стройдвор)
ул. Кашпирская, 5

Пересадка комнатных растений

Извлеките растение со старого горшка и аккуратно уберите рукой часть старой почвы, стараясь не повредить корневую систему растения. Внимательно рассмотрите ее – сухие и мелкие корешки осторожно срежьте острым ножом.

Насыпьте на дно цветочного горшка 1-2 см дренажа. Затем насыпьте слой грунта (2-3 см).

Разместите растение в центре горшка. Равномерно разместите корни. Одной рукой придерживайте растение, другой досыпайте и утрамбовывайте почву, чтобы не было воздушных щелей. Грунта необходимо столько, чтобы корни растения были полностью засыпаны, а до кроев горшка оставалось еще 1-2 см.

Если это необходимо – насыпьте сверху на грунт еще один слой дренажа.

При пересадке комнатных растений желательны выполнить еще ряд условий, о которых мы хотим Вам напомнить:

- перед пересадкой комнатных растений цветочный горшок следует хорошо вымыть водой с мылом и провести его дезинфекцию. Если

горшок новый, пусть просто полежит в воде;

- растение, которое планируется пересаживать, накануне пересадки необходимо хорошо полить, чтобы промокла вся толща почвы;



- если растение приболело или цветет – не рискуйте, отложите пересадку на более поздний срок;
- нежелательно пересаживать растения в прохладное время года, особенно если растение теплолюбивое;
- лучшее время для пересадки комнатных растений – весна;
- неприятно пахнущий грунт в горшке, в котором растет растение? – один из факторов, указывающих на необходимость пересадки растения;

- молодые растения следует пересаживать каждую весну, а большие – раз в 2-3 года;

- у пальм, фикусов, китайских роз и других растений, которые из-за больших размеров тяжело пересаживать ежегодно, необходимо хотя бы менять верхний слой грунта в горшке;

- у растений с сильно разросшимися корнями часть корней можно срезать острым ножом. Эта процедура способствует появлению новых корней и стимулирует рост растения. У пальм, кактусов и других растений, корни которых относительно малы, обрезать их не рекомендуется;

- оптимальный размер нового горшка – так, чтобы старый входил в него полностью, не касаясь стенок нового;

- пересаженные растения обильно полейте теплой водой, поставьте под рассеянный свет в место без сквозняков. Второй полив желателен сделать в течение 5-6 дней. Примерно в течение десяти дней не следует выставлять горшок с растением на прямой солнечный свет.

ОКНА **ДВЕРИ**

БРИЗ
ОКНА И ДВЕРИ

КУХНИ
• ВСТРАИВАЕМАЯ
МЕБЕЛЬ

ШКАФЫ-КУПЕ
ГАРДЕРОБНЫЕ
КОМНАТЫ

**РАЗДВИЖНЫЕ
ПЕРЕГОРОДКИ**

т. 96-64-00
ул. 50 лет Октября, 24

Агентство клининговых услуг "РАДМА"

**Все виды уборки
профессиональной
технологией**

Тел.: 8-927-022-20-29,
8-927-614-01-04, 91-01-04

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

ТВ ПРОГРАММА ПЯТНИЦА 5 ноября 2010 г. REN TV

06:00 Неизвестная планета.
"Безобразия красоты"
06:25 Т/с "Люди Шпака"
07:25 Х/ф "Кукушка"
09:30, 23:30 Дорогая передача
10:00 Х/ф "Вариант "Омега"
17:20 Х/ф "Война"
19:50 Х/ф "Обратный отсчет"
00:00 Х/ф "Эротическое убежище"
01:45 Х/ф "Звезда сериала,
или Запретные желания"
03:30 Т/с "Фаталисты"
05:35 Ночной музыкальный канал

ТВЗ

06:00 М/с "Бэтмен будущего"
06:30 М/с "Пинки и Брейн"
07:00 Мультфильм
08:00 Т/с "Амазония"
09:00 Х/ф "Шерлок Холмс. Король шантажа"
10:15 Х/ф "Шерлок Холмс. Смертельная схватка"
11:30 Х/ф "Шерлок Холмс. Охота на тигра"
13:00 Х/ф "В джезде только девушки"
15:50 Х/ф "Практическая магия"
18:00 Д/ф "Герои древних греков. Одиссея"
19:00 Т/с "Мерлин"
21:00 Т/с "Событие"
22:00 Х/ф "Тайны бермудского треугольника"
00:00 Дискотека 80-х
05:00 Д/ф "Медиумы. Мы говорим с усопшими"

Муз ТВ

05:00, 01:30 Муз-ТВ хит
07:00 Мультфильмы
08:00 Наше
09:00 Муз-ТВ Чарт
10:00 SNICKERS URBANIA -
10 лет в истории уличной культуры
10:30 Звездный талисман
11:00 Топ модель по-американски
22:30 Игра "Крокодил". Новый сезон
23:30 10 самых непостоянных
музыкальных коллективов
23:55 Практика секса
00:30 Sexu Час

РОССИЯ 2

10:00, 14:00, 18:45, 21:00, 01:00,
03:30, 06:30 Новости
10:20, 21:15, 01:20, 03:50, 06:50 Связь времен
10:25, 21:25, 01:25, 06:55 Байки старого боельщика
10:30 Формула гармонии
11:30, 13:55, 18:40, 22:00 Превью тура Росгосстрах
Чемпионата России по футболу
11:35 Хоккей. Чемпионат NHL
13:30 Мир скорости
14:15, 16:50 Футбол. Лига Европы
16:10 Обзор матчей чемпионата NHL
19:00 Баскетбол. Чемпионат NBA.
"Chicago Bulls" - "New York Knicks"
21:20 Программа передач на завтра
21:30, 03:55 Шахматы. Супертурнир
"Мемориал Михаила Талля" в Москве
22:05 Фигурное катание. Гран-При "Cup of China".
Короткий танец. Женщины.
Короткая программа
01:30 Фигурное катание. Гран-При "Cup of China".
Мужчины. Пары. Короткая программа
04:25 Волейбол. Чемпионат мира в Японии.
Женщины. 2-й раунд. Прямая трансляция
07:00 Плавание. Этап Кубка мира
в Германии. День 2-й

5 КАНАЛ

06:00 Д/ф "Удивительная планета"
07:00 Живая история.
"Ленинградские истории. Владимиров"
08:00 М/ф "Незнайка-музыкант",
"Остров сокровищ", ф.1,
"Карта капитана Флинта"
09:00 Фильм-сказка "Руслан и Людмила"
12:00 Х/ф "Петр Первый"
16:00 Сейчас
16:30 Т/с "Секретный фарватер"
22:10 Х/ф "Дежа вю"
00:20 Концерт Максима Леонидова
"30 творческих лет"
02:15 Х/ф "Мой папа - герой"
04:15 Х/ф "Капитан Кидд"

Как выбрать цвет одежды для ребенка?

Психологи утверждают, что цвет одежды влияет на самочувствие ребенка, на его здоровье. В зависимости от цвета одежды окружающие по-разному воспринимают малыша. Родители, наверное, замечали, что не все цвета подходят малышу. Какому ж цвету отдать предпочтение, при выборе одежды для карапуза? С помощью определенных цветов можно поднимать настроение ребенку и даже повышать защитные функции организма – иммунитет.

Красный цвет – это цвет лидерства, энергичности, решительности, безкомпромиссности (порой даже неуместной). Самый сильный цвет, цвет победителей. Сопутствующие черты – агрессивность и завышенная самооценка. Поэтому в гардеробе детей до 1 года красный цвет не желателен. Если ребенок стеснительный, не уверенный, страдает заниженной самооценкой – обязательно нужно приобрести, хотя бы несколько красных вещей. Это может быть платье, футболочка, спортивный костюм, бантики, шарфик, штанишки и т.д.

Синий цвет немного слабее красного, не такой агрессивный. Он обладает положительными качествами: ответственность, собранность, коллективизм. Синий – традиционно мужской цвет. Очень энергичным, подвижным и эмоциональным мальчикам этот цвет поможет держать себя собранно. В одежде необычных детей не стоит использовать синий цвет.

Зеленый – цвет жизни. Этот цвет должен быть основным в гардеробе и мальчиков, и девочек.

Ему присущи положительные черты: трудолюбие, жизнелюбие, выносливость.

Цвет мудрецов – **оранжевый**. Присутствие этого цвета необходимо в гардеробе как девочек, так и мальчиков – это цвет психического и физического здоровья. Полезно одевать в вещи оранжевого цвета детям нервным и физически слабым. Но этот цвет нужно использовать в сочетании с другими цветами, иначе эффект будет минимальным, или даже нулевым.

Основным цветом в гардеробе ребенка можно назвать **желтый** цвет – это цвет солнца, цвет праздника. Он обладает положительными чертами – оригинальностью, оптимизмом, непосредственностью чувств и эмоций. Отрицательные черты – переменчивое настроение и эмоции. Не стоит полностью исключать желтый цвет из гардероба ребенка, дабы не лишать его радости жизни и ощущения праздника.

Голубой цвет создает ощущение комфорта, повышает иммунитет, снимает психическое и физическое напряжение. В гардеробе девочки этот цвет лучше сделать второстепенным.

Коричневый – цвет земли, его называют королем консерваторов и прагматиков. Этот цвет вбирает в себя качества хорошего хозяина, пусть несколько приземленного, но твердо стоящего на ногах. Коричневый необходим в гардеробе ребенка, пусть в качестве не основного, но второстепенного цвета.

Самый нейтральный по своему восприятию и влиянию – **белый** цвет. Положительные качества

ва – открытость, наивность, чистота, искренность. Этот цвет незаменим в гардеробе ребенка, особенно в праздничные дни. Но в белом малыш более уязвим и беззащитный. Поэтому нужно совмещать белый цвет с основными цветами, особенно если ребенку предстоит первый раз появиться в коллективе.

Черный цвет – цвет небытия. Этот цвет не относят к цвету детства и психологи не рекомендуют использовать в гардеробе малышей.



Загадки

Не дерево, а с листьями,
Не рубашка, а сшита,
Не растение, а с корешками,
Не человек, а с разумом.

(Книга)

В полотняной стране
По реке простыне
Плывет пароход,
То назад, то вперед,
А за ним такая гладь,
Ни морщинки не видать.

(Утюг)

Шар воздушный золотой
Над рекой остановился,
Покачался над водой,
А потом за лесом скрылся.

(Солнце)

Что, дотронувшись едва,
Превращает в дым дрова?

(Огонь)

Сам дней не знает,
а другим указывает.

(Календарь)

Себя он раскрывает,
тебя он закрывает,
Только дождик пройдет
- сделает наоборот.

(Зонт)

Возле леса, на опушке
Трое их живет в избушке.
Там три стула и три кружки.
Три кровати, три подушки.
Угадайте без подсказки,
Кто герои этой сказки?

(Три медведя)

Если б не было его,
Не сказал бы ничего.

(Язык)

МАЛЕНЬКАЯ СТРАНА
Игрушки
Детская одежда
ул. 50 лет Октября, 69, т. 96-13-52

Новое поступление осенней коллекции

ДЕТСКИЙ КЛУБ "УМНЫЙ МАЛЫШ"

- **ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РИТМИКА** с элементами хореографии и печебной гимнастикой для детей от 2,5 лет
- **В УТRENНИЕ 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
- **ШАХМАТЫ** для детей от 4 лет
- **"АЗБУКА ЦВЕТА"** - рисование, лепка, эстетическое развитие для детей от 2 лет

В ВЫХОДНЫЕ ДНИ ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕТСКИХ ПРАЗДНИКОВ

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

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 монессори материалами, аппликация, рисование, лепка, пальчиковый театр)
- **А ТАКЖЕ ПРИГЛАШАЕМ ВОЗРОСЛЫХ 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

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".
Фотография желательна 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.



Вы пришли в бассейн

Как провести время в бассейне, чтоб получить ощутимую пользу? И что, собственно, нужно там делать?

Если Вы не спортсмен-пловец, то развить взрывную силу мышц на спринтерских дистанциях Вам все равно не удастся (из-за отсутствия техники, а следовательно и скорости плавания). Поэтому для Вас остается развитие выносливости, аэробных способностей, сжигание жира, укрепление основных мышечных групп.

Для этого Вам надо плавать по возможности без остановок. Не разговаривать с соседями. Вы должны устоять от плавания. Занятие должно длиться не менее 30 минут. Предварительно надо познакомиться в тренажерном зале, в зале аэробики или просто провести разминку в зале с инструктором (с тем, который потом с Вами сидит "на воде").

Пuls после проплывания дистанции должен быть от 120 до 150 ударов в минуту. Обычно в чаше (так называется непосредственно сам бассейн – вода, дорожки и бортик) есть секундомер, измерьте пульс за 10 секунд, а потом умножьте на 6. Можно на 6 не умножать, тогда Ваш

пульс должен быть в диапазоне от 20 до 25 ударов в минуту. Если Вы молоды и полностью здоровы, то Ваш пульс может быть до 30 ударов за 10 секунд.

Перед началом проплывания следующего запланированного Вами отрезка, пульс должен опуститься до 12-18 ударов за 10 секунд (70-100 уд/мин).

Длину проплываемых отрезков можно выбирать по следующему принципу: зайдя в воду проплывите медленно 25-50 м, привыкните к воде, к своим ощущениям. А потом плывите столько метров, сколько сможете, но в указанной пульсовой зоне (120-150 уд/мин) – медленно выкупаться не имеет смысла. Затем отдохните до показаний пульса 12-18 ударов за 10 секунд, а потом опять начинайте плыть, и так все занятие. В конце занятия оставьте минут пять на расслабляющее, медленное плавание; можно просто лежать на воде, нырять, медленно плыть и т.д.

Запоминайте длину проплываемых отрезков, и постарайтесь через 1-2 занятия проплыть немного больше. В идеале Вы должны плыть все 30 минут без остановок, но

можно при этом менять скорость и стиль плавания. Ходить в бассейн надо не меньше 2 раз в неделю, желательно больше.

Для женщин, желающих избавиться от лишнего жира на ногах, желателен плавать не только кролем, но и брассом. При плавании брассом очень важно делать толчок ногами с максимальной силой – сгибаются ноги свободно, стопы поворачиваются "на себя", колени немного разводятся и ноги, выпрямляясь и соединяясь, должны сделать мощный толчок, так чтобы Вы чувствовали усталость в мышцах ног.

Напоминаем:

- давление воды оказывает благотворное влияние на дыхательную и сердечно-сосудистую систему.

- кровь из сосудов, расположенных близко к поверхности кожи,

перемещается ко всем органам, улучшая их питание. Дыхательная мускулатура, которой приходится преодолевать сильное сопротивление воды, становится значительно тренированнее;

- опорно-двигательный аппарат разгружается в воде, суставы могут двигаться без большой нагрузки и давления;

- укрепляются все мышечные группы;

- происходит эмоциональная разгрузка, снимаются процессы чрезмерного возбуждения в мозгу, снимается стресс.

Как таковых противопоказаний к плаванию нет, единственное, что Вы обязаны предоставить при покупке абонемента, либо при обычном посещении бассейна – это справку на отсутствие у Вас каких – либо кожных заболеваний.

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



организация игр
организация
корпоративного отдыха
организация
активного отдыха
прокат снаряжения
консультации

89171260060 89278909568

**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



СЕРВИС-МОТО

ВОДНО-МОТОРНАЯ ТЕХНИКА,
МОТОТЕХНИКА, СНЕГОХОДЫ

Доставка техники на заказ (от 3 до 14 дней)

Консервация и подготовка техники к эксплуатации

Запасные части в наличии и на заказ

Принимает водно-моторную технику на хранение

РЕМОНТ, ОБСЛУЖИВАНИЕ, РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

91-08-51, 8-927-614-08-51

Образцовская, 97 (территория Заготзерно)

Выбор мототехники

Этой статьей мы старались помочь Вам сделать правильный выбор при покупке мототехники. На сегодняшний день мототехника в нашем городе и районных центрах, представлена довольно широко. Имеется большой выбор, как по производителям, моделям, названиям, так и по ценам. И порой очень трудно сделать выбор, который будет радовать как можно более долгое время. Не хочется быть обманутым недобросовестным продавцом.

Всю технику по качеству условно можно разделить, в порядке убывания:

1. Европа (Италия, Германия, Австрия и т.д.). Здесь наряду с высочайшим качеством и самая высокая цена. При этом обслуживание данной техники также является самым дорогим.

2. Япония. Здесь очень высокое качество, но цена ниже европейских аналогов. Особенно – японская техника с пробегом, так как ее ресурс очень высок и цена такой техники значительно ниже новой. Но здесь совет: ресурс малокубатурной (например 50 cc) не велик и приобретая технику б/у такого объема – это покупка "кота в мешке", так как может прослужит и много лет, а может не протянуть и одной недели... А оригинальные запчасти на нее найти в регионах страны практически невозможно. Выход – использовать китайский аналог, но какая после этого "японка"?

3. Корея, Тайвань. Здесь качество высокое и приближается к японскому, но цена заметно ниже. Техника очень широко представлена в Москве и "завоевывает" регионы страны. Здесь очень важно, что оригинальные запчасти имеются всегда в наличии и сервисная поддержка осуществляется непосредственно в регионе покупателя.

4. Китай. Здесь особенно интересно, и мы остановимся более подробно. Цены самые низкие, а качество очень разное. В Китае сотни заводов, которые занимаются производством мототехники. Одни заводы ориентированы на Европу, другие на внутренний рынок, но, к

а) Посмотрите на место продажи техники. Достойный производитель следит за тем, чтобы его техника продавалась в достойном месте, чтобы был сервисный центр. Не поленитесь и удостоверьтесь в том, что имеется у продавца Сервисный центр и механики, прошедшие спец-



сожалению, есть ориентированные только на Россию – эта техника является самой низкокачественной и абсолютно не безопасной, поскольку при ее производстве используются только самого низкого качества комплектующие детали. К сожалению, такая техника имеет огромные продажи в России, так как люди в своем большинстве рассуждают: "Чем дешевле, тем лучше! Все равно они все одинаковые!" Но если Вы читаете данное Пособие, то Вы однозначно к этому большинству не относитесь – мы искренне рады за Вас! Мы постараемся Вам рассказать на что нужно обращать внимание при приобретении мототехники.

ХВАТИТ ПОЗВОЛЯТЬ СЕБЯ ОБМАНЫВАТЬ!

Вот несколько советов, которые помогут Вам сделать правильный выбор при покупке мототехники:

подготовку. Попросите предъявить Вам Дилерское соглашение на поставку и обслуживание понравившейся Вам техники, а также документы, подтверждающие прохождение механиками спецподготовки. Выйдите на сайт производителя этой техники (или его официального представителя в РФ) и удостоверьтесь, что продавец является официальным представителем этой техники. Если этого ничего нет, то Вы приобретаете, если не контрафактную технику, то уж точно технику, по которой никто не несет гарантийных обязательств.

б) Выбирая мототехнику попросите у продавца "ОДОБРЕНИЕ ТИПА ТРАНСПОРТНОГО СРЕДСТВА" и изучите его (если, конечно, он Вам его представит). В данном документе должно быть название техники, название завода-изготовителя и его страны. Без данного документа ее растаможивание невозможно.

Отсутствие данного документа говорит о том, что техника является контрафактной (нелегально ввезенная в РФ) и продавая и приобретая такую технику совершается уголовное-наказуемое преступление. Такая техника вполне может быть ИЗЪЯТА у Вас в дальнейшем. На такую технику отсутствует заводская гарантия, так как юридически данной техники в стране НЕТ и завод-изготовитель никогда не признает, что он ее продавал в Россию, да и Договора купли-продажи с правильно оформленным гарантийным талоном, как правило, не составляется с Вами...

в) Не приобретайте технику, о которой ничего невозможно узнать ни в специзданиях, ни в Интернете.

г) Обратите внимание на наличие у продавца запасных частей. Вы должны знать, куда Вам обращаться в случае поломки и выхода из строя каких-либо запчастей и агрегатов. В противном случае Вы намотаетесь в дальнейшем с обслуживанием купленной техники, ведь когда-то и космический корабль ломается...

д) Если видите, что цена на технику низкая, то задайте себе вопрос: "Почему?" Есть несколько причин: техника контрафактная (рано или поздно будет изъята у Вас); продавец техники ее просто перепродает или распродает, в связи со своей ликвидацией (соответственно, возникает вопрос с гарантией); в производстве данной техники использованы самые дешевые комплектующие, которые выйдут из строя очень скоро – да и главное: ЭТО НЕ БЕЗОПАСНО!

Надеемся, что прочитав данное пособие, Вы сможете сделать правильный выбор мототехники, которая будет радовать Вас долгие годы!

Консультант рубрики
ООО "Сервис-МОТО"

ТВ ПРОГРАММА

СУББОТА

6 ноября 2010 г.

ПЕРВЫЙ

05:50, 06:10 X/ф "Приступить к ликвидации", 1 с.
06:00, 10:00, 12:00 Новости
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 Д/ф "Наталья Гвоздиков и Евгений Жариков. Рожденные революцией"
12:10 Д/ф "Ален Делон. Мужчина на все времена"
13:10 X/ф "Борсалино"
15:40 X/ф "Мираж"
17:20 М/ф "Вверх"
19:10 X/ф "Операция "Ы" и другие приключения Шурика"
21:00 Время
21:15 Какие наши годы!
22:35 Прожекторперисхилтон
23:10 X/ф "Из Парижа с любовью"
01:10 X/ф "28 недель спустя"
02:50 X/ф "Влечение"
04:40 Т/с "Спасите Грейс"
05:30 Детективы

РОССИЯ 1

05:00 X/ф "Опекун"
06:45 Вся Россия
06:55 Сельское утро
07:25 Диалоги о животных
08:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести
08:10, 11:10, 14:20 Местное время. Вести-Самара
08:20 Военная программа
08:45 Субботник
09:30 Подари себе жизнь
10:05 Комната смеха
11:20 Ты и я
12:20, 14:30 Т/с "Всегда говори 'всегда'"
16:15 Субботний вечер
18:10 Шоу "Десять миллионов"
19:15, 20:20 X/ф "Рябины гроздь алые"
23:20 X/ф "Человек с бульвара Капуцино"
01:35 X/ф "Артур-2. На мели"
03:55 X/ф "Вам телеграмма..."

СТС

06:00, 01:40 Хорошие шутки
08:00 М/ф "Чебурашка"
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 ребенок!
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, 18:20 Т/с "6 кадров"
16:30 X/ф "Дети шпионов - 2. Остров несбывшихся надежд"
19:30 X/ф "Дети шпионов - 3. В трех измерениях"
21:00 X/ф "Хроники Спайдервика"
22:45 Смех в большом городе
23:45 X/ф "Идеальный мужчина"
03:35 Т/с "Зачарованные"

НТВ

06:05 М/с "Люди Икс: Эволюция"
06:55 Сказки Баженова
07:25 Смотр
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 Квартирный вопрос
13:20, 16:20 Т/с "Псевдоним "Албанец"
19:25 X/ф "Отставник"
21:15 X/ф "Отставник-2"
23:15 X/ф "Заложники дьявола"
01:25 X/ф "Внезапная смерть"
04:00 X/ф "Квентин Дорвард"

ТВЦ

05:05 X/ф "Женщины"
07:05 Марш-бросок
07:45 АБВГДейка
08:10 День аиста
08:30 Православная энциклопедия
09:00 Д/ф "Татьяна Пельцер. Осторожно, бабушка!"
09:45 М/ф "Чебурашка"
10:05 X/ф "И снова Анискин", 3 с.
11:30, 17:30, 21:00, 23:15 События
11:50 Сто вопросов взрослому
12:40 X/ф "Улица полна неожиданностей"
14:05 Таланты и поклонники
15:35 X/ф "Дети понедельника"
18:00 Концерт Алексея Глызина "Летит душа"
19:00 X/ф "Пуаро Агаты Кристи"
21:20 Добрый вечер, Москва!
23:35 X/ф "Свадьба"
01:50 X/ф "Чёрное солнце"
03:50 Т/с "Детективное агентство "Лунный свет"
05:45 М/ф "Вовка в тридцатом царстве", "Медвежонок и тот, кто живет в реке"

ТВ ПРОГРАММА
СУББОТА

6 ноября 2010 г.

REN TV

06:00 Т/с "Люди Шпака"
08:00 М/с "Бен 10"
09:00 Реальный спорт
09:30 Я - путешественник
10:00 М/ф "Делай ноги"
12:00 Дорогая передача
12:30 Новости 24
13:00 Военная тайна
14:00 Х/ф "Жмурки"
16:00 Х/ф "Хоттабыч"
18:00 Громкое дело. "Романовы.
Тень Российской империи"
19:00 Неделя
20:00 Х/ф "Большая любовь"
22:00 Х/ф "Меченосец"
00:10 Х/ф "Бесстыдницы"
01:45 Х/ф "Антибумер"
03:20 Х/ф "Кукушка"
05:20 Неизвестная планета.
"Варанаси. Последний переход"
05:50 Ночной музыкальный канал

ТВ3

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"
08:30 Мультфильм
09:00 Х/ф "Шерлок Холмс. Собака Баскервилей"
12:00 Домашний ресторан
13:00 Далеко и еще дальше
14:00 Т/с "Мерлин"
16:00 Т/с "Событие"
17:00 Д/ф "Ген невраждующих"
18:00 Д/ф "Технологии будущего.
Безопасный город"
19:00 Х/ф "Геркулес и круг огня"
21:00 Х/ф "Последний бронепоезд"
23:45 Дискотека 80-х
05:00 Лаборатория разрушителей

Муз ТВ

05:00, 01:30 Муз-ТВ хит
07:00 Мультфильмы
08:00 Наше
09:00 TopHit чарт
10:00 Скорая Модная Помощь
10:35 Звездный талисман
11:00 10 самых звездных режиссеров кино
11:30 Джастин Тимберлейк. История успеха
12:00 Звезды зажигают
13:00 Топ модель по-американски
00:30 Sexy Час

РОССИЯ 2

09:00, 14:00, 17:25, 21:00, 00:00,
02:30, 06:00 Новости
09:10, 21:15, 00:20, 02:50, 06:20 Связь времен
09:15, 21:25, 00:25, 02:55, 06:25 Байки
старого болельщика
09:25, 11:55, 06:40 Волейбол.
Чемпионат мира в Японии.
Женщины. 2-й раунд.
Прямая трансляция
11:15, 11:50, 19:40, 20:55 Превью тура
Росгосстрах Чемпионата России по футболу
11:20, 21:30, 05:30 Шахматы. Супертурнир
"Мемориал Михаила Талля" в Москве
13:45, 23:45 Волейбол.
Чемпионат мира в Японии. Итоги дня
14:15 Щит и мяч
15:00, 20:15 Обзор матчей чемпионата NHL
15:40, 22:00 Волейбол. Чемпионат мира в Японии.
Женщины. 2-й раунд
17:40 Плавание. Этап Кубка мира в Швеции.
Прямая трансляция
19:45, 08:30 Американский футбол.
События недели
21:20 Программа передач на завтра
00:30 пляжный волейбол.
Мировой тур в Таиланде.
Женщины. Полуфиналы
03:00 Хоккей. Чемпионат NHL.
Прямая трансляция

5 КАНАЛ

06:00 Д/ф "Удивительная планета"
07:00 Живая история.
"Послы суровой поры. Уманский"
08:00 Клуб знаменитых хулиганов
08:25 М/ф "Остров сокровищ", ф. 2, "Сокровища
капитана Флинта", "Стойкий оловянный сол-
датик", "Воздушное путешествие"
10:00 Фильм-сказка "Аленький цветочек"
11:10 Музыкальная сказка "Старая, старая сказка"
13:05 Личные вещи
14:05 Человек, Земля, Вселенная
15:05 Исторические хроники
16:00 Сейчас
16:30 Х/ф "Дежа вю"
18:40 Х/ф "Переступить черту"
22:25 Х/ф "Шумный день"
00:25 Нашествие. "Машина времени"
01:25 Нашествие. "Лучшее"
02:25 Х/ф "На трезвую голову"
04:45 Д/ф "Раскрывая тайну Стоунхенджа"

Как выбрать автомобильный навигатор?

При выборе навигатора – своего будущего помощника в дороге следует помнить об основных его параметрах и функциях.

Дисплей (экран). Он должен быть приемлемо большим и с высоким разрешением. Размер дисплея по диагонали варьируется от 2,7 до 7, а разрешение – от 320х240 пикселей (стандартное) до 800х480 пикселей (широкоформатное). Не лишним будет поинтересоваться – защищен ли экран антибликовым покрытием, что позволяет водителю видеть изображение даже в яркую солнечную погоду. Удобна и сенсорная функция экрана, когда управлять прибором можно через меню на экране навигатора, хотя управление с помощью клавиш на корпусе также удобно и надежно.

Объем памяти и выбор карты. Это, пожалуй, самый важный и сложный параметр при выборе навигатора и он же определяет, в конечном счете, его качество и эффективность. Поэтому нужно заранее определиться, карты какого региона Вам потребуются. Необходимо выяснить, предустановлены ли они в понравившийся Вам прибор. Если нет – есть ли возможность установить их дополнительно. Все автонавигаторы поддерживают функцию автоматической прокладки маршрута, поэтому рекомендуется использовать маршрутизируемые карты. В противном случае прибор лишь покажет на карте пункт назначения, но не сможет подсказать Вам, как лучше проехать к нему. Современные карты, загружаемые в GPS-навигаторы, обладают высоким уровнем детализации и содержат большое количество информации, что и определяет объемы их памяти. В специальных картах он может достигать до 1Гб. Минимальные размеры картографической памяти составляют 64 Мб. В современных автомобильных навигаторах почти всегда используются флэш-карты (SD, CF, MMC), которые пользователь может докупить самостоятельно или они есть в комплекте навигатора. Для ус-

тановки флэш-карт должен быть специальный разъем. Встроенная память понадобится автонавигатору, если он обладает мультимедийными способностями (музыка, фото). Возможности современных карт (трехмерное изображение, голосовое сопровождение, адреса полезных объектов, POI) и навигационные программы достаточно разнообразны.



Внешний вид прибора. Здесь следует выяснить виды крепления GPS-навигатора в салоне автомобиля. При этом располагать приемник нужно таким образом, чтобы с одной стороны его экран был виден и читаем водителем, а с другой – обеспечивался четкий прием навигационного сигнала. Учтя, что часть неба закрывается

крышей автомобиля, а некоторые модели современных авто используют лобовые стекла с обогревом (атермальные), которые непроницаемы для навигационных сигналов, лучшим вариантом является возможность подключения к GPS-приемнику внешней антенны. Она устанавливается на крыше автомобиля и обеспечивает гарантированный прием сигналов. При осмотре навигатора следует посмотреть на кнопки, чем их меньше, тем удобнее пользоваться автонавигатором. Необходимо также обратить внимание на наличие в комплекте кабеля для подключения к бортовому питанию автомобиля (в разъем прикуривателя).

Автоматическая прокладка маршрута (AutoRouting). В условиях ориентирования на незнакомой местности эта функция необходима. Она позволяет автоматически сгенерировать маршрут от исходного местоположения до пункта назначения. В качестве точки назначения может служить определенный адрес, город, улица и т.п. Функция поддерживается только при загрузке в навигатор специальных карт, которые содержат более подробную информацию о характерах дорог, развязках, знаках дорожного движения. Многие модели навигаторов позволяют выбирать характер сгенерированного маршрута: кратчайший, оптимальный, комфортный, по главным дорогам.

Способность автонавигатора объезжать пробки. После точности и качества карты это, наверное, при выборе GPS навигатора вторая по важности для городского автомобилиста (особенно, в условиях большого города) задача. Сегодня автонавигаторы умеют получать информацию о пробках через специальный УПИ-модуль или чаще через GPRS-соединение. Самостоятельно входить в Интернет пока могут не все модели, к некоторым приходится подключать по Bluetooth мобильный телефон или же специальный GPRS-приемник.

Вопрос - ответ

Могут ли сотрудники ДПС посадить на 15 суток, если имеются неоплаченные штрафы?

Сотрудники ДПС не могут. В случае наличия неоплаченных штрафов возбуждается производство по данному делу. Далее материалы передаются в суд, где судья и вносит постановление. В случае, если штраф не оплачен в течение 30 суток, может быть применена мера в виде административного ареста или требование об уплате штрафа в двойном размере.

Меня остановили в городе для проверки документов. Затем говорят – у Вас тонировка, штраф, пойдете выпишем. Имеют ли они не на стационарном посту проверять тонировку? Что делать в данной ситуации? (если они будут говорить "последуйте с нами, сейчас измерим, либо растонируем, а то никуда не уедешь").

Проверка техсостояния допускается. Но это может делать не каждый инспектор, а только технадзор. Растонировка незаконна и точка! Вы имеете возможность самостоятельно направиться в сервис для устранения неисправности. Для этого нужно просто опустить передние стекла и продолжить свой путь.

Имеет ли право инспектор ДПС повести на технический осмотр т/с при наличии техосмотра. Пример по поводу тонировки – у инспектора нет прибора, он заставляет проехать до станции техосмотра.

Если у инспектора нет прибора, следовательно, нет и основания для запрета эксплуатации автомобиля. Если у него имеются подозрения на то, что светопропускаемость не соответствует установленным требованиям

ям, требуйте привезти прибор на пост (место несения им службы вне поста). Куда-либо Вас доставлять, сопровождать или транспортировать оснований нет, так как нет протокола.

Недавно поменял на машине лампочки. На коробке написано "супер белый" свет. Но на лампочках имеется голубое напыление, которое вводит в заблуждение сотрудников ГИБДД. За установку лампочек не белого света предусматривается лишение прав на срок от 0,5 до 1 года! Кому верить: сотрудникам ГИБДД или коробке с вышеуказанной надписью?

Вышеуказанной надписи можно верить в тех случаях, если лампочки имеют соответствующие сертификаты, а также описание, подтверждающие то, какой они имеют цвет со ссылкой на соответствие требованиям ГОСТ.

Я мотоциклист. Дорога: одна полоса в одну сторону, вторая в обратную, посередине сплошная разметка. Совершаю маневр "обгон" т.е., при этом не выхожу на встречную и не пересекаю сплошную – для мотоцикла хватает одного метра по ширине что бы проехать между сплошной и т.с. попутного направления. Вторая сторона вопроса: те же действия при тех же условиях только с наличием знака "обгон запрещен". Являются нарушением ПДД мои действия?

Максимальное наказание в Вашем случае может быть: в первом случае – нарушение правил расположения ТС на проезжей части. Во втором – нарушение требований дорожного знака.

Материалы предоставлены сайтом www.avtourist.info

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

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")

АКЦИЯ ЦЕНТР
• АВТОСИГНАЛИЗАЦИЯ • ТОНИРОВКА
• ШУМОИЗОЛЯЦИЯ
• УСТАНОВКА АУДИО И ВИДЕО АППАРАТУРЫ
• АВТОЗАПЧАСТИ для ИНОМАРОК, УАЗ и ГАЗ – под заказ
ул. Хвалынская, 83
91-19-94, 8-927-614-19-94

АВТОЗАПЧАСТИ УАЗ
ПОД ЗАКАЗ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
РОЗНИЦА И ОПТ Доставка в течение трех дней
телефоны: 99-18-41, 8-927-618-44-04

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ ПО РОССИИ
НИЗКИЕ ЦЕНЫ
ГАЗЕЛЬ до 7 мест
ЦЕЛЬНОМЕТАЛЛИЧЕСКАЯ
8-927-210-84-71

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

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

О пользе бани

Обычай ходить в баню с веником уходит корнями к самым истокам зарождения бани на Руси. Еще древнеславянские племена широко использовали в бане веники из березы, дуба, клена и других растений. Недаром народная мудрость гласит: "В бане веник – господин", "В бане веник дороже денег", "Баня без веника – что самовар без трубы". Почему наши разумные предки так относились к веникам? Что они в этом нашли?

Похлестывание веником тела – это своеобразный массаж, усиливающий кровообращение, способствующий последующему контрасту температур, более интенсивному потоотделению и усилению обмена веществ. Применение веника помогает открытию кожных пор и вымыванию из них различных шлаков и микробов. Воздействие на кожу летучими веществами – фитонцидами, содержащимися в листьях веника, нейтрализует действие различных болезнетворных микробов. Эфирные масла, попадающие на кожу, улучшают обмен веществ, препятствуют преждевременному старению кожи. В народе говорят: "В тот день не старись, который в бане паришься".

Приемов пользования веником несколько: опаживание, поглаживание, постегивание, похлестывание, компресс, растяжка, растирание. Лучшее всего, когда они используются все вместе, по очереди.

Опахивание: слегка взмахивая веником, не прикасайтесь к телу, несколько раз пройдите вдоль тела от ног до головы и обратно с обоих боков. При этом ощущается приятный горячий ветерок.

Поглаживание: неторопливо проведите веником вдоль тела до шеи и обратно несколько раз, так же с обоих боков. Если температура воздуха очень высокая, веник не отрывайте.

Потряхивание: если требуется прогреть тело сильнее, периодически поднимайте веник вверх, где температура воздуха выше, и потряхивайте им. Нагретый веник прижимайте на 2-3 секунды к пояснице, то к лопаткам, то к стопам и коленным суставам. Если на полке очень горячо, веник периодически остужайте, погружая в воду.

Постегивание: поглаживание тела чередуйте с легкими скользящими ударами веником. При этом сначала лежите на животе, затем – на спине, а потом – снова на животе.

Компресс: при этом веник поднимают вверх и, захватывая горячий воздух, совершают 2-3 удара

по телу, снова поднимают и прижимают к телу 2-4 секунды – делают компресс. Компресс особенно полезен при болях в мышцах и суставах.

Растирание: проделывают обычно при втором или последнем заходе в парилку после кратковременного похлестывания. Для этого одной рукой берут веник за ручку, а ладонью другой руки надавливают веником на тело и растирают его штрихами и кругообразными движениями. После растирания сядьте, встать после этого надо плавно и осторожно – может быть головокружение.

Растяжка: на поясницу кладут два веника и, прижимая их к телу, разводят в разные стороны (к голове и стопам). Хорошо применять при болях в пояснице.

Однако, помимо общего полезного воздействия на человеческий организм, разные веники помогают бороться с самыми различными недугами. Так что, прежде, чем идти в баню, тщательно подберите себе веник, чтобы банное времяпрепровождение было не только приятным, но и полезным.

Березовый веник помогает при болях в мышцах и суставах после упражнений и физических нагрузок. Он хорошо очищает кожу при наклонности к сыпи и гнойничкам, ускоряет заживление ран и ссадин, оказывает успокаивающее действие, улучшает настроение. Его особое достоинство – сильное расширение мелких бронхов. Это способствует отхождению мокроты и улучшению вентиляции легких. Вот почему после такого веника очень легко дышится! Для астматиков и курильщиков березовый веник незаменим. В листьях березы есть эфирные масла, дубильные вещества, витамин С, провитамин А. Настоем веника моют голову, это укрепляет волосы и устраняет перхоть.

Дубовый веник больше подходит для людей с жирной кожей. Он делает ее матовой и упругой, оказывает сильное противовоспалительное действие. Аромат дуба препятствует чрезмерному повышению артериального давления в парной. Поэтому рекомендуется, этот веник физкультурникам и склонным к гипертонии. К тому же, он успокаивает нервную систему и снимает стресс. Листья дуба содержат большое количество дубильных веществ. Дубовый отвар используется как лечебное средство при некоторых кожных болезнях, при потливости ног.



Липовый веник прекрасно устраняет головную боль, проводит мягкую "гимнастику" для почек (мочегонный эффект), ускоряет потоотделение, оказывает успокаивающее, ранозаживляющее, бронхорасширяющее, жаропонижающее действие. При простудных заболеваниях ему нет равных!

Крапивный веник используют после физических нагрузок, если чувствуется боль в суставах и мышцах. Стоит похлестать их жгучей зеленью, и все неприятные явления исчезают. Это связано с мощным местным раздражающим, отвлекающим, противовоспалительным действием. Крапивный веник – хорошее средство для лечения радикулита, ревматизма. При его регулярном применении снижается артериальное давление, снимается нервное напряжение. Однако при сильном хлестании он быстро треплется и становится непригодным. Опускают в горячую воду такой веник всего на несколько секунд. Парятся только после разогрева тела, легкими взмахами.

Пьем и не пьянеем

Представим себе ситуацию: Вам предстоит участие в мероприятии, которое может значительно затянуться и будет сопровождаться обильным употреблением спиртных напитков, и Вам не хотелось бы быть в пьяном виде, а отказываться от рюмки неудобно...

Вот несколько советов, которые следует взять на вооружение людям: За несколько часов до начала праздника обязательно стоит выпить небольшое количество крепкого алкоголя. Для этих целей более всего сгодятся 50 граммов коньяка. Таким образом Вы сделаете собственному организму прививку против опьянения. Главное, чтобы организм ощутил действие спиртного. После этого можно плотно покушать.

Также предотвратить быстрое опьянение поможет съеденный за 30 минут до торжества кусочек хлеба с маслом. Масло обволакивает стенки желудка и не позволяет алкоголю быстро впитаться в кровь.

Неплохим средством против алкогольного опьянения является элеутерококк. Достаточно перед приемом алкоголя выпить 20 ка-

пель этой настойки, и сильно опьянеть вам не удастся.

Если продолжить разговор о медицинских препаратах, то помочь держать себя в форме на вечеринках и празднествах может и активированный уголь. Буквально за несколько минут до того, как Вы сядете за стол, обязательно советуем вам принять столько таблеток угля, чтоб соотношение было 1 таблетка на 10 кг веса человека. Уголь способен блокировать и быстро вывести из организма вредные вещества. Также после приема таблеток активированного угля и его сочетания с алкоголем головная боль на следующий день Вас уж точно не посетит. Проснетесь красивыми, свежими и отдохнувшими, словно не участвовали активно в торжестве, а читали на ночь хороший дамский роман.

И еще один совет о грамотном употреблении алкоголя. Рекомендуем больше двигаться. Зажигательные танцы, игры и прочее позволят Вам не только найти поклонников на празднике, но и быстро вывести алкоголь из организма.

Веселого празднования!

**Сауна
Отдых
Массаж**

телефоны:
8-929-713-26-15
8-917-820-65-91

КРИСТАЛЛ

Лучшее лакомство для вашего стола!

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

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

**ОПТОМ
В РОЗНИЦУ
НА ЗАКАЗ**

торт "ПОДАРОЧНЫЙ"

п/ф бисквитный, крем "Сливочный" с фруктовым наполнителем, гель, шоколадная глазурь, фрукты, сироп.

КАФЕ Тихая Гавань

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ШАШЛЫКА НА ДОМ И В ОФИС

тел.: **912-912**

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! Юбилеи! 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!

СКОРО НОВЫЙ ГОД!

ФОТО салон магазин „Ангелок“

“РЕНЕССАНС”, нижний этаж

Документальное ФОТО

Цифровая фотопечать от 5 руб.

Большой выбор ФОТОРАМОК, АЛЬБОМОВ, ФОТОТОВАРОВ и многое другое

ул. 50 лет Октября, 53 т. 8 927 618-90-01

Я isuzran.ru

ТВ ПРОГРАММА ВОСКРЕСЕНЬЕ

7 ноября 2010 г.

ПЕРВЫЙ

06:00 Новости
06:10 Х/ф "Приступить к ликвидации", 2 с.
07:40 Служу Отчизне!
08:20 М/с "Кряк-бригада", "Гуфи и его команда"
09:10 Здоровье
10:00 Новости
10:10 Непутевые заметки
10:30 Пока все дома
11:20 Фазенда
12:00 Новости
12:10 Д/ф "В тени своей славы. Олег Меньшиков"
13:10 Х/ф "Покровские ворота"
16:00 Концерт
Стаса Михайлова в Кремле "Между небом и землей"
18:00 Лед и пламень
21:00 Время
21:15 Х/ф "Шопоголик"
23:10 Х/ф "Люди Икс: Последняя битва"
01:10 Х/ф "Жизнь по Джейн Остин"
03:10 Т/с "Спасите Грейс"

РОССИЯ 1

05:20 Х/ф "Одиноком предоставляется общежитие"
07:00 Смехопанорама
07:30 Сам себе режиссер
08:20 Утренняя почта
09:00 Телеигра "Сто к одному"
09:45 Дайджест "Городок"
10:20, 14:20 Местное время. Вести-Самара. Неделя в городе
11:00, 14:00, 20:00 Вести
11:10 Ты и я
12:10, 14:30 Т/с "Всегда говори 'всегда'"
16:15 Смейтесь разрешается
18:05, 20:20 Х/ф "Пожар"
23:15 33 веселых буквы
23:45 Х/ф "Бег"
03:45 Х/ф "Сватовство гусара"

СТС

06:00 Хорошие шутки
08:00 М/ф "Шаполяк"
08:20 М/с "Смешарики"
08:30 М/с "Мир странствий"
09:00 Брэйн ринг
10:00 Т/с "Папины дочки"
11:00 Галилео
12:00 Смотрите это немедленно!
13:00 Х/ф "Хроники Спайдервика"
14:45 Т/с "6 кадров"
16:30 Х/ф "Дети шпионов - 3. В трех измерениях"
18:00 Т/с "6 кадров"
19:30 М/ф "Лови волну!"
21:00 Х/ф "Майор Пейн"
22:50 Шоу "Уральских пельменей". "Стипенсия"
00:20 Х/ф "Робин Гуд"
02:45 Хорошие шутки
04:40 Т/с "Моя команда"

НТВ

06:05 М/с "Люди Икс: Эволюция"
06:55 Сказки Баженова
07:25 Дикий мир
08:00 Сегодня
08:20 Лотерея "Русское лото"
08:45 Их нравы
09:25 Едим дома
10:00 Сегодня
10:20 Первая передача
11:00 Дачный ответ
12:00 Своя игра
13:00 Сегодня
13:20 Т/с "Псевдоним "Албанец"
16:00 Сегодня
16:20 Т/с "Псевдоним "Албанец"
19:00 Сегодня
19:25 Морские дьяволы
23:20 Инвестиции в революцию
00:15 Футбольная ночь
00:50 Х/ф "Индиги"
02:45 Х/ф "Смертельная битва-2. Истребление"
04:25 Живут же люди!

ТВЦ

06:15 Х/ф "Пираты XX века"
07:55 Фактор жизни
08:25 Крестьянская застава
09:00 Д/ф "Война и мир Бориса Васильева"
09:45, 23:55 События
10:00 Москва. Красная площадь. Парад Первой Победы. Прямая трансляция. По окончании - "События"
10:55 Х/ф "...А зори здесь тихие"
14:50 Московская нелезя
15:25 Д/ф "Наш ласковый Миша"
16:15 Реальные истории. "Семейные страсти"
16:50 Детективы Татьяны Устиновой. "Близкие люди"
21:00 В центре событий
22:00 Х/ф "Поцелуй дракона"
00:15 Временно доступен
01:15 Х/ф "Кавказский пленник"
03:10 Т/с "Детективное агентство "Лунный свет"
05:00 Д/ф "Татьяна Пельцер. Осторожно, бабушка!"

ТВ ПРОГРАММА
ВОСКРЕСЕНЬЕ

7 ноября 2010 г.

REN TV

06:00 Т/с "Люди Шпака"
08:00 Дальние родственники
08:20 Х/ф "Обратный отсчет"
12:00 Репортерские истории
12:30 Новости 24
13:00 Неделя
14:00 Х/ф "Меченосец"
16:10 Х/ф "Большая любовь"
18:00 В час пик. "Люся"
19:00 Несправедливость
20:00 Х/ф "Двенадцать друзей Оушена"
22:30 Х/ф "Тринадцать друзей Оушена"
01:00 Мировой бокс. Восходящие звезды
01:30 Х/ф "Секс-клуб с клубничкой"
03:15 Громкое дело. Романовы.
Тень Российской империи"
04:20 Неизвестная планета.
"Ливия. Три цвета времени"
05:15 Ночной музыкальный канал

ТВЗ

06:00 М/с "Лига справедливости"
06:30 М/с "Годзила"
07:00 Мультфильм
07:30 М/с "Юху и его друзья"
08:00 М/с "Бакуган"
08:30 М/с "Герои"
09:00 Х/ф "Шерлок Холмс и Доктор Ватсон. Сокровища Агры"
12:00 Как это сделано
12:30 Д/ф "Технологии будущего. Безопасный город"
13:30 Х/ф "Геркулес и круг огня"
15:15 Х/ф "Последний бронепоезд"
18:00 Д/ф "Не такие. Игра в войнушку"
19:00 Х/ф "Битлджус"
21:00 Х/ф "Безумцы"
23:00 Т/с "Убежище"
00:00 Т/с "Пси-фактор"
01:00 Х/ф "Время убивать"
04:15 Х/ф "День до конца света"

Муз ТВ

05:00, 01:35 Муз-ТВ хит
07:00 Мультфильмы
08:00 Наше
09:00 Европа Плюс Чарт
10:00 v_PROkate
10:30 Напросились
11:00 10 самых непостоянных музыкальных коллективов
11:30 Анджелина Джоли. История успеха
12:00 Звезды зажигают
13:00 Русский чарт
14:00, 01:05 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 Лучшие выступления на Премии 2010
20:00 Популярная правда о сериале "КРЕМ"
20:30 КРЕМ
23:05 10 самых звездных Золушек
23:35 Практика секса
00:05 Sexy Час

РОССИЯ 2

09:00, 14:00, 17:00, 21:00, 00:00, 05:30 Новости
09:20, 21:15, 00:20, 05:50 Связь времен
09:25, 11:55 Волейбол. Чемпионат мира в Японии. Женщины. 2-й раунд. Прямая трансляция
11:15, 21:30, 02:30 Шахматы. Супертурнир "Мемориал Михаила Таля" в Москве
13:45 Волейбол. Чемпионат мира в Японии. Итоги дня
14:15 Профессиональный бокс.
Бой за титул чемпиона мира.
Хуан Мануэль Лопес - Рафаэль Маркес
16:15 Обзор матчей чемпионата NHL
17:15, 21:25, 00:25, 05:55 Байки старого болельщика
17:25 Регби. Товарищеский матч. Англия - Новая Зеландия. Прямая трансляция
19:30 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины.
"Савехоф" (Швеция) - "Динамо" (Россия)
21:20 Программа передач на завтра
22:00 Плавание. Этап Кубка мира в Швеции
00:30 Пляжный волейбол. Мировой тур в Таиланде. Женщины. Матч за 3-е место. Финал
03:00 Хоккей. Чемпионат NHL. Прямая трансляция
06:00 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины.
"Звезда" (Россия) - "Крим" (Словения)
08:00 Фигурное катание. Церемония вручения национальной премии "Хрустальный лед"

5 КАНАЛ

06:00 Д/ф "Удивительная планета"
07:00 Живая история. "Люди 90-х. Радиодиджей"
08:00 М/ф "Шалтай-Болтай",
"Али-баба и сорок разбойников"
08:45 Х/ф "Тайна железной двери"
10:00 В нашу гавань заходили корабли...
11:00 Шаги к успеху
12:00 Истории из будущего
12:35 Встречи на Моховой
13:35 Х/ф "Виват, гардемарины!"
16:20 Х/ф "Гардемарины-3"
18:30 Главное
19:30, 20:40 Картина маслом. "Ленин. Тайна неписанной биографии"
19:40 Д/ф "Ленин. Тайна неписанной биографии"
21:30 Х/ф "Семь стариков и одна девушка"
23:05 Х/ф "Гараж"
01:05 Х/ф "Открытое море"
02:45 Х/ф "Обед нагишом"
05:00 Д/с "Голливуд против мафии"

Мероприятия

28 октября
Драматический театр им. А.Н. Толстого, 11-00, 14-00
Спектакль "Сказочный переполох", г. Вольск
ДК "Восток", 15-00
Праздник "Посиделки – не безделки"
ДК "Авангард", 14-00
Ретро – встречи

29 октября
ДК "Горизонт", 18-00
Молодежная программа "Боисься ли ты темноты?"
Драматический театр им. А.Н. Толстого, 18-00
Спектакль "Мечта", В. Ткачук
ДК "Восток", 12-30
Детская дискотека "Кураж"
ДК "Строитель", 15-00
Развлекательная программа "Винегрет"
Детская школа искусств №4, 18-00
Открытие детской филармонии "Осень золотая!"

30 октября
ДК "Художественный", с 18 до 21-00
Вечер знакомств "За чашкой чая"
ДК "Авангард", 19-00
Концерт коллектива "Дуглас-руки-пятки"
Драматический театр им. А.Н. Толстого, 18-00
Романтическая феерия

1 ноября
ДОУ № 14, 15-30
Программа к Дню отца, с участием творческих коллективов ДК "Строитель" "Не перевелись еще отцы на земле русской"

2 ноября
ДК "Восток", 14-00
Программа к Дню Отца "Семейный портрет"
ДК "Авангард", 14-00
Тематическая игровая программа, посвященная Дню народного единства "За землю русскую" (для учащихся СОШ №19)

ДК "Строитель", 15-00
Вечер для пенсионеров "Ретро-вечеринка"
ДК "Художественный", 16-00
Программа "Достойным отцам посвящается..."

3 ноября
ДК "Восток", 16-00
Тематическая программа, посвященная Дню народного единства "Судьба и Родина едины"
Детская школа искусств №3, 16-30
Патриотическая акция "Дню народного единства посвящается..."
ДК "Горизонт", 18-00
Клуб "Нафталин" – "Осень – рыжая подружка"

Выставки

Детская художественная школа
1-3 ноября
Методический форум "Детская школа искусств, как многофункциональный комплекс, осуществляющий представление услуг в сфере культуры"

Краеведческий музей г.о. Сызрань
19 октября — 7 декабря
Передвижная выставка картин из фондов Международного Центра Рерихов

Выставочный зал
28 октября
Выставка памяти К.А. Казачкина. К 10-летию со дня смерти художника

ДК "Восток"
22 - 29 октября
Выставка творческих работ "Преданье старины глубокой"

Детская школа искусств №2 им. А.И. Островского
В течение месяца
Выставка учащихся и преподавателей "Французские этюды"

ЦИРК ШАПИТО

ЗОЛОТОЙ ДРАКОН

КУПОЛ РАСПОЛОЖЕН: ПЛОЩАДЬ МЯСОКОМБИНАТА

с 5 по 14 НОЯБРЯ

Предварительная продажа билетов
ДК "Художественный" Тел. 98-57-67 (касса)

8 919 819 25 22

Шатер обогревается

Дети до 15 кг - бесплатно (до 3-х лет)

С КУПОНОМ - СКИДКА 100 РУБ.

Гороскоп

с 18 по 24 октября 2010 года

Овен

Сейчас новые знакомства станут довольно удачными, и в окружении интересных людей Вы сможете лучше проявить свои способности. В этот период действовать лучше в одиночку.

Телец

Расположение планет в течение первой половины этой недели указывает на то, что в работе Вас будут мотивировать не столько материальные цели, сколько моральные. Этот период также благоприятен для самореализации в творчестве.

Близнецы

Первая половина этой недели у типичных Близнецов окажется благоприятным периодом для самовыражения и занятия творчеством.

Не стоит использовать свою удачу в корыстных целях, а также испытывать ее в азартных играх.

Рак

Если у Вас на текущий момент достаточно денег, то можно рассмотреть и вопрос об инвестициях средств в недвижимость.

Лев

В течение первой половины этой недели Вас ожидает большое количество общения. Сейчас Вы будете охотно делиться своими идеями и новостями с окружающими. Усилится интерес к религии, философии, а также любым учениям, которые тем или иным образом объясняют устройство мира.

Дева

Хорошее время для того, чтобы задуматься о правильном питании и здоровом образе жизни. Сейчас это может стать для Вас актуально.

Весы

Благоприятный период для самореализации. Сейчас способности и таланты, которыми Вы обладаете, станут более востребованными, а поэтому появится шанс их проявить. Особенно удачливыми будут те Весы, кто занят в творческой сфере.

Скорпион

Сейчас не стоит проявлять излишне высокую активность во внешних делах, так как это время подходит для отдыха и восстановления сил. Отдыхать лучше всего дома либо в таких местах, где Вы чувствуете себя уверенно и безопасно.

Стрелец

Вы сможете обсудить последние новости, рассказать о своих планах, а также узнать об интересных событиях из жизни Ваших знакомых. Этот период может принести вам и новые идеи.

Улица Кино

График демонстрации кинофильмов с 28 октября по 3 ноября 2010 г.

Зал № 1
12:20, 16:10
"Легенды ночных стражей" (мультфильм)
14:20, 18:10
"Винкс" (мультфильм)
12:20, 14:20, 18:20
"Ярослав" (история, приключения)
22:00
"Темный мир" (фантастика)
Зал № 2
12:10, 14:10, 16:20, 18:20, 20:20
"Мегамот" (мультфильм)
22:20
"Правосудие волков" (фантастика)
Зал № 3
12:30, 16:30
"Союз зверей"
14:30, 18:30, 20:30, 22:30
"На измене" (комедия)

Праздники

28 октября
День анимации
День армейской авиации
29 октября
День работников службы вневедомственной охраны МВД
30 октября
День памяти жертв политических репрессий
День инженера-механика
31 октября
Хэллоуин – канун Дня всех святых (Самайн)
День сурдопереводчика
День работников СИЗО и тюрем

Анекдоты

Женщина любит ушами, а мужчины – глазами.
Эротическо-сексуальная поза номер 153. Мужчина смотрит женщине в ухо.

.....
Аптекарь обучает практиканта:
- А из этой банки мы наливаем лишь тогда, когда почерк на рецепте совсем уж неразборчивый.

.....
Передача "100 к одному" провела опрос: "Чем вооружены грабители на дорогах?"
Первую строчку в рейтинге занял ответ: "Полосатыми палочками".

.....
- В таком случае на кондиционер мы тоже зря собираем. Потому что его легко может заменить симпатичный мальчик с опалом.

У голливудской актрисы спросили, почему она уволила свою кухарку.
- Не спрашивайте, - вздохнула она.
- Готовила она великолепно, но всем рассказывала, что работает у меня уже сорок лет...

.....
- Папа, мама водит машину лучше, чем ты!
- Ну, я бы не сказал...
- Но ты же сам говорил, что с затянутым ручным тормозом не смог бы проехать и метра, а мама так проехала 12 км.

.....
Жена, встречая мужа, вернувшегося с работы:
- Наконец-то!
- А разве я поздно пришел?
- Я не об этом. Наконец-то от тебя пахнет приличными женскими духами.

Козерог

Может поменяться ряд приоритетов в жизни, что приведет к смене основных или текущих целей. Не исключен и обратный процесс, при котором Вы переосмыслите свои планы, что, в свою очередь, и приведет к смене приоритетов.

Водолей

Для обучения, получения новых знаний или опыта у типичных Водолеев прекрасно подходит первая половина этой недели. В личной жизни Вы не склонны проявлять инициативу, делать первый шаг. Но Вы будете чутки к проявлениям симпатии, нежности.

Рыбы

Нельзя сказать, что у Вас сейчас появятся четкие доказательства чего-либо, но Ваша интуиция поможет в поиске различных фактов, которые подтвердят или разрушат некоторые Ваши предположения.

Места распространения газеты "КОМПАС Поволжья"

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

Торговый центр "Гера и К"
Торговый центр "Эридан"
Торговый центр "Пассаж"
Торговый центр "Русский рынок"
Торговый центр "Волжанка"
Торговый центр "Орион"
Торговый центр "Монгора"
Торговый центр "Автобус"
Торговый центр "Юбилейный"

Торговый центр "Универмаг"
Торговый центр "Строй Сити"
"ЦУМ" Сызрань"
Промышленный рынок
Сеть магазинов "Тройка"
Сеть магазинов "Любимый город"
Сеть магазинов "Дюна"
"Фабричная застава"
Деловой центр (ул. Котовского)
Деловой центр (ул. Кирова, 46)

Бизнес центр "Ильинский ряд"
ФСК "Надежда"
КРК "Улица"
Сеть строительных магазинов "Стройбастер"
Сеть строительных магазинов "Терминал"
Магазин автозапчастей "БИ-БИ"
Проходные завода "Пластик"
Проходные завода "Криста"

Проходная завода "Сызранский мясокомбинат"
Проходная завода "Тяжмаш"
Проходная завода "НХЗЧ"
СК "Кристалл"
Шинный центр "Премиио"
МРЭО ГИБДД
"Волжские сандуны"
"Земский банк"
"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 №ТУ 63-00228

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

Адрес редакции: 446001 г. Сызрань, ул. Ульяновская, 2А, офис, 31
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.
26 октября 2010 г. Тираж: 12000 экз. Заказ № 1487
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
РОЛЛСТАВНИ
АВТОМАТИЧЕСКИЕ ВОРОТА

ВЕСЬ ОКТЯБРЬ
НА РУЛОННЫЕ ЖАЛЮЗИ
СКИДКИ 10 %

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 маршру. 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

Двери Верона лидер продаж
СКИДКИ ВСЕМ

ООО «ВОДОПРОВОДНАЯ КОМПАНИЯ»
«НОВЫЙ ВЕК»

РАДИАТОРЫ концерна RAGAINI (Италия)

500x100x160=4 м² 800 руб.
500x100x80=2 м² 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

КВЕ TROCAL ОТДЕЛКА:

откосов, балконов, лоджий. Жалюзи

РАССРОЧКА 5 МЕСЯЦЕВ!

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 СЛОН

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 СЛОН

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

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

требуются водители с/л/а

Комфорт и надежность Вашего дома!

ТЦ «Ваш дом»
ул. Советская 70/1 (цокольный этаж)
телефоны: 91-01-86, 8 927 614-01-86

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**

♦ **ПРОФИЛАКТИКА**

♦ **ВЕСЬ 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

Профессиональный фотограф
Наталья Толовань

• СВАДЕБНАЯ фотография
• СТУДИЙНАЯ съемка
• ДЕТСКАЯ фотография
• СЕМЕЙНАЯ фотосессия

телефон 8-917-123-38-83

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ

ОТ УСЛУГИ ЭКСКАВАТОРА и КРАНА ДО

8-927-213-20-00

СПУТНИКОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ КОНТИНЕНТ «РАДУГА»

БЕЗ АБОНЕНТСКОЙ ПЛАТЫ!
8-927-614-71-11

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 (Ремвиз), 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