

# КОМПАС

Будь в курсе!

## ПОВОЛЖЬЯ

№ 18 (18) Среда, 1 декабря 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

**Ms.**  
**КОЛГОТКИ**  
**НИЖНЕЕ БЕЛЬЁ**  
**КРАСКА ДЛЯ ВОЛОС**  
 • ул. Ст. Разина, 46/48 "Эконом"  
 • ТЦ "Пирамида", ул. Октябрьская, 48а 1 этаж  
 • **НОВЫЙ** магазин ТЦ "Монгора", 2 корп. 2 этаж

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**  
**БОЛЬШОЙ ВЫБОР ЛЮСТР**  
 В наличии и на заказ  
**PRIME HOUSE**  
 ул. Октябрьская, 22  
**РАССРОЧКА БЕЗ ПРОЦЕНТОВ**  
**КРЕДИТ**  
**НОВОГОДНИЕ СКИДКИ**  
 91-63-63 91-47-47 8-927-614-47-47

**Золотой дракон**  
 ресторан 33-43-13  
 бильярд 33-86-72  
 сауна  
 гостиница  
 ул. Дзержинского 50

**Чешский Дом**  
 www.ceskydom.ru  
**Сразу ТРИ новогодних акции на НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**  
 Невозможно отказать!  
 РАССРОЧКА БЕЗ % ПЕНСИОНЕРАМ СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ  
 ПОДРОБНОСТИ В ОФИСАХ ПРОДАЖ: 50 ЛЕТ ОКТЯБРЯ, 54 96-41-59  
 УЛЬЯНОВСКАЯ, 39 98-44-11  
 ГИДРОТУРБИННАЯ, 32 91-11-44

св-во о допуске к работам 0114.02-2009-6325032133-С-056 от 07.07.2010  
**ООО "Комплекс"**  
 12 лет на рынке  
**ТЕПЛОСЧЕТЧИКИ**  
**СЧЕТЧИКИ** воды ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ  
 установка, поверка, продажа  
**КОНДИЦИОНЕРЫ**  
 ХОЛОДИЛЬНОЕ И ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЕ  
 монтаж, обслуживание ремонт  
 МОНТАЖ И ОБВЯЗКА ФИЛЬТРОВ ВОДЫ, ВОДОНАГРЕВАТЕЛЕЙ, САМУЗЛОВ  
 ВСЕ ВИДЫ САНТЕХНИЧЕСКИХ И ЭЛЕКТРОТЕХНИЧЕСКИХ РАБОТ  
 ТЕХОБСЛУЖИВАНИЕ ТЕПЛОСЧЕТЧИКОВ  
 САНТЕХНИКА, ЭЛЕКТРОТОВАРЫ И КОЗТОВАРЫ продажа  
 ул. Хвалынская, 85  
 тел.: 98-29-48, 91-11-90  
 8-927-614-11-90  
**магазины**  
**ДОМОВОЙ** СТРОЙМАТЕРИАЛЫ ЭЛЕКТРОТОВАРЫ  
 САНТЕХНИКА ПРИБОРЫ УЧЕТА  
 ул. ИНТЕРНАЦИОНАЛЬНАЯ, 145 (р-н Промышленного рынка)  
 маг. "Железнодорожник" ул. МОСКОВСКАЯ, 25  
 Товары сертифицированы

**АВТО ЛОМБАРД**  
 СЫЗРАНСКИЙ  
 • ссуды под залог автомобиля • срочный выкуп автомобилей  
**СРОЧНЫЙ ВЫКУП АВАРИЙНЫХ АВТОМОБИЛЕЙ**  
 ул. Советская 32, оф. 1 тел: 91-09-08, 8-927-614-09-08

**Новые компания ОКНА**  
 до 31 января  
**ОТКОСЫ В ПОДАРОК!**  
 ул. 50 лет Октября, 24 ТЦ "Гера и К", 1 эт., сек. 58 ул. Рабочая, 99 ТЦ "СтройСити" ул. Красильникова, 43  
 тел.: 96-10-60 тел.: 90-26-89 тел.: 90-30-03 т. 33-37-38 т. 37-50-06

**ЛОМБАРД**  
**КРЕДИТНИКЪ**  
**КРУГЛОСУТОЧНО**  
 Минимум документов  
**Скупка. Дорого**  
 ул. Интернациональная, 28, тел.: 33-23-91  
 ул. Ульяновское ш., 15/56, тел.: 37-52-81

**Оптом и в розницу**  
 Пакеты, одноразовая посуда, упаковки, расходные материалы, бытовая химия  
 Изготовление пакетов с логотипом на заказ  
 Бесплатная доставка по городу и районам  
 Снабженцам особые условия  
 ул. Кирова 46; тел. (8464) 33-29-13, 8-917-829-50-20, 8-917-829-50-10

сеть магазинов  
**ДЖИНСЫ СУПЕРЦЕНА**  
 с 1 декабря представляет огромный выбор джинсовых изделий!  
 Фирменные джинсы стали ещё доступнее!  
 ул. Московская, 14 (здание Автовокзала)

**ОКНА ЛЮКС**  
**акция**  
 За каждое второе окно денежная премия  
**РАССРОЧКА без %**  
**СКИДКА - 20%**  
**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ** (Франция, Россия)

**КВЕ** **RENAU**  
**МОНТАЖ ОКНА В ПОДАРОК**  
 пер. Берлинского, 44 т. 98-58-00  
 пр-т 50 лет Октября, 44 т. 96-55-45  
 ул. Ладо 3, т. 34-99-11

товар сертифицирован  
**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**  
**New Line**  
 Центр натяжных потолков  
 только до 30 декабря 2010 г. **СКИДКА 25%**  
**РАССРОЧКА БЕЗ %**  
 гарантия 15 лет ул. Московская, 1 (8464) **91-09-99**  
 специальные ВЫГОДНЫЕ УСЛОВИЯ для пенсионеров

## Татьяна Хрячкова: "Шейпинг – это система, которая работает"



Шейпинг-группа на занятиях.  
Татьяна Хрячкова в центре

Иногда кажется, что для того, чтобы стать обладательницей хорошей фигуры, большой разницы, каким именно видом спорта заниматься, нет. "Была бы физическая активность, а результат появится", – рассуждают некоторые женщины. Не получая эффекта, они теряют надежду. О том, что именно необходимо женщине для того, чтобы не только эффективно сбросить вес, но и скорректировать фигуру, стать привлекательной "Компас Поволжья" спрашивает у эксперта в этой области – профессионального тренера по шейпингу Татьяны Хрячковой.

**- Татьяна, чем собственно шейпинг отличается от аэробики, фитнеса и других "женских увлечений"?**

- Шейпинг это не проведение времени, не модное увлечение, шейпинг – это целая система, основывающаяся исключительно на научном подходе. Его отличительной чертой является индивидуальность в работе с каждой женщиной.

**- Как именно реализуется индивидуальный подход?**

- В систему шейпинга входит антропометрическое тестирование, визуальная оценка фигуры, а также ставится задача в зависимости от пожеланий женщины и сопутствующих заболеваний. Все это помогает скорректировать программу тренировки и питания. Учитывается и уровень физической подготовки. После подробного анализа выдается общая характеристика фигуры, все ее отклонения от нормы и проблемные области, которые нуждаются в дополнительной проработке. При этом к базовой программе могут, как прибавляться дополнительные упражнения (при необходимости особенно тщательно поработать в каком-либо направлении), так и наоборот, убираться (в случае, если состояние здоровья женщины не позволяет ей их выполнять).

**- Есть ли еще отличительные черты у шейпинга?**

- Одной из отличительных черт шейпинга можно назвать и женскую направленность. В отличие от распространенных фитнес-систем, признаки мужественности считаются нежелательными составляющими женского образа. С помощью шейпинг-воздействия достигаются плавные, мягкие, женственные формы тела. Кроме коррекции фигуры шейпинг позволяет получить удовольствие от выполненных упражнений, воспитывает волю и позволяет реализовать свои даже самые честолюбивые планы

**- Насколько верно утверждение о том, что шейпинг-система имеет под собой научную основу?**

- То, что шейпинг базируется именно на научных исследованиях, подтверждает то, что на него выданы несколько патентов, а положительный эффект, оказываемый шейпингом на организм женщин, подтверждает заключение 1го Московского медицинского института (ныне Академия) им. Сеченова.

**- Расскажите, пожалуйста, подробнее о том, как строится программа занятий.**

- Программа занятий шейпингом рассчитана на два этапа.

Первый этап – оздоровительный. Он направлен на снижение жировой массы до нормы. Для многих даже этого достаточно для того, чтобы чувствовать себя хорошо.

Второй этап – для тех, кто ставит себе честолюбивые цели и стремится к совершенству. Он направлен на коррекцию фигуры. В процессе коррекции уменьшаются лишние объемы за счет снижения жировой массы и создаются необходимые объемы за счет увеличения мышечной массы. Частота занятий – два раза в неделю, длительность каждого занятия – 60 минут.

В течение каждого занятия тренер следит за состоянием женщины, ее пульсом, а также контролирует правильность выполнения упражнений.

Кроме собственно физических упражнений и тренировок в систему шейпинга входит и шейпинг-питание. Оно в совокупности с тренировками обеспечивает требуемые изменения фигуры в заданном направлении, и в то же время рекомендуемые шейпинг-рационы гарантированно снабжают организм женщины необходимым количеством незаменимых компонентов пищи.

Каждый месяц занимающиеся женщины проходят антропометрическое тестирование: измерение продольных и поперечных размеров, замеры кожно-жировых складок. Такое тестирование служит с одной стороны, основой для

анализа проведенных тренировок, основой для дальнейшего планирования шейпинг-воздействий, с другой стороны – позволяет вовремя исправить допущенные ошибки.

**- Как Вы можете прокомментировать появление многочисленных спортивных залов, работающих под вывеской "шейпинг"? Ведь далеко не всегда в таких заведениях соблюдаются все правила и нормы, принятые в шейпинг-системе.**

- К сожалению, пользуясь популярностью и эффективностью шейпинг-системы, недобросовестные люди зачастую на физкультурно-оздоровительной ниве пытаются спекулировать словом "шейпинг", не имея ни представления о самой системе, ни о принципах построения тренировок.

**- На что нужно обратить внимание женщине, выбирая шейпинг-зал? Что является признаком профессионального шейпинг-зала с высококвалифицированным тренерским составом?**

- Выбирая для занятий шейпинг-зал, обратите внимание на то, как построена там работа. В профессиональном шейпинге параметры тренировок и рационы питания планируются персонально для каждой женщины. Тренер имеет возможность корректировать программу в зависимости от пожеланий женщины, состояния ее здоровья и сопутствующих заболеваний. Программы шейпинг-занятий разрабатываются для женщин разного возраста и физических возможностей: для слабо, средне и хорошо физически подготовленных женщин. Возрастной контингент занимающихся в нашем зале – от 18 до 55 лет. Конечно же, группы занимающихся комплектуются с учетом этих данных для большего комфорта и эффективности тренировок.

**- Что может получить женщина от занятий шейпингом? Действительно ли шейпинг-система эффективна и полезна?**

- Приход на занятия шейпингом, женщина создает себе имидж энергичной, здоровой, красивой, уверенной в себе женщины. Это проявляется и внешне и внутренне. Это не только личные ощущения, прогресс можно заметить по результатам все тех же антропометрических измерений. Но, наверное, самыми убедительными доказательствами несомненной пользы от занятий шейпингом являются его растущая популярность и счастливые улыбки женщин, добившихся желаемых результатов.

Интервью провел Евгений Недобуга

**Женский спортивный клуб "БОДЫШЕЙП"**

Предлагает программы:

- ШЕЙПИНГ (коррекция фигуры)
- здоровая спина (профилактика заболеваний спины, укрепление мышечного корсета)
- восточные танцы
- стрип-данс

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

**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

**ООО "Ломбард Витим"**

Ссуды под залог  
Скупка золота

пр. 50 лет Октября, 24  
тел.: 35-39-39, 8-937-211-0100

**ПАКЕТ.RU**  
одноразовая посуда и упаковка

пакеты  
посуда  
контейнеры  
мешки д/мусора  
салфетки  
перчатки  
бытовая химия

**СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО**  
**ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПАКЕТОВ НА ЗАКАЗ**

ул. Интернациональная, 28  
тел./факс 33-82-85, сот. 8-917-122-69-96  
Пн. - Пт. с 9.00 до 17.00, Сб. с 9.00 до 14.00, Вс. - Выходной

**ЭСТЭТ**

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА**

Монтаж в подарок

Эстетичные окна в каждый дом!

Экологичные оконные системы

ул Советская, 12  
2 этаж

911-081

**БАЛКОН-СЕРВИС**

- АЛЮМИНИЕВЫЕ РАМЫ-КУПЕ
- КРЫШИ
- ВЫНОС, УКРЕПЛЕНИЕ
- РЕЗКА ПРОЕМОВ, УТЕПЛЕНИЕ
- ОБШИВКА, ТЕПЛЫЙ ПОЛ

Лоджия от 16000 руб.

Подарки всем!

ТРАППРОФ  
provedal

ТВ ПРОГРАММА  
ПОНЕДЕЛЬНИК

8 декабря 2010 г.

## ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости  
05:05 Доброе утро!  
09:20 Контрольная закупка  
09:50 Жить здорово!  
11:00 ЖЖХ  
12:20 Модный приговор  
13:20 Детективы  
14:00 Другие новости  
14:20 Понять. Простить  
15:20, 04:25 Хочу знать  
15:50 Т/с "Обручальное кольцо"  
16:50 Федеральный судья  
18:00 Вечерние новости  
18:20 Т/с "След"  
19:00 Давай поженимся!  
20:00 Жди меня  
21:00 Время  
21:30 Т/с "Побег"  
22:30 Д/ф "Екатерина III", ф. 1  
23:30 Ночные новости  
23:50 Подпольная империя  
00:50, 03:05 Х/ф "Лемминг"  
03:30 Д/с "Тайны Тихого океана"

## РОССИЯ 1

05:00 Утро России  
09:05 Д/ф "Конвейер смерти. Никотин"  
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 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 "Подарок судьбы"  
23:50 Дежурный по стране  
00:50 Вести-1  
01:10 Честный детектив  
01:45 Х/ф "Бумбараш"  
04:30 Дайджест "Городок"

## СТС

06:00 М/с "Трансформеры. Кибертрон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Скуби Ду"  
07:30, 15:30 Т/с "Папины дочки"  
08:00, 17:30 Т/с "Нанюлюбовь"  
09:00, 13:20, 23:15, 00:00 6 кадров  
09:30, 16:30 Галилео  
10:30 Смотрите это немедленно!  
11:30 Х/ф "Человек-метеор"  
13:30 М/ф "Ну, погоди!"  
14:00 М/с "Лизун и настоящие охотники за привидениями"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Каспер, который живет под крышей"  
18:30, 19:00 Т/с "Даешь молодежь!"  
19:30 Т/с "Воронины"  
20:30 Т/с "Маргоша"  
21:30 Х/ф "Без чувств"  
00:30 Кино в деталях  
01:30 Х/ф "Человекоядные"  
03:10 Х/ф "Сытый город"  
05:05 Музыка на СТС

## НТВ

04:55 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 "Кодекс чести"  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:30 Т/с "Литейный"  
21:30 Т/с "Псевдоним "Албанец"-3"  
23:35 Честный понедельник  
00:25 Ток-шоу "Школа эзопсовия"  
01:15 В зоне особого риска  
01:45 Х/ф "Журавль в небе"  
04:00 Д/ф "Бежать из ГУЛАГа"

## ТВЦ

06:00 Настроение  
08:25 Х/ф "Дело было в Пенькове"  
10:20 Д/ф "Ежи" и "Катюши"  
11:10, 15:10, 17:50 Петровка, 38  
11:30, 14:30, 17:30, 19:50, 20:30 События  
11:45 Постскриптум  
12:55, 00:25 Культурный обмен  
13:25 В центре событий  
14:45 Деловая Москва  
15:30 Т/с "Золото Трои"  
16:30 Ток-шоу "Врачи"  
18:15 М/ф "Сказка о рыбаке и рыбке"  
18:45 Т/с "Оплачено смертью"  
19:55 Порядок действий.  
"Ловушка платной медицины"  
21:00 Х/ф "Абонент временно недоступен", 1-2 с.  
23:00 Линия защиты  
23:50 События. 25-й час  
00:55 Концерт авторской песни  
"Рубежи нашей памяти"  
01:45 Х/ф "Так бывает"  
03:35 Т/с "Мисс Марпл Агаты Кристи"

## ТВ ПРОГРАММА ПОНЕДЕЛЬНИК

6 декабря 2010 г.

### REN TV

06:00 Неизвестная планета.  
"Израиль в поисках своего неба", ч. 1.  
06:30 По делам несовершеннолетних  
07:30, 13:00 Званный ужин  
08:30 Т/с "Люди Шпака"  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:30 Новости 24  
10:00 Честно. "Чужие в доме"  
11:00 Час суда  
12:00, 16:00, 19:00, 23:00 Экстренный вызов  
14:00 Х/ф "День триффидов", 1 с.  
17:00 Не ври мне!  
18:00 Честно. "Бес в ребро"  
20:00 Концерт М. Задорнова "Будь готов!"  
22:00 Фильм "Отцы и дети"  
00:00 Три угла  
01:00 Репортерские истории  
01:45 Х/ф "Остин Пауэрс: Голдмембер"  
03:40 Т/с "Реальные кабаны"  
04:35 Неизвестная планета.  
"Китайские дороги к храму"  
05:05 Дураки, дороги, деньги  
05:50 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 Д/ф "Современные чудеса"  
09:00, 15:00 Разрушители мифов  
10:00 Д/ф "Технологии будущего. Умный быт"  
11:00 Х/ф "Космическая морская пехота"  
13:00 Т/с "Пси-фактор"  
14:00 Далеко и еще дальше  
16:30 Д/ф "За пределами науки"  
17:00 Д/ф "Война полов". "Преступление"  
18:00 Т/с "Ясновидец"  
19:00 Т/с "Говорящая с призраками"  
20:00 Т/с "Здесь кто-то есть"  
21:00 Д/ф "Загадки истории".  
"Великаны острова Пасхи"  
22:00 Х/ф "Подземелье драконов"  
00:00 Т/с "Башня"

### Муз ТВ

05:00, 01:50 Муз-ТВ хит  
06:30 МУЗ-заряд: музыка, звезды, мульты  
08:30 Наше  
09:25 Pro-обзор. Самые важные  
звездные события за неделю  
09:55 Планета шоу-биз. Звезды о звездах  
10:25 Отар против Интернета  
10:55 Лаборатория чувств  
11:50 Горячая 10-ка Муз-ТВ  
12:50 Стилистика  
13:15, 19:45 Топ модель по-американски  
15:00 Муз-ТВ чарт  
15:55 v. PROkate  
16:25, 22:25 Игра "Крокодил". Новый сезон  
17:20 Герои Рефитнеса  
17:55 Рок любви  
18:45, 23:20 Pro-новости  
19:10 Косметический ремонт  
21:30 Крем  
23:50 Звезды зажигают  
00:50 Русский чарт

### РОССИЯ 2

10:00, 14:00, 18:45, 00:15, 07:30 Новости  
10:20, 18:30, 00:00, 07:50 Связь времен  
10:25, 13:45 Формула гармонии  
10:40, 18:40, 00:05, 07:55 Байки  
старого болельщика  
10:45 Шесть на шесть  
11:15 Американский футбол. Чемпионат NFL.  
San Diego Chargers - Oakland Raiders  
14:15 Гандбол. Лига чемпионов. Мужчины.  
Сьюдад Реал (Испания)  
- Университет - Нева (Россия)  
16:00 Лыжные гонки. Этап Кубка мира в Германии.  
Женщины. Мужчины. Спринт  
18:00 Железный фактор  
18:35 Программа передач на завтра  
19:00, 08:00 Профессиональный бокс.  
Бой за титул чемпиона мира.  
Хулио Сезар Чавес - Альфонсо Гомес  
21:00, 03:00 Эхо  
22:30 Обзор матчей чемпионата NHL  
23:10 Высокая Европа. Обсуждаем Евролигу ULEB  
00:35 Бадминтон.  
BWF Super Series - China Open. Финалы  
04:30 Американский футбол. Чемпионат NFL.  
New England Patriots - New York Jets.  
Прямая трансляция

### 5 КАНАЛ

05:35 Т/с "ТАСС уполномочен заявить"  
07:05 Д/ф "Кто залпятил Ленину. Тайна века"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:25 Х/ф "Любовь Яровая"  
11:35, 12:30 Х/ф "К расследованию приступить".  
"Клевета", ф. 2  
15:35 Т/с "Вечный зов"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
19:30 Реальный мир  
20:00 Д/ф "Прогулки со львами"  
22:30 Х/ф "Шестой"  
00:10 Шаги к успеху  
01:15 Ночь на Пятом  
01:45 Х/ф "Смерть в эфире"  
03:35 Маршрутка  
04:05 Д/ф "Запуск в космос. Поехали!"

## X5 открывает "Пятерочку-Макси" - новый формат торговли с элементами Cash-and-Carry

18 ноября в Сызрани в торговом центре "Автобус" был открыт первый гипермаркет "Пятерочка-Макси". X5 Retail Group N.V., крупнейшая в России розничная компания по объемам продаж, заявила об этом событии как о запуске принципиально нового формата оптово-розничной торговли - гипермаркетов эконом-класса. По утверждению специалистов группы, этот формат ориентирован не только на розничные, но и на мелкооптовые продажи для конечных покупателей, а также для клиентов потребительских секторов B2B и HoReCa (формат Cash-and-Carry). Напомним, что новый магазин имеет торговый зал площадью 3500 м<sup>2</sup>. По прогнозам, ассортимент должен был составить около 7000 наименований, из которых 80% приходится на продовольственные товары, а основным кон-

курентным преимуществом "Пятерочки-Макси" назывались лучшие цены. Розничная цена на каждый товар, продающийся в магазине, ежедневно контролируется и не может превышать самой низкой, найденной у всех конкурентов цены на аналогичный товар. При мелкооптовых и оптовых покупках покупатели получают дополнительную 10%-15% скидку от розничной цены.

Главный исполнительный директор X5 Retail Group N.V. Лев Хасис так прокомментировал открытие магазина:

"Пятерочка-Макси" - формат, специально разработанный нами для российских регионов, включая небольшие города с населением от 50 тысяч человек. Мы уверены, что развитие сети гипермаркетов нового формата позволит нам эффективно выйти на низкоконкурентные локальные рынки с невысокой покупательской способностью и не уступит в популярности всемерно любимой традиционной "Пятерочке".

Уже в день открытия сызранцы смогли по достоинству оценить планировку и инфраструктуру зала, комфортные как для розничных, так и для мелкооптовых закупок - простота и понятность выкладки, отсутствие прилавков, высотное хранение запасов упаковок товаров в торговом зале, просторные проемы между стеллажами и свободные подъезды к 18 кассовым узлам, от которых обеспечен удобный путь до погрузки товара в транспорт покупателей.

Немаловажно и то, что для оптовых покупок в магазине предусмотрен отдельный дебаркадер. Парковка "Пятерочки-Макси" рассчитана на 200-250 машиномест, специально выделена зона для коммерческого транспорта.

Через десять дней после открытия магазина, мы решили поинтересоваться - действительно ли гипермаркет "Пятерочка-Макси" соответствует всем обещаниям, оправдывает ли он надежды горожан.

- Я "Пятерочку-Макси" похвалю. Мне моя "Пятерочка" нравится. Она большая, чистая и пока продуктов некачественных не заметил.

Иван, 34 года

- Молочные продукты, хлеб, сыпучие продукты - вполне хорошее качество. И что мне нравится больше всего - прекрасный выбор приправ. В целом впечатление скорее положительное.

Марина, 47 лет

- "Пятерочка-Макси" - это радость и хорошее настроение, мне удобно здесь закупать как продукты для дома, так и товары для бизнеса, поскольку я - индивидуальный предприниматель.

Олег, 27 лет

- Ничего плохого сказать не могу. И продавцы, и охранники очень вежливые. Ни разу не нахамили и ничего лишнего не пробили. Молочные продукты, овощи, яйца, заморозку и пр. покупаю постоянно и пока претензий к качеству не возникло. И к примеру, молоко, сметана, творог и

### Википедия о гипермаркетах:

Гипермаркет - это предприятие розничной торговли, реализующее продовольственные и непродовольственные товары универсального ассортимента преимущественно по форме самообслуживания, торговой площадью от 5000 м<sup>2</sup>. Отличительные особенности гипермаркета по сравнению с супермаркетами, торговыми домами и прочими предприятиями можно увидеть в ГОСТ Р 51773-2001.

Согласно ГОСТ Р 51773-2001 "Розничная торговля. Классификация предприятий" гипермаркет - это предприятие розничной торговли, реализующее продовольственные и непродовольственные товары универсального ассортимента преимущественно по форме самообслуживания, торговой площадью от 5000 м<sup>2</sup>.

От других магазинов самообслуживания и от супермаркетов гипермаркеты отличаются, прежде всего, масштабностью. Это не только большие торговые площади (от 5 тыс. м<sup>2</sup>), но ещё и универсальный ассортимент товаров, превышающий ассортимент супермаркета в 3-10 раз, особенно это касается непродовольственных товаров, насчитывающий обычно до 40-50 тысяч позиций. Ассортимент может увеличиваться за счет добавления нетипичных групп товаров. На непищевую продукцию в продуктовых гипермаркетах приходится до 35-50% общего ассортимента.

Гипермаркеты ориентированы как на менее состоятельного клиента, так и на оптовых покупателей. Гипермаркеты в своей рекламе делают акцент на низкие цены товаров-маркеров и широкий ассортимент, проводят разнообразные акции распродажи товаров, предлагают дисконтные пластиковые карты покупателей. Гипермаркеты могут выступать якорными арендаторами крупных торговых центров или собственниками собственных магазинов. Для гипермаркетов существенным условием является просторная парковка.

др. молочные продукты всегда намного свежее, чем в соседних магазинах... А стоят значительно дешевле.

Инга, 29 лет

- Магазин, рядом с домом, есть все необходимые товары (попить, поесть, помыть-постирать), самообслуживание (выбираешь сам) - это разве плохо?! Это, конечно, хорошо! К стати для пенсионеров еще важно то, что есть скидки.

Виктор Алексеевич, 72 года

- Выбор товара довольно большой. Цены тут довольно низкие, что позволяет делать конкуренцию более мелким магазинам. Товар всегда свежий, не просроченный. Продавцы любезны и доброжелательны.

Игорь, 39 лет

**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

**Окна под ключ**  
ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА  
КАЧЕСТВО  
ВЫЗЫВАЕТ  
УВАЖЕНИЕ  
Предновогодние подарки!  
ул. Советская, 1,  
т.: 92-23-52, 8-901-803-23-52;  
ул. Советская, 69,  
т. 91-08-89, 8-927-614-08-89;  
ул. Королева, 17,  
т. 91-21-80, 8-927-614-21-80;  
г. Октябрьск,  
пер. Кирпичный, 21, сек. № 3,  
т.: 91-21-76, 8-927-614-21-76  
ул. Торговая площадь, 17,  
т.: 8-929-712-72-01  
E-mail: syzranokna@mail.ru  
www.syzranokna.ru  
ЖАЛЮЗИ, РОЛЬСТАВНИ, СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ

www.dana-plus.ru  
**ДАНА ПЛЮС**  
СОТОВЫЙ ПОЛИКАРБОНАТ  
САЙДИНГ  
ТЕПЛИЦЫ  
ИЗГОТОВЛЕНИЕ НАВЕСОВ  
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ  
ПАНЕЛИ ПВХ  
В ШИРОКОМ АССОРТИМЕНТЕ  
(8464) 33-47-33, 91-08-78  
ул. Декабристов, 55

**СЫЗРАНСКИЙ ХЛАДОКОМБИНАТ**  
ПРЕДЛАГАЕТ УСЛУГИ:  
СКЛАДОВ  
ОФИСОВ  
ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ ПОМЕЩЕНИЙ  
СТОЯНКУ ГРУЗОВЫХ АВТО  
ПРОМЫШЛЕННАЯ ПЛОЩАДКА С Ж/Д ПУТЁМ  
г. Сызрань, Саратовское шоссе, 5  
т. (8464) 34-94-50

Агентство  
приятных  
событий  
**"АраарУ"**  
Мы готовы к новому году!!!  
Вы готовитесь?  
У нас есть все:  
Дед Мороз и Снегурочка  
Сказочные персонажи  
Ростовые куклы-символы  
Веселые новогодние  
аттракционы  
Необычные аниматоры  
Креативные ведущие  
Ростовые куклы  
Поздравления в офисах  
Проведение акций в ТЦ  
8-908-426-50-50  
8-927-610-11-14

**КОМПАС**  
ПОВОЛЖЬЯ  
www.compas-p.ru

## РОСГОССТРАХ

## Как защитить свое имущество

Пожары в России, вызванные аномальной жарой этим летом, многих заставили задуматься о защите своего имущества. К сожалению, далеко не все побеспокоились об этом заранее. А ведь страховка – самый надежный способ если не уберечь свой дом от неприятностей, то хотя бы быстро и в полном объеме получить возмещение за утраченное имущество. Для чего нужно страхование и как правильно выбрать программу страхования имущества? На вопросы отвечает начальник страхового отдела Н.И. Ярцева (сызранский филиал компании РОСГОССТРАХ в Самарской области).

## От каких рисков может защитить полис страхования имущества?

Стандартный пакет рисков включает такие риски как пожар, взрыв, повреждения водой в результате аварии систем водоснабжения, отопления, канализации и пожаротушения, стихийные бедствия, преступления против собственности. Наибольшей популярностью у домовладельцев пользуется страхование строения, отделки и домашнего имущества по полному пакету рисков, т.к. "пакетный" полис обходится дешевле, чем страховка каждого конкретного риска в отдельности. Не лишним будет застраховать и имеющиеся на участке строения. Чтобы не начать новый дачный сезон с непредвиденных расходов, мы рекомендуем воспользоваться предложением "Сезон выгодного страхования", который действует до 31 декабря 2010г. В рамках этой акции те, заключают договор страхования дома в компании

РОСГОССТРАХ впервые, может рассчитывать на существенную скидку.

## Что делать, если желание застраховать недвижимость у человека есть, а вот средств на все не хватает?

Если у человека не хватает средств на заключение договора, можно себе представить, какие проблемы у него возникнут, если с незастрахованным имуществом что-нибудь случится. Ведь на его восстановление потребуются деньги, несопоставимые с ценой полиса. Стоимость полиса, на самом деле, вполне по карману даже малообеспеченным гражданам, но мы также предоставляем рассрочку страхового взноса на несколько платежей.

## Как правильно оценить стоимость загородного дома или дачи, чтобы страховой выплаты хватило на восстановление утраченного имущества?

Действительно, это важный вопрос. Мы всегда убеждаем своих клиентов страховать жилье по его реальной рыночной стоимости. Наши агенты, например, могут сами провести оценку стоимости дома, для этого разработаны специальные стоимостные таблицы. Договор страхования можно заключить и без осмотра в офисе компании по месту вашего постоянного жительства.

## А на какой срок заключается договор страхования?

Как правило, страховой полис оформляет-

ся сроком на один год. Но по Вашему желанию этот срок может быть сокращен.

## Сколько времени занимает процесс заключения договора?

Если Вы впервые пригласите агента и захотите детально описать все постройки и имущество, то процедура займет около 1 часа. В последующие годы Вы только будете уточнять детали страхуемого имущества, и это займет 15-20 минут. Процедура заключения договора в офисе займет не более 15 минут.

## Застраховать имущество – это полдела. А если случится страховой случай? Да еще за городом. Что нужно будет сделать для того, чтобы получить выплату?

Прежде всего, необходимо позвонить в Единый диспетчерский центр компании и сообщить о наступлении страхового события. Сотрудник компании подскажет Вам, какие действия следует предпринять и какие документы нужно будет предоставить в страховую компанию. Если речь идет о незначительном ущербе, то его можно будет урегулировать по упрощенной схеме – без предоставления справок из компетентных органов. В среднем срок урегулирования составляет 10 рабочих дней.

За более подробной информацией обращайтесь в ближайший офис компании РОСГОССТРАХ по адресу: ул. Советская, 38. Можно получить информацию по телефону: 98-49-96, 98-52-06, 98-46-12.

ТВ ПРОГРАММА  
ВТОРНИК

7 декабря 2010 г.

## ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости  
05:05 Доброе утро!  
09:20 Контрольная закупка  
09:50 Жить здорово!  
11:00 ЖЖХ  
12:20 Модный приговор  
13:20 Детективы  
14:00 Другие новости  
14:20 Понять. Простить  
15:20, 04:25 Хочу знать  
15:50 Т/с "Обручальное кольцо"  
16:50 Федеральный судья  
18:00 Вечерние новости  
18:20 Т/с "След"  
19:00 Давай поженимся!  
20:00 Пусть говорят  
21:00 Время  
21:30 Т/с "Побег"  
22:30 Д/ф "Екатерина III", ф. 2  
23:30 Ночные новости  
23:50 Врата  
00:40 Х/ф "Дом вверх дном"  
02:40, 03:05 Х/ф "Мертвые птицы"

## РОССИЯ 1

05:00 Утро России  
09:05 Д/ф "Екатерина Фурцева. Женская доля"  
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 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 "Подарок судьбы"  
23:50 Вести+  
00:10 Х/ф "Потерянная граница"  
02:25 Горячая десятка  
03:30 Х/ф "Сердце не камень", 1 с.

## СТС

06:00 М/с "Трансформеры. Кибертрон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Скуби Ду"  
07:30, 15:30 Т/с "Папины дочки"  
08:00, 17:30 Т/с "Нанюлюбовь"  
09:00, 13:20, 23:15, 00:00 6 кадров  
09:30, 20:30 Т/с "Маргоша"  
10:30 Снимите это немедленно!  
11:30 Х/ф "Арена"  
13:30 М/ф "Ну, погоди!"  
14:00 М/с "Лизун и настоящие охотники за привидениями"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Каспер, который живет под крышей"  
16:30 Галилео  
18:30, 19:00 Т/с "Даешь молодежь!"  
19:30 Т/с "Воронины"  
21:30 Х/ф "Не грози Южному Централу"  
00:30 Инфомания  
01:00 М/ф "Ох уж эти детки!-3"  
02:20 Х/ф "Ниндзя-3. Подчинение"  
04:05 М/ф "Жил-был пес",  
"Волшебное кольцо",  
"Пес в сапогах"  
05:05 Музыка на СТС

## НТВ

04:55 НТВ утром  
08:30 Квартирный вопрос  
09:30, 15:30, 18:30 Обзор.  
Чрезвычайное происшествие  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня  
10:20 Чрезвычайное происшествие.  
Расследование  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Кодекс чести"  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:30 Т/с "Литейный"  
21:30 Т/с "Псевдоним "Албанец"-3"  
22:30 Футбол. Лига чемпионов УЕФА.  
"Барселона" (Испания) - "Рубин" (Россия).  
Прямая трансляция  
00:40 Лига чемпионов УЕФА. Обзор  
01:10 Х/ф "Сувенир для прокурора"  
03:10 Х/ф "Морская пехота"

## ТВЦ

06:00 Настроение  
08:30 Х/ф "Добровольцы"  
10:20 Х/ф "Ахиллеса пята", 1 с.  
11:30, 14:30, 17:30, 19:50, 20:30 События  
11:50 Х/ф "Ахиллеса пята", 2-3 с.  
13:55 Детективные истории.  
"Незаконченная картина"  
14:45 Деловая Москва  
15:10, 17:50 Петровка, 38  
15:30 Т/с "Золото Трои"  
16:30 Ток-шоу "Врачи"  
18:15 М/ф "Исполнение желаний"  
18:45 Т/с "Оплачено смертью"  
19:55 Реальные истории. "Чужие дети"  
21:00 Х/ф "Абонент временно недоступен", 3-4 с.  
23:05 Д/ф "Екатерина Фурцева.  
Женщина в мужской игре"  
00:10 События. 25-й час  
00:45 Х/ф "Главный калибр"  
02:50 Х/ф "У твоего порога"  
04:20 Д/ф "Гражданская война.  
Забывшие сражения"

ОТЛИЧНЫЕ  
НАЛИЧНЫЕ!

Денежные займы от 2 до 10 тысяч рублей

Не тратьте свое время и  
ЗАКАЖИТЕ деньги прямо по телефону  
т.: 98-58-48, 8-917-974-34-72

ул. Советская, 52

ООО "Поволжский кредитный альянс"  
ХВАТИТ МЕЧТАТЬ – ПОРА ПОКУПАТЬ!КРЕДИТ НАЛИЧНЫМИ  
в т.ч. без справок и поручителей, по двум документамАВТОКРЕДИТ  
в т.ч. по 2-м документам, решение за 1 день, 0% первый взносИПОТЕКА  
в т.ч. 0% первый взнос, срок до 30 лет\* Консалтинговые услуги - индивидуальный подбор кредитных программ  
ПРИХОДИТЕ И НЕ НАДО БЕГАТЬ ПО БАНКАМ  
г. Сызрань, ул. Московская, д. 14, т.: 330-730, 8-927-614-12-61  
ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8-927-614-08-31

## ЦЕНТР МИКРОФИНАНСИРОВАНИЯ

срочное оформление  
ДЕНЬГИ ДО ЗАРПЛАТЫДЕНЬГИ на развитие бизнеса - на участие  
в тендерах - на неотложные нужды -  
на образование - автозаймСЫЗРАНЬ: ул. Октябрьская, д. 1, кв. 2 (рядом с ТЦ "Гера и К")  
тел.: 8 (8464) 33-32-16

ШИГОНЫ: Торговая площадь, д. 1а, тел.: 8 (84648) 2-24-21

ООО «Центр Микрофинансирования г. Казань» www.ukcm.ru  
принимает личные сбережения граждан

## Электронные деньги

В связи с расширением чекового обращения во второй половине 20 века, стали требоваться новые формы платежей. Благодаря научно-техническому прогрессу и развитию вычислительной техники, стало возможным создание автоматизированных электронных установок для обработки чеков. Эти электронные устройства и возможность передачи сигналов на расстоянии без участия бумажных бланков способствовали появлению электронных денег.

Для чего нужны электронные деньги? Такие деньги, как и любые другие, нужны для выполнения ими функции денег, как средства платежа. То есть можно расплачиваться бумажными деньгами, а можно и электронными.

Простота использования – электронные деньги очень просты в использовании. Существуют большое количество платежных систем, которые обмениваются электронными деньгами. На сегодняшний день работа с этими системами настолько проста, что даже ребенок, наверное, смог бы обналить деньги.

Электронные деньги очень удобны в обращении. В настоящее время большая часть межбанковских операций проводится с их помощью. И все это на всемирном уровне. Уже более чем в двухстах странах проводятся электронные платежи, и электронные деньги находятся в обращении. Это говорит о том, что электронные деньги завоевали доверие к себе.

Существует множество электронных систем оплаты, которые проводят электронные платежи. Большинство людей в России уже пользуют-

ся этими электронными кошельками. С помощью электронных платежей человек может оплатить мобильную связь для себя и для своей семьи, спутниковое телевидение, доступ в Интернет, коммунальные платежи и многое другое. Конечно, такие электронные деньги отличаются от обычных, но на них можно купить все то же, что и на обычных. Безусловно, все эти платежи (ну или почти все) производятся через Интернет.

Но вся сила электронных денег не только в этом. Они позволяют совершать мгновенные переводы между частными лицами в любое время и в любом месте, с минимальной комиссией.

Благодаря развитию электронных расчетов, люди могут не только общаться на расстоянии, но и совершать реальные денежные сделки. Так люди могут работать дома, отправлять результаты своей работы через Интернет, и получать заработную плату через платежные системы. Согласитесь, это удобно! Это явление становится массовым. В России развитие платежных систем происходит даже быстрее, чем на западе.

Существующие на данный момент электронные платежные системы можно разделить на 2 большие группы:

1. требующие установки на компьютер пользователя дополнительного программного обеспечения;

2. платежные системы с веб-интерфейсом.

## Преимущества электронных платежных систем:

• доступность – пользователь имеет возможность открыть собственный электронный счет;



• мобильность – независимо от места своего нахождения пользователь может осуществлять любые финансовые операции со своим счетом;

• безопасность – передача информации ведется с использованием SSL протокола со сложными шифрованными алгоритмами;

• простота использования – для открытия и использования электронного счета не требуется специальных знаний;

• оперативность – перевод средств со счета на счет происходит в считанные минуты.

Игорь Зорин

## ТВ ПРОГРАММА ВТОРНИК

7 декабря 2010 г.

### REN TV

06:00 Неизвестная планета.  
"Израиль в поисках своего неба", ч. 2  
06:30 По делам несовершеннолетних  
07:30, 13:00 Звонкий ужин  
08:30 Т/с "Люди Шпака"  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:30 Новости 24  
10:00 Честно. "Есть ли жизнь после мужа?"  
11:00 Час суда  
12:00, 16:00, 19:00, 23:00 Экстренный вызов  
14:00 Х/ф "День триффидов", 2 с.  
17:00 Не ври мне!  
18:00 Честно. "Дальнейшие шаги"  
20:00 Т/с "Офицеры"  
22:00 Машина времени  
00:00 Х/ф "Сукияки Вестерн Джанго"  
01:55 Т/с "Беглец из преисподней"  
03:45 Т/с "Реальные кабаны"  
04:40 Неизвестная планета.  
"Израиль в поисках своего неба", ч. 1  
05:10 Дураки, дороги, деньги

### ТВЗ

06:00 М/с "Бэтмен будущего"  
06:30 М/с "Пинки и Брейв"  
07:00 Д/ф "За пределами науки"  
07:30, 16:00 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современные чудеса"  
09:00, 15:00 Разрушители мифов  
10:00 Д/ф "Война полов. Преступление"  
11:00, 19:00 Т/с "Говорящая с призраками"  
12:00, 20:00 Т/с "Здесь кто-то есть"  
13:00 Т/с "Дежурный ангел"  
14:00 Д/ф "Загадки истории".  
"Великаны острова Пасхи"  
16:30 Д/ф "Искажение времени"  
17:00 Д/ф "Святые. Целитель Пантелеимон"  
18:00 Т/с "Ясновидец"  
21:00 Д/ф "Загадки истории".  
"Тайна святого Грааля"  
22:00 Х/ф "Святое место"  
00:00 Т/с "Башня"  
01:00 Т/с "За гранью возможного"  
02:00 Х/ф "Подземелье драконов"  
04:00 Т/с "Ангел"  
05:00 Т/с "Зена - королева воинов"

### Муз ТВ

05:00, 06:05, 01:50 Муз-ТВ хит  
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:50,  
15:55, 18:45, 23:20 Про-новости  
06:30, 07:05, 08:05 МУЗ-заряд:  
музыка, звезды, мульты  
08:30, 09:05 Наше  
09:45 Мультфильмы  
10:20 Напросились  
11:20 Русский чарт  
12:15 10 самых юющих ведущих  
12:45, 19:10 Косметический ремонт  
13:20, 19:45 Топ модель по-американски  
15:00, 21:30 Крем  
16:20, 23:50 Звезды зажигают  
17:20 Герои Реефитнеса  
17:55 Рок любви  
22:25 Игра "Крокодил". Новый сезон  
00:50 TopHit чарт

### РОССИЯ 2

10:00, 14:00, 18:25, 21:00, 00:45, 03:00, 06:00 Новости  
10:20, 21:15, 01:05, 03:20, 06:20 Связь времен  
10:25, 14:15 Формула гармонии  
10:40, 21:25, 03:25, 06:25 Байки  
старого болельщика  
10:45 Американский футбол. Чемпионат NFL.  
New England Patriots - New York Jets  
13:30, 06:30 Железный фактор  
14:30 Эхо  
16:00 Обзор матчей чемпионата NHL  
16:40 Высокая Европа. Обсуждаем Евролигу ULEB  
17:25 Лыжные гонки. Этап Кубка мира в Германии.  
Женщины. Мужчины. Командный спринт  
18:40 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины.  
Локомотив - Белогорье (Россия)  
- Фенербахче (Турция). Прямая трансляция  
21:20 Программа передач на завтра  
21:30, 07:45 Сноуборд. Этапы Кубка  
мира в Англии и Швейцарии  
22:00 Мир скорости  
22:30 Футбол. Лига чемпионов.  
Прямая трансляция  
01:10 Гандбол. Чемпионат Европы.  
Женщины. Предварительный раунд.  
Норвегия Франция  
03:30 Хоккей. Чемпионат NHL. Montreal Canadiens  
- Ottawa Senators. Прямая трансляция  
07:00 Неделя в NBA  
08:15 Гандбол. Чемпионат Европы.  
Женщины. Предварительный раунд.  
Черногория Россия

### 5 КАНАЛ

05:35 Т/с "ТАСС уполномочен заявить"  
07:05 Д/ф "Таблетка правды"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:25 Х/ф "Нейтральные воды"  
11:35, 12:30 Х/ф "Ищите женщину"  
15:30 Т/с "Вечный зов"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
19:30 Реальный мир  
20:00 Д/ф "Семья гепардов"  
22:30 Т/с "Донна Леон. Расследование в Венеции"  
00:20 Х/ф "Уимблдон"  
02:20 Ночь на Пятом  
02:50 Д/с "Фрэнк Синатра. Это были лучшие годы"  
03:45 Маршрутка

## Юридическая консультация

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

**Я состою в списках детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, нуждающихся в жилье. В этом году мне исполнилось 18 лет, однако жилье Администрацией муниципального образования мне не было предоставлено ввиду отсутствия материальных ресурсов и финансовых средств со стороны органов государственной власти Самарской области. Скажите, насколько это правомерно?**  
**Анастасия, 18 лет**

В соответствии с ч. 2 ст. 57 Жилищного кодекса РФ детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, а также лицам из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, по окончании их пребывания в образовательных и иных учреждениях, в том числе в учреждениях социального обслуживания, предоставляются жилые помещения по договорам социального найма. Причем согласно той же ст. 57 Жилищного кодекса РФ жилые помещения указанным лицам предоставляются вне очереди.

Полномочия по обеспечению жилыми помещениями лиц данной категории Федеральным законом от 21.12.1996 № 159 "О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей" и Законом Самарской области от 05.03.2005 № 77-ГД "О наделении органов местного самоуправления на территории Самарской области отдельными государственными полномочиями по социальной поддержке и социальному обслуживанию населения" делегированы органам местного самоуправления.

Исходя из буквального толкования ст. 57 ЖК РФ и вышеуказанных законов, следует, что обеспечение вне очереди жилыми помещениями детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, не может быть поставлено в зависимость от каких-либо условий, в том числе и недостаточного выделения средств на эти цели из бюджета Самарской области.

При таких обстоятельствах нельзя признать законным и обоснованным отказ Администрации муниципального образования в предоставлении Вам жилого помещения, что является основанием для удовлетворения Ваших требований об обязанности Администрации муниципального образования предоставить Вам жилое помещение в случае Вашего обращения в суд.

## Затратный подход к оценке недвижимости

Для оценки стоимости объектов недвижимого имущества, как правило, используется два метода – затратный и сравнительный. Коротко остановимся на том, что представляет собой затратный подход к оценке недвижимости.

Принцип его действия основан на одном основополагающем правиле: это предположение о том, что издержки, предусмотренные для строительства недвижимого объекта (с учетом тех, которые пойдут на покупку земельного участка), рассматриваются как приемлемая величина для определения стоимости объекта. Считается, что затратный подход к оценке недвижимости наиболее целесообразен для применения в тех случаях, когда возникает потребность определить стоимость недвижимости, имеющей специальное предназначение, например, при отсутствии рынка подобного рода недвижимого имущества. Не следует упускать из виду, что затратный подход к оценке недвижимости представляет собой довольно сложную процедуру, которая предусматривает несколько последовательных этапов оценки. Прежде всего, определяется стоимость улучшения. Ее, как правило, при затратном подходе к оценке недвижимости характеризуют двумя основными категориями. Во-первых, полной стоимостью замещения – речь идет о стоимости строительства с учетом текущих цен здания, которое обладает аналогичной полезностью с объектом, подлежащим оценке, но построено, исходя из современных требований к возведению объектов. Во-вторых, затратный подход к оценке недвижимости характеризуется полной стоимостью воспроизводства – речь также идет о стоимости строительства с учетом текущих цен здания, но при этом оно представляет собой точную копию объекта, подлежащего оценке, и построено по такой же строительной технологии.

Теперь коротко о некоторых конкретных действиях, которые предусматривает затратный подход к оценке недвижимости. Большое значение имеет грамотный расчет износа недвижимого объекта. Износ при этом определяют как утрату полезности, что, безусловно, сказывается на стоимости.

Затратный подход к оценке недвижимости допускает и так называемый "метод выделение". Чаще всего он применяется при оценке стоимости уже застроенных участков. Здесь тоже предусмотрена определенная последовательность действий: сначала определяются элементы сравнения оцениваемых объектов с аналогами, определяют степень и характер отличий, затем определяют возможные корректировки

цен по этим сравнениям, потом рассчитывают рыночную стоимость на единый недвижимый объект, а также рыночную стоимость на земельный участок. При этом затратный подход к оценке недвижимости учитывает прибыль, которую может получить инвестор. Иные задачи решаются с помощью "метода распределения", который также довольно часто применяется при затратном подходе к оценке недвижимости, но ориентирован на застроенные участки, если имеется информация о ценах заключенных сделок по единым объектам недвижимости, аналогичным тем объектам, которые подлежат оценке. Предусмотрены также и некоторые другие действия, выполняемые при затратном подходе к оценке недвижимости. Речь идет о технике остатка (для зданий и сооружений), реверсии (при которой рассчитывается остаточная стоимость объекта), анализе полученных финансовых результатов.



Последнее, кстати, имеет очень большое значение, так как характеризует количественные стороны сделок предприятия, его финансовое положение в определенный временной период, отток и приток наличности, остатки средств – иными словами все то, что может свидетельствовать о стабильности предприятия. И в этом плане затратный подход к оценке недвижимости грамотным специалистам может поведать много – вплоть до прогнозов получения высоких прибылей.

Игорь Зорин

### 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 ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ

Режим работы: Пн. - Пт. с 10.00 до 19.00; Сб. с 12.00 до 17.00  
ул. Степана Разина 46/48, оф. 307 [www.cs-pp.ru](http://www.cs-pp.ru)  
тел.: 8-927-024-62-95

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

**ЗАКАНЧИВАЕТСЯ РАБОТА  
НАД ВЫПУСКОМ НА 2011 ГОД**

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

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

### 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

Редакция газеты "КОМПАС-ПОВОЛЖЬЯ"  
приглашает к сотрудничеству  
рекламодателей

Наши телефоны:  
916-391, 916-392, 8-937-211-63-91

НОРМАТИВНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ  
**СПЕЦСТРОЙПРОЕКТ**

- ▶ Проектирование, монтаж и обслуживание систем автоматической пожарной сигнализации, оповещения, пожаротушения
- ▶ Огнезащитная обработка конструкций
- ▶ Разработка деклараций пожарной безопасности
- ▶ Независимая оценка рисков в области пожарной безопасности
- ▶ Разработка технических условий противопожарной защиты

**Бизнес центр "Смолино", офис № 21**  
т.: 91-09-45, 8-927-614-09-45

**КВАРТИРЫ  
в новостройках!**

Предусмотрены различные  
ФОРМЫ ОПЛАТЫ, в том числе:

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

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

**КОМПЬЮТЕР**  
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

ПРЕИМУЩЕСТВО цены  
СОВЕРШЕННОСТЬ 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 Оздоровительно-восстановительный центр "АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ"

Едим и худеем

448

**КОРРЕКЦИЯ МАССЫ ТЕЛА**

УЛ. СТ. РАЗИНА, 46, 3 ЭТАЖ (МАГАЗИН "МАХИМА")  
телефоны: 8(8464) 91-61-00, 8-917-966-89-98

НОВЫЙ АДРЕС

**Территория Красоты**

**Только в декабре!**

Примите участие в Новогодней лотерее!

В розыгрыше участвуют:  
Дисконт 10%, косметика Wella. Фирменные полотенца, маникюр в подарок, макияж со скидкой 50% и многие другие призы!

**Какой подарок получите именно Вы?!**

Подробности по телефонам: (8464) 98-32-29, 8-929-712-67-08  
г. Сызрань, ул. Бабушкина, 9 (остановка "Выставочный зал")

**Star Nail**

Маникюр  
Педикюр  
Японский маникюр  
Наращивание ногтей  
Наращивание ресниц

ул. Московская, 14а  
т. 8-927-028-86-00

**НИКОЛЬ** СМОН КРАСОТЫ SPA

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

ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ

ул. Кирова, 46  
тел. 91-00-31, 8-927-614-00-31

## Прическа зимой

Поговорим об уходе за волосами зимой – как сохранить волосы зимой, в мороз и ветер, чтобы волосы были здоровыми и блестящими.

С приходом зимних холодов наступает неблагоприятный период для ваших волос. Дома из-за отопления воздух становится чрезвычайно сухим, поэтому он лишает волосы влаги, да и к тому же электризует их, а на улице свой удар наносит зимний мороз. И вот, снимая шапку, Вы видите, что волосы потеряли свою привлекательность, стали сухими, ломкими и тусклыми. Ваши локоны явно нуждаются в особой заботе в зимние месяцы. В этом Вам могут помочь несколько полезных советов.

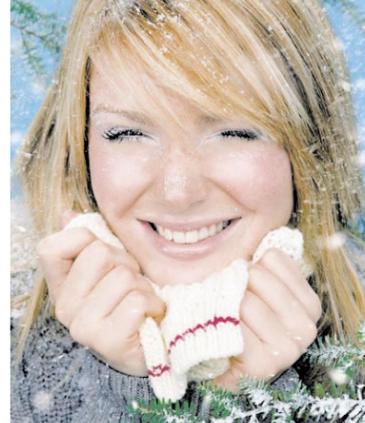
**Головной убор.** Помните, как мама заставляла Вас надевать шапку когда, казалось бы, было тепло? А Вы наверняка снимали ее за ближайшим углом. Так вот, мама была абсолютно права. Головной убор не только страхует Вас от простуды, но и просто необходим для защиты волос от холода. Не желаете носить шапку, накиньте хотя бы шарфик. А главное, никогда не выходите на улицу с влажными волосами. Влага на холоде замерзнет, и волосы могут попросту сломаться!

**Прическа.** Зимой волосы постоянно подвергаются стрессам из-за резкого перепада температур в помещении и на улице. Особенно это актуально для нашей российской зимы. Поэтому зимой с волосами желательнее не экспериментировать – если Вам понравилась модная прическа, для которой требуется окрашивание или химическая завивка, отложите ее до весны – и для волос полезно, и показать сможете всем без исключения.

**Как мыть волосы зимой.** Правильный уход за волосами зимой также предусматривает, что мыть волосы следует в прохладной воде. Горячая делает их ломкими, так же как и горячий воздух фена. Поэтому от него, как и от утюжков и плоек, зимой лучше отказаться, или свести их применение к минимуму. Если лишиться фена не представляется Вам возможным, то старайтесь использовать режим более прохладного воздуха, чем обычно. Выбирайте расчески из натуральных материалов. Они не повреждают волосы при расчесывании и мягко массируют кожу головы. Массаж улучшает кровоснабжение корней волос, а значит и их питание.

Шампунь для волос лучше подбирать специальный, для зимнего ухода. Он вернет волосам влагу и

облегчит расчесывание. После каждого мытья волос наносите бальзам-кондиционер. Если Вы не нашли на шампуни для волос нужного "зимнего" указателя, выбирайте средства для сухих и ломких волос, даже если обычно ими не пользуетесь. Они придадут эластичность и гладкость Вашим волосам. Кроме того, полезны составы, которые делают волосы блестящими.



Если Вы являетесь обладательницей роскошных длинных локонов, то особое внимание следует уделить кончикам волос. Больше всего в холодное время года страдают они. Сейчас в магазинах представлен неплохой выбор специальных средств по уходу именно за кончиками волос. Подберите себе что-нибудь подходящее.

**Маски для волос.** Не забывайте один раз в неделю баловать свои волосы различными питательными масками для волос, которые можно приобрести в магазине или приготовить самостоятельно. Очень хорошо зарекомендовали себя маски для волос с эфирными маслами, такими как иланг-иланг, розмарин. Кроме того, капельку эфирных масел можно добавлять в любой шампунь или бальзам для волос – отличная ароматерапия по уходу за волосами.

**Питание.** Безусловно, внешняя красота является отражением здоровья организма в целом. Поэтому, чтобы волосы выглядели красивыми и ухоженными, необходимо хорошо питаться. Ухаживая за волосами зимой, возьмите за правило съедать каждый день хотя бы пару разных фруктов или овощей – это и для волос, и для фигуры полезно.

Екатерина Чиняева

## Нечто особое

До недавнего времени под словом "ламинация" понималось покрытие документов специальной защитной пленкой. Сейчас ламинируют не только документы, но и волосы. О процедуре ламинирования "Компас Поволжья" рассуждают мастера салона "LS-студио":

– Как бы хороши не были косметические средства, иногда волосам для того, чтобы выглядеть словно на обложке глянцевого журнала нужно нечто особое. Звезды шоу-бизнеса всегда выглядят потрясающе, их прическам с блестящими струящимися прядями можно только позавидовать, но теперь с новыми достижениями в косметологии сияющие красивые гладкие волосы без секущихся кончиков – реальность не только знаменитостей, но и всех желающих. Для этого нужно просто прийти в салон на процедуру ламинирования волос. Ламинирование волос – это лечебная, очень полезная для волос процедура, относящаяся к процедурам класса премиум. Поочередно на волосы наносятся различные составы, в которые включены протеины и уникальная формула биологически активных веществ. Мы используем профессиональную косметику компании "Sebastian", которая позволяет превратить тусклые ослабленные волосы в шикарные пряди. Суть ламинирования волос такая же, что и при обработке документов: ламинируемый объект покрывается особым составом, призванным защищать и сохранять его. В состав входят протеины и питательные вещества. Образующаяся на волосах пленка содержит микрорпоры, обеспечивающие доступ кислорода.

За счет толщины пленки, покрывающей каждый волосок, весь объем увеличивается в среднем на 10-15%. Поэтому процедура ла-

минирования волос особо рекомендуется женщинам с редкими волосами. Чтобы понять, зачем волосам нужно ламинирование, нужно вспомнить структуру волоса. Он представляет собой ствол, усеянный чешуйками. У здорового нового волоса, который еще не успел испытать никаких повреждений, чешуйки плотно прилегают к волосяному столбу, но с течением времени и под воздействием разных факторов они отслаиваются – волос становится шероховатым, кончик рассечен, а блеска нет, потому что отражающая поверхность нарушена. Ламинирование покрывает эту поврежденную поверхность, пленка запаивает кончики, "приклеивает" чешуйки обратно к стволу и образует новую поверхность – более упругую, блестящую и гладкую. Как известно, на поверхности волоса располагаются чешуйки. В норме они плотно прилегают друг к другу, создавая ровную поверхность. При окрашивании, укладке, химической завивке, а также под воздействием окружающей среды (солнце, морская вода) чешуйки раскрываются, и поверхность волоса становится шероховатой. Такие волосы секутся, становятся сухими и ломкими. При ламинировании волос чешуйки склеиваются особым составом, выравнивается поверхность и, следовательно, волосы приобретают блеск и здоровый вид. Состав выдерживается 25-35 минут и результатом является великолепный вид волос. Каждый волосок обволакивается блестящей пленкой, становится толще, приобретает здоровый вид и живой блеск.

Пленка, покрывающая волос, будет защищать его от вредного воздействия фена, солнца, дождя, мороза. Кроме того, она не позволит проникнуть вредным веществам,

содержащимся в городском воздухе, предотвратит потерю влаги из волосяного стержня.



Процедуру ламинирования волос рекомендуем делать сразу после окрашивания, так как она восстановит поврежденные волосы и продлит срок смывания краски. Отенок надолго сохраняет сочность и яркость – ведь вначале смывается ламинат, а уж потом вымываются красящие пигменты.

В среднем ламинирования хватает на срок от четырех недель. Покрывание смывается не за один раз, а

плавно, напоподобие мягких оттенков красок.

Процедура длится около одного часа. Сначала Ваши волосы моются шампунем, далее наносится маска для волос. Под воздействием тепла (т.е. феном) раскрываются чешуйки волос, как бы распариваясь с одновременным проникновением маски внутрь волоса.

Ламинирование не приносит волосам абсолютно никакого вреда, повторять его можно бесчисленное количество раз. В состав ламинирующей массы входит протеин, и за счет него волосы помимо того, что выглядят живыми и блестящими, становятся очень гибкими и противостоят любым механическим повреждениям, например, при расчесывании, а также и другим – воздействию морской соли, ветра, мороза. Пленка, покрывающая волос, позволяет ему свободно дышать, в то же время, блокируя выход полезных веществ, витаминов, протеинов и влаги из самой структуры волоса. Состав для ламинирования богат полезными веществами, которые долгое время активно работают в волосе.

УХОД ЗА ТЕЛОМ  
КОСМЕТОЛОГИЯ  
ПАРИКМАХЕРСКИЕ УСЛУГИ  
МАНИКЮРНЫЕ УСЛУГИ  
LAMINIROVANIYE VOLOS

STUDIO  
студия красоты

ул. Космонавтов, 1  
т.: 35-14-55, 8-927-269-45-44

## ТВ ПРОГРАММА СРЕДА

8 декабря 2010 г.

### ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости  
05:05 Доброе утро!  
09:20 Контрольная закупка  
09:50 Жизнь здорово!  
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 Т/с "След"  
19:00 Давай поженимся!  
20:00 Пусть говорят  
21:00 Время  
21:30 Голоса  
22:30 Д/ф "Екатерина III", ф. 3  
23:30 Ночные новости  
23:50 Т/с "Обмани меня"  
00:40 Х/ф "Сказки стриптиз-клуба"  
02:40, 03:05 Х/ф "Ну что, приехали?"

### РОССИЯ 1

05:00 Утро России  
09:05 Д/ф "Триумф смешной девочки. Алиса Фрейндлих"  
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 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 "Подарок судьбы"  
23:50 Вести+  
00:10 Х/ф "Кауфляж"  
02:10 Х/ф "Тот самый Мюнхгаузен", 1 с.  
03:35 Х/ф "Сердце не камень", 2 с.

### СТС

06:00 М/с "Трансформеры. Кибертрон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Скуби Ду"  
07:30, 15:30 Т/с "Папины дочки"  
08:00, 17:30 Т/с "Нанюлюбов"  
09:00, 23:30, 00:00 6 кадров  
09:30, 20:30 Т/с "Маргоша"  
10:30 Смотрите это немедленно!  
11:30 Х/ф "Учитель на замену"  
13:30 М/ф "Ну, погоди!"  
14:00 М/с "Лизун и настоящие охотники за привидениями"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Каспер, который живет под крышей"  
16:30 Галилео  
18:30, 19:00 Т/с "Даешь молодежь!"  
19:30 Т/с "Воронины"  
21:30 Х/ф "Белые цыпочки"  
00:30 Информания  
01:00 Х/ф "Райское наслаждение"  
03:10 Х/ф "Завсегдадай бара"  
05:05 Музыка на СТС

### НТВ

04:55 НТВ утром  
08:30 Дачный ответ  
09:30, 15:30, 18:30 Обзор.  
Чрезвычайное происшествие  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:15 Сегодня  
10:20 Чистосердечное признание  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Кодекс чести"  
16:30 Сериал "Возвращение Мухтара"  
19:30 Т/с "Литейный"  
21:30 Т/с "Псевдоним "Альбанец"-3"  
23:35 Т/с "Час Волкова"  
00:30 Мужские игры  
01:20 Главная дорога  
01:50 Х/ф "Еще одна пятница"  
03:25 Х/ф "Тарзан и дьяволица"

### ТВЦ

06:00 Настроение  
08:25 Х/ф "Вас вызывает Таймыр"  
10:05 Д/ф "Ветер Победы", ф. 1  
11:10 Петровка, 38  
11:30 События  
11:45 Х/ф "Ночной патруль"  
13:45 Ток-шоу "Про жизнь"  
14:30 События  
14:45 Деловая Москва  
15:10 Петровка, 38  
15:30 Т/с "Золото Трои"  
16:30 Ток-шоу "Врачи"  
17:30 События  
17:50 Петровка, 38  
18:15 М/ф "Оранжевое Горлышко", "Крашенный Лис"  
18:45 Т/с "Оплачено смертью"  
19:50 События  
19:55 Прогнозы  
20:30 События  
21:00 Х/ф "Побочный эффект"  
22:50 Дело принципа. "Россия и Белоруссия: вместе или порознь?"  
23:40 События. 25-й час  
00:15 Х/ф "Разорванный круг"  
01:55 Х/ф "Абонент временно недоступен", 1-2 с.  
04:00 Д/ф "Гражданская война".  
"Забывтые сражения"

**ТВ ПРОГРАММА  
СРЕДА  
8 декабря 2010 г.  
REN TV**

06:00 Неизвестная планета.  
"Тайны индийских йогов", ч. 1  
06:30 По делам несовершеннолетних  
07:30, 13:00 Звонкий ужин  
08:30 Т/с "Люди Шпака"  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:30 Новости 24  
10:00 Честно. "Дети звезд"  
11:00 Час суда  
12:00, 16:00, 19:00, 23:00 Экстренный вызов  
14:00 Х/ф "Сукияки Вестерн Джанго"  
17:00 Не ври мне!  
18:00 Честно. "Женщины за рулем"  
20:00 Т/с "Офицеры"  
22:00 Смерть после еды  
00:00 Х/ф "Карты, деньги, два ствола"  
02:00 Т/с "Беглец из преисподней"  
02:55 Покер-дуэль  
03:45 Top Gear. Русская версия  
04:45 Неизвестная планета.  
"Израиль в поисках своего неба", ч. 2  
05:15 Дураки, дороги, деньги  
05:50 Ночной музыкальный канал

**ТВЗ**

06:00 М/с "Бэтмен будущего"  
06:30 М/с "Пинки и Брейв"  
07:00 Д/ф "Искавление времени"  
07:30, 16:00 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современные чудеса"  
09:00, 15:00 Разрушители мифов  
10:00 Д/ф "Святые. Целитель Пантелеимон"  
11:00, 19:00 Т/с "Говорящая с призраками"  
12:00, 20:00 Т/с "Здесь кто-то есть"  
13:00 Т/с "Дежурный ангел"  
14:00 Д/ф "Загадки истории". "Тайна святого Грааля"  
16:30 Д/ф "Подопытный кролик"  
17:00 Д/ф "Сталинская премия за пророчество"  
18:00 Т/с "Ясновидец"  
21:00 Д/ф "Реальность или фантастика?".  
"Код Да Винчи"  
22:00 Х/ф "Мантитор"  
00:00 Т/с "Башня"  
01:00 Т/с "За гранью возможного"  
02:00 Х/ф "Святое место"  
04:00 Т/с "Ангел"  
05:00 Т/с "Зена - королева воинов"

**Муз ТВ**

05:00, 06:05, 01:50 Муз-ТВ хит  
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:50,  
15:55, 18:45, 23:20 Pro-новости  
06:30, 07:05, 08:05 МУЗ-заряд: музыка, звезды, мульты  
08:30, 09:05 Наше  
09:45 Мультфильмы  
10:20 Герои экрана. Константин Крюков  
11:20 TopHit чарт  
12:15 10 самых любимых актеров  
12:45, 19:10 Косметический ремонт  
13:20, 19:45 Top модель по-американски  
15:00, 21:30 Крем  
16:20, 23:50 Звезды зажигают  
17:20 Герои Реефитнеса  
17:55 Рок любви  
22:25 Игра "Крокодил". Новый сезон  
00:50 Муз-ТВ чарт

**РОССИЯ 2**

10:00, 14:30, 00:45, 03:00, 06:00 Новости  
10:20, 22:15, 01:05, 03:20, 06:20 Связь времен  
10:25 Формула гармонии  
10:40, 22:25, 03:25, 06:25 Байки старого болевщика  
10:45 Хоккей. Чемпионат NHL.  
Montreal Canadiens - Ottawa Senators  
12:45 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины.  
Предварительный раунд. Испания Румыния  
14:45 Сноуборд. Этапы Кубка мира  
в Англии и Швейцарии  
15:15 Обзор матчей чемпионата NHL  
15:55 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины.  
Предварительный раунд. Норвегия Франция  
17:40 Снежный мир  
18:10 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины.  
Динамо (Россия) - Фенербахче (Турция).  
Прямая трансляция  
20:25 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины.  
ЦСКА (Болгария) - Зенит (Россия).  
Прямая трансляция  
22:20 Программа передач на завтра  
22:30 Футбол. Лига чемпионов. Прямая трансляция  
01:10 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины.  
Предварительный раунд. Швеция Украина  
03:30 Хоккей. Чемпионат NHL. Detroit Red Wings -  
Nashville Predators. Прямая трансляция  
06:30 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины.  
Предварительный раунд. Франция Венгрия  
08:15 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины.  
ЦСКА (Болгария) - Зенит (Россия)

**5 КАНАЛ**

05:35 Т/с "ТАСС уполномочен заявить"  
07:05 Д/ч "Живая история". "Ленинградские  
истории. Дело Корогодского"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:25 Х/ф "Служили два товарища"  
11:25, 04:35 Д/с "Подводная одиссея команды Кусто"  
12:30, 19:30 Реальный мир  
13:05 Х/ф "Тайны бургундского двора"  
15:30 Т/с "Вечный зов"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
20:00 Д/ф "Самые опасные животные мира. Индия"  
22:30 Т/с "Донна Леон. Расследование в Венеции"  
00:20 Х/ф "Академия смерти"  
02:40 Ночь на Пятом  
03:05 Д/с "Фрэнк Синатра. Это были лучшие годы"  
04:05 Маршрутка

**Островки огня**



Свечи в доме – это маленькие островки живого, теплого огня. Неслучайно свечам издавна приписывают волшебную силу, во многих мистических верованиях и обрядах зажженная свеча является символом человеческой души, символом жизни. Пламя свечи дает импульс энергии, поэтому если Вы создаете обстановку дома согласно канонам фэн-шуй, Вам обязательно понадобятся свечи. Предпочтительно располагать свечи в северо-восточной зоне комнаты, в углах и альковах – так предотвращается застой энергии. А вот свеча в южной части комнаты – нежелательный элемент, усиливающий стихию огня.

Сегодня при оформлении интерьеров очень популярны свечи, окрашенные в разные цвета. Ведь так приятно украсить комнату свечами в изящных подсвечниках. Выбирая свечи для дома, Вы можете ориентироваться только на собственный вкус. Но не стоит забывать и о символическом значении цветов. Именно цветовой символика может послужить руководством в размещении цветных свечей в разных точках Вашего жилища.

Синие и фиолетовые свечи – отличное дополнение к интерьеру Вашего домашнего кабинета. Синий цвет сдерживает мощную огненную энергию зажженной свечи, внося умиротворение и покой в окружающую обстановку. Фиолетовый цвет символизирует мистическую сторону жизни и стремление к духовному совершенству. Не случайно святые на иконах часто изображаются в фиолетовых ризах.

Желтые и оранжевые свечи наполняют радость и оптимизмом. Зажгите такие свечи за ужином в компании друзей – беседа потечет веселей, и гости будут чувствовать себя, как дома.

Огонь розовых свечей привнесет в дом нежность, доверительность, делают теплее отношения между близкими людьми.

Есть данные, что зеленый цвет положительно влияет на зрение. Поэтому если Ваша работа вызывает усталость глаз – зажгите зеленую свечу в минуту отдыха.

Красный цвет обозначает сильную страсть, поэтому именно красные свечи – излюбленный атрибут спальни.

Необычные, изысканные композиции из живых цветов и зажженных свечей не только украшают дом, но и благодаря правильно выбранным сочетаниям огня и цвета наполняют пространство положительной энергией. Но следует учесть, что подобные композиции нужно подбирать с большой осторожностью и обращаться с ними придется крайне аккуратно. Дело не только в сложных мистических отношениях энергий, возникающих при создании красивых сочетаний воды, живых растений и живого огня в изящных сосу-

дах. Подобные букеты просто могут быть пожароопасны.

Ароматические свечи завоевывают в последнее время большую популярность, в основном из-за простоты применения. Выбирая свечу, убедитесь, что в ее состав входят чистые натуральные масла. Только такие свечи могут использоваться для ароматерапии, а не только для освежения воздуха. Чтобы свеча не кончалась подольше, можно ее предварительно заморозить. В первый раз оставьте свечу гореть по меньшей мере в течение 1,5-2 часов, чтобы свеча успела разогреться и ароматические масла начали выделяться. Фитиль свечи укоротите до 5 мм, чтобы не образовывалась копоть.

Ароматические свечи оказывают успокаивающее действие, помогают расслабиться и снять умственное напряжение. Как правило, в состав ароматических свечей входит всего два ингредиента: растительное масло и чистые эфирные масла. Фитиль ароматических свечей изготовлен из 100% хлопка, благодаря чему они не чадают.

Игорь Зорин

**НОВОГОДНЯЯ АКЦИЯ**

**СМЕНИ ТРУБЫ - ПОЛУЧИ ПОДАРОК!**

ЖК диагональ 81

Замена труб 3000 руб.  
Установка счетчиков 600 руб.  
Замена канализации 1500 руб.

**Водопроводная компания ООО "Партнер"**  
ул. Образцовская, 97, оф. 11, т.: 91-06-51, 8-960-812-22-33

• гостинные • спальни • прихожие •  
• столы • стулья •

**ВНИМАНИЕ!  
НОВОГОДНИЕ  
СКИДКИ!**

**ТЦ Универмаг**  
(ост. Выставочный зал)  
3 этаж, секц. 60

**Т. 333-888**

**ПЕРЕТЯЖКА МЯГКОЙ МЕБЕЛИ**

**ШИРОКИЙ ВЫБОР ТКАНИ**  
**ЗАМЕНА ПОРОЛОНА, ПРУЖИНЫХ БЛОКОВ**

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

ОКНА БРЮЗ ДВЕРИ  
www.briz.ru  
**КУХНИ**  
• ВСТРАИВАЕМАЯ МЕБЕЛЬ

**ШКАФЫ-КУПЕ**  
ГАРДЕРОБНЫЕ КОМНАТЫ  
РАЗДВИЖНЫЕ ПЕРЕГОРОДКИ

т. 96-64-00  
ул. 50 лет Октября, 24

Агентство клининговых услуг  
**"РАДУГА"**  
**Все виды уборки профессиональной техникой**

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

**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

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ КУПОНА СКИДКА 5%

**УЛЬЯНА**

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

**ЗАМЕР. РАССРОЧКА. КРЕДИТ**

тел. 8-917-630-29-53  
ул. Кашпирская, 5

**Аромат Вашего дома**

Дом каждого человека имеет свой неповторимый запах. Каждый человек хранит в памяти ароматы детства – запах матери, свежего молока, домашней выпечки, новогодней ёлки и других предметов. Эти запахи запоминаются человеку на всю жизнь, становятся символом семейного уюта и тепла. К тому же после напряжённого рабочего дня собственная квартира может встречать хозяина тонким ароматом, который расслабит, успокоит и освободит от проблем. Чистые эфирные масла помогут Вам в этом.



Универсальным ароматом является запах лаванды, т.к. он снимает напряжение. Добавка к воде для уборки помещения; для мытья полов и мебели добавьте в воду по 5 капель лаванды, лимона и чабреца. Предметы будут продезинфицированы.

**Уход за бельём**

Эфирные масла не жирные, поэтому пятен на белье не останется. При сушке белья – после отжима капнуть 5 капель любого масла на полотенце для тела или для посуды и положить его вместе с остальными бельём в сушилку. При глажении добавьте 3 капли любого масла в воду для утюга с отпариванием. Это придаст белью приятный аромат, какой Вы пожелаете.

**Защита от моли**

Ароматическая подушечка, помещённая в шкаф между предметами белья и одежды, победит моль. Есть 2 способа.

• Наполните мешочек для подушечки цветами лаванды и добавьте туда по 5 капель кедр и кипариса. Когда аромат выветрится, повторите обработку эфирным маслом.

• Нанесите на каждый ватный тампон по 2 капли лаванды и кедр. Распределите тампоны по бельевым ящикам и каждые 2 недели смачивайте заново их эфирным маслом.

**Прихожая**

Для создания приятной атмосферы и предупреждения вирусных инфекций достаточно нанести на полосу фильтровальной бумаги несколько капель эфирных масел, выбранных на Ваше усмотрение. Ими могут быть кипарис и тимьян, кедр и апельсин, лимон и лаванда, пихта и сосна, бергамот и гвоздика. Можете смешать их, как Вам захочется.

**Гостиная**

Достичь расслабления и поднять настроение можно с помощью ароматизаторов. Используйте масла герани и розы, лимона и мандарина, сандала и лаванды, иланг-иланга и корицы, кедр и пихты, сосны и грейпфрута. Очистить воздух от пыли и посторонних запахов помогут масла полыни лимонной и чайного дерева, ели и герани, пихты и шалфея мускатного.

**Спальня**

Для снятия напряжения и усталости, наконец, для здорового сна необходимо использовать эфирные масла нероли и лаванды, кедр и можжевельника, розы и майорана. Можно нанести несколько капель эфирного масла на подушку или простыню постели, зачехлить ароматизаторы с любимыми маслами. Удобно пользоваться подушечкой – шаге, наполненной цветками лаванды, можжевельниковой стружкой, смесью ароматических трав.

**Кухня**

Для придания свежести воздуху и нейтрализации неприятных запахов имейте под рукой и используйте по желанию любое из понравившихся Вам эфирных масел: лимон и герань, лаванда и розмарин, эвкалипт и апельсин, мята и сосна, анис и пихта, кедр. В кухонной аптечке должны быть масло лаванды и эвкалипта, чтобы при ожогах или порезах нанести несколько капель на ватный тампон и приложить к обожженному месту.

Юлия Зацепина

**АКЦИЯ!**  
с 1 по 31 декабря  
**СКИДКА на окна**  
**35% и подарок**  
каждому клиенту

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

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА**  
deceuninck КВЕ

ВХОДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ (пр-во Италия)  
ВОРОТА РОЛЛСТАВНИ

Срок изготовления от 7 рабочих дней

Рассрочка  
без первоначального  
взноса  
на 12 месяцев



**ТЕРМИНАЛ**  
отделочные материалы

**ВСЁ ОТЛИЧНОЕ У НАС**

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

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



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

официальный дилер ЮНИС Групп

**РАССРОЧКА на 6 месяцев**  
Запись на бесплатный замер по телефонам:  
98-60-06, 8-927-023-35-55  
ТЦ "Пассаж", пер. Достоевского, 19, 2 этаж, секция 211



**ДИНА** СКИДКИ

ОКНА ПЛАСТИКОВЫЕ  
АЛЮМИНИЕВЫЕ КОНСТРУКЦИИ  
ЖАЛЮЗИ

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



www.sbaster.narod.ru

**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. Хвалынская, 83; ул. Гидротурбинная, 30; ул. Декабристов, 380 "А"; ул. Образцовская, 97; г. Октябрьск, ул. Мира, 167; ул. Ленина, 63.



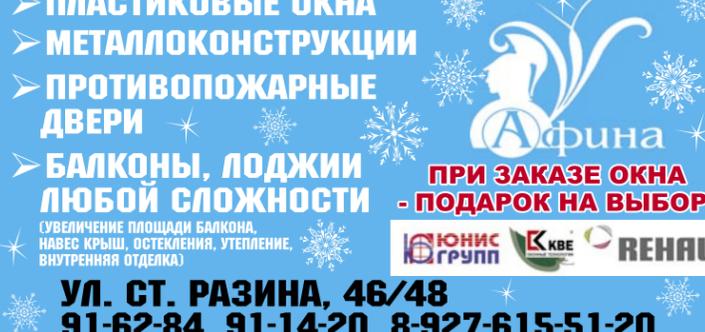
ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА  
МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИИ  
ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ  
БАЛКОНЫ, ЛОДЖИИ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

Афина

ПРИ ЗАКАЗЕ ОКНА - ПОДАРОК НА ВЫБОР!

ЮНИС Групп КВЕ РЕНЯУ

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



**ООО „Альянс Трейдинг“**

• Индивидуальные проекты домов, бань, беседок и т.д.  
• Строительство из оцинкованного 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



УМНЫЕ ОКНА С КЛИМАТ КОНТРОЛЕМ ИЗ ПЕРВЫХ РУК

**EXPROF** Система внутренней самовентиляции

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

Приглашаем к сотрудничеству дилеров (на выгодных условиях)

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



**Ferroli** **МеталлоПластСервис**

ВОДА И ТЕПЛО ОТ ПРОФЕССИОНАЛОВ

РАСЧЕТ, МОНТАЖ, УСТАНОВКА СИСТЕМ ОТОПЛЕНИЯ И ВОДОСНАБЖЕНИЯ

ВНУТРЕННЕЕ ЗАЩИТНОЕ ПОКРЫТИЕ

т. 90-53-21 (факс), 8-927-779-76-28  
ул. Троекуровская, 47



**ООО "Тантал-ЛТД"**

База: ул. Котовского, 12, г. Сызрань  
График работы: пн-пт 8-17 ч. (обед 12-13 ч.), сб. 9-15, вс. - выходной  
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  
• ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТ  
• СВЕРЛА, БУРЫ, КОРОНКИ

ХОЗТОВАРЫ:  
ВЕДРО ОЦИНКОВАННОЕ от 115 руб./шт.  
ЛОПАТЫ СНЕГОВЫЕ от 276 руб./шт.

Новое предложение  
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 ВЫГОДНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО КАЧЕСТВУ И ЦЕНЕ!



www.oknasok.ru

**ОКНА СОК**

**НОВОГОДНИЕ ЦЕНЫ**

**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**  
9 декабря 2010 г.  
**ПЕРВЫЙ**

05:00, 09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости  
05:05 Доброе утро!  
09:20 Контрольная закупка  
09:50 Жизнь здорово!  
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 Т/с "След"  
19:00 Давай поженимся!  
20:00 Пусть говорят  
21:00 Время  
21:30 Голоса  
22:30 Человек и закон  
23:30 Ночные новости  
23:50 Судите сами  
00:50 Х/ф "Бриллиантовый полицейский"  
02:35, 03:05 Х/ф "Что случилось прошлой ночью"

**РОССИЯ 1**

05:00 Утро России  
09:05, 03:35 На последнем плесе  
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 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 "Подарок судьбы"  
22:50 Поединок  
23:50 Вести+  
00:10 Х/ф "Любовная история"  
02:15 Х/ф "Тот самый Мюнхгаузен", 2 с.

**СТС**

06:00 М/с "Трансформеры. Кибертрон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Скуби Ду"  
07:30, 15:30 Т/с "Папины дочки"  
08:00, 17:30 Т/с "Нанюлюбовь"  
09:00, 13:15, 23:15, 00:00 6 кадров  
09:30, 20:30 Т/с "Маргоша"  
10:30 Смотрите это немедленно!  
11:30 Х/ф "Замена. Последний урок"  
13:30 М/ф "Ну, погоди!"  
14:00 М/с "Лизун и настоящие охотники за привидениями"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Каспер, который живет под крышей"  
16:30 Галилео  
18:30, 19:00 Т/с "Даешь молодежь!"  
19:30 Т/с "Воронины"  
21:30 Х/ф "Шалун"  
00:30 Информания  
01:00 Х/ф "Малыш Томми"  
02:50 Х/ф "Безжалостный"  
04:35 М/ф "Аргонавты", "Лабиринт (Подвиг Тесея)"

**НТВ**

04:55 НТВ утром  
08:30 Развод по-русски.  
"Молочная отравка"  
09:30, 15:30, 18:30 Обзор.  
Чрезвычайное происшествие  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:15 Сегодня  
10:20 Особо опасно!  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Кодекс чести"  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:30 Т/с "Литейный"  
23:35 Т/с "Час Волкова"  
00:30 Х/ф "Игра на выживание"  
02:20 Х/ф "Крестовый поход в джинсах"

**ТВЦ**

06:00 Настроение  
08:20 Х/ф "Чистое небо"  
10:25 Ветер Победы, ф. 2  
11:30 События  
11:45 Х/ф "Всадник без головы"  
13:45 Ток-шоу "Про жизнь"  
14:30 События  
14:45 Деловая Москва  
15:10, 17:50 Петровка, 38  
15:30 Т/с "Золото Трои"  
16:30 Ток-шоу "Врачи"  
17:30 События  
18:15 М/ф "Как козлик землю держал", "Ну, погоди!"  
18:35 Х/ф "Четвертая группа"  
19:50 События  
19:55 Прогнозы  
20:30 События  
21:00 Х/ф "Живописная авантюра"  
23:05 Д/ч "Доказательства вины".  
"Пудра для мозгов"  
23:55 События. 25-й час  
00:30 Х/ф "Катала"  
02:00 Х/ф "Абонент временно недоступен", 3-4 с.  
04:05 Д/ф "Гражданская война. Забытые сражения"

**ТВ ПРОГРАММА  
ЧЕТВЕРГ  
9 декабря 2010 г.  
REN TV**

06:00 Неизвестная планета.  
"Тайны индийских йогов", ч. 2  
06:30 По делам несовершеннолетних  
07:30, 13:00 Звонкий ужин  
08:30 Т/с "Люди Шпака"  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:30 Новости 24  
10:00 Честно. "Мой ребенок - монстр!"  
11:00 Час суда  
12:00, 16:00, 19:00, 23:00 Экстренный вызов  
14:00 Х/ф "Карты, деньги, два ствола"  
17:00 Не ври мне!  
18:00 Честно. "Бывший интеллигентный человек"  
20:00 Т/с "Офицеры"  
22:00 Люди-зомби  
00:00 Х/ф "Револювер"  
02:10 Т/с "Беглец из преисподней"  
03:05 Покер-дуэль  
03:55 Top Gear. Русская версия  
04:55 Дураки, дороги, деньги

**ТВЗ**

06:00 М/с "Бэтмен будущего"  
06:30 М/с "Пинки и Брейн"  
07:00, 16:30 Д/ф "Подопытный кролик"  
07:30, 16:00 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современные чудеса"  
09:00, 15:00 Разрушители мифов  
10:00 Д/ф "Сталинская премия за пророчество"  
11:00, 19:00 Т/с "Говорящая с призраками"  
12:00, 20:00 Т/с "Здесь кто-то есть"  
13:00 Т/с "Дежурный ангел"  
14:00 Д/ф "Реальность или фантастика?"  
"Код Да Винчи"  
17:00 Д/ф "Фактор риска". "В погоне за долголетием"  
18:00 Т/с "Ясновидец"  
21:00 Д/ф "Апокалипсис. Нашествие инопланетян"  
22:00 Х/ф "Парадокс"  
00:00 Т/с "Башня"  
01:00 Т/с "За гранью возможного"  
02:00 Х/ф "Крутой поворот"  
04:00 Т/с "Ангел"  
05:00 Т/с "Зена - королева воинов"

**Муз ТВ**

05:00, 06:05, 01:50 Муз-ТВ хит  
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:50,  
15:55, 18:45, 23:20 Про-новости  
06:30, 07:05, 08:05 МУЗ-заряд:  
музыка, звезды, мульты  
08:30, 09:05 Наше  
09:45 Мультфильмы  
10:20 Популярная правда.  
Иванушки Int.: Вспомнить все!  
11:20 Муз-ТВ чарт  
12:15 10 самых звездных любителей головных уборов  
12:45, 19:10 Косметический ремонт  
13:20, 19:45 Топ модель по-американски  
15:00, 21:30 Крем  
16:20, 23:50 Звезды зажигают  
17:20 Герои Реефитнеса  
17:55 Рок любви  
22:25 Игра "Крокодил". Новый сезон  
00:50 Европа Плюс чарт

**РОССИЯ 2**

10:00, 14:35, 18:30, 21:00, 00:35, 03:15, 06:00 Новости  
10:20, 21:15, 00:55, 03:35, 06:20 Связь времен  
10:25, 14:50 Формула гармонии  
10:40, 21:25, 03:40, 06:25 Байки старого боельщика  
10:45 Хоккей. Чемпионат NHL.  
Detroit Red Wings - Nashville Predators  
12:45 Футбол. Лига чемпионов  
15:05 Снежный мир  
15:35 Гандбол. Обзор матчей Лиги чемпионов  
16:05 Обзор матчей чемпионата NHL  
16:45 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины.  
Предварительный раунд. Швеция Украина  
18:45 Фигурное катание. Финал Гран-При в Китае.  
Юниоры. Короткий танец.  
Девушки. Короткая программа  
21:20 Программа передач на завтра  
21:30 Вызов Дениса Панкратова  
22:40 Баскетбол. Евролига. Мужчины.  
Каха Лаборал (Испания) Химки (Россия).  
Прямая трансляция  
01:00 Фигурное катание. Финал Гран-При в Китае.  
Юниоры. Короткая программа.  
Юниоры. Пары. Короткая программа  
03:45 Шесть на шесть  
04:15 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины.  
Предварительный раунд. Испания Черногория  
06:30 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины.  
Хипо Тироль (Австрия) Динамо (Россия)  
08:15 Гандбол. Чемпионат Европы.  
Женщины. Россия Хорватия

**5 КАНАЛ**

05:35 Т/с "ТАСС уполномочен заявить"  
07:00 Д/с "Живая история." Ленинградские исто-  
рии. Книжная мафия: дело "Степанторга"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00, 22:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:25 Х/ф "Белорусский вокзал"  
11:25, 04:30 Д/с "Подводная одиссея команды Кусто"  
12:30, 19:30 Реальный мир  
13:10 Х/ф "Шестой"  
15:35 Т/с "Вечный зов"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
20:00 Д/ф "Самые опасные животные мира".  
"Австралия"  
22:30 Т/с "Донна Леон. Расследование в Венеции"  
00:20 Х/ф "Трон в крови"  
02:35 Ночь на Пятом  
03:05 Д/с "Фрэнк Синатра. Это были лучшие годы"  
04:00 Маршрутка

**Холод не помеха?**

Что мешает начать строительство дома зимой? Холод? Но на холоде и работа идет быстрее, и перекуры не затягиваются, поскольку мёрзнуть никому не хочется. Нужно только при этом обзавестись тёплым вагончиком, который по завершению строительства можно легко превратить в баньку или кладовку для всяческих мелочей. Или продать его соседу, который так же начнёт строительство дома зимой. И так, давайте взглянем, какие плюсы и минусы имеет строительство дома зимой.

**Плюсы**

Зимой строительные материалы в разы дешевле, так как спрос падает в это время года, при этом можно неплохо сэкономить.

1. Если Вам удастся приобрести древесину, срубленную и обработанную в начале зимы (это вполне реально, если покупать с "колес"), то можете считать, что Вам повезло. Потому что испокон веков на Руси заготовка брёвен происходила зимой, до Рождества, когда в дереве находится малое количество сока, а сугробы ещё не так велики, чтобы как-то помешать вывозу древесины из леса. Стройматериалы из такой древесины быстрее и равномернее сохнут, как результат меньше трещин и усадки.

2. Ещё в это время года многие фирмы, занимающиеся строительством, предоставляют значительные скидки.

3. Зимой проще найти стоящую бригаду рабочих, которые при этом возьмут за свою работу

меньше денег. А узнав про теплый вагончик, привередничать они не станут.

4. Обычно зимой на пригородных дорогах пробок нет, так что Вы в любое удобное время сможете приезжать на стройку.



Но как говорится в каждой бочке мёда есть и ложка дёгтя, так же и строительство дома зимой имеет и свои отрицательные стороны.

**Минусы**

1. Вагончик необходимо отапливать. Поэтому заранее необходимо запастись дровами или другим топливом для печи. Если к участку проведено электричество, то следует обзавестись хорошей электропроводкой и отопительными элементами, чтобы строители не материли Вас,

боясь сгореть заживо. Ко всему прочему им необходимо питаться, поэтому нужно поставить газовую плитку и запас газовых баллонов.

2. Проблемы с заливкой фундамента. Его лучше сделать осенью, когда дачный сезон подошёл к концу, а холода ещё не настали.

Постройка фундамента – дело трудоемкое, но весьма быстрое, тем более, если есть возможность залить его с помощью специальной машины, в которой находится уже готовый заводской бетон. Если Вы не побеспокоились о заливке фундамента заранее, то ничего страшного в этом нет.

В наше время существуют присадки к цементу и так называемые "зимние бетоны", которые позволят возвести фундамент зимой. Хотя такие работы стоят дороже, чем например, в летнее время. Но эти затраты с лихвой окупятся, сэкономленными деньгами на стройматериалах и строителях. Кроме этого, начиная строительство дома зимой вовсе и нет необходимости заливать фундамент, есть другие конструкции фундамента, например столбчатые, при строительстве которых нет необходимости вообще, что-нибудь заливать. Ну а ко времени, когда основная коробка будет возведена как раз и тёплая пора года наступит. А это как раз то, что нужно для работы с красками и лаками. Согласитесь, в закрытой комнате не очень приятно работать с "пахучими" веществами.

Игорь Зорин

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**  
пр-во Франция 450 р./кв.м.

**ZIMA-LETO**  
ТЕХНОЛОГИИ КОМФОРТА

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА**  
Окна ПРЕМИУМ КЛАССА  
по цене ЭКОНОМ!

Пенсионерам и иногородним дополнительные скидки

**РАССРОЧКА до 10 месяцев**

Остекление лоджий и балконов. Жалюзи.  
Внутренняя отделка 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



**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  
До Нового Года - старые цены!  
РАССРОЧКА КРЕДИТ  
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

ОКНА ДВЕРИ  
www.fbriz.ru  
ДВЕРИ  
КОМНАТНЫЕ (шпонированные)  
ВХОДНЫЕ (стальные)  
ЕВРООКНА ИЗ НАТУРАЛЬНОГО ДЕРЕВА  
РАМЫ НА БАЛКОН И ЛОДЖИЮ  
Т. 96-64-00  
ул. 50 лет Октября, 24

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

**МОНТАЖ УСТАНОВКА**  
СИСТЕМ ОТОПЛЕНИЯ ВОДОСНАБЖЕНИЯ КАНАЛИЗАЦИИ  
• ВОДЯНЫХ СЧЕТЧИКОВ  
• КОТЛОВ  
ТЕПЛЫЕ ПОЛЫ  
Прокладка трубопроводов в частном секторе  
КАЧЕСТВО и ГАРАНТИЯ  
Т.: 8-927-770-07-94, 8-960-849-29-50  
ЗАКЛЮЧАЕМ ДОГОВОРА С ОРГАНИЗАЦИЯМИ

**АНМА АВТОМАТИЧЕСКИЕ ВОРОТА**  
ЕДИНСТВЕННЫЙ ОФИЦИАЛЬНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ В СЫЗРАНИ ЕДИНЫЙ МОНОКАНАЛЬНЫЙ ТЕЛ.: (846) 205-00-50  
ЖАЛЮЗИ РОЛСТАВНИ  
УЛ. СОВЕТСКАЯ, 70 (ТЦ "ВАШ ДОМ", 1 ЭТ.) 98-44-40  
УЛ. ОКТЯБРЬСКАЯ, 3 (МОДУЛЬ НА СТОЯНКЕ ПЕРЕД ТЦ "ГЕРА И К") 91-14-81

**Земляные работы зимой**

Зимой механическая прочность грунтов значительно возрастает, как следствие, увеличивается трудоемкость их разработки. Поэтому необходимо стремиться к максимальному выполнению земляных работ на стройплощадке летом.

Проморзание начинается при температуре грунта – 5°С. При наличии влаги процесс смерзания частиц грунта улучшается, однако при значительном насыщении водой верхних слоев нижележащие будут промерзать намного медленнее и на гораздо меньшую глубину. Если до наступления отрицательной температуры прошли обильные снегопады, глубина промерзания значительно уменьшается. Например, снежный покров толщиной 10 см уменьшает глубину промерзания грунта в 2 раза, а 40 см – в 3.

Песчаные, гравийные и другие водопроницаемые грунты, залегающие выше уровня грунтовых вод, смерзаются незначительно. Твердость скальных грунтов при отрицательной температуре не увеличивается; а глинистых, суглинистых и других влагоемких – резко возрастает, и их

разработка требует выполнения специальных мероприятий, без которых землеройные машины малой и средней мощности не могут работать. Грунты, подлежащие разработке в зимнее время, следует предохранять от промерзания.



Наиболее эффективны такие способы: - утепление грунта теплоизоляционными материалами; предварительная механическая обработка поверхности грунта; пропитка грунта солевыми растворами.

- утепление грунта при наличии дешевых местных теплоизоляционных материалов на небольших площадях и в местах с умеренными морозами.

Грунт от промерзания можно предохранять посредством создания воздушной прослойки под слоем льда. С этой целью участок будущего котлована подвергают обваловке земляным валом высотой 0,5-0,6 м и заливают эту площадь водой перед самым наступлением морозов. После образования ледовой корки толщиной 10-15 см воду спускают. Между грунтом и льдом получается воздушная прослойка, надежно предохраняющая грунт от промерзания. Ледовая корка удерживается от провисания камнями или кольями, предварительно забитыми на расстоянии 1,5-2 м друг от друга.

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

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

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

**ЦЕНТР РАННЕГО РАЗВИТИЯ  
РЕБЕНКА ОТ 1 ДО 10 ЛЕТ**

ДЕТСКИЙ ЦЕНТР  
**BABYLAND**

Детский сад "на час", "1/2 дня" (от 1,5 лет)  
Интеллектуальное развитие  
(математика, чтение, развитие речи)  
Подготовка к школе  
Английский язык, театр, музыка  
Детский фитнес, танцы, ЛФК  
Логопед, психолог  
"Продленка"

ул. Пензенская, 46  
т.: 91-06-83, 8-927-614-06-83

**ДЕТСКИЙ ЦЕНТР  
ОСТРОВК ЛЮБОЗНАЕК**

Приглашаем детей в возрасте от 1 до 6 лет  
на увлекательные занятия:

- занимательная математика
- изобразительность
- словотворчество
- танец
- сенсорное развитие

РАБОТАЕТ ГРУППА КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕТСКИХ ПРАЗДНИКОВ НА БАЗЕ ЦЕНТРА  
ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ К ШКОЛЕ

ул. Московское шоссе, 1, т.: 91-11-32, 8-927-614-11-32

**Клякса**  
детский центр

**МЕНЮ**

- Лакомка 115 руб.
- Лимонад 0,3л
- Картофель "Фри" 100г
- Пирожное 1шт
- Обжорка 199 руб.
- Лимонад 0,3л
- Пирожное 1шт
- Пирожное 1шт
- Пирожное 1шт

Предновогодние программы  
- варианты от 1200 р. на группу

Можно приобрести новогодние подарки - цена 100 руб.

99-76-18

**МАЛЕНЬКАЯ  
СТРАНА**

Товары к Новому Году  
Детская одежда  
Игрушки

ул. 50 лет Октября, 69, т. 96-13-52

**ИГРУШКИ - ОПТОМ**  
оптом и в розницу по очень низким ценам  
**НОВОГОДНИЕ ТОВАРЫ:**  
искусственные ёлки, мишура, новогодние игрушки,  
гирлянды, свечи, сувениры с символом года  
а также  
**ДЕТСКИЕ ИГРУШКИ  
САНКИ, СНЕГОКАТЫ  
КАНЦТОВАРЫ, ОТКРЫТКИ  
и многое другое**  
ТЦ "Пирамида", ул. Октябрьская, 48А  
тел.: 98-05-51, 8-927-777-18-17

**МИР ИГРУШЕК  
"ЛИМПОПО"**

Конструкторы LEGO  
Куклы Барби Санки  
Развивающие игры Маткие игрушки  
Товары к Новому Году

ТЦ Автобус, сек. 16 ПОБЕДЫ, 13

## Новогодние стихи

Наверное, многие из Вас, сознательные родители, в канун новогоднего праздника озадачены вопросом – что же должен ребенок приготовить ко встрече с Дедом Морозом? Какой ответный подарок для Дедушки лучше всего приготовить Ваш малыш?

В первую очередь, как это ни банально, на ум приходит ответ – стихи. Именно их во времена нашего детства просил исполнить Дедушка Мороз со своей помощницей Снегурочкой, а родители и весь педагогический состав усердно помогали малышам их разучивать!

Современный Дед Мороз не сильно отличается от своих предшественников, и можно смело сказать, что детские новогодние стихи были, есть и остаются лучшим подарком для старого доброго волшебника!

Стих – это живое, эмоционально окрашенное общение с собеседником, посредством поэзии можно выразить то, что не удается в прозе. К тому же разучивание стихов тренирует память, помогает развивать мышление и фантазию, побуждает творческую активность, а не очень общительным детям придает чувство уверенности в себе.

Новогодняя лирика особенно богата стихотворениями для детей. Популярны, малоизвестные, короткие и длинные – богатый выбор для детей разных возрастов.

Выбирайте не слишком длинные и простые по рифме стихи – ребенок должен понимать их смысл!

Если Ваш малыш еще совсем маленький и Вы решили пригласить домой Деда Мороза, не отказывайте себе в этом удовольствии – выучите короткий стишок и прочитайте его вместе. И не забудьте запечатлеть этот момент на фото и видеокамеру: Ваш ребенок с большим удовольствием будет просматривать эти кадры!

Нет ничего милее, чем видеть собственного малыша, с чувством гордости и большой собственной значимости читающего стихи для Дедушки Мороза и всей своей семьи. Это очень волнующий момент для малыша и его родителей, и если ребенок отлично справится со своей задачей, то будет щедро одарен Дедом Морозом, а если же произойдет небольшая заминка – не переживайте, ведь рядом всегда есть те, кто готов прийти на помощь – помощница Снегурочка, мама, папа или бабушка обязательно подскажут.

Мы подготовили небольшую подборку лучших новогодних стихов для детей разных возрастов, которая поможет Вам сделать правильный выбор. Читайте, выбирайте, и пусть Ваш ребенок с пользой проведет время в ожидании волшебной встречи с Дедом Морозом!

### То полями, то лесами

То полями, то лесами,  
Меж стволов берёз  
К нам на тройке с бубенцами  
Едет Дед Мороз.  
Едет рысью и галопом,  
Зная, что идёт  
Прямоком по тайным тропам  
К людям Новый год.  
Снег окутал мягкой ватой  
Веточки берёз...  
Краснощёкий, бородатый  
Едет Дед Мороз.

Г. Тукай

### Новый год

На реке искрится лед,  
Снег кружится нежно.  
Славный праздник Новый год,  
Потому что снежный!  
Дед Мороз рукой махнет –  
Запоём мы звонко.  
Славный праздник Новый год,  
Потому что громкий!  
На столе огромный торт,  
Пряник, шоколадка.  
Славный праздник Новый год,  
Потому что сладкий!  
Вокруг елки хоровод,  
Огоньки на ветках...  
Славный праздник Новый год!  
Жаль, бывает редко.

А. Румянцев

### Новый год

Снова пахнет свежей смолкой,  
Мы у елки собрались,  
Нарядилась наша елка,  
Огоньки на ней зажглись.  
Игры, шутки, песни, пляски!  
Там и тут мелькают маски...  
Ты – медведь, а я – лиса.  
Вот какие чудеса!  
Вместе встанем в хоровод,  
Здравствуй, здравствуй,  
Новый год!

Н. Найденова

### Дед Мороз

Он к бровям моим прирос,  
Он залез мне в валенки.  
Говорят, он – Дед Мороз,  
А шалит, как маленький.  
Он испортил кран с водой  
В нашем умывальнике.  
Говорят, он с бородой,  
А шалит, как маленький.  
Он рисует на стекле  
Пальмы, звезды, ялики.  
Говорят, ему сто лет,  
А шалит, как маленький.

Е. Тараховская

### Дед Мороз

К нам на елку – ой, ой, ой! –  
Дед Мороз идет живой.  
Ну и Дедушка Мороз!  
Что за щеки!  
Что за нос!  
А на шапке-то звезда!  
На носу-то крапины!  
А глаза-то... папины.

А. Шибеев

### Самый главный из гостей

– Кто в нарядной тёплой шубе,  
С длинной белой бородой,  
В Новый год приходит в гости,  
И румяный, и седой?  
Он играет с нами, пляшет,  
С ним и праздник веселей!  
– Дед Мороз на ёлке нашей  
Самый главный из гостей!

И. Черницкая

**ДЕТСКИЙ КЛУБ  
УМНЫЙ МАЛЫШ**

**НОВОГОДНИЕ ЁЛКИ  
ДЛЯ МАЛЫШЕЙ ОТ 1,5 ЛЕТ  
С 26 ДЕКАБРЯ  
ПО 7 ЯНВАРЯ**

Все занятия проводятся в игровой форме  
квалифицированными специалистами  
Количество детей в группах - от 5 до 8 чел.  
В клубе работает игровая комната  
(Монтессори - группа) для детей от 2,5 лет  
и КЛУБ БУДУЩИХ МАМ

ТЕЛ. 8-927-619-01-73; 8-917-826-16-63  
УЛ. УЛЬЯНОВСКАЯ, 160 УЛ. ЗВЕЗДНАЯ, 54

- ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РИТМИКА с элементами хореографии и лечебной гимнастикой 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
- "АЗБУКА ЦВЕТА" - рисование, лепка, эстетическое развитие для детей от 2 лет
- ШАХМАТЫ для детей от 4 лет
- ХОРЕОГРАФИЯ для детей от 3 лет
- ТЕСТОПЛАСТИКА для детей от 2,5 лет
- "В ГОСТЯХ У СКАЗКИ" - занятия с психологом для детей от 3 лет
- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СЕМИНАРЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ПСИХОЛОГА

ОРГАНИЗУЕМ  
И ПРОВОДИМ  
ДЕТСКИЕ  
ПРАЗДНИКИ  
И ДНИ РОЖДЕНИЯ

## ТВ ПРОГРАММА ПЯТНИЦА

10 декабря 2010 г.

### ПЕРВЫЙ

05:00, 09:00, 12:00, 15:00 Новости  
05:05 Доброе утро!  
09:20 Контрольная закупка  
09:50 Жизнь здорово!  
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 Поле чудес  
19:10 Давай поженимся!  
20:00 Пусть говорят  
21:00 Время  
21:30 Достояние Республики.  
"Константин Меладзе"  
00:00 X/ф "Криминальное чтиво"  
03:05 X/ф "Сахара"

### РОССИЯ 1

05:00 Утро России  
09:05 Мусульмане  
09:15, 04:20 Д/ф "Мой серебряный шар.  
Фрэнк Синатра"  
10:10 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 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 Юрмала-2010  
22:50 Девчата  
23:45 X/ф "Дело о пеликанах"  
02:40 X/ф "Крещендо"

### СТС

06:00 М/с "Трансформеры. Кибертрон"  
06:55 М/с "Смешарики"  
07:00 М/с "Скуби Ду"  
07:30, 15:30 Т/с "Папины дочки"  
08:00, 17:30 Т/с "Нанолюбовь"  
09:00, 13:15, 19:30 6 кадров  
09:30 Т/с "Маргоша"  
10:30 Снимите это немедленно!  
11:30 X/ф "Замена-3.  
Победитель получает все"  
13:30 М/ф "Веселая карусель"  
14:00 М/с "Лизун и настоящие  
охотники за привидениями"  
14:30 М/с "Клуб Винкс - школа волшебниц"  
15:00 М/с "Каспер, который  
живет под крышей"  
16:30 Галилео  
18:30, 19:00, 23:15 Т/с "Даешь молодежь!"  
20:00 Случайные связи  
21:00 X/ф "Час расплаты"  
23:45 Смех в большом городе  
00:45 X/ф "Зулусы"  
03:30 X/ф "Оззи и Тед"  
05:10 Музыка на СТС

### НТВ

04:55 НТВ утром  
08:30 Мама в большом городе  
09:00 В зоне особого риска  
09:30, 15:30, 18:30 Обзор.  
Чрезвычайное происшествие  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня  
10:20 Спасатели  
10:55 До суда  
12:00 Суд присяжных  
13:30 Т/с "Кодекс чести"  
16:30 Т/с "Возвращение Мухтара"  
19:30 Следствие вели...  
20:30 Чрезвычайное происшествие.  
Расследование  
20:55 "Суперстар" представляет:  
"Волшебный бал  
Сергея Пенкина"  
22:50 НТВшники  
23:55 Женский взгляд  
00:45 X/ф "Анализируй это"  
02:45 X/ф "Мэрия"

### ТВЦ

06:00 Настроение  
08:25 X/ф "Сладкая женщина"  
10:20 Д/ф "Поздняя любовь"  
11:10 Петровка, 38  
11:30 События  
11:50 X/ф "Размах крыльев"  
13:45 Ток-шоу "Про жизнь"  
14:30 События  
14:45 Деловая Москва  
15:10 Петровка, 38  
15:30 Т/с "Золото Трои"  
16:30 Ток-шоу "Врачи"  
17:30 События  
17:50 Петровка, 38  
18:15 М/ф "Приключения запятой и точки",  
"Первая зима"  
18:40 X/ф "Четвертая группа", 2 с.  
19:50 События  
19:55 Прогнозы  
20:30 События  
21:00 Добрый вечер, Москва!  
22:50 Д/ф "Вырастить гения"  
23:45 События. 25-й час  
00:20 X/ф "Ты и меня одна"  
02:10 X/ф "Вас вызывает Таймыр"  
03:55 Д/ф "Гражданская война.  
Забывшие сражения"

**ТВ ПРОГРАММА  
ПЯТНИЦА**

**10 декабря 2010 г.**

**REN TV**

06:00 Неизвестная планета.  
"Китайские дороги к храму"  
06:30 По делам несовершеннолетних  
07:30, 13:00 Звонкий ужин  
08:30 Т/с "Люди Шпака"  
09:30, 12:30, 16:30, 19:30 Новости 24  
10:00 Честно. "Рыбный день"  
11:00 Час суда  
12:00, 16:00, 19:00, 23:00 Экстренный вызов.  
13:50 Х/ф "Револьвер"  
17:00 Не ври мне!  
18:00 Честно. "Как за каменной стеной"  
20:00 Т/с "Офицеры"  
22:00 Оборотни. Зов луны  
23:30, 03:25 Российское скетч-шоу  
"Дальние родственники"  
00:00 Голая десятка  
01:35 Т/с "Секретные материалы"  
03:55 Т/с "Вовочка"  
04:25 Т/с "Вовочка-2"  
04:55 Дураки, дороги, деньги  
05:50 Ночной музыкальный канал

**ТВ3**

06:00 М/с "Бэтмен будущего"  
06:30 М/с "Пинки и Брейв"  
07:00 Д/ф "Подопытный кролик"  
07:30, 16:00 Как это сделано  
08:00 Д/ф "Современные чудеса"  
09:00, 15:00 Разрушители мифов  
10:00 Д/ф "Фактор риска".  
"В погоне за долголетием"  
11:00 Т/с "Говорящая с призраками"  
12:00 Т/с "Здесь кто-то есть"  
13:00 Т/с "Дежурный ангел"  
14:00 Д/ф "Тайны века".  
"Юрий Гагарин. Последние 24 часа"  
16:30 Д/ф "Мир в разрезе"  
17:00 Д/ф "Совесть"  
18:00 Т/с "Ясновидец"  
19:00 Т/с "Мерлин"  
21:00 Т/с "Событие"  
22:00 Х/ф "Вердикт за деньги"  
00:45 Европейский покерный тур  
01:45 Х/ф "Парадокс"  
03:45 Т/с "Ангел"  
04:45 Т/с "Зена - королева воинов"  
05:00 Комната страха

**Муз ТВ**

05:00, 06:05, 02:20 Муз-ТВ хит  
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:50,  
15:55, 18:50, 00:25 Pro-новости  
06:30, 07:05, 08:05 МУЗ-заряд:  
музыка, звезды, мульты  
08:30, 09:05 Наше  
09:45 Мультфильмы  
10:20 Стилистика  
11:20 Европа Плюс чарт  
12:15 10 самых украинских звезд  
12:45 Косметический ремонт  
13:20, 19:45 Top модель по-американски  
15:00 Крем  
16:20 Звезды зажигают  
17:20 Герои Реефитнеса  
17:50 Игра "Крокодил". Новый сезон  
19:15 Скорая Модная Помощь  
21:30 Лаборатория чувств  
22:25 Русский чарт  
23:25 Планета шоу-биз. Специальные люди  
23:50 Герои экрана. Екатерина Коланова  
00:50 y\_PROkate  
01:20 Sexy Час

**РОССИЯ 2**

10:00, 14:15, 18:45, 21:00, 00:55, 03:00, 06:00 Новости  
10:20, 21:15, 03:20, 06:20 Связь времен  
10:25, 21:25, 03:25, 06:25 Байки старого больельщика  
10:30 Формула гармонии  
11:30 Баскетбол. Евролига. Мужчины.  
Каха Лабарал (Испания) Химки (Россия)  
13:15, 06:30 Вызов Дениса Панкратова  
14:30 Гандбол. Чемпионат Европы.  
Женщины. Предварительный раунд.  
Исландия Черногория  
16:10, 21:30 Обзор матчей чемпионата NHL  
16:50 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины.  
Предварительный раунд. Румыния Дания  
19:00 Баскетбол. Чемпионат NBA.  
Philadelphia 76ers - Boston Celtics  
21:20 Программа передач на завтра  
22:10 Фигурное катание. Финал Гран-При в Китае.  
Юниоры. Произвольный танец.  
Девушки. Произвольная программа  
00:10 Щит и мяч  
01:15 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины.  
Предварительный раунд. Швеция Голландия  
03:30 Бадминтон.  
BWF Super Series - China Open. Финалы  
07:30 WSB Мировой бокс. Istanbul (Турция)  
- Paris United (Франция)

**5 КАНАЛ**

05:35 Т/с "ТАСС уполномочен заявить"  
07:00 Д/с "Живая история". Ленинградские истории.  
Самая обаятельная и привлекательная"  
08:00, 12:00, 15:00, 19:00 Сейчас  
08:30, 21:00 Суд времени  
09:25 Х/ф "Табачный капитан"  
11:10, 04:15 Д/с "Подводная одиссея команды Кусто"  
12:30, 19:30 Реальный мир  
13:00 Х/ф "Ас из асов"  
15:35 Т/с "Вечный зов"  
17:00 Открытая студия  
18:00 Программа передач  
20:00 Д/ф "Самые опасные животные мира".  
"Северная Америка"  
22:00 Х/ф "Кража"  
00:40 Х/ф "Пьющие кровь"  
02:45 Д/с "Фрэнк Синатра. Это были лучшие годы"  
03:45 Маршрутка

**Подарки для бабушек**

"Бабушки, бабушки, мы Вас уважаем, только как Вас понять, мы, увы, не знаем", – эти слова известной песни актуальны во все времена. Между нами – целая пропасть величиной в два поколения: разные взгляды на жизнь, неодинаковые мечты, непохожие вкусы и интересы. Именно поэтому так нелегко выбрать подарок для любимой бабушки. Пожилые люди прожили целую жизнь. Удивить человека, прошедшего длинный жизненный путь, очень непросто. Однако это не значит, что удивить и обрадовать бабушку – задача невыполнимая. Решить проблему выбора подарка для бабушки помогут несколько полезных советов.

Нередко внуки выбирают практические подарки для бабушек: махровый халат или теплые тапочки, полочку для ванной или моющую пылесос. Да, такие подарки делают бабушкину жизнь более приятной, однако практичный подарок – не самый лучший вариант. Полезные вещи можно купить бабушке в любое время, не приурочивая это приобретение к празднику. Праздничный подарок должен стать приятным сюрпризом, который не

только обрадует бабушку, но также удивит и согреет ее. Однако, не стоит увлекаться, выбирая подарок, способный изумить или даже ошеломить – безумно креативные идеи лучше припаси для друзей и молодых родственников. Здесь главное – не переходить границ и выбирать такой подарок или способ его преподнесения, который будет понят и оценен бабушкой.

Замечательным решением является подарок, связанный с любимым бабушкиным хобби. Многие бабушки чем-то увлекаются – занимаются рукоделием, кулинарией, творческой деятельностью, разведением комнатных растений и т.п. Бабушка обязательно оценит подарок, который поможет ей разнообразить занятия любимым делом. Рукодельнице в качестве подарка можно преподнести книгу по вязанию, набор спиц и роскошную пряжу или книгу по бисероплетению и материал, необходимый для этого занятия. Бабушке, любящей осваивать новые сложные рецепты выпечки и красиво украшать ее, придутся по душе книга с новыми рецептами и набор приспособле-

ний для украшения и формовки кондитерских изделий.



Бабушке, разводящей кактусы, можно преподнести книгу или документальный фильм об этом растении, новые кашпо и, конечно, редкий вид кактуса, доселе отсутствующий в ее коллекции. Хобби – это то, что делает жизнь бабушки

более упорядоченной, уютной и интересной. Подарок, связанный с хобби, не может не обрадовать ее.

К слову, сертификаты – это замечательные подарки! Бабушку, заботящуюся о своем здоровье, активную и современную, обрадует и сертификат на курс посещения фитнес-центра (абонемент). Для пожилых женщин лучше выбирать такие занятия, как Пилатес или Йога. Пусть бабушка сама выберет процедуры и время посещения – предьявив подарочный сертификат, она в любой момент сможет окунуться в мир, дарящий здоровье и красоту.

Без сомнения, любая бабушка будет польщена, если в качестве подарка ей преподнесут её портрет маслом. Лучше, если она будет изображена на этом портрете молодой и красивой. Нужно заранее выбрать удачную "молодую" фотографию бабушки и заказать по ней портрет. Помещенный в красивую раму, он станет прекрасным подарком, который очень обрадует бабушку, напомнив ей о том, какая она красивая женщина.

Юлия Зацепина

**ЧЕШИРСКИЙ КОТ**  
сувениры • предметы  
подарки • интерьера

**скидки**

ул. Советская, 82 "Д", т. 98-52-01, 91-33-70

**МАГАЗИН "ПОСУДА-КАНЦТОВАРЫ"**

**ПОСУДА  
КАНЦТОВАРЫ  
ПОСТЕЛЬНОЕ БЕЛЬЕ  
СВЕТИЛЬНИКИ  
ЭЛЕКТРОТЕХНИКА  
СУВЕНИРЫ  
КАЛЬЯНЫ**

ул. Октябрьская, 48А, ТЦ "Пирамида"  
тел.: 98-05-51, 8-927-777-18-17

**МАГАЗИН ПОДАРКОВ  
Презенталь**

× Оригинальные подарки на любой вкус  
× Новогодние скидки

ул. Советская, 6, т. 98-43-55

**ЖИКА-ТУР** Путешествие на любой вкус  
ТУРИСТИЧЕСКОЕ АГЕНТСТВО

Международные туристические сим-карты  
**Новогодние скидки + подарок**

Едем в гости к Деду Морозу в Великий Устюг

ТЦ "Пирамида", офис 20. т. (8464) 90-23-38  
пр. 50 лет Октября, 69. т. (8464) 91-19-00

**Магик Тур**

**ЛУЧШИЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ С ВЫЕТОМ ИЗ САМАРЫ**

ул. Ст. Разина, 46/48, оф. 302; тел.: 91-61-03, 8-917-134-90-09  
ICQ: 468201189; e-mail: mag63@yandex.ru; www.magtour.ru

**Детский комиссионный магазин «Неваляшка»**

Принимаем на комиссию и реализацию детские вещи и сопутствующие товары

**БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ**

Наш адрес: ул. Советская, 20 (вход со двора)  
т. 8-927-618-00-96 ПН. - ПТ. с 10:00 до 18:00 без СБ. - Вс. с 10:00 до 16:00 перерыва

**ДОМАШНЕЕ БЕЛЬЕ**

Комплекты белья, подушки, одеяла, ткани, полотенца, матрасы ватные и ортопедические

**НОВОГОДНИЕ СКИДКИ!**

"Славянский пух", ТЦ "Монгора", корпус 2  
"Домашнее белье Люкс", ТЦ "Орион", секция 9  
"Домашнее белье", ТЦ "Универмаг", секция 65  
"Все для спальни", ул. Гидротурбинная, 34  
ул. Интернациональная, 178 "Е" (Оптовый)

**ОПТОВЫЙ МАГАЗИН ЧАСЫ**

НАРУЧНЫЕ, НАПОЛЬНЫЕ, НАСТЕННЫЕ

**ПРАЗДНИК МАНИТ И ЗОВЕТ, ПОТОМУ ЧТО НОВЫЙ ГОД!**

- ДОЖДЬ • МИШУРА • ГИРЛЯНДЫ • МАСКИ
- НОВОГОДНИЕ ИГРУШКИ • АРОМАЛАМПЫ
- ИСКУССТВЕННЫЕ ЕЛКИ • СУВЕНИРЫ
- КОПИЛКИ • ФОТОРАМКИ • ПОДСВЕЧНИКИ
- ШКАТУЛКИ • БРЕЛКИ ДЛЯ КЛЮЧЕЙ И ТЕЛЕФОНА С СИМВОЛОМ ГОДА

и также ВОДОПАДЫ, ФОНТАНЫ, КАРТИНЫ, СВЕТИЛЬНИКИ, ПОДАРКИ, БИЖУТЕРИЯ, КОЖГАЛАНТ ЕРЕЯ, КОСМЕТИКА, МАНИКЮРНЫЕ НАБОРЫ, ПОСТЕЛЬНОЕ БЕЛЬЕ, СКАТЕРТИ, ПОЛОТЕНЦА

ул. Октябрьская, 48А, 2 эт., сек. 5 и 3 эт., сек. 28 ТЦ «Пирамида»  
т. 8-927-619-53-02 Работаем без выходных

**"АФРОДИТА"**

КОСМЕТИКА ПАРФЮМЕРИЯ

СРЕДСТВА ПО УХОДУ ЗА КОЖЕЙ, ВОЛОСАМИ, НОГТЯМИ

**ВСЕ ДЛЯ МУЖЧИН**

БЫТОВАЯ ХИМИЯ

**ПОДАРОЧНЫЕ НАБОРЫ К НОВОМУ ГОДУ**

ул. Ульяновская, 84, т. 8-917-134-87-83  
пр. 50 лет Октября, 69 (модульный магазин)

**Домашний ТЕКСТИЛЬ**

ТЦ "Тера и Ко"  
1 этаж, секция 14

**ТРАКТИРЪ**

*Скоро Новый год...*

СТ. РАЗИНА 46/48  
98-70-37

50 лет Октября, 5  
тел. 8-927-269-29-61

**СПОРТ бар**  
**ДРЕНАДИН**

ПРИГЛАШАЕТ ВАС  
НА ПРОСМОТР МАТЧЕЙ  
ЛЮБИМЫХ КОМАНД,  
а также ПРОВЕДЕНИЯ НОВОГОДНИХ  
БАНКЕТОВ И ВЕЧЕРОВ

Вас ждет **ОРИГИНАЛЬНОЕ МЕНЮ И КАРАОКЕ**

Суши-Бар **ВАСАБИ** 日本

Набери как можно больше купонов и проведи Новогоднюю ночь в нашем баре **бесплатно!** (на 2-х человек)

Итоги акции 29 декабря 2010 г.

Купон в подарок при заказе на сумму от 1000 рублей

ул. К. Маркса, 10. Заказ столиков т. 91-06-09

**Боулинг** НАСТУПАЕТ НОВЫЙ ГОД!

**Улица**

Фуршет

Фуршет+ШОУпрограмма  
-ведущий  
-Дед Мороз  
и Снегурочка

**98-44-39**

Боулинг в КРЦ «Улица» приглашает Вас отпраздновать у нас новогоднюю вечеринку с коллегами!

**ХАРЧЕВНЯ**

**«У ОХОТНИКА»**

ОБЕДЫ  
УЖИНЫ  
БИЗНЕС-ЛАНЧ

Принимаем заказы на проведение банкетов, корпоративных вечеринок, юбилеев, детских праздников

Приглашаем на «Новогоднюю ночь 2011» - Дед Мороз, Снегурочка, шоу-программа!

ул. Свердлова, 4а без перерыва и выходных  
т.: 98-42-09, 8-927-789-51-34

**кафе КАЛИПСО**

приглашает встретить весело и ярко Новый Год

К Вашим услугам:

- Три отдельные зала
- Удобная парковка
- Приемлемые цены
- Разнообразное меню

**Торопитесь! Количество свободных мест ограничено!**

ул. Хлебцевича, 65, т. 37-27-55

Агентство ПРАЗДНИК

*Скоро Новый Год!*

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

РЕСТОРАН **Провинция**

Вместимость зала 65 человек

Уважаемые дамы и господа!  
Предлагаем Вам провести чудесный, незабываемый новогодний корпоративный банкет!

- Ведущий
- Живая музыка
- Дед Мороз с Снегурочкой
- Леди-фуршет

Мы приглашаем Вас провести корпоративный вечер в одном из самых престижных и красивейших мест города - ресторане «Провинция»

Более подробную информацию Вам подскажут наши администраторы по телефону: **98-40-29**

**КАФЕ Тихая Гавань**

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА  
ШАШЛЫКА  
НА ДОМ и В ОФИС

тел.: 912-912

**Кафе «Жемчужина»**

VIP комнаты на 8 и 15 человек  
Банкетный зал до 70 человек  
шашлык, караоке, кальян

**Новогодние корпоративы**

ул. Московский пр-д, 3 (трасса М5, здание гостиницы)  
т. 8-927-02-42-555

**КОРПОРАТИВ В RED CARD**

• ведущий  
• Dj  
• Дед Мороз и Снегурочка  
• танцевальный коллектив  
• леди-фуршет

ВМЕСТИМОСТЬ КЛУБА  
**200**  
человек

подробная информация у наших администраторов по телефону  
**99-76-21**

## Как выбрать искусственную елку

Если решено купить искусственную ёлочку, то выбирать ее нужно грамотно. Первое, с чем следует определиться, – ее стоимость. Она зависит от страны-производителя: самые дорогие экземпляры привозят из Европы, а самые дешевые – из Китая и Таиланда. Далее, на цену влияет высота дерева – естественно, чем выше, тем дороже. Немалое значение имеет и способ сборки: «элитные» деревья раскладываются одним движением, на манер зонта, а дешевые приходится собирать вручную по веточкам. Кроме этого, стоимость может зависеть от экологичности материалов, их огнестойкости и долговечности. В общем, цена и качество, как обычно, находятся в прямой зависимости друг от друга.

Кстати, о качестве искусственных ёлок. Остановив выбор на конкретном дереве, не помешает провести тест на «профпригодность». Первым делом следует обратить внимание на хвою – она может быть мягкой, что приятнее на ощупь, или жест-

кой, что выглядит более естественно. Мягкие иголки можно погладить против направления «роста», а жесткие аккуратно подергать. Если в пальцах не остался пучок хвои, она не осыпалась, быстро вернулась в исходное положение, то это признак качества. Ветки нужно обязательно проверить на прочность, то есть осторожно согнуть в разные стороны. У качественного изделия они изготовлены из эластичного пластика, поэтому не хрустят, обладают гибкостью, быстро возвращаются в нормальное положение. Если ветви сопротивляются сгибу, лучше оставить дальнейшие попытки и продолжить поиски, ибо эта елка явно не блещет качеством.

И еще один момент, который следует выиснить, прежде чем оплачивать понравившуюся колючую красавицу, – огнестойкость материала, из которого она изготовлена. Не следует относиться к этому вопросу пренебрежительно.

Юлия Зацепина

## ТВ ПРОГРАММА СУББОТА 11 декабря 2010 г. ПЕРВЫЙ

05:20, 06:10 X/ф «Доживем до понедельника»  
06:00, 10:00, 12:00 Новости  
07:20 Игры, гармонь любимая!  
08:10 М/с «Новая школа императора»,  
«Черный плащ»  
09:00 Умницы и умники  
09:40 Слово пастыря  
10:10 Смак  
10:50 Д/ф «Повелитель пластилиновых  
ворон Александр Татарский»  
12:10 Голоса  
16:20 Главное, чтобы костюмчик сидел  
17:20 Кто хочет стать миллионером?  
18:30 Большие гонки  
20:00, 21:15 Минута славы  
21:00 Время  
22:00 Проекторперискилтон  
22:40 Детектор лжи  
23:15 Что? Где? Когда?  
00:20 X/ф «Искусственный разум»  
03:10 X/ф «Двое»  
05:10 Хочу знать

## РОССИЯ 1

05:05 X/ф «Внимание! Всем постам...»  
06:45 Вся Россия  
06:55 Сельское утро  
07:25 Диалоги о животных  
08:00, 11:00, 14:00 Вести  
08:10, 11:10, 14:20 Местное время. Вести-Самара  
08:20 Военная программа  
08:45 Субботник  
09:30 Подари себе жизнь  
10:05 Национальный интерес  
11:20 Вести. Дежурная часть  
11:50 Честный детектив  
12:20, 14:30 Т/с «Цыганочка с выходом»  
16:15 Новая волна - 2010  
18:10 Шоу «Десять миллионов»  
19:15 X/ф «Я тебя никому не отдам»  
20:00 Вести в субботу  
20:40 X/ф «Я тебя никому не отдам»  
23:45 X/ф «Дорога, ведущая к счастью»  
01:35 X/ф «Обитель зла-3»  
03:30 X/ф «Гольф-клуб-2»

## СТС

06:00, 02:35 Фильм-сказка «Мария Мирабела»  
07:25 М/ф «Винни Пух»,  
«Винни Пух идет в гости»,  
«Винни Пух и день забот»  
08:20 М/с «Смешарики»  
08:30 М/ф «Шайбу! Шайбу!»  
09:00 Т/с «Папины дочки»  
11:00 Это мой ребенок!  
12:00 X/ф «Час расплаты»  
14:15 М/с «Том и Джерри»  
14:30 М/с «Новые приключения  
медвежонка Винни и его друзей»  
15:00 М/с «Русалочка»  
15:30 М/с «Аладдин»  
16:00, 16:30, 18:30 6 кадров  
17:00 Украинский квартал  
21:00 X/ф «Бетховен»  
22:40 X/ф «Джиперс Криперс»  
00:25 Хорошие шутки  
02:10 М/ф «Фильм, фильм, фильм»  
03:50 М/ф «Кентервильское привидение»  
04:15 М/ф «Ночь перед Рождеством»  
05:10 Музыка на СТС

## НТВ

04:50 Детское утро на НТВ  
05:20 М/ф «Маугли»  
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 Квартальный вопрос  
13:20 Особо опасен!  
14:00 Д/ц «Снего в СССР».  
«Песня мушкетеров»  
15:05 Своя игра  
16:20 Ток-шоу «Последнее слово»  
17:30 Очная ставка  
18:30 Обзор. Чрезвычайное происшествие  
19:25 Профессия - репортер  
19:55 Программа максимум  
21:00 Русские сенсации  
21:55 Ты не поверишь!  
22:50 Музыкальный ринг НТВ  
00:15 X/ф «Парк юрского периода»  
02:40 X/ф «Настоящее преступление»

## ТВЦ

05:30 X/ф «Живописная авантюра»  
07:30 Марш-бросок  
08:00 АБВГДейка  
08:30 Православная энциклопедия  
09:00 Д/ц «Живая природа».  
«Кобра - королева змей»  
09:45 День аиста  
10:00 М/ф «Серебрянное копытце»,  
«Веселая карусель»  
10:20 X/ф «Там, на неведомых дорожках...»  
11:30, 17:30, 19:00, 23:45 События  
11:50 Городское собрание  
12:35 Сто вопросов взрослому  
13:20 X/ф «Колье Шарлотты»  
17:45 Петровка, 38  
18:00 Д/ф «Александр Морозов.  
Аплодисменты, аплодисменты...»  
19:05 X/ф «Материнский инстинкт»  
21:00 Постскриптум  
22:10 X/ф «40»  
00:05 X/ф «Не оставляющий следа»  
01:55 X/ф «Катала»  
03:30 Д/ф «Гражданская война.  
Забывтые сражения»

10-12 ДЕКАБРЯ **ФОК «НАДЕЖДА»**

**РОЖДЕСТВЕНСКАЯ**



**ЯРМАРКА**

Приглашаем горожан  
на предпраздничный базар!

Организатор: Торгово-промышленная палата

**ТВ ПРОГРАММА  
СУББОТА**

**11 декабря 2010 г.**

**REN TV**

06:00 Т/с "Трое сверху-2"  
08:45, 05:30 Дураки, дороги, деньги  
09:15 Реальный спорт  
09:30 Я - путешественник  
10:00 Т/с "Неудачников.net"  
12:00, 03:25 Российское скетч-шоу "Дальние родственники"  
12:30 Новости 24  
13:00 Военная тайна  
14:00 Т/с "Отблески"  
18:00 Честн. "Служебный роман"  
19:00 Неделя  
20:00 Х/ф "Танго и Кэш"  
22:00 Х/ф "Патруль времени"  
00:00 Голая десятка  
01:35 Т/с "Секретные материалы"  
03:55 Т/с "Вовочка-2"

**ТВЗ**

06:00 М/с "Лига справедливости"  
06:30 М/с "Годзилла"  
07:00 М/с "Бакуган"  
08:00 М/с "Фостер: дом для друзей из мира фантазий"  
08:30 М/с "Юху и его друзья"  
09:00 Т/с "Мерлин"  
11:00 Т/с "Событие"  
12:00 Домашний ресторан  
13:00 Далеко и еще дальше  
14:00 Как это сделано  
14:30 Х/ф "Железная маска"  
17:00 Д/ф "Апокалипсис. Нашествие инопланетян"  
18:00 Д/ф "Властители. Священный берег Петра I"  
19:00 Х/ф "Черри 2000"  
21:00 Х/ф "Час пик 2"  
23:00 Т/с "Выжившие"  
00:00 Д/ф "Подводный мир"  
01:00 Х/ф "Вердикт за деньги"  
03:45 Х/ф "Штат одинокой звезды"

**Муз ТВ**

05:00, 01:50 Муз-ТВ хит  
08:00 Наше  
09:05 Про-новости  
09:35 TopHit чарт  
10:35 Скорая Модная Помощь  
11:00 10 самых звездных автолюбителей  
11:30 Сказка "Приключения Буратино"  
14:15 Лаборатория чувств  
15:15 Анатомия красоты  
16:15 Стилизация  
16:45 Напросились  
17:15 Популярная правда. Дети звезд  
17:45 Горячая 10-ка Муз-ТВ  
18:40 v\_PROkate  
19:10 Муз-ТВ чарт  
20:05 Про-обзор  
20:35 Игра "Крокодил". Новый сезон  
22:35 10 самых сексуальных обложек журнала Playboy  
23:00 Тайный дневник девушки по вызову  
23:55 Практика секса  
00:25 Sexu час  
01:25 Не мешки ворочать

**РОССИЯ 2**

10:00, 20:00, 00:30, 03:30, 08:00 Новости  
10:20, 20:15, 00:50, 03:50 Связь времен  
10:25, 00:55, 03:55 Байки старого боельщика  
10:30 Волейбол. Обзор матчей Лиги чемпионов  
11:00 Мир скорости  
11:30 Американский футбол. События недели  
12:00 Белая гвардия. Горнолыжный спорт. Этап Кубка мира во Франции. Мужчины. Гигантский слалом. 1-я попытка. Прямая трансляция  
13:15 Белая гвардия. Горнолыжный спорт. Этап Кубка мира в Швейцарии. Женщины. Супергигант. Прямая трансляция  
15:00 Белая гвардия. Горнолыжный спорт. Этап Кубка мира во Франции. Мужчины. Гигантский слалом. 2-я попытка  
16:15 Белая гвардия. Лыжные гонки. Этап Кубка мира в Швейцарии. Мужчины. 15 км. Прямая трансляция  
18:15 Белая гвардия. Прыжки с трамплина. Этап Кубка мира в Чехии. Прямая трансляция  
20:20 Программа передач на завтра  
20:25 Футбол. Чемпионат Германии. Боруссия (Дортмунд) Вердер. Прямая трансляция  
22:40 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины. Предварительный раунд. Испания Дания. Прямая трансляция из Норвегии  
01:00 WSB Мировой бокс. Кремлевские Медведи (Россия) - Milano Thunder (Италия)  
04:00 Горнолыжный спорт. Этап Кубка мира в Швейцарии. Женщины. Супергигант  
05:00 Профессиональный бокс. Бой за титул чемпиона мира. Амир Хан - Маркос Рене Майда-на. Прямая трансляция из США  
08:20 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины. Россия Исландия

**5 КАНАЛ**

06:00 Т/с "Лучшее из Голливуда вместе с Табом Хантером"  
07:00 Д/ф "Слоны. Возвращение к природе"  
08:00 Клуб знаменитых хулиганов  
08:25 М/с "Приключения капитана Врунгеля"  
08:45 М/ф "Конек-Горбунок"  
10:00 Х/ф "Марка страны Гонделупы"  
11:05 Х/ф "Теплая повесть"  
13:05 Личные вещи  
14:05 Человек. Земля. Вселенная  
15:05 Д/ф "Исторические хроники"  
16:00 Сейчас  
16:30, 18:35 Т/с "Чисто английские убийства"  
20:40 Х/ф "Деловые люди"  
22:20 Х/ф "Ва-банк"  
00:20 Х/ф "Сдохни"  
02:10 Х/ф "Ночь, которую мы называем днём"  
04:05 Д/с "Фрэнк Синатра. Это были лучшие годы"  
05:00 Маршрутка

**Цветочная кулинария**

Цветы дарят радость, поднимают настроение. Эти дары природы можно назвать универсальным продуктом, который с прошлого века стал еще и частью кулинарных шедевров во многих странах мира.

Съедобные цветы чаще всего применяют в качестве украшения блюд. Также их замораживают в кусочках льда для напитков. И наиболее интересное применение – это засахаривание для украшения тортов и других вкусностей. Для этого взбивают белок и покрывают им при помощи кисточки лепестки или же сам бутончик цветка. Затем посыпают сахарной пудрой и высушивают на полотенце или в подвешенном состоянии для сохранения внешнего вида. Получается великолепный элемент декора для выпечки.

Как известно, много лет подряд цветки и их листья используют для приготовления ароматных напитков и чаев.

**Засахаривание цветов с использованием яичного белка.**

Такие цветы быстро портятся – хранить их можно не больше 4 дней. Так что готовить их нужно непосредственно перед использованием.

Охлажденный яичный белок взбейте в густую пену, обмажьте им лепестки цветов с обеих сторон. Затем обсыпьте цветы мелким сахарным песком. На противень положите лист бумаги для выпечки, разложите на нем обсыпанные сахаром цветы и поставьте в духовку на 2 часа

при самой маленькой температуре. В результате этого на цветках образуется тонкая сахарная корочка. По истечению двух часов достаньте изделия из духовки и остудите.

Растения, цветки которых годятся для засахаривания: роза, пион, белая акация, яблоня, груша, вишня, гвоздика, календула, клевер, настурция, лаванда, анютины глазки, бузина, гладиолус, гортензия, маргаритка, примула, одуванчик.

Растения, листья которых пригодны для засахаривания: барбарис, душица, лимонник, липа, земляника, смородина, роза, мята, мелисса.

Очень красиво также будут смотреться в бокалах с напитками кубики льда с замороженными в них съедобными цветами.

Засахаренные цветки и листья используют в качестве украшения для различных десертов – тортов, пирожных, желе, домашнего мороженого. Такие украшения не только красивы, но и приятны на вкус.

**Засахаренные розы: 1 белок, 100 г водки, сахар (чем крупнее кристаллы, тем лучше)**

Белок взбить до состояния плотной массы. Добавить пару капель водки для того, чтобы цветы высохли быстрее. Пройтись по каждому бутону или лепестку кисточкой с белком. Посыпать сахаром и отправить в несильно разогретую духовку. Когда цветки станут сухими и ломкими, достать из духовки и остудить.

Если Вы хотите получить от употребления цветов только удовольствие и пользу, тогда обрати-

те внимание на некоторые предостережения:

Не стоит употреблять незнакомые виды растений в пищу, только проверенные и находящиеся в списке съедобных цветов;

Не срывают цветы, растущие вблизи дорог или в загрязненных зонах;

Перед использованием съедобных цветов нужно их аккуратно вымыть и просушить на полотенце;

Кушайте цветки, удаляя из них пестики и тычинки;

И, конечно же, обращайтесь внимание на цветы, которые могут вызвать у Вас аллергию (если такое возможно).

Ни в коем случае не ешьте цветы из подаренного Вам на праздник букета. Это опасно! Такие цветы могут быть обработаны вредными химикатами.



Екатерина Чиньева

**Золотой Рог**  
ПИКЕРО-ВОДОНОСНЫЙ МАГАЗИН  
РЕЖИМ РАБОТЫ  
с 9 до 24 ЧАСОВ  
БЕЗ ОБЕДА И ВЫХОДНЫХ

Широкий спектр алкогольной продукции в подарочных упаковках от производителя - от недорогих до элитных напитков

Квалифицированная помощь обслуживающего персонала

Привлекательные цены

Большой выбор новогодних корпоративных подарков

www.gold-rog.ru ул. Советская, 24 ☎98-33-97

**КРИСТАЛЛ**

Лучшее лакомство для вашего стола!

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

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

**Рыбоперерабатывающая компания предлагает:**

**БОЛЬШОЙ ВЫБОР РЫБЫ**

свежемороженой, соленой, копченой, вяленой, пресервы в ассортименте, салат из морской капусты

пос. Варламово, ул. Кооперативная, 23 а ул. Интернациональная, 178  
ул. Ст. Разина, 46/48 "Северный рынок"  
☎ 99-81-87, 99-85-61

**оптовая база** **БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА по городу**

**"Созвездие"** Действует гибкая СИСТЕМА СКИДОК

**Большой ассортимент в розницу:**

- чая, кофе
- консервации
- специй
- кормов для животных
- бакалеи
- кондитерских изделий

проезд Демократический, 9 (перед поворотом на Кирпичный 3-д)  
99-84-52, 99-84-51, без перерыва с 9.00 до 18.00, суб. до 16.00, воск.-выходной

**МЯСОКОМБИНАТ** **www.mk-syzran.ru**

**СЫЗРАНЬ**

**В Новый Год с новой продукцией:**

- Колбаса вареная "Городская"
- Зельц "С языком"
- Колбаски "Баварские" п/к
- Колбаса "Еврейская" в/к
- Колбаса "Кремлевская" п/к
- Колбаса вареная "Фирменная"

**Вкусного Нового Года!**

**Широкий ассортимент нашей продукции в фирменной сети по адресам:**

- ул. Карла Маркса, 92
- ул. Свердлова, 3 (ТЦ "Универмаг")
- пер. Опорный, 16
- пер. Лодочный, 29 (Центральный р-к)
- ул. Красная, 12 (ТЦ "Гера и К")
- Ульяновское шоссе, 17
- ул. 50 лет Октября, 22
- Ульяновское шоссе, 32
- ул. Карла Маркса, 12
- ул. 50 лет Октября, 54 Б
- ул. 50 лет Октября, 44
- ул. Лазо, 13
- пр-т Королева, 17
- ул. Мира, 5 "А"
- ул. Красильникова, 59
- ул. Декабристов, 103
- ул. Комарова-2г
- ул. 50 лет Октября, 42

**Рыбка для Кота**

Про то, что год Кролика (он же Кот) следует встречать рыбными блюдами, мы уже узнали. Но вот вопрос – как сделать так, чтобы ни готовка этих самых блюд, ни тем более сама трапеза не принесли неприятных впечатлений? Ведь купить свежую или охлажденную рыбу не всегда удается, особенно, если по рецепту требуется рыба морская, транспортировка которой в наш регион занимает долгое время. Даже опытные ихтиологи, люди, которые о рыбе знают все, подсказ не могут понять, чья же тушка обезглавлена и очищена. И так, учимся выбирать замороженную рыбу.

Существуют несколько универсальных правил, которые помогут определить ее свежесть. Рыба тухнет с головы. Поэтому, как только Вы увидели обезглавленную особу – насторожитесь, скорее всего, на заморозку отправилась рыба не первой свежести. Кроме того, на голове располагаются глаза и жабры – главные показатели качества мороженой рыбы. Поверхность мороженой рыбы хорошего качества будет иметь естест-

венную окраску, светлые выпуклые глаза, плавники и жаберные крышки должны быть плотно прижаты к телу рыбы. Впалые глаза и открытые жабры говорят об одном – Ваша избранница потеряла свежесть задолго до заморозки. О том же свидетельствует чрезмерная худоба и облетевшая местами чешуя.

Рыба издает специфический запах аммиака, знайте – во время термической обработки этот запах усилится. А все потому, что рыбку на производстве хранили в холодильниках старого, так называемого "аммиачного" типа.

Главный дефект мороженой рыбы, особенно лососевых – пожелтение поверхности и брюшной полости рыбы за счет окисления жиров. Такую рыбу не стоит покупать – она просто не съедобна.

Но самое страшное, если рыбу неоднократно размораживали и замораживали. Такой можно запросто отравиться. Опасную продукцию выдает помятый внешний вид и грубые наросты льда. Не хотите, чтобы улов Вас разочаровал,



тогда выбирайте рыбу в правильной глазури. Ледяная корочка у такой ровная, не более двух миллиметров толщиной. Найдите на упаковке процентное соотношение льда и самой рыбы. Оно должно совпадать с тем, что Вы покупаете.

**КОНЬКИ**  
от 1300 руб.  
большой выбор  
-детские раздвижные  
-женские  
-мужские

**ОБРУЧ**  
"Сделай талию"  
от 900 руб.

**ЧЕМПИОН**  
СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА И ИНВЕНТАРЬ

ул. Московская, 8  
тел. 8 927 210 97 78, e-mail: lazerav@mail.ru

**АНГЕЛЫ**  
ПЕИНТБОЛЬНЫЙ КЛУБ

организация игр  
организация  
корпоративного отдыха  
организация  
активного отдыха  
прокат снаряжения  
консультации

89171260060 89278909568

**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)

**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")

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

**АВТОШКОЛА**  
СЫЗРАНСКИЙ УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР

Подготовка водителей категории "В"  
Студентам скидка!

**АВТОДРОМ  
КЛАСС В ЦЕНТРЕ**

ул. Советская, д. 12, оф. 3  
телефон 98-43-70

**ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ ПО РОССИИ**

**НИЗКИЕ  
ЦЕНЫ**

ГАЗЕЛЬ до 7 мест  
ЦЕЛЬНОМЕТАЛЛИЧЕСКАЯ

**8-927-210-84-71**

## Зимняя пробежка – отличное самочувствие и настроение

С каждым годом в полку любителей бега прибывает. Некоторые люди предпочитают легкие пробежки по утрам, другим больше по душе преодоление довольно серьезных расстояний. Медики подтверждают, что бег в несколько раз превосходит по положительному влиянию на организм спортивную ходьбу. Так как учащается дыхание, то увеличивается скорость кровотока, поэтому лучше происходит очистка клеток от шлаков и насыщение их кислородом.

Особенно обращают внимание на продуктивность зимнего бега. Во-первых, выйти из теплого помещения на морозный воздух – уже первая победа, закаляющая характер. Во-вторых, идет закаливание всего организма, вырабатывается устойчивость к воздействию болезнетворных вирусов. Тренируются и органы дыхания, так как правильное соотношение "вдох-выдох" при зимнем беге не только не станет причиной возникновения ангины, но и повысит сопротивляемость к респираторным заболеваниям. Специалистами доказано, что за шестьдесят минут прогулки по морозу сквозь легкие взрослого человека проходит около пятисот литров воздуха, а при быстром беге – до шести тысяч. Учитывая, что подобная атмосфера насыщена отрицательными ионами, вызывающими прилив бодрости. Подобная пробежка обеспечит Вам заряд бодрости на целый день.

Как нужно одеваться на пробежку? Бывалые бегуны советуют выбирать тренировочный костюм так, как будто температура выше на десять пунктов, чем та, которую видите на градуснике, закрепленном за окном. В таком случае Вам не грозит ни перегрев, ни замерзание. Одежда не должна сковывать движений, а если есть возможность, то надевайте еще и термобелье, отличающееся тем, что отлично сохраняет тепло и поглощает выделения потовых желез. Спортивная куртка должна быть непродуваемой, а чрезмерно утепленные штаны будут лишними, так как в процессе бега ноги хорошо согреваются. Особое внимание уделяется подошве обуви. Лучше, если она будет из незамерзающей мягкой резины, так как она не скользит. Не забывайте о шапке и перчатках, чтобы не замерзли пальцы и уши.

Прежде чем отправляться на пробежку по морозцу, сделайте в помещении несколько простых упражнений для разогрева мышц, выйдя на улицу, сразу начинайте движение, если есть такая возможность, то против ветра. Это поможет скорее разогреться. Кроме того, возвращаясь назад, Вам не придется глотать холодный воздух. Вдыхать лучше всего носом, чтобы в легкие плавно попадал нагретый воздух. Если сбиваетесь с темпа и начинаете дышать ртом, снижайте скорость. Однако останавливаться совсем не рекомендуется, так как даже при легком ветре есть шанс

переохладить разогретые мышцы. Вернувшись после пробежки домой, лучше сразу же снять тренировочный костюм, принять душ и энергично растереться суровым полотенцем. В случае возникновения озноба рекомендуется выполнить несколько согревающих упражнений. Кружка теплого чая в этом случае тоже лишней не будет, к тому же теплые питье помогает восстановить водный баланс в организме.

Не секрет, что бег сам по себе помогает укрепить здоровье, мышцы, развить дыхание, найти новых друзей, а также получить свою порцию энергии. Но если зимним утром за окном темно и холодно, то улыбка постепенно сходит с лица, а желание заниматься спортом пропадает.



На самом деле зимний бег (да и жизнь сама по себе) достаточно простое занятие. Мы расскажем, как можно сделать зимние тренировки более комфортными и веселыми. Нельзя позволять погоде влиять на тренировки! Итак, несколько рекомендаций: Не одевайте много одежды. Нужен баланс – так, чтобы было тепло и комфортно.

Берегите конечности. Руки, уши, нос и паховая область – все эти места должны быть надежно защищены от холода.

Одевайтесь правильно. В холода нужно обязательно надевать тонкое белье (термобелье), которое отводит влагу и при этом сохраняет тепло. Также можно надевать легкие курточки из флиса, которые также отводят влагу и не дают одежде промокнуть.

Одевайтесь функционально. Наденьте шапку и застегните куртку, когда бежите навстречу холодному ветру. А если ветер дует Вам в спину, можно снять шапку и немного расстегнуть куртку. Разницу заметно сразу!

Ноги слишком заняты, чтобы мерзнуть. Ваши ноги нуждаются в гораздо меньшей защите, чем верхняя часть тела.

Не мучайте себя. Если на улице холодно, идет снег и гололед и совсем не хочется выходить на улицу в такую погоду, то просто перенесите тренировки в помещение или же отдохните в этот день.

Найдите друга. Гораздо более безопасно и приятно заниматься спортом с друзьями. Особенно зимой. Очень трудно заставить себя встать из теплой постели, но если Вы знаете, что кто-то ждет Вас на пробежку, то мотивация приходит сама собой.

Екатерина Чиняева

## Вопрос - ответ

**Что следует понимать под умышленным и не умышленным совершением административного правонарушения?**

Алексей З. В соответствии со статьей 2.2 КоАП административное правонарушение признается совершенным умышленно, если лицо, его совершившее, сознавало противоправный характер своего действия (бездействия), предвидело его вредные последствия и желало наступления таких последствий или сознательно их допускало, либо относилось к ним безразлично.

**Должна ли быть лицензия на проведение медицинского освидетельствования на состояние**

**опьянения в медицинском кабинете, и в какие сроки аппарат, которым проводят освидетельствование на наличие алкоголя в выдыхаемом воздухе, должен проходить проверку?**

Олег Н. Министерство здравоохранения и социального развития выдает лицензии на право проведения освидетельствования только больницам. Кабинеты таких лицензий не имеют. Аппараты проходят проверку раз в год, а калибровку – согласно инструкции по эксплуатации. В ней также указывается и допустимая погрешность.

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

Любителям АВТО продукция XADO

ул. Интернациональная, 166, т.: 91-07-56, 8-927-614-07-56

с маслом XADO моторы НЕ ЛОМАЮТСЯ

## ТВ ПРОГРАММА ВОСКРЕСЕНЬЕ

12 декабря 2010 г.

### ПЕРВЫЙ

05:50, 06:10 X/ф "Чужая родня"  
06:00, 10:00, 12:00 Новости  
07:50 Армейский магазин  
08:20 М/с "Микки Маус и его друзья", "Чудеса на виражах"  
09:10 Здоровье  
10:10 Непутевые заметки  
10:30 Пока все дома  
11:30 Оазиса  
12:10 Т/с "Побег"  
16:20 М/ф "Шрек 2"  
18:00 Лед и пламень  
21:00 Время  
22:00 Мульти личности  
22:30 Yesterday live  
23:20 Познер  
00:30 X/ф "История рыцаря"  
03:05 Д/с "Тайны Тихого океана"  
04:00 Детективы

### РОССИЯ 1

05:20 X/ф "Отцы и деды"  
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 Вести  
11:10 Ты и я  
12:10, 14:30 Т/с "Цыганочка с выходом"  
16:15 Смейтесь разрешается  
18:05 Стиляги-шоу с Максимом Галкиным  
20:00 Вести недели  
21:05 X/ф "Мама напрокат"  
23:00 Специальный корреспондент  
00:00 Два веселых гуса  
00:30 X/ф "Змеиный полет"  
02:35 X/ф "Как на ладони"

### СТС

06:00 М/ф "Приключения Буратино"  
07:15 М/ф "Тайна третьей планеты"  
08:20 М/с "Смешарики"  
08:30 М/ф "Матч-реванш"  
09:00 Самый умный  
10:45 М/с "Том и Джерри"  
11:00 Галилео  
12:00 Смотрите это немедленно!  
13:00 Едем и едим  
13:30 X/ф "Бетховен"  
15:10, 16:00, 16:30 6 кадров  
17:00 Т/с "Даешь молодежь!"  
18:00 М/ф "Братец медвежонок-2"  
19:20 X/ф "Бетховен-2"  
21:00 X/ф "Бетховен-3"  
22:50 Случайные связи  
23:50 X/ф "Фирма"  
02:50 М/ф "Ограбление по..."  
03:15 Хорошие шутки  
05:10 Музыка на СТС

### НТВ

05:10 Детское утро на НТВ  
05:40 Дикая природа  
06:20 М/ф "Приключения Буратино", "Дюймовочка"  
08:00 Сегодня  
08:15 Лотерея "Русское лото"  
08:45 Их нравы  
09:25 Едем дома  
10:00 Сегодня  
10:20 Автомобильная программа "Первая передача"  
11:00 Дело темное.  
"Гибель группы Дятлова"  
12:00 Дачный ответ  
13:00 Сегодня  
13:20 Суд присяжных. "Главное дело"  
15:05 Своя игра.  
16:00 Сегодня  
16:20 Развод по-русски.  
"Овощной беспредел"  
17:20 И снова здравствуйте!  
18:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие. Обзор за неделю  
19:00 Сегодня. Итоговая программа  
20:00 Чистосердечное признание  
20:50 Центральное телевидение  
21:50 X/ф "Фокусник-2"  
23:50 Нереальная политика  
00:20 X/ф "Война"  
02:20 X/ф "Дьявольские стрелки"  
03:55 Очная ставка

### ТВЦ

05:05 X/ф "Побочный эффект"  
06:50 Дневник путешественника  
07:25 АВВГ Дейка  
07:55 Фактор жизни  
08:25 Крестьянская застава  
09:00 Д/с "Живая природа". "Крокодилы Австралии"  
09:45 Наши любимые животные  
10:15 Д/ф "Простой романтик Валерий Сюткин"  
10:55 Барышня и кулинар  
11:30 События  
11:45 X/ф "Молодая жена"  
13:40 Смех с доставкой на дом  
14:20 Приглашает Борис Ноткин  
14:50 Московская неделя  
15:25 Д/с "Доказательства вины". "Французский поцелуй"  
16:15 Клуб юмора  
17:30 X/ф "Надежда как свидетельство жизни"  
21:00 В центре событий  
22:00 Т/с "Мисс Марпл Агаты Кристи"  
23:55 События  
00:15 Временно доступен  
01:20 X/ф "Эмма"  
03:25 X/ф "Не оставляющий следа"

**ТВ ПРОГРАММА  
ВОСКРЕСЕНЬЕ**

12 декабря 2010 г.

REN TV

06:00, 08:00 Т/с "Трое сверху-2"  
07:00 М/с "Бен 10"  
08:50, 05:10 Дураки, дороги, деньги  
09:30 Карданный вал  
10:00 Т/с "Неудачников.net"  
12:00, 03:35 Российское скетч-шоу  
"Дальние родственники"  
12:30 Новости 24  
13:00 Неделя  
14:00 Репортерские истории  
14:30 Х/ф "Патруль времени"  
16:30 Х/ф "Танго и Кэши"  
18:30 В час пик. "Вас хотят ограбить!"  
19:00 Несправедливость  
20:00 Х/ф "Угнать за 60 секунд"  
22:15 Х/ф "Долгий поцелуй на ночь"  
00:45 Голая десятка  
01:50 Т/с "Секретные материалы"  
04:05 Т/с "Вовочка-2"  
05:40 Ночной музыкальный канал

**ТВЗ**

06:00 М/с "Лига справедливости"  
06:30 М/с "Годзилла"  
07:00 М/с "Юху и его друзья"  
07:30 М/с "Бакуган"  
08:30 М/с "Герои"  
09:00 Х/ф "Черри 2000"  
11:00 Как это сделано  
11:30 Д/ф "Третья планета от солнца"  
12:30 Домашний ресторан  
13:00 Д/ф "Технологии будущего. Транспорт"  
14:00 Т/с "Таинственные пути"  
16:00 Х/ф "Час пик 2"  
18:00 Д/ф "Властиители. Екатерина вторая. Поединок с магией"  
19:00 Х/ф "Опасный человек"  
21:00 Х/ф "Тринадцать привидений"  
23:00 Т/с "Выжившие"  
00:00 Т/с "Пси-фактор"  
01:00 Х/ф "Бразилия"  
04:00 Х/ф "День конца света"

**Муз ТВ**

05:00, 01:50 Муз-ТВ хит  
06:55 Мультфильмы  
08:05 Наше  
09:05 Европа Плюс чарт  
10:00 v. PROkate  
10:30 Напросились  
11:00 10 самых сексуальных обложек журнала Playboy  
11:30 Популярная правда.  
"Алла Пугачева: новая жизнь"  
12:00 Лаборатория чувств  
13:00 Русский чарт  
14:00 Игра "Крокодил". Новый сезон  
15:00, 01:25 Pro- обзор  
15:30 Скорая модная помощь  
16:00 Герои экрана. Дэниэл Рэдклифф  
16:25 Сказка "Приключения Буратино"  
19:10 Популярная правда. Гоп-ца-ца  
19:40 Концерт Товар года 2010.  
20:40 Ужесточение строптивых  
22:35 10 самых звездных автолюбителей  
23:00 Тайный дневник девушки по вызову  
23:55 Практика секса  
00:25 Sexу час

**РОССИЯ 2**

10:00, 13:45, 19:10, 21:15, 00:00, 02:30, 05:00 Новости  
10:20, 21:30, 00:20, 02:50, 05:20 Связь времен  
10:25, 00:25, 02:55, 05:25 Байки старого болельщика  
10:30 Американский футбол. События недели  
11:00 Белая гвардия. Горнолыжный спорт. Этап Куб-ка мира в Швейцарии. Женщины. Гигантский слалом. 1-я попытка. Прямая трансляция  
12:10 Белая гвардия. Горнолыжный спорт. Этап Кубка мира во Франции. Мужчины. Слалом. 1-я попытка. Прямая трансляция  
13:15 Ток-шоу. Давайте танцевать  
14:00 Белая гвардия. Горнолыжный спорт. Этап Куб-ка мира в Швейцарии. Женщины. Гигантский слалом. 2-я попытка. Прямая трансляция  
15:10 Белая гвардия. Горнолыжный спорт. Этап Кубка мира во Франции. Мужчины. Слалом. 2-я попытка. Прямая трансляция  
16:15 Белая гвардия. Прыжки с трамплина. Этап Кубка мира в Чехии. Прямая трансляция  
18:00 Обзор матчей чемпионата ННН  
18:40 Волейбол. Обзор матчей Лиги чемпионов  
19:25 Лыжные гонки. Этап Кубка мира в Швейцарии. Женщины. Мужчины Спринт  
21:35 Программа передач на завтра  
21:40 Шахматное обозрение  
22:10 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины. Основной раунд. Прямая трансляция из Норвегии  
00:30 Профессиональный бокс. Бой за титул чемпиона мира. Амир Хан - Маркос Рене Майдана  
03:00 Горнолыжный спорт. Этап Кубка мира в Швейцарии. Женщины. Гигантский слалом  
04:00 Горнолыжный спорт. Этап Кубка мира во Франции. Мужчины. Слалом. 2-я попытка  
05:45 Фигурное катание. Финал Гран-При в Китае. Показательные выступления  
08:15 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины. Основной раунд

**5 КАНАЛ**

06:00 Т/с "Лучшее из Голливуда вместе с Табом Хантером"  
07:00 Д/ф "Тайны дикого леса"  
08:00 М/ф "Телевизор кота Леопольда"  
08:05 Х/ф "Не горюй!"  
10:00, 04:20 Д/ф "Хищник на тропе войны. Акула"  
11:00 Шаги к успеху  
12:00 Истории из будущего  
12:35 В нашу гавань заходили корабли...  
13:35 Встречи на Моховой  
14:35 Х/ф "Путешествия Гулливера"  
18:30 Главное  
19:30, 20:45 Картина маслом. "Возраст дожития"  
19:40 Д/ф "Возраст дожития"  
21:30 Х/ф "Дело Румянцева"  
23:35 Х/ф "Гомзон"  
02:05 Д/с "Голливуд против мафии"  
03:50 Маршрутка

**Мероприятия**

**1 декабря**  
**ДК "Восток", 12-30**  
Развлекательная программа "Здравствуй, гость Зима!"  
**ДК "Горизонт", 14-00**  
Концертная программа ко Всемирному дню инвалида "Такой же, как все"  
**Пансионат для инвалидов, 16-00**  
Концерт коллективов ДК им. М. Жукова п. Новокашпирский "Творите добро!"  
**Драматический театр им. А.Н. Толстого, 18-00**  
Музыкальная комедия "Дуэнья" Р. Шеридан

**2 декабря**  
**ДК "Строитель", 15-00**  
Посиделки к Дню инвалида "Главней всего - погода в доме"  
**ДОУ № 60, 15-30**  
Игровая программа "Ладушки" с участием творческих коллективов ДК "Горизонт"  
**Драматический театр им. А.Н. Толстого, 16-00**  
И. Тургенев "Отцы и дети". Попытка прочтения  
**ДК "Художественный", 18-00**  
Игры в интеллектуальном клубе "ИКС"  
**Детская школа искусств № 3, 18-30**  
Первая встреча с музыкальными инструментами учащихся подготовительного отделения "До-ми-солька" - "Музыкальные истории"

**3 декабря**  
**ДК "Восток", 12-30**  
Детская дискотека "Кураж+спортивная минутка"  
**ДК "Художественный", 13-00**  
Программа, посвященная 15 годовщине событий на Северном Кавказе, Дню матери и Всемирному Дню инвалида "Боевое братство"  
**ДК "Горизонт", 18-00**  
Клуб "Нафталин" приглашает... "С легким паром, или в бане все равны"  
**ДК "Художественный", 18-00**  
Музыкальная программа в татарском клубе "Яшлек" - "Знаешь ли ты свой родной язык?"  
**Драматический театр им. А.Н. Толстого, 18-00**  
И. Тургенев "Отцы и дети". Попытка прочтения

**4 декабря**  
**ДК "Авангард", 14-00**  
Класс-концерт Народного ансамбля бального танца "Улыбка" - "Наши первые шаги"

**ДК "Строитель", 14-00**  
"Сегодня праздник у ДК "Концертная программа, посвященная Дню рождения ДК "Строитель"  
**ДК "Восток", 15-00**  
Детское кафе "Остров развлечений"

**5 декабря**  
**Драматический театр им. А.Н. Толстого, 11-00**  
Музыкальная сказка "Волшебное кольцо" Б. Шергин  
**Драматический театр им. А.Н. Толстого, 18-00**  
Сценическая фантазия по комедиям А. Островского "Бальзаминово. Сновидения". Вольский драматический театр

**6 декабря**  
**Централизованная библиотечная система г.о. Сызрань**  
Тематический подбор "Ваш покорный слуга" (к 140-летию рождения Р. Киэплинга); Книжная выставка "Символика России" Книжная выставка "Вечно живая классика"

**до 27 декабря**  
**Почтовый ящик в фойе Драматического театра им. А.Н. Толстого**  
Городская детская акция "Напиши письмо Деду Морозу"

**Выставки**

**Выставочный зал Пн.- пт. 10 - 17 ч., Сб. 10 - 15 ч.**  
Выставка, посвященная 10-й годовщине гибели АПЛ "Курск"  
**11 ноября - 14 декабря**  
Персональная выставка работ художника Мамыкина А.П., посвященная 80-летию юбилею

**Детская художественная школа 12 ноября - 10 декабря**  
Музыкально-лекторий творческих работ учащихся ДХШ из Методического фонда "Пушистые, когтистые. Все разные, любимые"

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

**Праздники**

**1 декабря**  
День воинской славы России - День победы русской эскадры у мыса Синоп  
Всемирный день борьбы со СПИДом

**2 декабря**  
День банковского работника России  
Международный день борьбы за отмену рабства

**3 декабря**  
День юриста в России  
Международный день инвалидов

**4 декабря**  
День информатики в России

**5 декабря**  
Международный день добровольцев  
День воинской славы России - День начала контр-наступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой (1941)  
День сетевого в России

**Улица Кино**

График демонстрации кинофильмов с 2 по 8 декабря 2010 г.

**Зал № 1**  
**12:20, 16:50, 21:20**  
"Зайцев жги! История шоумена" (комедия)  
**14:10, 18:40, 23:10**  
"Три дня на побег" (драма)

**Зал № 2**  
**12:10, 15:00, 17:50, 22:40**  
"Гарри Поттер и дары смерти" (фэнтези)  
**20:40**  
"Скайлайн" (фэнтези)

**Зал № 3**  
**12:30, 14:30, 16:30, 18:30, 20:30, 22:30**  
"Неуправляемый" (боевик, триллер, драма)

КАЖДЫЙ ВТОРНИК цены на кино весь день 90 рублей  
КАЖДЮЮ СРЕДУ "День студента" билет по 60 рублей  
Расписание сеансов может быть изменено, просьба уточнять по телефону 98-01-01

**ОТЛИЧНЫЕ НАЛИЧНЫЕ!**  
Денежные займы от 2 до 10 тысяч рублей  
Не тратьте свое время и ЗАКАЖИТЕ деньги прямо по телефону  
т.: 98-58-48, 8-917-974-34-72  
ул. Советская, 52

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ КУПОНА 50 рублей СКИДКА  
**ЦИРК** ДЕТИ ДО 5 ЛЕТ БЕСПЛАТНО!  
**ЛАЗЕРНОЕ ШОУ г. СОЧИ**  
3 декабря в Д/К Авангард начало в 14-00 и в 18-00  
Справки по телефону 99-29-18

**Гороскоп**

с 1 по 7 декабря 2010 года

**Овен**  
На первое место выходят Ваши контакты и выгодные знакомства. Благодаря последним, Вы сумеете удачно завершить многие начатые дела. Обновление ждет Вас в жилищной сфере. Изменяются условия и качество жизни.

**Телец**  
Вновь Ваш опыт пригодится Вам в организации большого и важного мероприятия. Предстоят сложные переговоры с представителями законодательного органа.

**Близнецы**  
Вас будут более всего волновать вопросы материальной и финансовой состоятельности. В отношениях с родственниками Вы будете испытывать дефицит тепла, искреннос-

ти. Вас будут беспокоить мелочи, слова, намеки и жесты.

**Рак**  
Вместе с большими профессиональными нагрузками Вас ждут и очень интересные и оптимистичные новости издалека. Новый качественный уровень приобретает переписка, телефонные переговоры любого рода.

**Лев**  
Будет много встреч, переговоров. Успех ждет тех, кто занят в сфере политики, журналистики, преподавания. Будете решать вопросы бытового характера. Эта неделя выйдет весьма результативной в череде последних временных отрезков.

**Дева**  
В этот период Вы сумеете возвыситься над собой, над трудностями во многом благодаря личному

упорству и вере в себя. Время созидания и плодотворных идей, за которые Вы будете вознаграждены в дальнейшем.

**Весы**  
Ваше поведение часто будет слишком активным. Ничего невозможно скрыть, ничего невозможно утаить. Впрочем, того же Вы станете требовать и от других. Найдутся и те, кто захочет опекать Вас, разделяя смутную тревогу и сомнения.

**Скорпион**  
Ваш удел - покорять и преодолевать. Вам будет свойственно постоянное подведение итогов, стремление сделать выводы из всего, что более-менее претендует на это. От Вас потребуются осторожность, терпение и определенная доля веры.

**Стрелец**  
Звезды наделяют Вас творческой энергией, значительным полетом

мысли. В эти дни Вашими руками будет создано нечто оригинальное, удивительное.

**Козерог**  
По большому счету Вы проявитесь, как сильная личность и довольно успешная натура. Но вот в личной жизни все не так уж и радужно. Появится активное стремление двигаться по служебной лестнице.

**Водолей**  
Хотя в Вашем поведении будет много противоречий и непоследовательности, Вы будете критиковать подобные проявления в характере других. Возможны успехи в освоении новых видов деятельности.

**Рыбы**  
В этот период особую ценность приобретает доверие, теплота отношений и искренность чувств. Это проявится в подарках, словах, комплиментах.

**Места распространения газеты "КОМПАС Поволжья"**

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

Торговый центр "Гера и К"	Торговый центр "Пирамида"	Деловой центр (ул. Кирова, 54)	Проходная завода
Торговый центр "Эридан"	"ЦУМ"Сызрань"	Бизнес центр "Ильинский ряд"	"Сызранский мясокомбинат"
Торговый центр "Пассаж"	Универсам, пос. Варламово	ФОК "Надежда"	Проходная завода "Тяжмаш"
Торговый центр "Русский рынок"	Промышленный рынок	КРК "Улица"	Проходная завода "НХЗЧ"
Торговый центр "Волжанка"	Сеть магазинов "Тройка"	Сеть строительных магазинов "Стройбастер"	СК "Кристалл"
Торговый центр "Орион"	Сеть магазинов "Любимый город"	Сеть строительных магазинов "Терминал"	Шинный центр "Премиио"
Торговый центр "Монгора"	Сеть магазинов "Дюна"	Магазин автозапчастей "БИ-БИ"	МРЭО ГИБДД
Торговый центр "Автобус"	Продуктовый магазин "Улыбка"	Проходные завода "Пластик"	"Волжские сандуны"
Торговый центр "Юбилейный"	"Фабричная заставка"	Проходные завода "Криста"	"Земский банк"
Торговый центр "Универмаг"	Деловой центр (ул. Котовского)		"Автовазбанк"
Торговый центр "Строй Сити"	Деловой центр (ул. Кирова, 46)		Автовокзал

**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 Гнеденкова  
Менеджер по рекламе - Юлия Осипова  
Адрес редакции: 446001 г. Сызрань, ул. Ульяновская, 2А, офис, 31  
Тел. редакции: 8 (8464) 91-63-91, 91-63-92  
E-mail: gazeta@compas-p.ru Web-сайт: www.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.  
30 ноября 2010 г. Тираж: 12000 экз. Заказ № 1679  
Выходит по средам  
**Редакция не всегда разделяет мнение авторов**  
**Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель**  
**Газета распространяется бесплатно**  
по офисам организаций, предприятиям, в торговых центрах и сетях продуктовых и строительных магазинов

**ЖАЛЮЗИ**  
ЖАЛЮЗИНОВ

**НОВОГОДНЯЯ АКЦИЯ!**  
Весь декабрь -  
Подарок каждому покупателю.  
Скидка 10% при заказе жалюзи от 5000 р.

**РОЛЛСТАВНИ**  
**АВТОМАТИЧЕСКИЕ ВОРОТА**

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

**Замер и установка - бесплатно**

**Современные ДВЕРИ**

**МЕЖКОМНАТНЫЕ**



**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

Если вы опаздываете друзьям,  
**ТАКСИ**  
«Здравствуйте»  
вызывайте всегда!

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

**Водолей**  
КОМПАНИЯ ПО ДОСТАВКЕ ВОДЫ

**СКИДКИ НА КУЛЕРЫ**  
10%

91-03-91

Комфорт и надежность  
Вашего дома!

**Окна**

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

**Ремонт**  
Все виды  
Работа по безналу

**рассрочки, скидки**

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

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА** ГОСТ

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

**НОВАЯ ВАННА за 2 часа**  
Реставрация ванн  
жидким акрилом.  
Срок службы  
акриловых ванн  
15-20 лет.

**ГАРАНТИЯ**

91-09-42, 8-960-843-49-95

**СПУТНИКОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ**  
КОНТИНЕНТ  
«РАДУГА»

**БЕЗ АБОНЕНТСКОЙ ПЛАТЫ!**

8-927-614-71-11

**ВЕТЕРИНАРНАЯ КЛИНИКА**  
**РОЗОВЫЙ СТОЛ**



вет. аптека • выезд  
полный спектр  
ветеринарных услуг

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

**ЗООЦЕНТР**  
**РОЗОВЫЙ СТОЛ**



зоомагазин • требуется продавец  
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

**ИЛЬИНСКАЯ ПРАВОСЛАВНАЯ ЦЕРКОВЬ**

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ  
ПАМЯТНИКИ  
ГРОБЫ, КРЕСТЫ,  
ВЕНКИ, ОГРАДЫ  
ВСЕ ДЛЯ ПОХОРОН  
ПОЛНЫЙ ПАКЕТ УСЛУГ

ул. Интернациональная, 12  
т.: (8464) 99-50-01,  
8-927-786-26-84

Новый фирменный салон

**ДВЕРИ - это РАДА**

**ДВЕРИ**

входные и межкомнатные  
высокого стандарта,  
качества и неповторимого  
первоклассного дизайна

**РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА**

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

10% АКЦИЯ

Двери Верона лидер продаж

скидки всем

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

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

♦ **ПРОФИЛАКТИКА**

♦ **ЛЕЧЕНИЕ**  
экзотических животных и птиц

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

♦ **ХИРУРГИЯ**

♦ **ВСЕ СПЕКТР КОРМОВ ROYAL CANIN** в наличии и на заказ

♦ **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

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;  
а пр-т 50 лет Октября, 22,  
т.: 8-927-614-04-24

**5 Пятёрочка +**  
**НОВОГОДНЯЯ СКАЗКА**  
ПУСТЬ ИСПОЛНЯТСЯ МЕЧТЫ!

Призовой фонд стоимостью  
**55 000 000** рублей

**10 АВТО**

**10 сертификатов**  
на **500 000** рублей

- \* СОВЕРШИТЕ ПОКУПКУ с 16 ноября по 31 декабря 2010 года в магазине «Пятёрочка+»
- \* ПОЛУЧИТЕ СКРЕТЧ-КАРТУ на кассе за каждые 500 рублей в чеке\*
- \* СОТРИТЕ ЗАЩИТНЫЙ СЛОЙ скретч-карты
- \* ВЫИГРАЙТЕ ОДИН ИЗ ПРИЗОВ: 10 автомобилей, 10 сертификатов на сумму 500000 рублей\*\*, более 100000 предметов мелкой бытовой техники и товаров для дома.

Черная Карта | МАЙСКИЙ | Ambassador | Lipton | Nestlé | AHMAD TEA LONDON | ЖОКЕЙ | Принцесса Нури | Tchibo

Даты проведения акции с 16 ноября по 31 декабря 2010 г. Полные условия стимулирующей лотереи, информации об организаторе, о количестве призов, о сроках, о месте и порядке их получения Вы можете узнать на сайте www.e5.ru и по телефону: 8-800-555-55-05 (звонок бесплатный). Призы выдаются с 16 ноября 2010 года по 15 февраля 2011 года.  
\*Не более 5 скретч-карт по одному чеку. \*\*Стоимость сертификата указана после вычета налогов в соответствии с Законодательством РФ о налогах и сборах.

АДРЕСА МАГАЗИНОВ «ПЯТЁРОЧКА+»:

- УЛ. УЛЬЯНОВСКАЯ, 110
- УЛ. КОСМОНАВТОВ, 1
- УЛ. 50 ЛЕТ ОКТЯБРЯ, 12А
- УЛ. ЖУКОВСКОГО, 23
- УЛ. ДЕКАБРИСТОВ 38
- ПЕР. ОПОРНЫЙ, 16

Реклама