

Городская газета

# Время

Жизнь продолжается!

Издается в г. Ангарске с 24 ноября 1951 года

Суббота, 10 сентября 2011 года, № 99 (12566)



# Путин и... мы

11 сентября – День Байкала

9 сентября в Иркутске представители Гринпис России объявили победителей народного голосования на конкурсе «Враг Байкала».

Напомним, что этот конкурс начался 13 января этого года, в годовщину подписания Владимиром ПУТИНЫМ постановления, позволяющего запуск БЦБК с возобновлением сброса промстоков в Байкал. Голосование шло на сайте Гринпис России с середины августа до 6 сентября.

Итак, согласно результатам голосования, в конкурсе на звание «Враг Байкала» с большим отрывом «победил» премьер-министр Владимир Путин, набравший 52% голосов.

Следом за премьером идут аппарат правительства с 10% голосов и Минприроды - с 8% проголосовавших.

Новая номинация, «Мы - российский народ» (за то, что действием или бездействием допустили продолжающееся десятилетиями загрязнение Байкала), попала в список врагов Байкала после вышеперечисленных номинантов. Нас с вами включили в список по многочисленным просьбам голосовавших россиян. И это даже радует, потому что показывает: у нашего народа совесть еще осталась. Кстати, «российский народ» в списке врагов Байкала опередил бывшего хозяина БЦБК Олега ДЕРИПАСКУ.

- Удивительно много людей говорят: «В конечном итоге вся ответственность за экологические проблемы лежит на нас с вами», - цитирует письма голосовавших людей пресс-секретарь Гринпис России Евгений УСОВ. - Это верно, так как очень многое, если не все, зависит именно от того, как мы действуем повседневно, насколько мы вдумчивы, активны и принципиальны. Насколько мы готовы отстаивать свое будущее, будущее своих детей.

стр. 2



ВОПРОС ДНЯ: КТО, ПО-ВАШЕМУ, ВРАГ БАЙКАЛА?



Павел АНДРЕЕВ,  
заместитель  
директора  
УК «Ангарский  
управдом»:

- Капитализм со  
своим безудерж-  
ным накоплением капитала -  
главный враг святого озера. Как  
говорил Карл Маркс, за 20 процентов  
прибыли капиталист готов за-  
гадить все. С Байкалом именно так  
и происходит. Второй враг Байкала  
- это Москва со своей колониаль-  
ной политикой. А третий враг - че-  
ловек на букву П, которого знают  
все.



Татьяна  
КРУГЛОВА,  
завуч школы  
искусств №3:

- Враг Байкала тот,  
кто к нему не отно-  
сится как к живому  
существу. Кто может в него со спо-  
койной душой бросить бутылку, па-  
кет и другой мусор. Лично для меня  
святое озеро - друг, рядом с кото-  
рым мне всегда спокойно. Очень  
люблю бывать на Ольхоне. Это сказ-  
очное место.



Евгений  
САРСЕНБАЕВ,  
директор ООО ТК  
«Сарсенбаев»:

- В первую  
очередь БЦБК. Все  
знают, по какой

причине. А главный враг - это,  
конечно, человек некультурный и  
невоспитанный. В этом году мы с  
семьей отдыхали на Малом море.  
И было больно наблюдать, как  
вокруг многочисленных турбаз  
лежат горы мусора. Люди  
приезжают, оставляют после себя  
загаженную территорию. Для  
Байкала это настоящая беда!



Виталий  
ДИДИН,  
врач-онколог  
МАНО ЛДЦ:

- Чиновники из  
Москвы. Байкал от  
них далеко, они не  
видели его красот и не знают, что  
это озеро значит для нас, местных  
жителей. Экологи давно кричат о  
закрытии БЦБК или его  
перепрофилировании, переходе на  
замкнутый цикл работы, а  
чиновникам из аппарата  
правительства всё равно.



Елена  
ГУРЕНКОВА,  
заместитель  
начальника  
управления  
образования АМО:

- Я думаю, что нет  
таких сумасшедших, которые  
являлись бы врагами Байкала. Все  
мы его любим искренне. Наше озеро  
- очень мощное, всегда при приезде  
дает положительный заряд энергии.  
Чаще всего я бываю в Листвянке.  
Это возможность близко и недорого  
полюбоваться красотами Байкала!



Татьяна  
КОПЫЛОВА,  
директор кадрового  
агентства «Успех»:

- Люди, которые  
на Байкале  
отдыхают и оставляют свой  
мусор на его берегах. Мы любим  
ездить в район Горячинска.  
Совместное приятное с полезным,  
то есть Байкал и минеральные  
ванны. И всегда забираем свой  
мусор с собой, потом выкидываем  
на городскую свалку.

Справившаяся Мария СУХАНОВА,  
фото Николая СТЕРНИНА

Акция  
1 сентября  
СНОВА В ШТОРУ!  
продолжается!

Отличная скидка 12% на  
тюль и портьерную ткань!

Осуществляем услуги по пошиву.

MONA LIZA

г. Ангарск, ул. Горького, д. 21, ТК «Центр», 2 этаж

тел.: 8 (3955) 52-36-63

Запись скидка не распространяется на ассортимент с желтыми ценниками

скидка по этому купону действительна с 1 сентября по 5 октября

-12%

на тюль и портьерную ткань!



• ДАТА: 11 сентября – День Байкала

# Путин и... мы

(Начало на 1 стр.)

**Д**ля того чтобы об акции никто не забыл, в эти дни аквалангисты Гринпис имена врагов Байкала увековечили на специальной табличке у подводной трубы, по которой в Байкал спускаются ядовитые стоки БЦБК. Один из спускающихся к сбросу комбината аквалангистов Гринпис Василий ПАВЛОВ сказал:

– Мы знаем, что Владимир Путин – подготовленный дайвер. Было бы замечательно, если бы он сам решил демонтировать табличку – за ненадобностью, одновременно показав всем, что из трубы БЦБК больше ничего не течет.

Пока же Владимир Путин свое новое звание подтверждает. 5 сентября в Череповце на Межрегиональной конференции «Единой России» премьер заявил, что БЦБК остановить нельзя, поскольку его продукция нужна для производства ракет.

На пресс-конференции Гринпис представил обзор «Что в России дороже Байкала», где наглядно дал сравнение объемов финансирования различных национальных проектов и программы ликвидации БЦБК. У нас есть деньги на зимнюю Олимпиаду в Сочи, чемпионат мира по

**6 сентября в клубе «Преодоление» прошёл день открытых дверей. Клубу «Преодоление» в ноябре исполнится 17 лет. Дети, ходившие сюда с 1994 года, выросли и теперь сами делятся опытом с новенниками. Педагоги-организаторы клуба пригласили другие городские организации инвалидов (АРДИ, АГО-ОИ и др.).**



■ Члены клуба «Преодоление» (слева направо) Ирина Ермакова, Нина Бекетова, Светлана Чемезова и Игорь Трегубенко.

## Преодолеваем вместе

**П**омимо вокальной и театральной студий, в клубе начнёт работу проект «25 maximum». Идея принадлежит ангарчанке Марине ЗУСМАН, она же будет здесь куратором.

– Мы будем делать с ребятами открытки, готовить поздравления к праздникам, выпускать молодёжную газету, – поделилась с нами Марина Зусман.

Также ребята смогут заниматься в клубе любителей русской словесности под руководством педагога-организатора, филолога Людмилы ОГНЕВОЙ.

– В целом мы делаем упор на интеллектуальное развитие, – сказала Людмила Огнева.



■ Это знак «Золотой клещ», которым награждают каждого «победителя» в конкурсе «Враг Байкала».

футболу, саммит АТЭС на острове Русский, которые по стоимости превышают в десятки раз финансирование закрытия БЦБК и рекультивации территории вокруг него.

На пресс-конференции, посвященной итогам конкурса «Враг Байкала», представители Гринпис продемонстрировали именные наградные наборы. Они состоят из знака «Золотой клещ», грамоты и фотоальбома «Феномен Байкала» (в котором каждому врагу объясняется, что он уничтожает). Естественно, что «победители» за своими наградами сами не придут. Наградные наборы Гринпис России доставят тем или иным способом каждому финалисту.

Наталья ОЖОГИНА

### •ТИХИЕ РАДОСТИ



■ Члены клуба «Преодоление» (слева направо) Ирина Ермакова, Нина Бекетова, Светлана Чемезова и Игорь Трегубенко.

После официальной части члены клуба могли пообщаться. Целое лето они не виделись. Соскучились. Здесь развита взаимопомощь. На нужды клуба ребята скидываютя сами, сдают взносы – 400 рублей в год.

Встретили мы здесь «стариков» клуба. 35-летняя Нина БЕКЕТОВА работает в АРДИ, но в мероприятиях клуба «Преодоление» активно участвует до сих пор. Состоит в совете клуба, пишет стихи. 23-летняя Светлана ЧЕМЕЗОВА занимается в клубе вокалом. 47-летняя Ирина ЕРМАКОВА, колясочница, живёт в неврологическом диспансере. Сюда её привозят друзья по клубу. У 21-летнего Василия ШУШАКОВА хроническая бо-

лезнь сердца. Но его активности и жизнерадостность позавидует любой здоровый! Он казначай клуба и главный кулинар.

В общем, инвалиды еще раз показали здоровым людям: как бы жизнь ни повернулась, ищите в ней хорошее. Друзей, любимое дело, любимого человека. И тогда с любой бедой можно справиться.

Ирина ЛОБАЧЁВА,  
фото автора

Адрес клуба инвалидов «Преодоление» (от 15 до 30 лет): 17 мкрн., дом 20, проезд трамвайными №3, 10, 11 (конечная остановка), маршрутками №10, 41, 20 (остановка «17 микрорайон»).

• ПАМЯТЬ

## Со всей страной

8 сентября в девять часов вечера ангарская молодежь собралась на центральной площади города. Парни и девушки стояли ровным прямоугольником, внутри которого на тротуарной плитке светилась большая буква Л, выложенная горячими свечками.

Около 70 человек собралось на вечер памяти, посвященный трагической авиакатастрофе 7 сентября, в которой погибли почти все члены ко-

манды ярославского хоккейного клуба «Локомотив». В толпе стояло несколько парней в спортивных футболках «Локо».

Инициатором данного мероприятия стал 21-лет-

ний ангарчанин Вадим, о чем мы узнали позже из Интернета. Пришедшие на вечер памяти говорили одно: позвали друзей и знакомые. Парни и девушки стояли молча. Молодой ангарчанин Алексей сказал: «Сейчас мы отдаем дань памяти не только членам хоккейного клуба, а всем погибшим россиянам».

Виктория КОСТИНА

• СОСЕДИ

## Вечная любовь

В Иркутске, у Спасской церкви, установили бронзовые фигуры святых благоверных Петра и Февронии Муромских, которые неделю назад были доставлены по железной дороге из Москвы. Как сообщили 8 сентября в пресс-службе городской администрации, скульптурную композицию высотой 2,8 м и весом более тонны закрепили на постаменте, облицованном красным гранитом, с помощью специальных анкерных болтов.

Место у Спасской церкви для памятника благоверным Петру и Февронии выбрано не случайно. Именно сюда чаще всего приезжают иркутские молодожены. Теперь они смогут отдать дань уважения православным святым покровителям семьи и брака.

Памятник святым благоверным Петру и Февро-

нии Муромским в Иркутске устанавливается по инициативе председателя общегородской администрации «В кругу семьи» Валерия ЗОЛОТУХИНА. Первая такая скульптурная композиция появилась в 2008 году в Муроме. С тех пор в разных городах России было установлено более 20 фигур святых. Автором иркутского памятника стал скульптор Валерий ЧЕРНЫЙ.

«ФедералПресс»

• 02

## Хорошо замаскировался

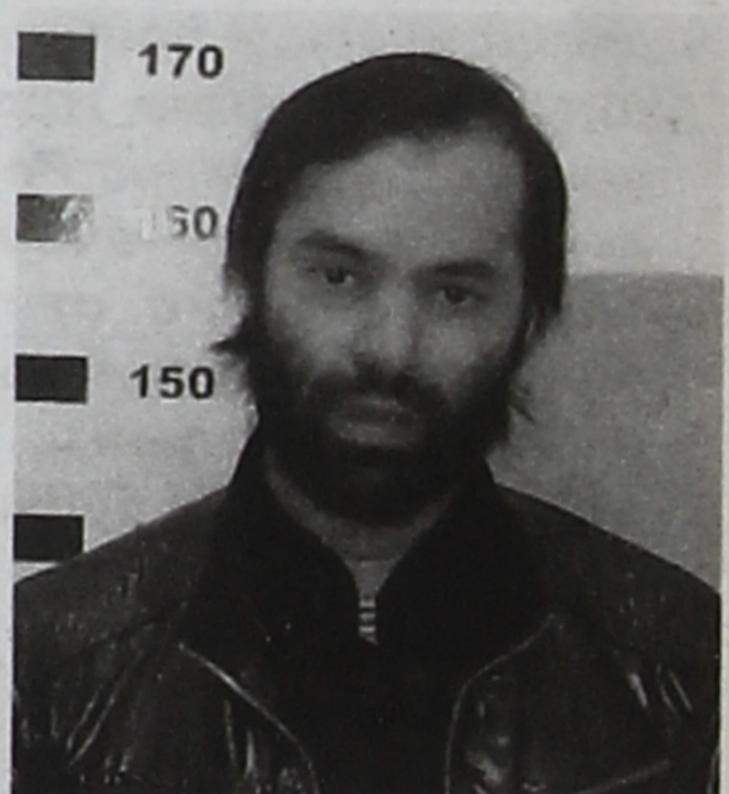
На днях в дежурную часть ангарской транспортной полиции поступило сообщение о том, что к пассажирскому поезду №39 сообщением «Чита-Москва» требуется наряд полиции. Оказалось, что в вагоне №7 украли 30 тысяч рублей у жительницы Читы. В поезд подсели ангарская следственно-оперативная группа, которая и раскрыла преступление.

Опросив пассажиров, сотрудники полиции выяснили, что в плацкартном вагоне вместе с другими пассажирами ехал мужчина в одежде священника. На протяжении всего пути он раздавал пассажирам иконы, говорил о вере. Многие люди прониклись к нему доверием и не ожидали ничего плохого.

Однако людей насторожил тот факт, что ехать священник собирался до Москвы, а вышел в Иркутске-Сортировочном! Через два часа после поступления сообщения псевдосвященник доехал на такси до Ангарска. Приехав в наш город, мужчина заселился в гостиницу «Гостиный двор» и отправился на вокзал за билетом до Москвы. У

сотрудников транспортной полиции уже была готова ориентировка на мошенника. Около кассы наряд полиции задержал преступника. При задержании у ряженого обнаружили сразу несколько поддельных документов: священнослужитель зарубежно-русской православной церкви отец Алексей, священник церкви Санкт-Петербурга Оленин Алексей Александрович, Путин-Орлов Станислав Романович, Орлов-Оленин, Тодореско-Броневицкий Мануэль Александрович.

По факту возбуждено уголовное дело. Сейчас псевдосвященника поместили в иркутский СИЗО-1. Выяснилось, что этот человек разыскивается в Московской области как мошенник.



■ Все, кто стал жертвой этого человека, звоните по телефону 57-60-80 либо приходите в дежурную часть полиции ангарского вокзала.

Московская епархия сообщила о том, что этот гражданин никакого отношения к церкви не имеет.

До настоящего момента сотрудники полиции так и не установили личность преступника, в разных документах у него разные даты рождения. Сам мужчина говорит, что он сирота, родился в 1981 году. При обыске у него была обнаружена сумма 90 тысяч рублей. Вероятно, не одна жительница Читы стала жертвой преступника.

Надежда ДОРОЩЕНКО

## • ЕСТЬ ПОВОД



■ На все праздники к заключенным приезжают родители.

1 сентября 2011 года.

# 45 лет на воспитании

**Седьмого сентября ангарская воспитательная колония отметила свой 45-й день рождения. Торжество по случаю юбилея прошло во Дворце культуры нефтехимиков. На него пришли не только сотрудники колонии, но и те, кто когда-то отбывал в ней наказание.**

**С**егодня в колонии работает 206 человек. Срок отбывают 160 ребят в возрасте от 14 до 19 лет из Иркутской и Читинской областей, Якутии, Бурятии.

Все преподаватели в школе имеют высшее образование. Директор школы Ирина ПЕСКОВА – одна из старейших работников колонии. 26 лет назад она начала преподавать здесь русский язык и литературу. Ирина Михайловна хорошо помнит,

какой школа была тогда.

- Конечно, условия были не такие тепличные, как сейчас. Здание было запущенным, хороший ремонт сделали только два года назад. Да и дети были другими. Теперь они стали более дерзкими, нравственные понятия стали другими.

В училище №9 осужденные получают профессию портного, строительные специальности. В начале следующего года начнет работать новое направление: ремонт ав-

томобилей. Этого события мальчишки ждут с нетерпением. Однако и другие специальности получают охотно. Ведь портной умеет не только шить халаты и постельное белье. В будущем ребята будут шить чехлы на автомобили, работать на обтяжке мягкой мебели. С помощью работы многим из них удается гасить свои долги на свободе.

Начальник АВК Алексей ШЛЯПКИН рассказал, что в работе им хорошо помогает попечительский совет колонии.

- Бывает, что надо помочь с поставкой цемента или животных к нам. Попечительский совет нам ни в чем не отказывает.

Зина ТОЛКАЧЕВА,  
фото автора

## Люди для села

**В** школах АМО скоро могут появиться профильные классы по подготовке механизаторов, овощеводов и животноводов. 8 сентября отдел сельского хозяйства и управления образования согласовали предложение сформировать классы в

школах АМО по агротехническому профилю.

- Вначале нужно утвердить программу обучения в Министерстве образования Иркутской области, после этого начнется поэтапная работа. В перспективе для учащихся 10-11 классов будут созданы профильные

классы, а для девятиклассников появится профессиональное ориентирование и введение в профессию. Пионером в освоении проекта будет школа в Одинске, - сообщила начальник управления образования АМО Лариса ЛЫСАК.

(Собств. инф.)

## • ВНИМАНИЕ, РОЗЫСК!

## Погиб под поездом

сложно. На вид примерно 25-30 лет, рост 170 см, среднего телосложения. Был одет: бейсболка чёрного цвета, куртка кожаная чёрного цвета, толстовка чёрного цвета с надписью «Adidas» и трёхмягкими полосками на рукавах, свитер чёрного цвета на молнии, свитер

белого-голубого цвета. При себе имел сотовый телефон Nokia в кожаном чехле чёрного цвета с сим-картой БВК, кассетный аудиоплейер, две иконки размером 7,5\*6 см, на одной изображение святой пророчицы Анны, на другой – святой Богородицы.

## • ПРИГЛАШЕНИЕ Гуляем на ярмарках

10 сентября в 10.00 на площади Ленина состоится ярмарка «ПОКУПАЙ АНГАРСКОЕ».

Также в этот день все желающие смогут сходить и на Ангарский Арбат по ул. Глинки, который откроется в 11.00. Организаторы Арбата – МАУК «Художественный центр» совместно с общественной организацией «Доминанта» приглашают зрителей, художников, мастеров народного прикладного творчества и ремёсел и всех желающих творческих людей принять участие в мероприятии.

Ирина ЛОБАЧЁВА

## • ПРОВЕРКА СЛУХА

## Летать будут

**В** начале недели в центральных СМИ прошла информация о том, что в московских аэропортах дефицит керосина. По информации пресс-служб аэропортов, топлива хватит ровно на три дня. Ангарчане забеспокоились и начали звонить в редакцию с вопросом: а как у нас с керосином? Всё в порядке?

**В** справочной иркутского аэропорта нашей газете сказали, что москов-

ские проблемы их не касаются, самолёты из Иркутска как летали, так и будут летать. Один из сот-

рудников аэропорта, недавно прибывший из Москвы, рассказал, что керосин в аэропорты столицы недопоставляется уже вторую неделю. Нефтяные компании искусственно создают дефицит, чтобы потом повысить цены.

Ульяна АВТУШЕНКО

## • ЧП

## Пешком из Красноярска

**На** днях сотрудники патрульно-постовой службы линейного отдела полиции Ангарска заметили на платформе ангарского вокзала девушку, которая бродила по платформе, а затем начала переходить пути в сторону леса. Когда её остановили, девочка ответила, что идет пешком из... Красноярска в Канск!

**К**аким ветром 16-летнюю уроженку Лесосибирска занесло в Ангарск, непонятно. Возможно, путешественница просто перепутала направление, в котором шла. Инспектору по делам несовершеннолетних Светлане КУЛИЕВОЙ она рассказала, что воспитывалась в лесосибирском детском доме, папу не знает, а мать лишена родительских прав.

Недавно её перевели в Дивногорск. Там девочке не понравилось, и она решила сбежать.

- Когда мы связались с интернатом в Дивногорске, то его работники пояснили нам, что пропажу девочки заметили 2 сентября. Подождали пару дней, думая, что она вернется, а после этого обратились в полицию, - сообщает Светлана Викторовна.

Валя БЫСТРОВА

## • НАХОДКА

## Скелет на водохранилище

**Н**а Еловском водохранилище приступили к профилактическим работам. Чтобы прочистить дно, нужно спустить воду, подняв затворы шлюза. Когда уровень воды понизился, откры-

лась жуткая картина. На нижнем затворе шлюза лежало тело. Судя по внешнему виду, человек погиб давно. От него остался практически один скелет. По обрывкам одежды можно предположить, что это

был мужчина.

Спасатели Александр КОЧНЕВ, Александр СИДОРОВ и Олег ДУБОВ три часа поднимали тело. Сейчас слово за экспертизой, которая установит, была ли смерть криминальной.

Игорь КАРИН

## • ПОГОДА

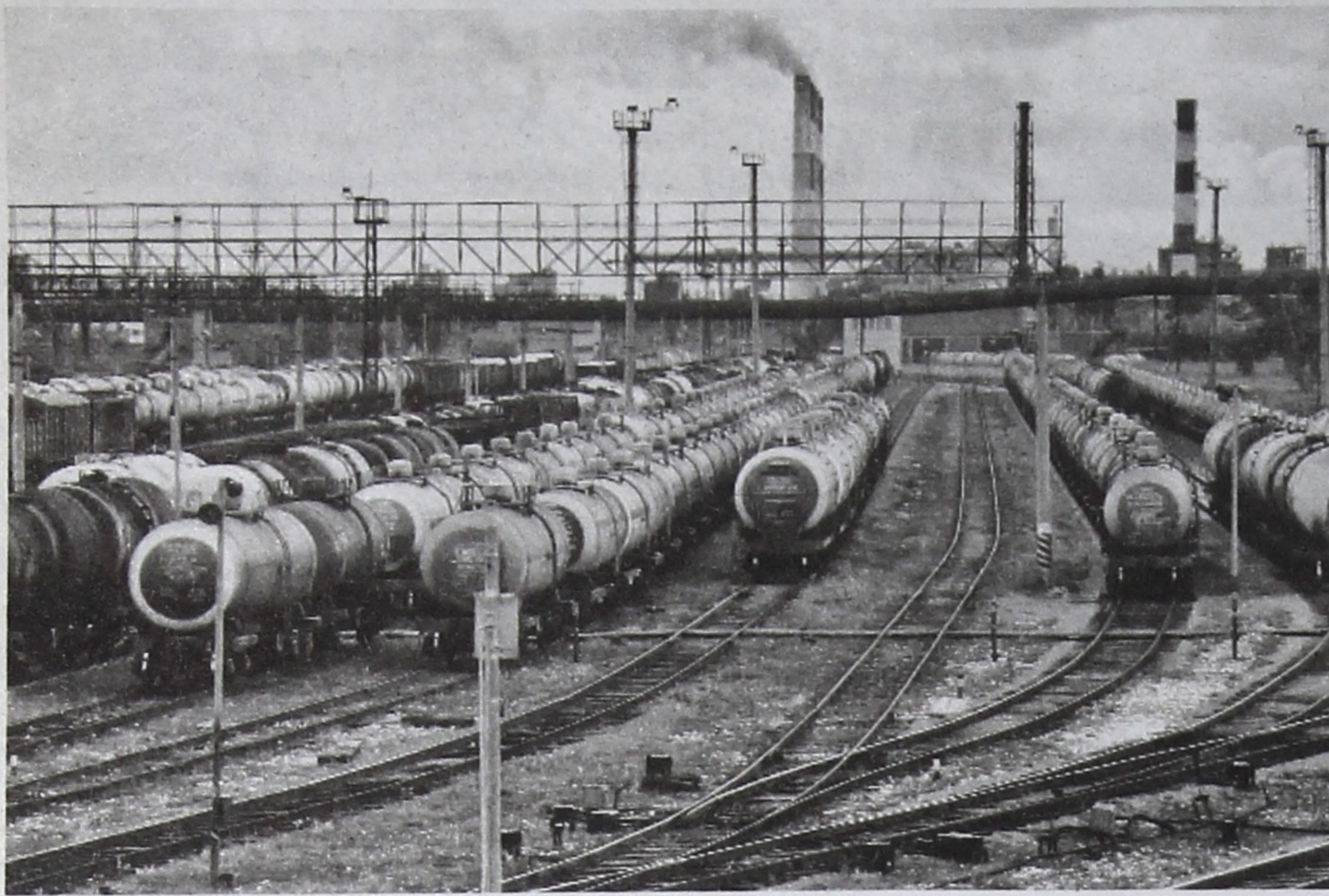
	t возд.		Характер погоды	Давление мм	Ветер	Солнце	Луна
	ноч	день					
Суббота, 10 сентября	+5 +7			720	юго-восточный 3-8 м/сек.	восход 07.27, заход 20.32, долгота 13.05	закат 05.03, восход 19.17, Луна растет
	+22 +24						
Воскресенье, 11 сентября	+5 +10			720	северо-западный 5-10 м/сек., порывы 13-18 м/сек.	восход 07.28, заход 20.30, долгота 13.02	закат 06.13, восход 19.35, Луна растет
	+10 +15						
Понедельник, 12 сентября	+5 +10			720	северо-западный 5-10 м/сек., долгота 12.57	восход 07.30, заход 20.27, долгота 12.57	закат 07.22, восход 19.51, Луна луне 18.27
	+8 +13						

**2** мая 2011 года в районе Майска был смертельно травмирован поездом мужчина, личность которого до сих пор неизвестна.

Человека, попавшего под поезд, опознать

Андрей КНЯЗЕВ

● ЮБИЛЕЙ



**В начале сентября Ангарское ППЖТ, филиал крупной транспортной компании ОАО «В-Сибпромтранс», отмечало юбилей – 25 лет. Поздравить коллег из Красноярска приехал генеральный директор акционерного общества Геннадий Семенович ЛАПУНОВ.** Перечислять многочисленные регалии этого уникального руководителя можно долго, но они того стоят: заслуженный работник транспорта России, почетный железнодорожник, почетный работник промышленного железнодорожного транспорта, почетный академик Международной Академии реальной экономики, академик Международной Академии управления, лауреат многих международных наград.

На юбилейное празднование Геннадий Семенович приехал с радостной вестью: 12 сентября в Большом Кремлевском дворце коллектив Ангарского ППЖТ получит главную премию транспортной отрасли - «Золотую колесницу». За достойные показатели и проводимую политику социальной ответственности компания «В-Сибпромтранс» неоднократно становилась лауреатом этой премии, учрежденной Министерством транспорта и Госдумой РФ и с прошлого года приобретшей международный статус. Престижной премии удостаивались лучшие транспортные компании России, Испании, Бразилии, Арабских Эмиратов. А теперь и Ангарский филиал ППЖТ может гордиться этой высокой наградой!

За четверть века своей истории Ангарское ППЖТ сумело стать надежной транспортной опорой для более чем 70 промышленных предприятий, среди которых такие крупные, как АНХК, Ангарский завод полимеров, ОАО «Ангарскцемент», ОАО «Иркутскэнерго». В новых экономических условиях промышленные железнодорожники не только не утратили своих позиций, но и усилили их, постоянно стремясь к достижению качества транспортного обслуживания.

Ангарский филиал ОАО «В-Сибпромтранс» снимает с производственников почти все логистические заботы. Здесь есть необходимая техника для ока-

зания комплексных услуг, которые более экономичны и отличаются большой надежностью.

Работники многих ангарских предприятий ощутили на себе непредсказуемые сюжеты российской экономики, переведенной на рыночные рельсы. В ОАО «В-Сибпромтранс» и Ангарском филиале ППЖТ, напротив, сумели сохранить лучшее из опыта прошлого, усилив современными методами организации производства. Но самое главное – сохранили коллектив. Все работающие на ППЖТ, от простого грузчика до управлена, чувствуют себя востребованными, ощущая искреннюю заботу о себе, которую проявляет руководство и профсоюз.

На предприятии действует коллективный договор, в котором на особом контроле – социальная защищенность работающих и материальная поддержка пенсионеров, ушедших на заслуженный отдых и получающих ежемесячную дополнительную пенсию, выплаты к праздникам. Стоит ли удивляться, что текучка кадров на предприятии – одна из самых низких в стране. Попасть сюда на работу стремятся многие, что определяет высокий отраслевой статус предприятия. А оно гордится своими трудовыми династиями, которых на Ангарском ППЖТ более 40.

Во время пребывания в Ангарске Геннадий Лапунов совершил осмотр производственных объектов филиала, интересовался



условиями труда, проблемами и планами, выполнение которых будет способствовать более четкой работе.

У старшего приемо-сдатчицы станции ПЭ ЖДР№1 Ларисы Даниловой руководитель компании интересуется настроением, у другой работницы – семей и детьми, ведь для любой женщины важно семейное благополучие...

Роль Ангарского ППЖТ в структуре компании Геннадий Семенович определил так:

- Этот филиал отличается масштабностью работы, инженерными новациями, подготовленными кадрами, интересными традициями. Здесь не только заботятся о ветеранах, но и думают о молодых, активно сотрудничая с Омским и Иркутским государственными университетами путей сообщения. Мы прекрасно по-

# Золотая колесница успеха

вольствием отмечаем этот юбилей. Пользуясь случаем, хочу рассказать, что за прошедший август в АНХК был переработан самый большой за последние 15 лет объем нефти. С честью справились мы, и наши партнеры – промышленные железнодорожники.

Поздравить коллектив пришли мэр АМО Владимир ЖУКОВ, главный инженер службы перевозок ВСЖД Дмитрий БОНДАРЬ, директор филиала ЗАО «ЮКОС-Транссервис» Максим ВЕРЕЩАГИН, заместитель директора Иркутского филиала ОАО «Первая грузовая компания» Игорь ДУБОВ, начальник сектора по транспорту и логистике ОАО «Ангарскцемент» Константин ГЛАЗОВ и директор страховой компании «Ингосстрах»莉莉亚 ХАВАНСКАЯ.

Более 70 работникам Ангарского ППЖТ были вручены юбилейные награды – звания «Почетный ветеран труда», «Заслуженный работник», почетные грамоты генерального директора ОАО «В-Сибпромтранс». И это справедливо: славу и имидж успешного, стablyно работающего и сильного коллектива создают люди – главное богатство предприятия.

Юбилей уже стал яркой страницей истории Ангарского ППЖТ, которое, как и раньше, настроено на стиль успешной работы сплоченного коллектива профессионалов.

**Оксана ТИХАЯ,**  
фото Николая СТЕРНИНА



• ТОВАР ДНЯ



■ На городских рынках и ярмарках, а также в овощных отделах магазинов появился лесной урожай: шишки, орехи свежие, слабоявленные, вареные.

## Грызите на здоровье

**В разгаре сезон заготовки и продажи кедровых орехов. На Центральном рынке сырье можно купить по 180-200 рублей за килограмм, каленые - за 250.**

«Почему так дорого берете за простую жарку?» — интересуюсь у пенсионерки Елены Георгиевны, расположившейся со своим товаром сразу у входа. Она рассказывает, что при калении из орехов выделяется влага, из 20 килограммов орехов, закупленных ею у заготовителей, выход каленых составил килограммов 17.

Кедровые орешки очень полезны для тех, кто сидит на диете: по количеству витаминов и содержанию магния они — чемпионы. А еще кедровые орехи стимулируют выработку гормона холецистокинина, который даёт мозгу сигнал насыщения.

Самое ценное, что могут дать людям кедровые орехи, — это масло. Витамина А в нем в три раза больше, чем в рыбьем жире, а Е в пять раз больше, чем в знаменитом оливковом масле. Масло применяют при лечении нервных расстройств, простудных заболеваний, для снижения уровня холестерина,

повышения иммунитета. Кстати, дороговизна кедрового масла объясняется тем, что для получения 1 кг масла методом холодного прессования требуется 3 кг чистых орешков. Поэтому, если увидите в продаже кедровое масло по цене ниже 1000 рублей за литр — это подделка.

Елена Георгиевна поделилась с нами способом, как отличить натуральное масло от фальшивки: капните его в чистую стеклянную посуду и смойте горячей водой. Настоящее кедровое масло смоется само, без применения чистящих средств, а подделка будет вести себя как любой жир.

Специалисты не советуют покупать пакетики уже готовых очищенных орешков. Дело в том, что масла, содержащегося в орехах, настолько много, оно такое нестойкое, что орехи быстро портятся.

Виктория КОСТИНА,  
фото автора

# Программа народного фронта

**На декабрьские выборы кандидаты Общероссийского народного фронта и «Единой России» выйдут с общей программой. Сейчас этот документ дорабатывается Институтом социально-экономических и политических исследований и в концентрированном виде будет представлен на съезде партии, который пройдет в Москве 23-24 сентября.**

### ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ — УЛУЧШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ

Разработать программу, которая бы отразила чаяния и пожелания всего населения страны, вобрала бы в себя предложения по развитию каждого города, поселка и региона, предложил Владимир Путин, председатель правительства РФ, лидер партии «Единая Россия» и Общероссийского народного фронта.

Чтобы программа стала действительно народным документом, создано сразу несколько каналов, по которым предложения граждан поступали к разработчикам

программы.

Во-первых, предложения в народную программу вносились во время предварительного голосования.

Во-вторых, сбор предложений в народную программу вели доверенные лица Объединенного народного фронта, которые встречались с населением, с представителями профессиональных союзов и общественных организаций. Доверенные лица работали как на региональном, так и на муниципальном уровне. В частности, в Иркутской области на уровне региона работали 13 доверенных лиц и 652 — на муниципальном уровне. Все-го, по данным протоколов

встреч, от них поступило 933 предложения в народную программу.

Свои предложения в народную программу также подавали муниципалитеты. Для этого проводился конкурс проектов муниципальных образований. Большая часть их предложений будет учтена при формировании регионального бюджета на следующий год.

### БОЛЬШИНСТВО ПРОБЛЕМ ДОЛЖНЫ РЕШАТЬСЯ НЕ В МОСКОВЕ, А ТАМ, ГДЕ МЫ ЖИВЕМ

По итогам пикетов народной программы — своеобразного уличного опроса, который прошел в Иркутске, Усолье-Сибирском, Братске, Усть-Илимске и Ангарске, наибольшего внимания, по мнению жителей, требуют проблемы в сферах образования, здравоохранения и экологии. Еще беспокоят состояние жилищно-коммунального хозяйства и не-

довлетворительная работа общественного транспорта.

«Всего по всем каналам в регионе поступило 1338 предложений в народную программу», — говорит Наталья Протопопова, координатор народного фронта в Иркутской области. — Из них 724 касаются местной проблематики, решения на региональном уровне требует 361 предложение и 253 формируют повестку дня для федерального центра».

Получается, что на местном уровне прежде всего нужно заниматься образованием (людей волнует нехватка детских садов, закрытие малокомплектных школ на селе), развитием культуры и созданием комфортной среды обитания в городах и поселках. Люди хотят, чтобы народный фронт поставил перед региональной властью вопросы, касающиеся развития здравоохранения, состояния транспортной инфраструктуры, в первую очередь автомобильных дорог.

Наконец на федеральный уровень жители Иркутской области выносят обсуждение улучшения поддержки материнства и детства, решения проблемы строительства доступного жилья жилищно-коммунального хозяйства.

### ПОГОВОРИМ КОНКРЕТНО

Отделение народного фронта в Иркутской области предложило включить в региональный раздел федеральной части народной программы несколько конкретных проектов.

Первый — это проект «Дети — будущее Приангарья», включающий пять программ: «Я — родился!», «Я — расту!», «Я — учусь!», «Профессия» и «Сельская школа».

Через программы «Я — здоров!» и «Я — гражданин России!» планируется финансировать мероприятия в области здравоохранения и патриотического воспитания.

Еще один проект — «Развитие села Приангарья». Он рассчитан на пять лет, в ходе которых планируется улучшить условия проживания жителей села и поддержать региональных сельхозтоваропроизводителей.

Третий проект — строительство города-спутника Иркутска. Строительство жилого комплекса на 40 тыс. человек будет осуществляться на принципах государственно-частного партнерства.

«Особо хочу отметить, — говорит Александр Битаров, секретарь регионального политического совета партии «Единая Россия», — что участие в разработке предложений приняли не только жители больших городов, но и сельской местности. Равнодушных не было: жители Приангарья понимают, что от их активной жизненной позиции зависит будущее детей и внуков».

Виктор ВОСКРЕСЕНСКИЙ

• ЗНАЙ НАШИХ!

# Никаких поблажек

**Со 2 по 5 сентября на базе отдыха «Юбилейная» прошли первые сибирские игры для людей с ограниченными возможностями, посвященные 350-летию Иркутска и 60-летию Ангарска.**

В первые соревнования были проведены сразу по 14 видам спорта с охватом участников из Иркутска, Улан-Удэ, Усть-Илимска, Усть-Орды, Зимы и Саянска. Сборная Ангарска состояла из четырех команд, по 9 человек в каждой. Была задействована вся легкая и тяжелая атлетика, настольный теннис, дартс, армрестлинг, футбол и волейбол.

В 8 утра подъем, в 10 соревнования. Никаких поблажек. После ужина и до 11 вечера участники спартакиады проводили культурно-развлекательные мероприятия, подготовив свой достойный ответ «Минуте славы», «Что? Где? Когда?» и другим российским передачам. Так, участник команды иркутского района поразил всех фокусами с живым огнем, который он зажигал об себя и тушил во рту.

По словам председателя АОСОИ «ИнваТурСпорт» Елены ГРАЦИНСКОЙ, всем участникам игр была предоставлена воз-

можность выступить, что открыло у давно знакомых людей массу неизвестных ранее талантов. Участники устроили презентацию команд, декламировали авторские стихи, представляли живопись, вышивку. В конкурсе «Что? Где? Когда?» отличился 40-летний Алексей АГАФОНОВ, который ответил на максимальное число вопросов.

Общим ликованием было встреченено известие жюри, что ангарская сборная заняла первое общекомандное место по волейболу и второе по футболу. Инвалиды — они такие, умеют радоваться за успехи других. В беге отличились Надежда ИВАНОВА и Сергей ШАРЫПОВ. Кстати, недавно Сергей справил новоселье в новой комнате в общежитии, которую за спортивные достижения ему выделила администрация города.

В соревнованиях по метанию копья первые места заняли Анатолий МОКИН, Сергей ПОЗЫНЕНКО и Иван ГРАЦИНСКИЙ. В

толкании ядра отличились Алексей МАТВЕЕВ и Марина ПЕДОРИЧ. Лучшими в гиревом спорте стали Анатолий Мокин, Валентина ГУТОРОВА и Сергей Позыненко, а в жиме штанги лежа — Марина Педорич и Валентина Гутрова. Колясочница Ольга НОВИЦКАЯ пришла в клуб совсем недавно, но уже показала отличные результаты по дартсу.

Сейчас Елена Александровна вспоминает, что сибирские игры могли не состояться. Руководство АНХК выделило «ИнваТурСпорт» бесплатное проживание на турбазе «Юбилейная», местное отделение партии «Единая Россия» нашло средства для призового фонда. А вот областное Министерство по спорту, в чьи непосредственные обязанности входит проведение подобных мероприятий, всё тянуло с оплатой питания участникам игр. Грачинской даже было предложено отменить мероприятие, что та категорически отказалась сделать: «Люди купили билеты на поезд, настроились. Что я им скажу?» Настойчивость председателя в буквальном смысле спасла мероприятие.

Оксана ТИХАЯ



■ Кто сказал, что инвалиды — неподвижные люди?



## ГОРЯЧИЙ ТЕЛЕФОН 50-89-69

Слушаем вас с 9 до 21.00 каждый день

# Кому ремонтировать дорогу?

**?** - У нас во дворе отремонтировали дорогу - засыпали дыры старым асфальтом. Интересно, кто финансировал эти работы?

Михаил Николаевич

**E**лена КОЛЫКИНА, начальник ПТО управляемой компанией «Наш дом», рассказала нашей редакции:

- Это мы временно засыпали, чтобы машины не бились. В плане города на 2011 год ремонта этой дороги нет. С заявкой жителям надо обращаться в департамент по ЖКХ и строительству.

В департаменте нам подтвердили, что жильцы действительно могут подавать заявку на ремонт. Но уточнили: сначала в свою управляющую компанию. При этом предупредили, что на этот год денег на ремонт внутриквартальных дорог уже нет.

17 августа на сайте го-

родской администрации была размещена информация о том, что в городском бюджете в этом году на ремонт внутриквартальных проездов заложено десять миллионов рублей, семь из них освоены. Значит, три миллиона еще остались.

Кстати, вскоре за содержание внутриквартальных дорог будут отвечать (и платить) собственники жилья. Как пояснила нашей редакции юрист Галина ШИДЛОВСКАЯ, сейчас чиновники городской администрации делают ставку на межевание, которое в Ангарске должно завершиться до конца 2011 года. Раздел земли даст возможность

службам города переложить значительную часть содержания внутриквартальных дорог на плечи собственников жилья.

Дорога, о которой спрашивают жители дома №3, вплотную подходит к их дому, так что при межевании она скорее всего войдет в придомовую территорию. Значит, ее обслуживание станет заботой собственников квартир. Между тем жильцы жалуются, что придомовую дорогу им разбивают машины чужаков. В частности, через двор родители возят детей в близлежащие детский сад и школу. Как же быть? Жители Центральной России, например, огораживают свою придомовую территорию и не пропускают на нее посторонние машины.

Елена КЛИМОВА

ремонтным

**?** - Объясните через газету, почему голуби падают с высоты и гибнут?

Людмила Дмитриевна

уничтожает их.

Вторая причина гибели птиц вытекает из первой. Из-за обильной подкормки голуби разучились добывать пропитание самостоятельно. Как только исчезает источник питания, так птицы начинают гибнуть. Наступающие холода тоже играют свою роль.

- Чтобы назвать точную причину, надо по крайней мере хотя бы одну тушку голубя отдать в лабораторию на экспертизу, - посоветовал Сергей Дмитриевич.

Мы обратились к Евгению НАЗАРЕНКО, главному государственному ветеринарному инспектору по Ангарску и Ангарскому району. Он-то должен знать, что происходит. Но Евгений Георгиевич ответил:

- Могу точно сказать,

что массовой гибели голубей в Ангарске ни разу не было. Были случаи, когда зимой птицы умирали от сильных морозов.

Недавно по телевизору специалист-орнитолог назвал еще одну причину. Пищеварительная система голубей просто не в силах переварить фаст фуд, которым их пытаются накормить добросердечные горожане. Вот и погибают голуби с полным желудком непереваренного гамбургера.

Если вы все-таки увидели умирающую птицу или уже мертвую, ни в коем случае не берите ее в руки и не тащите домой. По словам специалистов, голуби являются переносчиком инфекционного заболевания – орнитоза, которое может передаваться человеку и привести к летальному исходу.

Мария СУХАНОВА



■ Музыканты иркутского ведического центра исполняют традиционные индийские духовные песни – бхаджан.

# Кто отдыхает за шторами?

**?** - Мы отдыхали на природе, когда проходили мимо турбазы «Юбилейная», увидели, что стоит много машин, из которых выгружают мебель. В столовой занавесили окна. Мы поинтересовались: что здесь будет? Нам ответили, что 3 дня будет проходить конференция верующих, заняли все залы, будет много молодежи. И самое главное – возглавлять все будут китайцы. Попробуйте туда проникнуть и проверить.

Тамара

**?** - На территории бывшего лагеря «Электроник» три дня отдыхала какая-то секта. Они и в прошлом году огромной оравой там были. Кто они на самом деле?

Елена

**M**ы поговорили с исполняющей обязанности начальника турбазы «Юбилейная» Нонной ЯКУШЕНКО, которая знает организацию «Благодать» уже 8 лет. Она, как и еще 128 религиозных организаций, зарегистрирована по всем правилам в областной администрации, а значит, тоталитарной и опасной для личности не считается.

Нонна Николаевна рассказала, что в этой религиозной общине состоят люди в основном среднего возраста. Много среди них бывших алкоголиков и наркоманов, которых привели в порядок и даже устроили на работу. У «Благодати» есть свой реабилитационный центр в Черемхове. На ежегодные конференции, которые проходят на турбазе «Юбилейная» в последних числах августа, когда уже отшумит последний детский сезон, съезжаются

делегаты из разных городов Сибири и Дальнего Востока. Всего 250-300 человек.

- Люди скромные, порядочные. Они не пьют, очень редко можно увидеть среди них курящих. Красиво поют. Много читают. У всех присутствующих всегда на груди бейджик с именами и городами, откуда они приехали. Никого за руки в свою организацию «Благодать» не тянет, никакой агитации не проводят, – говорит Нонна Николаевна. – А окна шторами закрывают, чтобы во время семинаров и молитв не отвлекаться.

Среди верующих действительно есть с десяток людей с корейскими паспортами.

Кроме этого, в оздоровительном лагере «Здоровье» после детских сезонов отдохнули и учатся кришниты. Начальник лагеря Константин ПРЕЛОВСКИЙ не видит в этом ничего страш-

ного. Молятся люди иным богам, так на то и свобода вероисповедания, гарантированная Конституцией РФ. Главное, что при оформлении аренды религиозные организации представляют директорам турбаз весь пакет регистрационных документов.

Аdeptы «Сознания Кришны» под руководством духовных наставников проводят семинары, совершают молебны и обряды. С ними приезжает много детей. Есть среди кришнитов, как признался Преловский, и его знакомые. Кришниты – вегетарианцы. С агитацией ни к кому не пристают. Но и чужих просят их не тревожить. Константин Преловский сообщил нам, что на соседней территории, на турбазе «Электроник», гостила еще одна организация – свидетелей Иеговы. И там верующие люди не употребляют алкоголь и собираются, чтобы встретиться с учителями и спокойно помолиться.

Смею предположить, что когда на турбазах отымают религиозные организации, у директоров голова о безопасности людей и имущества болит меньше, чем когда заезжает отдохнуть наш простой неверующий люд. Эти-то, не веря ни в Бога, ни в черта, такое иногда вытворяют, что впрочем всех святых выносить.

Лена ДАВИДОВИЧ,  
фото Николая СТЕРНИНА

## СРОЧНО В НОМЕР

### УСЛУГИ

► Комплексный ремонт помещений. Недорого. Ремонт и строительство дач. Тел.: 8-983-410-82-70, 65-37-51, 8-924-820-50-48. <sup>4396</sup>

► Ремонт квартир. Недорого. Тел.: 54-65-80, 63-97-73. <sup>4448</sup>

► Мягкая кровля. Тел. 63-50-56. <sup>4363</sup>

► Опытный электрик. Тел. 63-20-52. <sup>4661</sup>

► Замена электропроводки. Тел. 632-052. <sup>4662</sup>

► Ремонт ТВ. Вызов бесплатно. Гарантия. Тел. 68-66-76. <sup>4575</sup>

► Ремонт стиральных машин, опыт. Тел.: 52-99-11, 8902-174-2088. <sup>4535</sup>

► Уборка квартир, мытье окон по выходным дням (суббота, воскресенье). Тел. 8-904-130-93-94. <sup>4714</sup>

► ПЕРЕВОЗКИ

► Перевозки 1,5 т. Тел. 8904-141-8671. <sup>4202</sup>

► ПГС, шлак, песок. Тел. 68-18-70. <sup>4367</sup>

► 4ВД грузы перевозим: город, межгород, от 1,5 т; спецтехника, грузчики, переезды, эвакуатор, буксир, мусор, ПГС и т.д. Тел.: 8 (3955) 68-33-37, 8902-768-3337. <sup>4425</sup>

► Гравий, песок, шлак, перегной, на

воз, куряк, 10 т. Тел. 8908-65-02-060. <sup>4441</sup>

► Грузоперевозки. Тел. 68-26-27. <sup>4558</sup>

► Грузоперевозки. Тел. 8902-5675-256. <sup>4559</sup>

► Кран-борт. Тел. 8902-5790-441. <sup>4567</sup>

► Перевозки. Тел. 8914-907-6504. <sup>4628</sup>

► Куряк сухой. Тел. 89025-12-52-09. <sup>4705</sup>

### НЕДВИЖИМОСТЬ

#### ПРОДАЖА

► Дом в д. Старая Ясачная (20 соток земли, в собственности). Тел. 8-950-10-55-608. <sup>4587</sup>

► Гараж в а/к «Мотор-1» (3,5x12, яма, подвал, после капремонта) - 850 тыс. руб. Тел. 8-908-66-00-771. <sup>4677</sup>

Вам уже снимается  
**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ?**

Тел. 8911-7344-240, риелтор.

► Кабину в м-не «Прибрежный». Тел. 8-902-76-93-100. <sup>4686</sup>

► Магазин промтоваров 140 кв.м в 29

мрн. Тел. 8902-5146-934. <sup>4707</sup>

### АРЕНДА

► Сдам 1-комн. кв-ру одинокой жен-

щине. Тел. 69-50-85. <sup>4648</sup>

► Сдам жильё. Тел. 634-404. <sup>4692</sup>

► Сниму жильё. Тел. 63-20-70. <sup>4691</sup>

### АВТОТРАНСПОРТ

#### ПРОДАЖА

► М/а «Таун-Айс» 1999 г. вып. Тел. 8-902-

5-125-656. <sup>4384</sup>

► «Хонда-Одиссей» 2000 г. вып. Тел. 8902-5790-321. <sup>4688</sup>

### СООБЩЕНИЕ

► Утерянное водительское удостоверение серии 38 ВН № 022319 от 1.04.2008 г. на имя Вяткина Дмитрия Сергеевича прошу вернуть за вознаграждение. Тел. 8950-082-0425. <sup>4640</sup>

### РАБОТА

► Магазину требуются ПРОДАВЕЦ, КЛАДОВЩИК. Тел. 63-33-38. <sup>4591</sup>

► Требуются АВТОМОЙЩИКИ, з/п достойная. Тел. 8-924-62-40-587. <sup>4623</sup>

► Женщине-руководителю требуется ПОМОЩНИК по работе с персоналом. Доход 17-52 тыс. рублей. Тел. 630-794. <sup>4666</sup>

► Предприятию требуются электромонтажники. Тел. 53-20-71. <sup>4704</sup>

► Для работы в офисе руководителю требуется ПОМОЩНИК. Возможность карьерного роста, обучение за счет компании. Тел. 8-914-947-36-59. <sup>4708</sup>

► Требуются СОТРУДНИКИ для работы в офисе, карьерный рост, бесплатное обучение, доход от 15 тыс. руб. Тел. 8-904-139-87-90. <sup>4709</sup>

► Внимание! В связи с расширением учреждения объявлен дополнительный прием СОТРУДНИКОВ. Тел. официального представителя 890-411-332-47. <sup>4710</sup>

► Срочно требуются ПРОДАВЦЫ без в/п в продовольственный магазин. Тел.: 51-28-48, 54-34-42. <sup>4711</sup>

► Найму семейную пару сторожей для проживания в деревне. Тел. 8-904-1-208-076. <sup>4720</sup>

● АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ

# Укус вампира

**Виртуальное зло может принести реальный вред ребенку**

**«Мой сидит в Интернете» - так сегодня все чаще говорят родители о своих детях. Принято считать, что компьютер развивает, расширяет и обогащает. Однако специалисты отмечают лавинообразный рост преступлений против детей, совершенных с помощью Интернета. Не случайно президент принял закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» (он вступит в силу через год, в сентябре 2012 года). Мы не стали так долго ждать и расспросили, какие угрозы таит в себе виртуальный мир, председателя комитета Государственной Думы по вопросам семьи, женщин и детей Елену МИЗУЛИНУ и Дениса ДАВЫДОВА, руководителя «Лиги безопасного Интернета» - общественной организации, которая пока в одиночку в России противостоит кибер-злодеям.**

**- Елена Борисовна, что страшного может случиться с ребенком, который пользуется Интернетом?**

- Ребенок сегодня может получить из Интернета любую информацию. И любое общение. В силу возраста он не может оценить сам, опасна ли для него та или иная информация. Но впитывает ее мгновенно. Поэтому президент принял закон о защите детей. Закон построен на самоцензуре тех, кто изготавливает и распространяет информационную продукцию. Изготовители информации должны указывать, для детей какого возраста она запрещена.

**- То есть как раньше в кино писали «до шестнадцати лет смотреть не рекомендуется»?**

- Да. Возрастных групп вышло пять - до 6 лет, от 6 до 12, от 12 до 16, от 16 до 18. От 18 и старше - это уже по нашим законам взрослые люди. Порнография, нецензурная брань, действия, побуждающие детей к совершению поступков, представляющих угрозу жизни и здоровью, в том числе и самоубийству, вызывающие желание употребить наркотики, заняться проституцией, бродяжничеством, обосновывающие и оправдывающие насилие или жестокость, информацию, отрицающая семейные ценности, будут по этому закону запрещены абсолютно для всех детей. Сцены натуралистические можно показывать ребенку, если рядом с ним родители, если ребенку больше шести лет. Взрослый человек нужен, чтобы у ребенка не было страха и

паники. Сцены насилия могут быть показаны только в том случае, если там же показано осуждение этого насилия. Для ребенка до шести лет очень важно, чтобы все в увиденной им истории закончилось хорошо. Ни один специалист не может сказать, как со временем скажется на ребенке пережитый страх. Вся информация должна иметь маркировку - это либо указание возраста, либо значок, запрещающий детям просмотр данной информации.

**- Долгие годы идут споры о том, что считать порнографией. Сейчас получена ясность по этому вопросу?**

- Порнография - это все, что связано с натуралистической сценой полового акта или натуралистическим изображением половых органов. В том числе и в мультфильмах.

**- Часто приходится слышать, что дети сейчас ранние и разврат - это не причина, а следствие этого раннего развития...**

- Ранняя сексуальная информация - это очень опасно! Фактически мы можем потерять этих детей как членов общества. Тому пример - трагедия, которая произошла в Норвегии, когда внешне здоровый человек расстрелял людей. Наши дети встречаются со злом чаще, чем мы думаем. В России каждый второй ребенок идет на личный контакт с тем, с кем познакомился в Интернете.

**- Денис, я слышала, что в России теперь тоже ловят на живца извращенцев, которые через Интернет пытаются познакомиться с**

**ребенком и сорвать его. И ваша организация имеет к этому прямое отношение.**

- Наша организация «Лига безопасного Интернета» объединила все адекватные силы по борьбе с опасностями, которые могут ждать на-

они не знают элементарных правил безопасности в Интернете! Их не знают и родители. И всего три процента родителей знают, чем заняты их дети, когда сидят перед компьютером. Лавина проблем растет, как и рост преступлений против детей. Пользование Интернетом выросло в 25 раз, а сексуальные преступления против несовершеннолетних - в 30 раз!

**- Как выглядит ловля на живца в российском варианте?**

- У нас создан отряд кибер-дружинников. Добровольные помощники - модераторы сообщают им о сайтах, на которых появляется запрещенная информация, где очевидно присутствие человека с нездоровым интересом к детям. Мы

свидание с 12-летней девочкой приехал доцент медицинского вуза. В его автомобиле лежал набор хирургических инструментов. Я даже представлять не хочу, чем могла закончиться такая реальная встреча!

**- Чем закончилась история с этим доктором?**

- Его отвезли на Петровку, провели беседу, сфотографировали, взяли отпечатки пальцев и внесли в базу данных людей со специфическими пристрастиями. После чего он вернулся на работу, ведь по нашему закону он ничего преступного пока не совершил.

**- Но, наверное, на живца всех не переловишь?**

- Мы это понимаем. И предпринимаем другие шаги. Например, заклю-

пустимого поведения. Взрослые начинают фантазировать на эту тему, пытаются в реальной жизни испытать эти ощущения. Это как укус вампира! В Австралии, например, запретили женщинам с нулевым размером груди сниматься в порно - у них это считается имитацией под тело ребенка и запрещено законом! А в России детское порно молодеет. 50 процентов сообщений на горячие линии - об участии в порносюжетах детей от 6 до 9 лет! Но ведь главное наше богатство - не нефть и газ, а наши дети! И только сообща мы сможем их защитить.

**- Ваш совет родителям, что они должны сделать уже сегодня.**

- В Европе дети пользуются Интернетом только в присутствии взрослых. Компьютер всегда должен стоять на виду в общей комнате, чтобы взрослый мог наблюдать, с кем переписывается ребенок, на какие ресурсы заходит. Не надо стесняться читать переписку детей - это тоже средство родительского контроля. Нужно быть с ребенком в доверительных отношениях. 66 процентов детей не сообщают родителям о травле, домогательствах, потому что боятся, что им запретят пользоваться компьютером!

А еще извращенцы получают неприличное фото ребенка и грозят разместить фотографию в сетях, отправить родителям. И заставляют ребенка сниматься еще и еще в более откровенных видах, позах... Такое часто бывает при общении в чатах. Запретите детям выкладывать в социальных сетях информацию о себе - нельзя указывать город, школу, адрес, телефоны. И даже фото на аватарку не нужно ставить. Со своими сверстниками ребенок познакомится и без этого. И никаких встреч с компьютерными знакомыми в реальной жизни - на это должен быть наложен полный запрет!

**Мария ДОНСКАЯ,  
г.Москва,  
специально для газеты  
«ВРЕМЯ»**



ших детей в Интернете. Это крупнейшие «игроки» сотовой связи и Интернет - рынка - МТС, «Мегафон», «Вымпелком», «Ростелеком», ресурс «Мэйл-ру», лаборатория Касперского. Это объединение общества, рынка и государства в борьбе с опасным контентом. Темпы распространения Интернета в России самые высокие в мире. Это хорошо: растет человеческий потенциал, база знаний людей. Но этот рост несет угрозу для детей, ведь

создали несколько странниц в социальных сетях с вымышленными детьми двенадцати лет и стали вести от их имени переписку с теми, кто заходит на их страницу. Самый большой срок, когда мы ждали письма от явного извращенца, - два дня! Многие педофилы сами прикidyваются детьми - ставят в социальной сети детскую фотографию вместо своей, ведут беседу от лица подростка. А на встречу к ребенку приходит опытный совратитель. Однажды на

## ● НАШИ ЛЮДИ



■ Семья Самохваловых трудности преодолевает вместе.



■ Семья Асташиных: в центре – Константин и Наталья, наверху – Яша, внизу слева направо – Соня и Даниил.

# Четыре кита

На чём держатся почётные семьи Ангарска

**31 августа в зале заседания администрации людей семейных награждали дипломами и подарочными сертификатами на приобретение бытовой техники. Это были лучшие семьи, которые участвовали в традиционном конкурсе управления социальной защиты населения администрации АМО. Всего на титул «почётная» претендовали 7 ангарских семей. Но только 4 семьи - САМОХВАЛОВЫ (номинация «Молодая семья»), КАЙГОРОДОВЫ («Преимущество семьи»), КОПЫТОВЫ и АСТАШИНЫ («Многодетная семья») - судьи так и не определились, кто из них почётнее, - поедут отстаивать честь Ангарска на областном конкурсе. Мы решили познакомиться с ними. И узнать, на чём нынче семьи держатся.**

**Оптимизм** – главная черта четы **Самохваловых**. Они – артисты в душе: Андрей занимался в народном ансамбле, а Марина ходила на бальные танцы. В 2010 году они заняли третье место в конкурсе «Молодая семья». Обожают походы на Орлик, источники Хойтогол и Жойган, вулканы Перетолчина и Кропоткина. А год назад около скальника Витязь нашли красивое брускничное место, вытащили туда родственников. И ездить за брускникой каждое лето стало традицией!

Самохваловы очень хотят второго ребёнка, но грустно при этом вздыхают. Понятно, почему.

**Дети.** В старости Виктории и Андрею **Копытовым** будут подносить сразу пять стаканов! Виктория сейчас сидит в декрете с 2-летней Софией. Помимо младшей дочери, они воспитывают Антона (18 лет), Романа (8 лет), Андрея (7 лет).

Старший сын, 22-летний Станислав, недавно женился, Копытовы будут скоро нянчить внука, невестка Дарья родит через два месяца.

- Я очень благодарна

Наталье Бреус, - говорит Виктория. - Она – врач от Бога. Благодаря ей я родила 5 здоровых детей! И поэтому Дашия уговорила приехать рожать в Ангарск у Бреус (они живут в Самаре).

Семья Копытовых очень творческая. Виктория любит поэзию, петь и рисовать, является старшей по жилому дому. Андрей – член иркутского внедорожного клуба «Проектор», постоянно участвует в соревнованиях по автоспорту. Сам собрал для семьи машину! Сын Антон пошёл по папиным стопам, учится на автомеханика. А 7-летний Андрей – будущий профессиональный хоккеист. 8-летний Роман любит рисование и лепку из солёного теста. В 2009 году Копытовы с детьми участвовали в городском конкурсе «Леди в погонах» и заняли 2-е место.

**Судьба. Асташины** – одноклассники. Наталья ещё в пятом классе заприметила спортсмена Костю. Но судьба связала их только после окончания школы – на встрече одноклассников. И вот они вместе растят четверых детей. Наталья (37 лет) и Константин (38 лет) Асташины – родители талантливых ребят. 10-летний Яша и 9-летняя Соня устроили нам целый музыкальный вечер. Брат и сестра сыграли дуэтом на скрипке и флейте «Словацкую польку». И представили авторские номера. Яша – свою композицию «Осенний листопад», а Соня – «Капельки». Стар-

ший, 18-летний Денис, закончил музыкальную школу по классу гитары, барабанщик в рок-группе «Штурмовое предупреждение». 14-летний Даниил обожает футбол и хоккей. Хочет стать кулинаром и открыть собственное кафе.

Наталья на конкурс семей сделала красивый альбом в морском стиле, потому что считает: дети – её жемчужины!

**Доброта.** Андрей и Оксана **Кайгородовы** участвовали в конкурсе в 2007 году в номинации «Многодетная семья» и заняли 2-е место (о них мы уже писали). Тогда у них было четверо детей, а сейчас настоящая команда из десяти человек! Оксана рассказывает, что после прошлого конкурса они с мужем решили дать семью 3-летнему Артёму. На занятиях с приёмными родителями Оксана узнала от психологов, что Артёму легче будет адаптироваться к новым условиям с таким же, как он, ребёнком. Так появился 4-летний Никитка. Оксана Кайгородова рассказывает:

- А у Никиты в доме ребёнка осталась сестра Ксения. Их нельзя было разлучать. Так в нашей семье появилась Ксюша. Однажды нам позвонили из Иркутска и пригласили в суд. На нерадивую мамашу Никиты и Ксении завели уголовное дело за то, что не платила детям алименты. Там мы увидели 11-летнюю Кристину – сестру Никиты и Ксении. Её мы тоже не могли оставить одну и



■ Семья Копытовых на церемонии награждения (с младшими детьми Романом и Софией).

соединили родных братьев и сестёр. Через некоторое время из дома ребёнка позвонили и сообщили, что мать нашего Артёма родила ещё одного ребёнка, отказалась и от него. Это был Саша, который тоже остался у нас.

Сейчас малыши прекрасно себя чувствуют в семье. Ещё у Андрея и Оксаны Кайгородовых есть двое совместных детей – Катя (4 года) и Наташа (3 года).

- Двое моих старших детей уже взрослые. Но от семьи они не оторваны. Кристине 22 года, она недавно вышла замуж и заканчивает учиться на дизайнера по интерьеру. Когда нас пригласили поучаствовать в конкурсе, она оформляла альбом вместе с детьми

и придумывала стихи к фотографиям. Артуру 21 год, работает автомехаником. И есть младший, Лёва. Ему 11 лет, – рассказывает Оксана.

Кайгородовы мечтают лишь об одном – расширить свой скромный дом. У детей мало личного пространства в трёхкомнатной 100-метровке. На 6 сотках земли семья сама заложила фундамент под новую комнату. Планируют сделать второй этаж. Но строительные работы дорогие, с пятью маленькими детьми не по карману. Семья, которая не смогла детям отказать в родительском тепле, теперь сама ждёт помощи.

Ирина ЛОБАЧЁВА,  
фото из архива  
почётных семей

## ● ОБРАЗОВАНИЕ

# Эстраду подняли наверх

**С тех пор, как санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования ужесточились, в Ангарске у таких учреждений начались проблемы.**

**Н**апомним, в школе №4 детский образцовый театр «Росток» не прошёл проверку Роспотребнадзора и был закрыт на 90 дней. Хотя до этого театр располагался в подвале школы 18 лет!

Как нам стало известно, похожая ситуация произошла в феврале

2011 года в МОУ ДОД «Детская школа искусств №2». Школе было выдано отрицательное санитарно-эпидемиологическое заключение. Причина — три кабинета эстрадного класса находились в цокольном этаже здания. Срок лицензии истекал 31 марта 2011 года. А 8 апреля 2011 года по собствен-

ному желанию с должности директора ушла 60-летняя Людмила ГАМАН. Три месяца обязанности директора исполняла Людмила САМАРЦЕВА.

— Мне пришлось решать проблемы. Эстрадное отделение нужно было вывести на верхние этажи, что мы и сделали. После чего получили положительное санитарно-эпидемиологическое заключение. В короткие сроки собрали документы для лицензирования в

службу по контролю и надзору Иркутской области, — рассказывает Людмила Самарцева.

Инициативная группа родителей написала письма в администрацию района, в результате школе были выделены 500 тысяч рублей на звукоизоляцию трёх кабинетов, чтобы эстрадники не мешали заниматься другим.

Лицензию школа получила. А 14 июля Людмила Самарцева была назначе-

на директором школы искусств №2.

— У меня возникла сложность, когда я переходила на должность директора, — рассказывает Людмила Юрьевна. — Преподавательские часы уменьшились, и пришлось кого-то из своих учеников передать другому преподавателю. Но дети будут в надежных руках — наш коллектив — это энтузиасты своего дела.

К учебному году школа готова. Но зданию по-



**■ Новый директор школы искусств №2 Людмила САМАРЦЕВА быстро решает проблемы.**

прежнему требуется капитальный ремонт. С будущего года будут его добиваться.

**Ирина ЛОБАЧЁВА,**  
фото автора

## ● ИНСТРУКЦИЯ

# Не экономьте на обуви!

**Осень — пора больных суставов. Почему это происходит, рассказал нашей газете Дмитрий ЩЕРБИН, заведующий отделением травматологии больницы скорой медицинской помощи (БСМП).**

**Д**митрий Анатольевич начал свой рассказ о суставах с разъяснения, как они устроены. Скажем, что это сложно. Кто серьезно заинтересуется, должен будет заглянуть в анатомический атлас. Все сложное уязвимо. Суставы постоянно находятся в движении, а значит, подвержены износу и травматизму. Болезнь могут вызывать врожденные нарушения развития сустава, бактериальные или вирусные инфекции, сбои в обмене веществ и гормональном фоне организма.

На прием к травматологам приходят женщины в возрасте со словами: «Доктор, я вся болею!» А оказывается, что не к травматологу идти надо, а к гинекологу или эндокринологу. В том, что ломит все суставы, виноваты гормоны. Точнее, их отсутствие.

Избыточный вес пудовыми гирями висит на коленях и позвоночнике. Вот наглядный пример: одна дама похудела на 30 кг и поехала как-то на оптовку. Прёт кое-как сумку с продуктами. Из любопытства бухнула её на весы: 12 кг. И тут до дамы дошло, что недавно она носила на себе 30(!) кг собственного жира! Понятно стало, почему скелет ныл.

Еще может болеть не сам сустав, а окружающие его ткани — мышцы, связки и нервы с сосудами. Боль в суставах может

возникнуть из-за проблем в позвоночнике. Если у вас тянет руку, а доктор отправляет делать снимки грудного отдела позвоночника, не спрашивайте, какая тут связь. Связь может называться остеохондрозом.

Доктор рассказывает, что наши люди сами ставят себе диагнозы. Зайдут и с ходу заявляют: «У меня мениск!» — «Да у вас их четыре», — удивляется «знатока» Щербин. Мениск — не заболевание, а элемент коленного сустава, прокладка между хрящами, чтоб не истиралась. И мениски действительно могут пострадать, если вне-

запно подскочить с грядки. А вот оперировать потом сустав или нет, можно будет сказать только после обследования.

**■ Если у вас тянет руку, а доктор отправляет делать снимки грудного отдела позвоночника, не спрашивайте, какая тут связь. Связь может называться остеохондрозом.**

редко кто делает это в хорошо амортизирующей специальной обуви.

А может, есть другие нагрузки, не калечащие суставы? Велосипеды, считает Щербин. Он с семьей давно на них ездит.

— Нагрузку получаешь идеальную: на суставы давления нет, а мышцы работают. Еще хорошо заниматься в бассейне. Вода делает тело легче, нагрузки на суставы уменьшаются в разы.

Здоровье суставов зависит от правильной обуви. Мамы умиляются, ставя крох на каблучки. Наг-



**■ Травматолог Дмитрий ЩЕРБИН советует всем дачникам ходить к врачу на прием для профилактики.**

радить дочку букетом болячек, начиная от искривления позвоночника и заканчивая смещением органов? Глупость! Противопоказаны новомодные каблучки и подросткам.

— Ходьба на шпильках или высоких платформах противоречит нормальной биомеханике стопы. Смещается природный центр тяжести. Страдают

колени, тазобедренный сустав и позвоночник. Мышечная память формирует изменения, которые с

взрослением

могут нарастать как снежный ком.

Дмитрий Анатольевич как врач и отец 10-летней дочки советует хотя бы детскую обувь покупать в фирменных магазинах. Есть надежда, что она будет правильной, с ортопедической точки зрения. Задник должен быть жестким, стелька с супинатором-валиком для правильного поддержания внутренней стороны стопы.

Щербин работает уже 12 лет, но до сих пор возмущается дикости наших людей. Они не ходят к вра-

чам годами. А потом получают диагноз, единственной помощью при котором может стать замена изуродованного болезнью сустава протезом.

— И еще что делают, — рассказывает доктор, — идут в аптеку: «Дайте что-нибудь от коленок, как в рекламе по телевизору». И провизоры отпускают лекарства без рецептов!

Дмитрий Анатольевич вспоминает недавний случай:

— На прием пришла девушка с травмой колена. Упала, в ссадину попала земля. Девушка по совету домочадцев стала привязывать мазь Вишневского. Но рана начала гноиться. При осмотре оказалось: процесс задел суставную придаточную сумку. Приди девушка сразу же, получила бы курс антибиотиков и небольшое хирургическое вмешательство. А так пришлось срочно оперировать. И некрасивый шрам, к моему глубокому сожалению, останется.

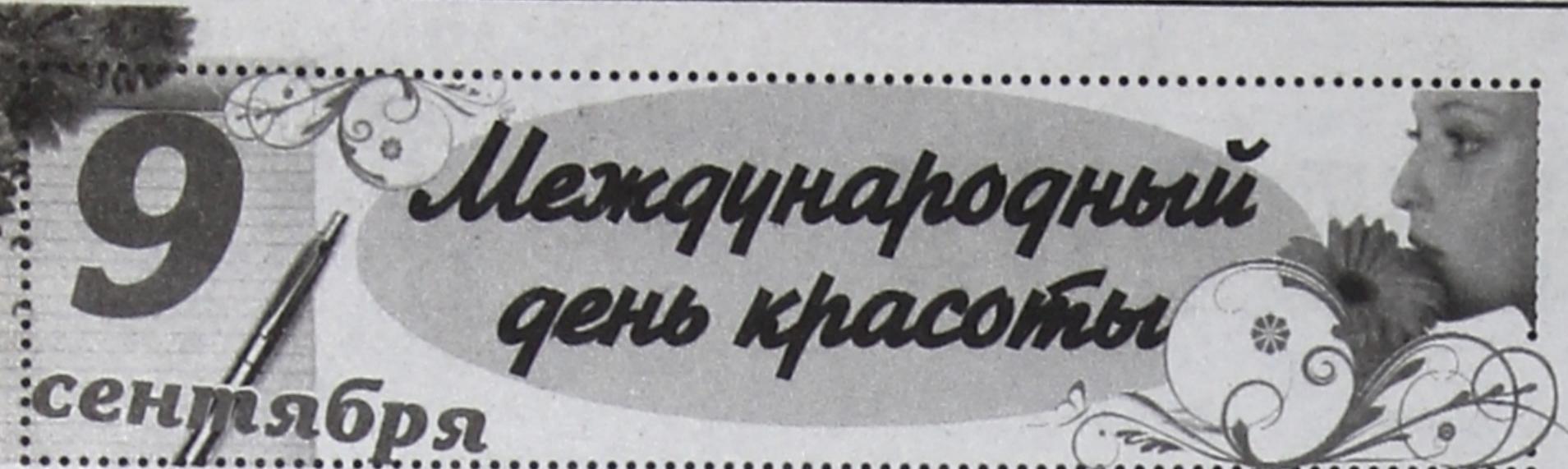
А сейчас доктор Щербин ожидает плоды дачного сезона.

— В моем понимании дачи — страшное зло! Они уносят здоровье тысяч

людей. Люди, в основном пожилые, несут там колоссальные нагрузки, им противопоказанные. Человек — существо прямоходящее. А у дачников специфическая поза — пятой точкой вверху. И вот, когда собран урожай, люди косяками идут за медпомощью, в том числе и к травматологам: лечить натруженные, исковерканные руки, ноги, спины. Всё заработанное непосильным трудом тратят на лекарства. Где логика?

Чтобы не было проблем с суставами, доктор дает советы: научитесь правильно выполнять хотя бы некоторые движения. Поднимайте тяжесть как штангисты, разгибая согнутые ноги, а не спину. Не оборачивайтесь резко, разворачивайтесь при этом стопу, а не бедро. Всегда за правило: проснувшись, лежа потянувшись, медленно согнуть-разогнуть ноги и руки, поворачивать кистями и стопами, сделать плавные наклоны головой, выгнуться как кошка. Это хоть в какой-то мере поможет подготовить организм к трудовому дню.

**Лена ДАВИДОВИЧ,**  
фото автора



"Единственная красота, которую я знаю, - это здоровье".

Генрих Гейне.

**"Надежда"**  
Психологический кабинет  
8-914-955-19-66 [www.psiholog-angarsk.ru](http://www.psiholog-angarsk.ru)

### ВНИМАНИЕ!

В рамках федеральной программы  
"Здоровое питание-здоровье нации" в г.Ангарске  
**ОТКРЫВАЕТСЯ КЛУБ  
"Я БЕРЕГУ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ".**

В рамках клуба вы пройдете бесплатное тестирование на жировом анализаторе, также можете вкусно снизить лишний вес, каждому участнику клуба индивидуальное меню питания. Занятия проводят специалист по питанию.

Подробная информация по тел.  
**8-952-6-305-065.**

Адрес: ул. Горького, д.21 (здание швейной фабрики со стороны маг. "Синенкий", подъезд слева), 2 этаж, оф. 10.

Помните: правильное питание - это долгая радостная жизнь без заболеваний.

Вы хотите добиться совершенства, сделать свою жизнь и жизнь своих детей ярче, стать уверенней и добиться успеха?

**ПРИХОДИТЕ  
В ФИТНЕС-ЦЕНТРЫ «ЛАГУНА»!**

Занятия с профессионалами по эффективным фитнес-программам принесут вам здоровье и отличное настроение!

«Лагуна-17», 17а мкрн, м-н «Эконом», 2 этаж,  
тел.: 51-05-96, 89149237455, 68-46-96  
«Лагуна-81», ТК «Центр», 4 этаж,  
тел.: 89148823176, 89643531719

Лагуна  
фитнес - центр

За последние десятилетия йога стала очень популярной, поэтому появилось много желающих её преподавать. Но как найти истинного учителя, который подходил бы именно вам? О йоге и учителях мы поговорили с Наталией ГОРДЫБАЕВОЙ, инструктором Шри Шри йоги и антистрессовых программ.

**Н**аталия практикует более 12 лет, преподает 7-й год, обучалась в Германии, Монголии и Индии, много путешествует, умело сочетает обязанности многодетной мамы с проведением курсов в городе и выездных семинаров, в том числе и заграничных.

- Наталия, сейчас очень многие занимаются йогой, в каждом фитнес-центре есть такое направление. Но какая йога настоящая?

- Я провожу много курсов и часто встречаю людей, которые желают обучать йоге. Некоторые считают, что достаточно самому присутствовать на нескольких занятиях и вот ты уже готовый тренер. Находятся структуры, которые проводят недельные курсы и выдают дипломы инструкторов йоги. Но это всё не то! Настоящая йога - это образ жизни! Если человек не практикует йогу самостоятельно, а лишь хочет преподавать ее - вам не по пути. Преподавание йоги требует компетентности. Для того чтобы грамотно преподавать йогу, инструктор должен владеть дополнительно основами знаний по анатомии, психологии, быть социально и гуманитарно образованным, энергетически и эмоционально чувствительным.

- Можно ли освоить йогу просто по кассете?

- Практически невозможно освоить йогу по книгам, кассетам, посещая семинары, даже если их проводят выдающиеся мастера. Если человек затрудняется назвать своего учителя и школу, вероятнее всего он не имеет отношения к йоге. Будьте осторожны с теми, которые признаются, что они - самоучки. При выборе учителя слушайте свои внутренние ощущения и интуицию. После общения с хорошим учителем у вас появится вдохновение, вы успокой-

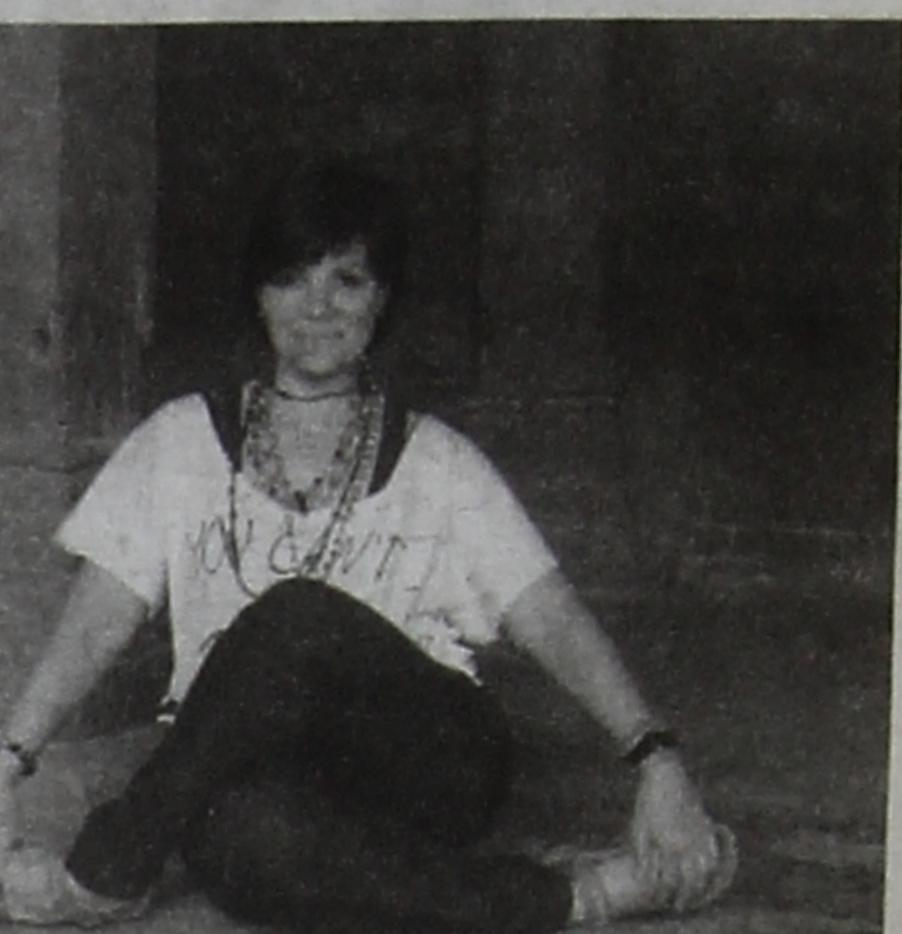
тесь и обретете внутреннюю гармонию. Если учитель действительно вам подходит, то каждое занятие будет восприниматься как подарок.

- Какие упражнения, на ваш взгляд, самые эффективные?

- Самые простые упражнения и дыхательные техники. В йоге всего три основных правила: все делаем до комфорта состояния; не ленимся; что бы ни происходило, сохраняя улыбку на лице! Я всегда радуюсь, когда у моих учеников происходят изменения к лучшему. Радует и то, что интерес к йоге растет. Это подталкивает меня и моих единомышленников к созданию новых творческих идей, связанных с популяризацией йоги. Много лет мы проводим выездные семинары на Ольхоне и базе отеля "Звездный", с Ольгой Усовой возили группы в йога-туры по Индии и Европе. Так появился наш новый проект "Академия полезных путешествий".

- Расскажите подробнее о вашем проекте.

- На одном из очередных йога-семинаров мы познакомились с Ириной Шатровой, директором тур-фирмы Бон Вояж. Оказалось, что ей тоже очень интересна эта тема. В нашем регионе никто пока не развивает подобное направление, а интерес у населения к отдыху с пользой для души и тела есть! Тех, кто пока не рискует отправиться в долгое путешествие с



выездом за границу, приглашают познакомиться с йогой в турах выходного дня на б/о "Звездный". Всего за пару дней вы осознаете, как прекрасен этот мир, научитесь слушать свое тело, овладеете простыми техниками, которые сможете применять дома самостоятельно. Ближайшая такая программа состоится 23 сентября. Она носит название "Секреты молодости и красоты". Включает в себя мастер-классы по йоге и аюрведическому питанию.

Если вы готовы к приключениям, хотите полностью расслабиться, освежить взгляд на привычные вещи, улучшить ментальное и физическое здоровье, поправить фигуру с помощью йоги, аюрведического массажа и спа-процедур, присоединяйтесь к турм в Индию! **Ближайшая поездка на Гоа - 9 ноября!** Следующая, по святым местам, в феврале. Кроме этого, формируются группы для поездки в Таиланд и Вьетнам. Подробнее о предстоящих йога-турах вы сможете узнать на сайте: [www.537733.ru](http://www.537733.ru). Не стоит откладывать хорошее на потом! Ждем с вами встречи! И сделаем все возможное, чтобы ваше погружение в океан знаний йоги оказалось безопасным, комфорtnым и увлекательным!

**Бон Вояж**  
академия полезных путешествий

88 квартал, д. 13  
(рядом с ТЦ  
"Щелкунчик"),  
тел.: 53-77-33,  
611-343, 63-21-21.  
[www.537733.ru](http://www.537733.ru)

1401 Рисунок

# ЗАЛОГ КРАСОТЫ и ДОЛГОЛЕТИЯ

Не секрет, что употребление в пищу полезных продуктов является залогом красоты и долголетия. Сегодня мы хотим рассказать о пяти продуктах, благоприятно влияющих на наше здоровье, самочувствие и даже внешний облик. Их регулярное употребление помогает замедлить процессы старения, предотвратить возникновение и развитие заболеваний, сохранить кожу молодой, а фигуру стройной.

1. Семена льна. В состав льняного семени входят полиненасыщенные жирные кислоты, правильный баланс которых необходим для всех процессов жизнедеятельности организма. Благодаря высокому содержанию полисахаридов отвар из семян льна оказывает обволакивающее и бактерицидное действие при гастрите и язве желудка.

Кроме того, семена льна являются источником селена, который в свою очередь препятствует развитию опухолей, очищает организм от тяжелых металлов, помогает улучшить зрение и мозговую деятельность. В народной медицине семя льна - известное средство для профилактики и лечения заболеваний пищеварительной системы, сердечно-сосудистых, онкологичес-

ких, воспалительных заболеваний.

2. Льняное масло. Регулярное употребление льняного масла помогает снизить уровень холестерина и вязкость крови, повысить эластичность сосудов, нормализовать работу пищеварительной системы. Льняное масло полезно для женского здоровья, оно обязательно должно входить в рацион питания беременных, т.к. его компоненты положительно влияют на правильное развитие мозга будущего ребёнка, облегчают течение беременности и родов. Также натуральное льняное масло широко

используется для лечения и профилактики заболеваний лёгких и бронхов, заболеваний нервной системы, болезней почек и мочевого пузыря, заболеваний щитовидной железы, при лечении нарушений потенции у мужчин.

3. Отруби/клетчатка. На сегодняшний день отруби (которые на 80% состоят из клетчатки) считаются одними из полезнейших натуральных пищевых продуктов. Рас-

тительные волокна отрубей имеют низкую пищевую ценность, медленно перевариваются, благодаря этому человек дольше не ощущает голода. Этим объясняется популярность отрубей у людей, страдающих избыточным весом.

Отруби рекомендуют больным сахарным диабетом как эффективное вспомогательное средство, восстанавливающее обмен веществ и снижающее содержание сахара и холестерина в крови. Регу-

лярное употребление отрубей нормализует работу кишечника, способствует удалению из организма вредных соединений тяжелых металлов - свинца и ртути.

4. Соя/соевое мясо. Соевые продукты (фарш, молоко, соевые орехи и т.д.) стали символами здорового образа жизни наряду с маслом пшеничных зародышей, брокколи и апонементом в фитнес-клуб. Соя содержит полноценные белки, которые по своей питательности и пищевой ценности практически не уступают белкам животного происхождения. В состав соевых продуктов входят компоненты, близкие к липидам рыб, лецитин, холин, витамины группы В и Е, макро- и микроэлементы. Лецитин, содержащийся в сое, снижает холестерин в крови, улучшает обмен веществ, замедляя процесс накопления жиров в пе-

чи и имеет желчегонное действие.

5. Тофу – это соевый сыр (по-другому, творог из сои). Из всех соевых продуктов он самый популярный и приятный на вкус. В 100 граммах тофу содержится на 23 процента больше кальция, чем в молоке, сколько в двух яйцах. В соевом сыре много лизина, железа, витаминов группы В и Е.

Тофу низкокалориен, в нем мало углеводов, нет холестерина. По аминокислотному составу соевый сыр схож с мясом и прекрасно может его заменить. Этот продукт легко усваивается, поэтому считается полезным при гастритах, диабете, сердечно-сосудистых заболеваниях, избыточном весе. Спортсменам его рекомендуют для наращивания мышечной массы.

Эти и другие полезные продукты вы можете приобрести в магазинах «Диета Плюс», расположенных по адресам:  
• г.Ангарск, 6 мкрн, дом 1, тел. 61-49-63,  
• г.Усолье-Сибирское, ул.Ленина, 79, тел. (39543)5-88-22.

**ДИЕТА** plus

1400 реклама

3168 Реклама

# ТРЕНИНГИ ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

НАУЧНОЕ ОБЩЕСТВО  
НАТУРАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ

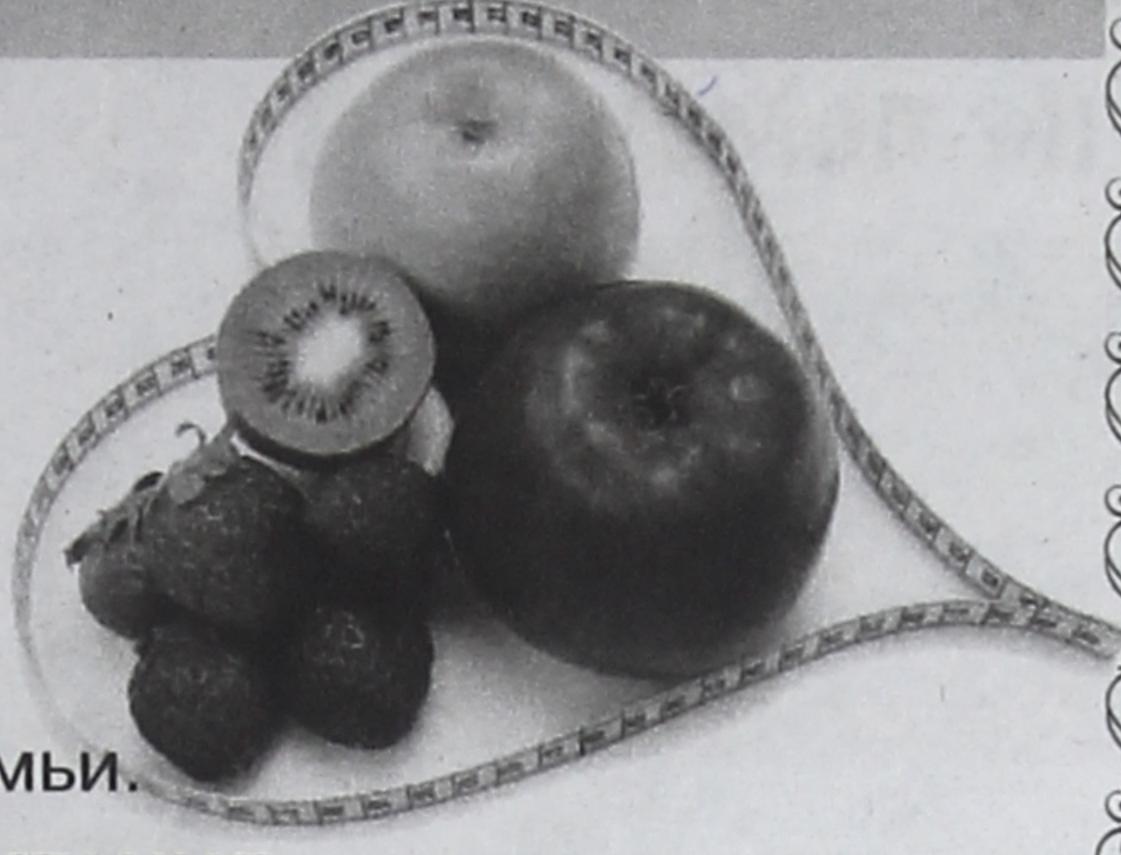
## Вкус красоты!

### Практическая нутрициология

для тех, кто хочет научиться контролировать свое здоровье и вес

### Рациональная кулинария

для тех, кто хочет научиться профессионально готовить сбалансированные блюда для всей семьи.



#### ЦЕНТР «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ».

Предварительная запись по тел.: 8-902-5-79-00-30, 8-902-5-68-38-08.

E-mail: wellnesscentr@mail.ru

Адреса: г. Ангарск, 94 кв-л, д. 30, оф. 25;

г. Иркутск, ул. Партизанская, д. 136.



### • НАШ ХОККЕЙ

# Вперед, «Ермак»!



### БОЛЕТЬ ЗА ЕРМАК - ЭТО ЗДОРОВО!

Уважаемые любители спорта, поклонники ангарского хоккея, болельщики команды "Ермак"! Спешим поздравить вас с открытием чемпионата высшей хоккейной лиги - всероссийского соревнования по хоккею сезона 2011/2012! Уже в эту субботу он стартует матчем прошлогодних финалистов - ХК "Рубин" и ХК "Нефтяник". Но главное, что в ближайший понедельник свое выступление в сезоне начнет и наша команда, ей предстоит матч на выезде с "Каззинком-Торпедо".

Напомним, прошлый сезон ангарская ледовая дружина закончила на почетном пятом месте - ошеломительный результат, вызвавший бурю одобрения среди поклонников спорта и давший надежду болельщикам "Ермака" на закрепление столь успешного результата хоккейного клуба в следующем году. Приоритетной задачей являлось сохранение целостности той самой команды, которая показала своему сопернику, на что способны хоккеисты из маленького сибирского городка. Руководством и тренерским штабом "Ермака" проведена успешная работа в этом направлении - более 70 процентов команды-2010/11 порадуют болельщиков и в предстоящем сезоне.

Уже весной началась работа по формированию состава и подготовка к следующему чемпионату. Тренеры и администрация команды провели колоссальный объем работы по поиску игроков, приз-

ванных усилить атаку "Ермака", укрепить оборону и дополнить костяк команды надежным резервом.

И, стоит заметить, успешно!

В предсезонной работе, которая заключалась в смотровых сборах в Ангарске, обновлении спортивного инвентаря и подготовке Дворца спорта к предстоящим ледовым баталиям, руководство клуба организовало также почти трехнедельное турне команды по городам России для участия в товарищеских матчах с будущими соперниками "Ермака" по лиге. Ангарчане не только показали городу Орску, где раки зимуют, лишь случайно уступив всего в одном поединке и заняв второе место в турнире, посвященном Дню города. Не успокоившись, они догнали и наказали своих обидчиков в Красноярске,

одержав убедительную победу в двухматчевой серии с местным "Соколом"!

Главной задачей была проверка игровых связей, большое внимание уделено взаимопониманию хоккеистов на площадке, просмотр всех кандидатов на включение в основной состав на сезон. Хоккеисты набрались игрового опыта - это очень важный момент в предсезонье, - отметил главный тренер ХК "Ермак" Виктор Сергеевич Лахин. - Участие в турнире в Орске и турне в целом оцениваю на твердую "четыре".

Предсезонные гастроли ангарского хоккейного клуба показали, что команда успешно подготовилась к чемпионату. Уже известные преданному болельщику хоккеисты продемонстрировали, что "Ермак" не собирается сбывать обо-

роты. Проявили себя и любимики ангарчан - ветераны команды Михаил Севостьянов и Николай Золотухин, вратари Козубенко и Худяков, оправившийся после травмы Учеватов, братья Рыбалко, Коньков, Юшков, Игнашин, Чубыкин, Смирнов, Фахрутдинов, Гимбатов! Сделав первые результативные передачи и забив первые шайбы за нашу команду, с отличной стороны показали себя новички "Ермака" Чемерилов, Васильев, Орлов, Дыдыкин, Гутов, Плотников. Предсезонное турне показало не только сильные стороны "Ермака", но и выявило моменты, над которыми еще стоит поработать. Этим и занялись спортсмены во главе с тренерским штабом сразу же по приезде в стены родного ледового Дворца. Здесь к ним присоединились блестяще отыгравшие в

прошлом сезоне за ХК "Ермак" и не единожды срывавшие овации трибун Александра Романовского и Александра Швецова!

Кстати, о стадионе. Пока команда была в отъезде, работы по подготовке Дворца спорта к предстоящему сезону ВХЛ не останавливались ни на минуту! Обновлено ледовое покрытие, закончилась установка нового звукового оборудования, вот-вот подвесят над кортом большие светодиодные экраны и смонтируют новейшую телесистему для вывода картинки повторов прямо на дисплеи цветных гигантов!

Ну что же, уважаемые болельщики хоккейного клуба "Ермак" и поклонники ангарского спорта, ждем первых матчей любимого клуба на корте Дворца спорта "Ермак"! Первый из них будет ознаменован торжественным шоу-открытием сезона ВХЛ 2011-2012 уже 23 сентября в 18.00, перед игрой "Ермака" с пензенским "Дизелем"! А пока следим за событиями и наблюдаем за матчами нашей команды, которые она проведет на выезде, начиная с понедельника, 12 сентября.

Болеем за "Ермак"!

P.S.

Когда верстался номер, поступила информация о том, что капитаном нашей команды в сезоне-2011/12 станет нападающий Николай Золотухин - рекордсмен клуба по количеству выступлений за "Ермак" в высшей лиге!

Тел. для справок 684-984

1397 Реклама

### АВТОЦЕНТРУ ТРЕБУЮТСЯ

менеджер по продаже запчастей (мужчина, ВО, ПО, водит, права)  
администратор (девушка с техническим образованием, опыт работы).

Тел. 68-20-20.

Реклама 3120

**В МАГАЗИН  
ПЛАНЕТА-ЭЛЕКТРИКА  
требуются**

- бухгалтер-кассир - з/п 16 тыс.руб.,
- менеджер оптовых продаж - з/п 18-35 тыс.руб.

Адрес: 12 мкр, дом 20.  
Тел.: 67-76-97, 8-914-956-30-42.

### СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ ПОЧТАЛЬОНЫ для доставки газеты "ВРЕМЯ"

7-7а мкр, в старую часть города (район рынка)

Приглашаем женщин от 35 до 70 лет, физически выносливых

дни и часы доставки:  
вторник, четверг, суббота с 8.00 до 14.00 ч.

Редакция газеты "Время" (ост. "Ангарские ворота"), тел. 522-955

Реклама 1388

### ТРЕБУЕТСЯ ПРОДАВЕЦ

в киоск на газетно-печатную продукцию + бижутерия (м-н "Мелодия").

Тел.: 52-29-55, 8964-809-7816,  
Ирина.

Реклама 1398

### Филиалу «Иркутское районное нефтепроводное управление» ООО «Востокнефтепровод»

#### ДЛЯ ПОСТОЯННОЙ РАБОТЫ В Г. АНГАРСКЕ ТРЕБУЕТСЯ

### ИНЖЕНЕР ПО КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫМ ПРИБОРАМ И АВТОМАТИКЕ.

**Необходимые требования к кандидату:** наличие высшего профессионального образования по специальности «Автоматизация технологических процессов» или смежные специальности, специализация – программирование среднего уровня и эксплуатация микропроцессорных систем промышленного назначения, опыт работы по специальности не менее 3 лет.

**Условия работы:** ненормированный рабочий день, командировки.

**Гарантии:** стабильная заработная плата, мед. страхование, соц. гарантии согласно ТК РФ.

**Резюме направлять по факсу: 8 (3955) 508-228 или**

**приносить по адресу: г. Ангарск, 7 мкр, д. 2.**



Будьте добры,  
открыты и  
доверчивы как  
дети! В этом  
наше спасение!

Удивительные результаты даёт глубоко научный КУРС ЧУДЕС («волшебники»), раскрывающий ряд законов вселенной, по которым наши желания исполняются. КУРС ЧУДЕС собирает в наши ряды прекрасных «волшебников», всё больше и больше желающих включиться в новый игровой стиль жизни, наполненный здоровьем, радостью и смехом!

**Начало 14 сентября в 18 часов.**

Адрес: ДК нефтехимиков, оф. 15.

Тел.: 52-33-60, 8-914-912-78-05, 53-49-89.



### СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛУГИ для взрослых и детей.

Материалы из Японии, Германии, США.

Полный спектр услуг по терапевтическому, ортопедическому и хирургическому лечению зубов:

- художественная реставрация зубов
- исправление прикуса в любом возрасте
- металлокерамика, безметалловая керамика
- лечение заболеваний пародонта без инъекций
- украшение на зубы: стрелы, скайсы
- профессиональная чистка полости рта.

### РАБОТАЕМ В КРЕДИТ.

Предъявителю купона СКИДКА НА ЛЕЧЕНИЕ

**10%**

Адрес: 82 кв-л, д. 7, офис 63,

тел. 52-10-57. Работаем без выходных

Реклама 3172



**СКБ-БАНК**

Ну как тебе  
деньгами не помочь?

Поэт Владимир Вишневский

## кредит «НА ВСЁ ПРО ВСЁ»

\* - Процентная ставка по кредиту: от 14,9% до 27,9% годовых в рублях. Процентная ставка в пределах диапазона определяется банком по каждой кредитной заявке с учетом уровня риска и кредитоспособности заемщика. Срок кредита - 7 лет. Минимальная сумма кредита - 50 тыс. рублей, максимальная сумма кредита - 1 млн. рублей. Сумма кредита кратна 1 тыс. рублей. Возможны дополнительные расходы по страхованию - по тарифам соответствующих организаций. Полная стоимость кредита будет доводиться до сведения каждого Заемщика при заключении кредитного договора. Возможно одностороннее изменение проц. ставки, расторжение кредитного договора банком. Условия действительны на момент выхода рекламы. Узнать более подробные условия Вы можете по телефону, в офисах или на сайте Банка. ОАО «СКБ-банк», Ген. лиц. ЦБ РФ №705.

8-800-1000-600 (звонок бесплатный, круглосуточно)

г. Ангарск, пр. К. Маркса, 44

### БАГЕТНАЯ МАСТЕРСКАЯ «Д'АРТ»

Изготавливаем рамки  
любых размеров  
для живописи,  
фото, вышивки,  
зеркал.



Тел. 8902-760-24-56.

### МЕБЕЛЬ от производителя

АКЦИЯ! СКИДКА 10 %  
на компьютерные столы,  
офисные кресла,  
детские комнаты  
до 30 сентября!

73 кв-л, дом 7. Тел. 52-19-68.  
73 кв-л, дом 9  
(ост. "Швейная фабрика").

Тел. 52-57-87

### ОКНА от производителя



#### БЕСПЛАТНО!

доставка, демонтаж,  
замеры, вывоз мусора.

Ул. Горького, 80 кв-л, д. 1.  
Тел. 633-005, 52-82-35

Только  
до конца сентября  
**ОКНО  
ПОД КЛЮЧ**  
**7920 р.**

Успевайте!  
**НИЗКИЕ ЦЕНЫ!  
КАЧЕСТВО!**

### ПРОДУКТЫ

**КАРТОФЕЛЬ** отличного  
качества.  
Доставка.  
Тел.: 63-70-11, 8950-053-63-55.

**КАРТОФЕЛЬ**  
доставка. 12 руб./кг  
52-68-75, 8-902-568-2250. пос. Голуметь

**МУКА, САХАР**  
Корма  
РИС, ГРЕЧКА  
Тел. 53-47-46



**МЕЛЬНИК  
МУКА  
САХАР**

отруби, овёс, пшеница, ячмень, комбикорм для с/х животных,  
коромсмесь для кур, свиней, крупы, макаронные изделия - 5 кг.  
АО "Сатурн", склад №7, ворота №1, тел. 57-52-11.

Гл. редактор Тюменев О. Н.

Адрес редакции и учредителя:  
665830, г. Ангарск,  
ул. Ленина, 43.  
www.gazetavremya.ru  
e-mail:vrem@irmail.ru

**Время**  
АНГАРСКАЯ  
ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

Учредитель: ООО "Газета Время". Свидетельство о регистрации ПИ № ФС13-0219. Выдано 4 февраля 2005 года Восточно-Сибирским управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Выпуск осуществляется при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям.

Редактор: 52-25-46. Зам.редактора: 52-23-17. Отв.секретарь, фотокорреспонденты: 52-32-17. "Горячий телефон": 508-969 с 9 до 21 часа без выходных. Репортерская группа: 52-37-90. Журналисты: 52-36-04, 52-26-58. Отдел рекламы: 52-21-37. Отдел подписки и доставки: 52-29-55

\* Все споры по содержанию объявлений - у рекламируемого. "Мнение авторов публикаций не обязательно отражает точку зрения редакции. Редакция работает с письмами по закону о средствах массовой информации - рукописи не рецензируются и не возвращаются.

"При полном или частичном использовании материалов ссылка на газету "Время" обязательна."

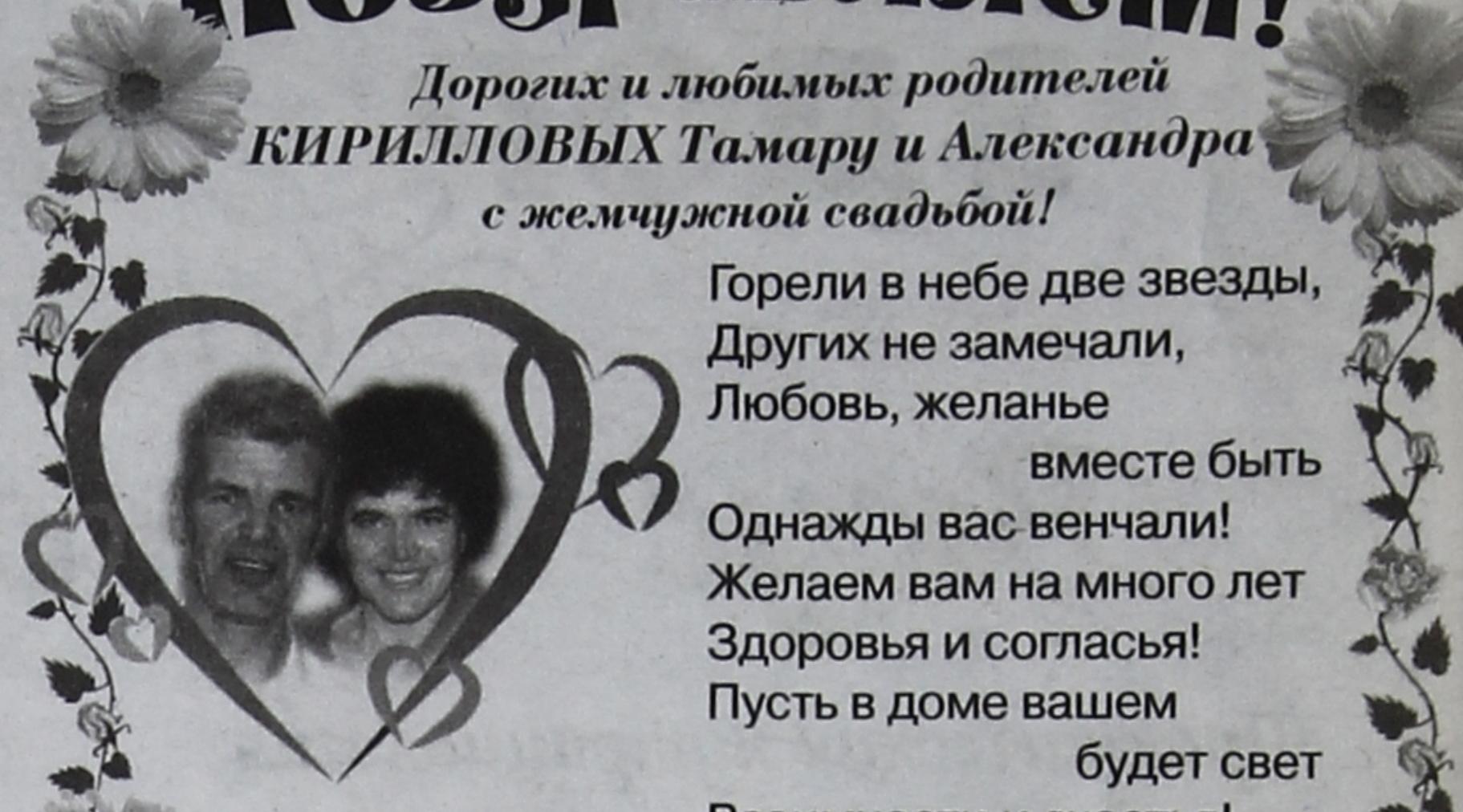
Тираж  
сертифицирован  
национальной  
тиражной службой  
Се-во №250

Материалы  
с подписью  
"На правах рекламы"  
являются заказанными.

ООО "Типография "Комсомольская правда в Иркутске"  
664528, Иркутская обл., Иркутский район,  
рабочий поселок Маркова, ул. Индустриальная, д. 1  
Время сдачи в печать \_\_\_\_\_ час  
Фактическое время

## Поздравляем!

Дорогих и любимых родителей  
КИРИЛЛОВЫХ Тамару и Александра  
с жемчужной свадьбой!



Горели в небе две звезды,  
Других не замечали,  
Любовь, желанье  
вместе быть  
Однажды вас венчали!  
Желаем вам на много лет  
Здоровья и согласия!  
Пусть в доме вашем  
будет свет  
Взаимности и счастья!

Любящие дети



Дорогих друзей  
Тамару и Сашу КИРИЛЛОВЫХ  
с 30-летием совместной жизни!

Мы от души желаем много счастья,  
А с ним здоровья, радости, добра!

Друзья

Акция  
"ШКОЛЬНАЯ ЯРМАРКА"  
Компьютерные столы и кресла  
Канцелярские товары  
и многое другое

СО СКИДКОЙ  
до 30 октября

Ждем вас по адресу: г. Ангарск,  
ул. Восточная, 14 (здание  
политехнического колледжа, 1 этаж).  
Тел.: (3955) 699-217, 699-354,  
683-105.

салон офисной мебели

**ДЕЛЬТАОФИС**  
всё для офиса



**ОКНА  
лоджии**

**7500**  
(всё включено)

УСПЕВАЙТЕ!

При заказе от двух изделий -  
москитная сетка в подарок!!!

Адрес: ДЦ "Квадрат", оф. 12 Тел.: 630-507, 630-607

### РИТУАЛЬНАЯ СЛУЖБА «Аида»



- Полный комплекс услуг по захоронению.
- Минимальная стоимость захоронения - 9000 руб.
- Предоставляем зал для прощания.
- Изготовление фотоовалов, гарантия 30 лет.
- Возможен кредит.

ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА  
ПАМЯТНИКОВ ИЗ МРАМОРА И ГРАНИТА,  
ВЕНКОВ, ГРОБОВ.

Адрес: территория МСЧ-28  
(рядом с «квартальским» моргом).

Тел. (3955) 54-37-20 круглосуточно.

Шеф-редактор выпуска Н. В. ОЖОГИНА  
Верстка: А. Безбородов, М. Коренева,  
М. Лесовая  
Ответственный корректор Ю.Белова.

Тираж 20400 экз.