

ЗАКАМСК

№ 35 (437)
11 сентября 2015 г.
Распространяется бесплатно

Пролетарский, Железнодорожный, Судозавод, Ст. Водники, Нов. Водники

12+

НАТЯЖНЫЕ "Потолки" ПОТОЛКИ
от 350 р./м²
Куйбышева, 105 (правое крыло)
узнай точную стоимость по тел.
278-44-61

САНАТОРИЙ-ПРОФИЛАКТОРИЙ КАМКABELЬ
УНИКАЛЬНЫЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

- Общеукрепляющая программа
- Антицеллюлит, Антистресс
- Афродита (избыточный вес)
- Движение без боли (заболевание опорно-двигательного аппарата)
- Реабилитация последствий травм конечностей, позвоночника и заболеваний суставов и др.

БАССЕЙН и САУНА Лиц. ПО-59-01-002389 от 07.03.2014 г.

274-73-24 www.sankamkabel.ru

ESKALAT Юр. и Фин. помощь
если у Вас проблема с кредитами
Консультация **БЕСПЛАТНО**
Прием населения по записи: 8-982-49-12-481

РЕМОНТ ПЛАСТИКОВЫХ ОКОН
287-28-98
www.atlant59.ru

ОКНА СОК СТРОИТЕЛЬ ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ
• Крыши • Вынос • Внутренняя отделка • Скидки • Подарки • Рассрочка
ул. Оборонщиков, 8, оф. 1 (кл. "Строитель")
тел. 282-87-55

ГАРАНТИЯ 10 ЛЕТ СОЦИАЛЬНЫЕ ОКНА НЕ МЕЩИНЕ С СЕРЕБРОМ
ОКНА
ЛОДЖИИ, БАЛКОНЫ
при заказе 3+ окон, четвертое в подарок
Выезд менеджера с договором на дом
Т. 288-18-20

52-52-52

У ЗАРЯ АВТОШКОЛА
Начало занятий: 17 сентября в 19:00
276-72-30
ул. Ласьвинская, 6 (ПХТТ)

АВТОШКОЛА
РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА, МЕДКОМИССИЯ НА МЕСТЕ
Обучение от 14 т.р.
Т.: 288-68-77, 8-902-638-28-63
ул. Маршала Рыбалко, 35

У вас стройка?
• Вам нужна лестница или мебель из массива дерева?
• Мебельные щиты? Плинтуса?
• Другие изделия из дерева?

Поздравляем!
Рядом с вами открылся новый отдел
ООО «Академии лестниц»
т/ц «Хабарыч», ул. Хабаровская, 175, корпус 2

Отдел ждёт вас в любой день недели с 9 до 24 ч.
Тел. +7(342)286-90-80. Наш сайт: lestnisa.com
Приятных и полезных вам покупок!

РАБОТА & ПОДРАБОТКА
-КАССИРЫ **Требуются:**
-ПРОДАВЦЫ
-ГРУЗЧИКИ
У нас: график свободный, з/п еженедельно, средняя з/п в месяц до 18 т.р.
msto.ru
8 (342) 215-48-06

Ведущее предприятие на рынке кондитарских изделий
Кондитерская "Рада" приглашает на работу
СУПЕРВАЙЗЕРА
по Пермскому краю
ПРОДАВЦА-КОНСУЛЬТАНТА
места работы:
ул. Ленина, 49;
ул. Ветлужская, 113
(м/р Железнодорожный)
МОЙЩИЦУ ПОСУДЫ
УБОРЩИЦУ ГРУЗЧИКА
НАКЛЕЙЩИЦУ
Соц. пакет, бесплатное питание
Тел./факс 253-18-28
e-mail: ok@radaperm.ru
ул. Буксирная, 2а (ост. Стадион)

УСИЛЕННЫЕ ТЕПЛИЦЫ
от производителя
СКИДКА 30%
до 1 октября
Гарантия 10 лет
Т.: 278-10-78
8-952-643-21-63

Все для: отопления водоснабжения канализации дома и на даче
торговый дом Контур
www.tdk159.ru
www.tdk59.ru
водонагреватель **Atlantic**
80 литров
6200,-
ул. Докучаева, 50л (ТЦ «Лето»)
Тел. 243-21-91

SOSMEIER
АВТОПЕРЕВОЗКИ + ЛОГИСТИКА
ГРУЗЧИК **Кладовщик** **ПОДБОРЩИК ЗАКАЗОВ** **ВОДИТЕЛЬ ПОГРУЗЧИКА** **УБОРЩИЦА**
Иностранной компании для работы на современном складе Докучаева, 33 требуются
Официальное трудоустройство сменный график работы з/пл в срок
Т. 2 111 444, доб. 104, 105, 8-912-48-19-255

ТРЕБУЮТСЯ МОНТАЖНИКИ
ПЛАСТИКОВЫХ ОКОН И АЛЮМИНИЕВЫХ КОНСТРУКЦИЙ
Полный соцпакет. З/п от 30 тыс. руб.
Выдается зимняя и летняя спецодежда
298-87-21, 8-902-472-87-21

ПРЕМИУМ ОКНА **БАЛКОНЫ · ЛОДЖИИ** **СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ**
БЕСПЛАТНО: замер, доставка, монтаж, гарантия 3 года
ПОДАРОК: Плинтусы, наличники, фурнитура
www.pnookna.ru ул. г. Хасана, 105
Т.: 234-35-35, 243-17-74
БЕЗ% РАССРОЧКА ДО 3 МЕС.

СЛУЖБА ЗНАКОМСТВ «ШАНС»
Т. 8-902-79-65-651

СТАЛЕПРОМЫШЛЕННАЯ КОМПАНИЯ
МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА
МЕТАЛЛОСАЙДИНГ
ПРОФНАСТИЛ
+7(342) 299-43-87

«ПОРА МЕНЯТЬ БАТАРЕИ»
Большой выбор радиаторов
Квалифицированные специалисты
Гарантия 10 лет. Договор. Быстрые сроки
ООО "Санвэй-Пермь". т.: 240-26-82, 240-27-68. Героев Хасана, 41А

Скидки! Рассрочка!
288-97-92
8-902-47-40-393
Ушакова, 24, (Школа №18)
Ласьвинская, 32
АВТОШКОЛА "НИКА"
Мед. комиссия на месте
Выездные занятия на автомобилях от "Классик" до премиум.
А, В, С, D, E

парфюмерный супермаркет **ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ**
Построй карьеру в нашей компании, приходи работать **ПРОДАВЦОМ-КОНСУЛЬТАНТОМ**
У нас есть возможность:
обучаться, зарабатывать, строить карьеру,
работать в дружном коллективе,
участвовать в интересной жизни компании.
косметика парфюмерия бытовая химия
Мы ждем тебя!
Стахановская, 54А
8-952-66-088-77

АНО «УПЦ» объявляет набор в КОМПЬЮТЕРНУЮ ШКОЛУ на 2015-2016 учебный год
День открытых дверей 19 и 26 сентября
Заявки принимаются по тел: 253-02-11, 8-919-45-955-80
Адрес: 614113, г. Пермь, ул. М. Рыбалко, 12а
Приглашаем учащихся с 2 по 11 классы:

- Информатика для начальной школы
- Базовый и углубленный курс информатики
- Создание игр и мультфильмов
- Программирование
- Компьютерная графика

НПО «Искра» требуется:
РАСПРЕДЕЛИТЕЛЬ РАБОТ
Работа в Закамске
Справки по телефону в Перми: 262-73-14, 262-71-28
Адрес отдела кадров: г. Пермь, ул. Веденева, 26; тел. 262-73-14
Резюме отправлять по факсу: (342) 284-53-98
По электронной почте zov961@iskra.perm.ru

Чемпион среди витаминов

Витаминов незначительных нет. В самом названии заложена суть их важности для человека. И все же один из них – витамин С занимает особое место. Ученые не перестают исследовать роль и значение витаминов для человеческого организма, и последние разработки доказывают, что высокая концентрация в крови витамина С, который поступил в организм из овощей и фруктов, снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний и ранней смерти.

Результаты их исследования опубликованы в журнале American Journal of Clinical Nutrition. Такие выводы ученые сделали на основании анализа данных о генетике, здоровье и питании почти 100 тысяч жителей Дании. Оказалось, что у людей с наивысшим уровнем потребления овощей и фруктов, и соответственно, с максимальной концентрацией витамина С в крови, риск развития сердечно-сосудистых заболеваний на 15%, а преждевременной смерти из-за болезней – на 20% ниже, чем у тех, кто очень редко ест фрукты и овощи.

Основываясь на полученных результатах, авторы исследования советуют отдавать предпочтение не добавкам с витамином С, а получать его из натуральных источников. Уточним, высокая концентрация в крови этого чудотворного витамина обязательна на протяжении круглого года. Иначе говоря, всегда.

Почему же так важно следить за рационом? Потому что этот витамин не синтезируется в организме, его все время нужно получать с пищей.

Известно также, что этот витамин помогает росту соединительной ткани, которая поддержи-

вает и связывает различные типы органов и тканей в организме. Витамин С является мощным антиоксидантом, защищающим клетки от окислительного повреждения, которое лежит в основе многих, в том числе и сердечно-сосудистых, заболеваний. К слову, впервые витамин С был выделен из лимонного сока. И случилось это в двадцатых годах прошлого столетия. Много еще чего важного и хорошего можно сказать об аскорбиновой кислоте, которая собственно и является витамином С.

Витамин С обеспечивает защиту организма от последствий стресса. Увеличивает устойчивость к инфекциям. Уменьшает воздействие различных аллергенов. Имеется много теоретических и экспериментальных предположений для применения витамина С с целью профилактики раковых заболеваний. Известно, что у онкологических больных из-за истощения его запасов в тканях нередко развиваются симптомы витаминной недостаточности, что требует дополнительного их введения. Существуют данные, показывающие профилактическую роль витамина С в отношении рака толстой кишки, пищевода, мочевого пузыря и эндометрия. Витамин С улучшает способность организма усваивать кальций и железо, выводить токсичные медь, свинец и ртуть.

Важно, что в присутствии адекватного количества витамина С значительно увеличивается устойчивость витаминов В1, В2, А, Е, пантотеновой и фолиевой кислот. Витамин С предохраняет холестерин липопротеидов низкой плотности от окисления и, соответственно, стенки сосудов от отложения окисленных форм холестерина.

Способность успешно справиться с эмоциональным и физическим бременем стресса в большей степени зависит от витамина С, чем от какого-либо другого витамина. Надпочечники, которые выделяют гормоны, необходимые, чтобы действовать в стрессовых ситуациях, содержат больше аскорбата, чем любая другая часть тела. Витамин

С помогает выработке этих стрессовых гормонов и защищает организм от токсинов, образующихся в процессе их метаболизма.

Наш организм не может запасать витамин С, поэтому необходимо постоянно получать его дополнительно. Поскольку он водорастворим и подвержен действию температуры, приготовление пищи с термической обработкой его разрушает.

Какие же продукты, овощи и фрукты содержат этот волшебный витамин? Значительное количество аскорбиновой кислоты содержится в продуктах растительного происхождения: цитрусовые, овощные листовые зеленые, дыня, брокколи, брюссельская капуста, цветная и кочанная капуста, земляника, помидоры, яблоки, абрикосы, персики, хурма, облепиха, рябина. В продуктах животного происхождения аскорбинка представлена незначительно (печень, надпочечники, почки).

Самое высокое содержание витамина С при этом отмечается в красном болгарском перце, черной смородине. И «чемпионом» по содержанию витамина является шиповник.

Лишь немногие люди и особенно дети едят достаточно фруктов и овощей, которые являются главными пищевыми источниками витамина. Тепловая обработка, хранение и биохимическая переработка приводят к разрушению витамина С. Еще больше его сгорает в организме под влиянием стресса, курения и других источников повреждения клеток.

Суточная потребность человека в витамине С зависит от ряда причин: возраста, пола, выполняемой работы, климатических условий, вредных привычек. Средне-взвешенная норма физиологических потребностей составляет 60-100 мг в день. Обычная терапевтическая доза составляет 500-1500 мг ежедневно. Делите суточную дозу витамина С на несколько частей. Организм быстро расходует витамин С, как только его получит. Намного полезнее поддерживать постоянно высокую концентрацию витамина, чего легко достичь, поделив суммарную дневную дозу на несколько меньших доз, принимаемых в течение дня.

Можно ли почувствовать, понять, что организму не хватает витамина С? Симптомы явной нехватки такие: кровоточивость десен, выпадение зубов, легкость возникновения синяков, вялость, потеря волос, сухость кожи, раздражительность, суставная боль, депрессия.

Стоит отметить, что передозировка витамином практически невозможна. Он хорошо переносится и в больших дозах.

Подготовила Яна НИКИТИНА.



■ НОВОСТИ РАНЬШЕ СЛУХОВ

ЧТО В ИМЕНИ МОЕМ

Жители Перми стали реже обращаться в ЗАГС, чтобы изменить имя. По сравнению с прошлым годом, снижение составило 19%. Такая тенденция наметилась в этом году, активность пермяков в стремлении изменить свои личные данные заметно ниже. За восемь месяцев этого года составлена 501 актовая запись о смене имени. Тогда как в 2014 году таких записей было сделано 616. Всего же с начала года оформлено 34 012 актов гражданского состояния всех видов. Зарегистрировано 11 926 рождений детей, к слову, в Перми родились 169 пар двойняшек и четыре тройни, одна из которых была зарегистрирована в январе, вторая – в апреле, третья – в мае и четвертая – в июне. Пермяки образовали 6848 новых семей, 4316 регистраций брака прошло в торжественной обстановке.

ПРОДУКТЫ ПОДРОЖАЛИ. НА СКОЛЬКО?

В августе продукты питания в Пермском крае стали дороже на 0,2%, с начала года – на 9,3%. Продукты подорожали сильнее, чем непродовольственные товары. За последний летний месяц выросли цены на апельсины, орехи, лимоны, яблоки, чай, консервы, шоколад, мед, мороженое и сахар. Всего с начала года цены на продукты питания в Прикамье выросли в среднем на 10,1%. Абсолютный «чемпион» по росту цен – чеснок. Цена на него выросла с начала года на 61,9%. Также подорожали: морковь (на 42,9%), свекла (30,5%), сахар-песок (25,5%), крупы и бобовые (24,7%), соль и специи (24,7%), картофель (20,1%). В августе минимальный набор продуктов питания можно было приобрести за 3515 рублей. Среди непродовольственных товаров максимальный рост цен показали лекарства – почти 20%, бытовая химия стала дороже на 15%, одежда и обувь – 6-7%.

В ПЕРМИ ПОЯВИТСЯ НОВАЯ ТОРГОВАЯ СЕТЬ

Собственники помещений, которые ранее занимала закрывшаяся этим летом продуктовая сеть «Добрыня», заключили сделку с федеральной X5 RetailGroup. Федеральный ритейлер арендовал на срок от шести до десяти лет 12 из 18 магазинов сети. В контур сделки не попали торговые точки в Закамске (он расположен вблизи «Пятерочки» и создает конкуренцию), на площади Дружбы и на улице Ветлужской. Девять точек фактически уже сданы в аренду, по трем договоры оформляются.

ЛЕДОВАЯ АРЕНА ПОЧТИ ГОТОВА

Работы по строительству физкультурно-оздоровительного комплекса на улице Обвинской, 9 в Свердловском районе Перми вступили в завершающую стадию. Полностью закончены строительные монтажные работы, строительство ледовой арены, сейчас идет установка оборудования в залах и раздевалках. Сдача объекта запланирована на октябрь. Сейчас ведется заливка льда с помощью специальной машины, смонтировано табло и установлена комментаторская кабина. Напомним, строительство ФОКа стартовало в 2013 году. Общая площадь комплекса составляет более 9700 кв. метров. Он призван объединить под одной крышей несколько игровых площадок: ледовую арену, универсальный спортивный зал и дополнительные залы силовой, акробатической и хореографической подготовки и оздоровительно-восстановительный центр.

ЛЕГКО ЛИ БЫТЬ РЕБЕНКОМ

С начала 2015 года в Пермском крае в два раза увеличилось число детей, пострадавших от преступных посягательств. 70 детей попытались уйти из жизни, и 13 ребятишкам это, к сожалению, удалось. За первое полугодие на телефон доверия поступило 9787 звонков, из них 9108 от детей и подростков, а 586 обращений касались жестокого обращения с детьми. По мнению специалистов, для того, чтобы помощь оказывалась на высоком профессиональном уровне, должна быть проведена профессиональная переподготовка специалистов учреждений образования и здравоохранения Пермского края в сфере кризисного консультирования семьи и ребенка.

♈ ОВЕН ♈

На этой неделе планеты сулят ОВНАМ успехи на всех фронтах. На службе откроются новые перспективы, и укрепится их авторитет. Но не стоит терять бдительность, иначе волна энтузиазма рискует накрыть Овнов с головой. Неделя хороша и для устройства семейных дел. Это касается даже одиноких Овнов, на горизонте может появиться новая любовь. В плане здоровья самое время начать делать зарядку или бегать по утрам, энергии на это хватит с лихвой.

♉ ТЕЛЕЦ ♉

В вопросах карьеры ТЕЛЬЦОВ ждет довольно ровный, хотя и напряженный период. Желание перемен может толкнуть на риск, но планы настоятельно советуют не бросаться вперед, если нет достойных перспектив. Необдуманные поступки могут пошатнуть и отношения со знакомыми, а Тельцам сейчас как никогда нужна поддержка. Семейных представителей знака ждет примирение, одиноких Тельцов может накрыть любовь. Стресс может отразиться на здоровье Тельцов, стоит задуматься об этом.

♊ БЛИЗНЕЦЫ ♊

Середина сентября обещает стать для БЛИЗНЕЦОВ самым плодотворным временем осени. Колоссальные запасы энергии, дремавшие

Гороскоп с 14 по 20 сентября

в них, будут способствовать успеху и поправке финансовых дел. Сейчас самое время просить повышения или сменить место работы. В личных отношениях Близнецы, почувствовав себя любимыми, будут готовы целиком и полностью посвятить себя партнеру. Но о здоровье все-таки следует позаботиться, время пойти в спортзал.

♋ РАК ♋

Эта неделя обещает стать весьма утомительной для представителей знака РАК. Внутреннее беспокойство обострит давно назревающее чувство нестабильности, и сейчас самое время, наконец, прислушаться к нему и принять смелое решение. В личной жизни лучше настроиться на игривый лад. Легкий флирт позволит семейным Ракам освежить отношения, а свободным – завести новые романтические знакомства. Больше спать – вот основная рекомендация для поддержания здоровья.

♌ ЛЕВ ♌

Наделенные врожденной деловой хваткой ЛЬВЫ могут рассчитывать на повышение. Укрепившийся авторитет и новые перспективы – все это результат направленных усилий. Наслаждаться заслуженным признанием помешают лишь финансовые трудности, но

вскоре положение наладится. Личные отношения отойдут на второй план – в этот период Львам придется спасать чужую любовь. Напряжение внутренних ресурсов может сказаться на самочувствии.

♍ ДЕВА ♍

Жажда впечатлений влечет ДЕВ к новым подвигам. В этот неоднозначный период важно перенаправить потенциал стремления к кардинальным переменам на решение насущных карьерных проблем – только в этом случае авторитет Дев существенно возрастет, а финансовое положение позволит спать спокойно. Любовный гороскоп обещает Девам неспокойный период: аукнутся старые ошибки в отношениях. Стресс – главный враг здоровья Дев, не стоит переутомляться.

♎ ВЕСЫ ♎

Для Весов пришло время воплощения намеченных планов – и обстоятельства сейчас работают на них. В работе и бизнесе четкий план поможет Весам лавировать меж подводных камней и остаться на плаву. Главное не поддаваться на провокации и не терять самообладания. В делах сердечных настало время для честности – все, сказанное Весам, будет воспринято правильно. Нервное

напряжение сулит Весам некоторые проблемы со здоровьем.

♏ СКОРПИОН ♏

Минувшее лето пошло Скорпионам на пользу: прилив сил и идей откроет перед представителями этого знака новые профессиональные горизонты. Сейчас самое время учиться новому, расширять сферу интересов или искать источник дополнительного дохода. Над личным фронтом гсущаются тучи, но откровенный разговор поможет избежать ссоры. В порывах свершений не следует забывать о здоровье, оно потребует особого внимания.

♐ СТРЕЛЕЦ ♐

На наступающей неделе СТРЕЛЬЦЫ будут балансировать на грани успеха. Всего один шаг отделяет их от заслуженного признания, но в этот период лучше повременить с решением важных задач. Нужно проявить терпение и готовиться пожинать плоды своих ранних усилий. Если что-то в жизни Стрельцов и требует активных действий, так это личная жизнь. Долгожданная любовь уже на пороге, поэтому одиноким Стрельцам придется взять инициативу в свои руки, семейным же представителям этого знака стоит ждать приятных сюрпризов от своих половинок.

♑ КОЗЕРОГ ♑

КОЗЕРОГИ буквально бурлят энергией. Отменное самочувствие, дружеская поддержка и витающая в воздухе романтика создают идеальную обстановку для активных действий и смелых свершений. Однако не стоит спешить почивать на лаврах – в карьерных вопросах звезды сулят Козерогам напряженный период. На службе им потребуется задействовать весь профессиональный опыт, чтобы принять непростое решение или взяться за разработку проекта.

♒ ВОДОЛЕЙ ♒

Водолеям звезды советуют взять передышку – всех денег не заработать, да и на финансовый успех им сейчас рассчитывать не приходится. Моральное истощение и раздражительность только усугубят проблемы на работе, поэтому сейчас самое время сменить обстановку, заняться благоустройством дома или налаживанием отношений со своим партнером.

♓ РЫБЫ ♓

Эта неделя будет благоприятным для покорения профессиональных высот. Хорошо поработавшие ранее Рыбы получат заслуженное поощрение и финансовое вознаграждение. Занятость на работе приведет к затишью на личном фронте, поэтому не следует забывать уделять внимание своей половине или же не прекращать ее поиски.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ВИТРИНА НЕДВИЖИМОСТИ

ПРОДАМ

■ 3-комн. кв. (Закамск). Тел. 202-72-73.
 ■ Коттедж в Глушатах, 200 кв.м., баня 60 кв.м. земли 20 соток, 9900 тыс. руб. 285-15-78, 8-908-258-23-11.

СДАМ

■ Жилье без обмана. Тел. 8-908-266-49-67.
 ■ 1-комн. кв. с мебелью и техникой. Тел. 8-912-491-63-60, 8-902-807-46-08.

УСЛУГИ

■ Монтаж наружного водопровода и канализации, канализация из ж/б колец. Сдача в «Новогор». Тел. 271-13-71.
 ■ Бесплатный вывоз холодильников, стиральных машин, ванн, радиаторов, ж. дверей и др. Без выходных. Тел. 2-711-188.

РЕМОНТ И УСТАНОВКА
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
КОНДИЦИОНЕРОВ
 Покупаем неисправную технику!
 ул. М. Рыбалко, 34а
 Тел.: 278-40-93, 8-902-64-12085

■ Ремонт холодильников, ст. машин на дому. Тел. 288-6-288.

Бурение скважин. Тел. 293-68-24.

■ Бесплатный вывоз холодильников, стиральных машин, ванн, радиаторов и пр. Тел. 287-21-66.

■ Ремонт холодильников, стиральных машин. Все районы. Гарантия! Пенсионерам скидки. Тел. 8-902-47-46-537.

РЕМОНТ
 "Стинол", "Индезит", "Аристон", "Атлант" и др.
ХОЛОДИЛЬНИКОВ, СТИР. МАШИН на дому
 в удобное для вас время.
 Пенсионерам скидки. **277-55-37**

■ Вывоз ванн, железных дверей. Тел. 8-904-841-16-58.

■ Утилизирую холодильник, стиральную машину, ванну, дверь, пианино. Тел. 8-912-594-78-93.

■ Вывоз мусора, мебели и прочего. Тел. 243-18-47.

■ Звонят коллекторы – угрожают! Хотите объединить несколько кредитов в один? Не знаете, как закрыть все долги? Звоните! Тел. 8-952-663-4938. Консультация.

■ Помощь в получении кредита, консультация. Тел. 204-67-25.

СТРОИТЕЛЬСТВО. РЕМОНТ

■ Электростолбы, монтаж. Тел. 276-63-00.

■ Натяжные потолки. Тел. 8-912-585-77-88.

ДОМА Быстро. Качественно. Красиво
 из СИП-панелей **8-919-440-10-10**

■ Ремонт квартиры дешево. Обои. Натяжные потолки. Тел. 286-03-68.

■ Дачное строительство, кровля. Тел. 288-14-71.

■ Кровля мягкая, гаражная. Тел. 286-25-98.

Ремонт «под ключ». Тел. 8-963-012-56-42.

■ Косметический ремонт. Тел. 8-950-477-8000.

Электрик, Сергей. Тел. 8-912-487-20-30.

■ Отопление водопровод канализация для дома и дачи. Тел. 8-922-307-61-01.

■ Канализация из ЖБ-колец. Тел. 203-28-28.

ТОРЖЕСТВА

■ Ведущая, DJ. Тел. 276-25-76.

РЕКЛАМА – КЛЮЧ К УСПЕХУ!

ТЕЛЕФОН РЕКЛАМНОЙ СЛУЖБЫ:

284-98-29
285-08-00

доска объявлений
20-30-067
 www.doskaPermi.ru

Прием объявлений в газету по телефону

ЗАКАМСК Удмуртский и издатель – Роткин В. А.
 Районный вестник
 Газета зарегистрирована управлением федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Пермскому краю от 18.08.2013 № 18-2823 от 5 июля 2008 г.
 Главный редактор Виталий РОТКИН
 Адрес редакции и учредителя:
 г. Пермь, ул. Вильямса, 37б

ПОМОЩЬ В ПОЛУЧЕНИИ КРЕДИТА
 Гарантия 100%
 Консультация
 Тел. 278-93-99

АВТОГРУЗОПЕРЕВОЗКИ

Переезд в другой город! Тел. 276-31-52. www.povezem59.ru

■ ЗАКАМСК. ГАЗЕЛЬ. Тел. 8-951-931-12-90.

ПРОДАЕТСЯ

■ Холодильники, стиральные машины. Б/У, гарантия. Тел. 278-40-93.

■ Есть остаток товара по закупочной цене (джинсы). Тел. 8-982-48-02-223.

■ Дрова. Тел. 293-51-31.

■ Сетка рабица. Доставка. Тел. 238-58-44.

■ Навоз, перегной, чернозем, песок, ПГС, щебень, гравий. Дорожный ПГС. Тел. 204-65-59.

■ Песок, ПГС, гравий, щебень, навоз, торф, перегной, чернозем, дрова. Тел. 271-81-41.

■ Опил. Тел. 8-964-195-3668.

■ Срубы. Недорого. Тел. 8-908-271-49-54.

БЕТОН
 т. 2-88-58-55 доставка

ПИЛОМАТЕРИАЛ
ОБРЕЗНОЙ, БРУС
 Дрова. Доставка
 Тел.: 244-79-00, 247-00-57

СРУБЫ
 Тел. 8-912-88-50-939

ЗАБОРЫ «ПОД КЛЮЧ»
 Без выходных **203-83-12**

СРУБЫ
 3х3, от 22 т.р.
БАНИ под ключ
 от 125 т.р.
 Тел. 8-982-489-39-26

АВТОМОБИЛИ

■ Выкуп любых автомобилей. Тел.: 278-53-78, 8-952-322-36-42.

ВЫКУП АВТОМОБИЛЕЙ
 *Цельный *битый *кредитный*
 Тел. 8-902-632-52-26

Продам запчасти к автомобилю ИЖ. Тел. 8-982-450-11-56.

СРОЧНЫЙ ВЫКУП АВТОМОБИЛЯ
 В ЛЮБОМ СОСТОЯНИИ **за 30 минут**
 Тел. 8-952-323-63-33

■ Куплю любое авто, все марки, в т.ч. битое. От хозяина. Выезд. Оценка. Деньги сразу. Тел. 298-24-71.

■ Срочный выкуп авто. Тел. 8-909-728-86-66.

КУПЛЮ

■ Холодильник, ст. машину. Дорого. Тел. 288-6-288.

■ Куплю зарядное для Nikon Coolpix S-2500. Тел. 276-56-91.

■ Холодильник, стиральная машина, дверь. Тел. 8-922-346-15-56.

■ Изделия: никром, олово, никель, вольфрам, ВК, ТК, бобит. Тел. 8-906-877-27-23.

ОБРАЗОВАНИЕ

■ Дипломы, аттестаты. Тел. 8-912-273-12-48.

АТТЕСТАТЫ, ДИПЛОМЫ, ЕГЭ
 НЕДОРОГО 100%-я гарантия!
 Тел. 8-912-29-16-322

ЕСТЬ ВАКАНСИЯ!

- Администратор, диспетчер. 24т.р. Со-вмещение. Тел. (342) 279-54-55.
- Сотрудник. Образование высшее или среднее техническое. Тел. 8-919-702-35-00.
- Отделочник с опытом. Тел. 279-19-19.
- Сторожа, ночь/ две, 500 р. Тел. 203-28-69.
- Сотрудники охраны 1000 р./смена можно без удостоверения. Тел. 8-902-635-37-66.
- Мойщица(-к), уборщица(-к), упаковщица(-к), рабочие на производство пищевых масел. Парковый. Тел. 8-912-789-38-76.
- Требуются мойщики на автомойку, Кировский р-н. Тел. 8-902-834-39-90.

В связи с открытием нового цеха
 ОАО «Покровский хлеб»
 Хлебозавод № 3
 примет на работу
НАЛАДЧИКОВ,
СЛЕСАРЕЙ
 з/п 17 000 р - 19 000 (опыт работы)
ТЕХНИКОВ КИПиА
 з/п от 30000 р. (опыт работы)
ГРУЗЧИКОВ - з/п от 17000 р.
ОПЕРАТОРОВ ЛИНИИ
(ПЕКАРЬ),
ТЕСТОВОДОВ
 (желательны опыт работы).
 Обучение.
НАЛАДЧИКОВ ДЗМ
 (опыт работы). З/п от 21 000 р.
 Телефон отдела кадров:
(342)283-89-98
 г. Пермь, Закамск, ул. Федосеева, 26

В стоматологическую «Ювидент»
 требуется
ВРАЧ
СТОМАТОЛОГ-
ТЕРАПЕВТ
 Т. 8-951-924-80-95

Требуются в автошколу
АДМИНИСТРАТОР
ПРЕПОДАВАТЕЛЬ
 правил ПДД
8-902-638-28-63

■ СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

Алкогольная БЕДА

В нашей жизни человеку привычно решать жизненные проблемы с помощью алкоголя. Но проблема не решается, а возникает новая. Алкоголь становится неожиданно бедой человека. Если на второй день после выпитого «утренняя рюмка» проясняет мозги и делает вас «нормальным» человеком, то это серьезный повод обратиться за помощью. Это значит, что у вас есть психологическая проблема с алкоголем.

Если у вас есть проблема с алкоголем, вам поможет психологическое биоэнергетическое депрограммирование* (психологический метод ТранскоД). Одновременно проводится семейное психологическое консультирование, так как от пьянства страдает прежде всего семья, самые близкие люди.

Если у вас есть проблема с алкоголем, звоните – мы вам поможем.

г. Пермь,
 тел.: 298-04-36,
8-902-47-20-436

* Не является медицинской услугой. Реклама

Ювелирная компания «Ди Арс»
ПРОВОДИТ НАБОР СОТРУДНИКОВ
 НА ПРОИЗВОДСТВО ПО ИЗГОТОВЛЕНИЮ ЮВЕЛИРНЫХ ИЗДЕЛИЙ
Требования: ответственность, внимательность, усидчивость, способность к работе с мелкими деталями, без опыта работы в ювелирных компаниях.
 Зарплата без задержек. Испытательный срок (обучение) до 30 дней.
 Бесплатное обучение в процессе работы. Зарплата 15 000 - 40 000 рублей.
 Полная занятость, соц.пакет, оформление на работу.
 Предприятие расположено в микрорайоне Железнодорожный (доставка служебным транспортом)
 Резюме и рекомендации отправлять на Email: make@diars.ru
 тел. +7 952 640 03 39, звонить с 10:00 до 12:00

АНО «Учебно-производственный центр»
 15.09.2015 - 1С: Бухгалтерия
 17.09.2015 - Машинист крана
 18.09.2015 - Парикмахер, мастер по маникюру
 21.09.2015 - Гранд-смета, менеджер по персоналу
 22.09.2015 - Оператор котельной, лифтер
 28.09.2015 - Системный администратор

АВТОШКОЛА – 14.09.15 - 24.09.15
ПОДГОТОВКА ВОДИТЕЛЕЙ (кат. В)

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ЗАПИСЬ НА КУРСЫ
 по следующим направлениям:

- ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ ПК, Гранд-Смета, программы 1С: Управление торговлей, 1С: Бухгалтерия
- AUTOCAD
- КОМПЬЮТЕРНАЯ ГРАФИКА
- БУХГАЛТЕР
- По профессиям: парикмахер, евроотделка, штукатур, маляр, сварщик, электромонтер, автоэлектрик, автослесарь, тракторист, машинист экскаватора, бульдозера, водитель погрузчика, машинист крана, стропальщик, лифтер.

АТТЕСТАЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА,
ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТИ,
ТЕПЛОЭНЕРГОУСТАНОВКАМ

Заявки принимаются
 по тел. 253-02-11, 8-919-45-955-80
 Адрес: 614113, г. Пермь, ул. М. Рыбалко, 12а

Как уберечь себя ОТ КВАРТИРНОЙ КРАЖИ!

Преступность не дремлет! Мы практически ежедневно слышим о квартирных кражах, но мало задумываемся об этом, пока это нас не касается лично. А стоит задуматься! Главное – самому не стать пособником в краже своей квартиры! Беспечность иногда очень даже помогает квартирным вора обокрасть именно вашу квартиру.

Чаще всего воры входят в квартиру через дверь, поэтому именно прокинование в жилище необходимо сделать для преступников максимально трудным, желательно установить металлическую входную дверь, которую нужно оборудовать двумя замками различной конструкции.

Не оставлять в квартире открытыми форточки или рамы и балконные двери в режиме проветривания, что значительно облегчает доступ преступникам в помещение. Если вы житель первого этажа, то должны всегда закрывать форточки, уходя из дому, так как вы и представить не можете, в какие маленькие отверстия может залезть грабитель. Но лучше поставить защитные ставни или простейшие решетки на окна, таким образом вы защититесь от малолетних воришек, наркоманов и алкоголиков, которые могут влезть в квартиру даже тогда, когда вы в ней спокойно спите. Часто установка решеток на окна важна и для жителей второго и последнего этажей, потому что воры используют козырьки подъездов, крыш, для того, чтобы попасть на балкон, а дальше в квартиру. Часто «лестницами» для воров являются газовые трубы, вынесенные наружу, решетки на окнах этажом ниже, сливные коллекторы.

Постарайтесь наладить общий язык со всеми жильцами подъезда. Когда отправитесь на отдых или в длительную командировку – отдайте ключи соседям и попросите следить их за вашей квартирой – прислушиваться к посторонним звукам на лестничной площадке, вовремя менять перегоревшие лампы, вытаскивать почту из почтового ящика, ведь переполненный ящик – это верный сигнал, что вас долго нет дома. Попросите их раз в день открывать и закрывать дверь в квартиру. Это нужно для того, чтобы убрать «сторожек», который может незаметно поставить вор. «Сторожком» может служить спичка, втиснутая между дверной коробкой и полотном, кусок печенья под ковриком. Вор устанавливает «сторожек», например спичку, и если он ее не находит через некоторое время – то это значит, что в квартиру заходит. При отъезде лучше всего убрать коврик перед дверью – это не позволит вору установить «сторожек» под него. Если во время вашего отсутствия обнаружатся следы жвачки или замазки, выступающие из замков – срочно требуется вызвать полицию – это могут быть приготовления к взлому квартиры.

Наиболее надежным средством защиты от краж на сегодняшний день остается оборудование квартиры и частного дома системой охранной сигнализации с выводом на пульт вневедомственной охраны. Как правило, стоимость похищенного имущества значительно превышает затраты на обеспечение охраны.

ОРИЕНТИРОВОЧНАЯ СТОИМОСТЬ УСТАНОВКИ ОХРАННОЙ СИГНАЛИЗАЦИИ:

- квартира от 21000 руб. (сумма за охрану от 246 руб./мес.),
- частный дом от 35000 руб. (сумма за охрану от 999 руб./мес.),
- гараж от 20000 руб. (сумма за охрану от 686 руб./мес.),
- кнопка экстренного вызова полиции 277,5 руб. в мес.

Номер подписан в печать 10.09.2015 г. По графику: 10 час. 00 мин., фактически: 10 час. 00 мин.
 Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений.
 Тел./факс редакции и рекламного отдела:
284-98-29, 285-08-00. E-mail: zakamsk-plus@mail.ru
 Отпечатано в ООО «Печатник», 617120, г. Верещагино, ул. Энергетиков, 2. Тел. (34254) 3-63-91.
 Печать офсетная. Объем 1 п. л. Заказ №4616. Тираж 30 000 экз.

www.circus.perm.ru

Двоечник Отличник

Здравствуй, школа!
Здравствуй,
ЦИРК!

Завуч Географичка

€ 19 СЕНТЯБРЯ
по 18 ОКТЯБРЯ

ПРИ ПОКУПКЕ 2 БИЛЕТОВ ПО ЦЕНЕ 800 или 1000 РУБ -
3 БИЛЕТ В ПОДАРОК!

тел.: 260-48-53, 260-34-90

Акция действует до 18.10.2015 г. Подробности в кассе цирка.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ГРОЗЕ

Ежегодно от удара молнии в мире по статистике погибает около 3000 человек. Чаще всего гибель людей происходит из-за нарушения правил поведения во время грозы. Гроза может застать где и когда угодно. Чаще всего люди не готовы к встрече с молнией и ливнем, поэтому, оказавшись вдали от дома, начинают паниковать. Во избежание опасных последствий грозы, необходимо соблюдать следующие правила поведения при грозе:

Вы находитесь в лесу:

Опасно приближаться к деревьям, особенно одиноко стоящим. Не прятаться под ними, вы все равно вымокнете, это только увеличит риск удара молнии. Считается, что лучшими проводниками являются дуб и тополь. В таких деревьях как ель, лиственница или липа содержится больше масел, поэтому при прочих равных условиях вероятность попадания разряда в них все же меньше.

Вы находитесь в поле:

Самое безопасное положение в чистом поле во время грозы – это лечь в низине и укрыться. Нельзя подходить к камням и кустам, ни в коем случае нельзя стоять, так как в этом случае вы будете высшей точкой над поверхностью, что увеличивает ваши шансы получить смертоносный разряд. Не забывайте, что разряд, попавший в радиусе 30 метров от вас, не заземляется, и потому также опасен для вашей жизни. Отключите мобильный телефон, снимите и уберите серьги и цепочки в сумку. В любом случае, находиться одному в поле крайне опасно.

Вы в воде (река, озеро):

Если началась гроза, немедленно покиньте водоем. Вы единственный находитесь над поверхностью и притягиваете к себе разряды – смертельно опасно. Даже если молния ударит в стороне от вас, то ток распространится по воде молниеносно – летальный исход.

Вы находитесь дома:

Если вы дома, то находитесь практически в безопасности. Постарайтесь закрыть окна, двери, отключить от сети электроприборы (могут сгореть из-за скачков напряжения). Не прикасайтесь к металлическому душу, батарее, раковине (металл хорошо проводит ток).

Вы находитесь в автомобиле:

Закрывайте окна и считайте, что вы находитесь в полной безопасности. Если даже разряд ударит в машину, то напряжение пойдет по корпусу и уйдет по мокрым колесам в землю. Внутри металлического корпуса напряжение не образуется. Однако не стоит дотрагиваться к металлическим ручкам и сотового телефона, это может быть опасно. Желательно до грозы опустить антенну. Берегите себя и своих близких.

С уважением, отделение надзорной деятельности города Перми по Индустриальному району.

КОМПАНИЯ «ДОН БАЛКОН»

- Теплое и холодное остекление балконов и лоджий
- Наружная отделка балконов
- Внутренняя отделка балконов и лоджий (половая доска, линолеум, ламинат, плитка, отделка вагонкой, ПВХ-панелями, ГКЛ, декоративная штукатурка, электромонтажные работы и др.)
- Утепление балконов и лоджий (пеноплекс, пенофол, гидроизоляция, теплые полы, объединение лоджии с комнатой и др.)
- Встроенные шкафы, сушилки для белья
- Окна ПВХ (монтаж исключительно по ГОСТу)
- Монтаж балконов на первых этажах
- Утепление балконов Крыши на балконах

**ШКАФЫ-КУПЕ • КУХНИ • МЕБЕЛЬ
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ • ВХОДНЫЕ
МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ**

Акция: при остеклении и отделке балкона "под ключ" ШКАФ в ПОДАРОК! *

У нас пока цены 2014 года!

Высокое качество монтажа	Бесплатная рассрочка внутри компании, без привлечения банка*	Гарантия качества 5 лет
Бесплатный замер и расчет стоимости на месте*	Конкретные сроки выполнения работ	Бесплатный демонтаж и вывоз мусора*

☎ 299-99-66 www.don-balkon59.ru

Центр: ул. Куйбышева, 105 2-й эт., офис 208
Закамск: ул. Ласьвинская, 19 ТЦ "Торговый ряд", 2-й эт.

Акция действует до 31.10.2015. Информацию об организации услуг и гарантии от производителя, консультируем, работаем, строим, монтируем на территории вы можете узнать в офисе компании. УЛ Старикина 1-2.

18+

ГЛАВНОЕ МУЖСКОЕ ШОУ СТРАНЫ

ДАМСКИЕ УГОДНИКИ

1 ОКТЯБРЯ В 19:00

Романтика

Elvis представляет

БОЛЬШОЕ ШОУ в Большом Зале Филармонии

ГЛАВНОЕ ШОУ этой осени

ОТКРЫТИЕ 7 ТЕАТРАЛЬНОГО СЕЗОНА

«Наглянцы»

Настоящий подарок для прекрасных дам!

INFO: 8-902 83 49 073 kassy.ru 235 0000 SHOWDU.RU

Ведущие шоу Александр Меркурия и Сергей Назаров

29 ТЕАТРАЛЬНЫЙ СЕЗОН

Балет

ЕВГЕНИЯ ПАНФИЛОВА

Открытие 29-го театрального сезона

С. Прокофьев Балет в 3-х актах по одноименной трагедии В. Шекспира хореография – Евгений Панфилов

РОМЕО и ДЖУЛЬЕТТА

15 ОКТЯБРЯ / ДК «УРАЛ» / 19:00

билеты в кассе дворца

29 ТЕАТРАЛЬНЫЙ СЕЗОН

Балет

ЕВГЕНИЯ ПАНФИЛОВА

Открытие 29-го театрального сезона

С. Прокофьев Балет в 3-х актах по одноименной трагедии В. Шекспира хореография – Евгений Панфилов

РОМЕО и ДЖУЛЬЕТТА

24 СЕНТЯБРЯ / ДК им. ГАГАРИНА / 19:00

БИЛЕТЫ: 271-61-01, 235-00-00, 8-902-83-21-337

С 12 ПО 19 СЕНТЯБРЯ

реклама Режим работы пн.-пт. - 11.00-19.00 сб., вс. - 11.00-18.00

СКИДКА 15%

на акриловые краски фирмы «Таир»

ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ

товары для творчества

НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ

- Мини-пистолет - новый удобный инструмент для нанесения лака и грунтовки на мелкие детали. Цена: 140 рублей
- Клей строительный на водной основе, представляет собой белый вязкий состав. Подходит для склеивания керамики, плитки, гипса, пенопласта, гипсокартона и других материалов. Цена: от 60 до 230 рублей
- Подложка - предназначена для нанесения лака и грунтовки на поверхности. Цена: от 27 до 62 рублей
- Шпатель для лака - предназначен для нанесения лака на поверхности. Цена: 60 рублей
- Салфетки пропитанные Шпатель - Цена: 15 рублей
- Валик универсальный - предназначен для нанесения лака и грунтовки на поверхности. Цена: от 20 до 120 рублей
- Валик универсальный - предназначен для нанесения лака и грунтовки на поверхности. Цена: от 180 до 280 рублей
- Валик универсальный - предназначен для нанесения лака и грунтовки на поверхности. Цена: 20 рублей
- Валик универсальный - предназначен для нанесения лака и грунтовки на поверхности. Цена: от 120 рублей

Гайва, ул. Вильямса, 45 т. 288-94-95