



//Перед фактом

ПОВТОРЕНИЕ – МАТЬ «ПРИКЛЮЧЕНИЯ»

Согласно данным экологов, Россия «горит» по такой же схеме, как и весной 2010 года.

стр. 2>>



//О тех, кто рядом

ПРЕДАННОСТЬ ПРОФЕССИИ

В администрации города наградили лучших работников службы быта.

стр. 2>>



//Как это было

ДОМ, ГДЕ ЖИВЕТ МУЗЫКА

Магнитогорский Дом музыки отметил 45-летний юбилей.

стр. 3>>



//Почта «МР»

ОДНО ДЕЛАЮТ, ДРУГОЕ ЛОМАЮТ?

Взявшись за уборку снега с крыш, коммунальщики создали себе очередную проблему.

стр. 3>>

ГАЗЕТА ПРАВИТЕЛЬСТВА ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ, АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МАГНИТОГОРСКА, МАГНИТОГОРСКОГО ГОРОДСКОГО СОБРАНИЯ ДЕПУТАТОВ, СОЮЗА ЖУРНАЛИСТОВ ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ



МАГНИТОГОРСКИЙ ДРАВЗЧИК

Ежедневно с 1930 года

ПЯТНИЦА,
8 апреля 2011
№ 59
(21222)

ГЛАВНАЯ ГАЗЕТА ГОРОДА

Письмо дня Держите двери на замке!

//Зинаида ХОРОШИНА, пенсионерка

Дом, в котором я живу, находится в центральной части Магнитогорска.

А потому разношерстные коробейники не ходят нас стороной. Все свои силы они бросают на нас, пенсионеров, потому как считается, что в силу возраста мы все доверчивые простодушны. В прошлом месяце на подъездной двери появилось лаконичное объявление о том, что тако-то числа социальный фонд помощи пенсионерам представит прибор, снижающий артериальное давление. Ровно в указанное время появилась компания в составе двух парней и девушки. Прямо на лестничной клетке ребята привалялись рекламировать ноу-хау. На практическом материале продемонстрировали действие прибора, надо сказать, что опытный образец в лице моей соседки даже почувствовал некое облегчение от головной боли. После показательных выступлений сразу же нашлись желающие купить прибор. Не остановила их и цена чуда – 12 тысяч рублей. В общем, только в нашем подъезде ушлые коробейники собрали 36 тысяч.

А дальше – соседи принялись лечить застарелые болячки. Особых результатов в восстановлении здоровья не достигли, но точно знаю, что у двух счастливых обладателей приборы вышли из строя. Пенсионеры попробовали дозвониться до продавцов, но их телефоны были отключены. Кому теперь предъявлять претензии либо требовать возврата денег по гарантии они не знают. А потому хочу обратиться к своим сверстникам: смело закрывайте двери перед обворожительными молодыми людьми, предлагающими вам чудным образом поправить свое здоровье. Не надо надеяться на чудеса. Обращайтесь к участковым терапевтам, они не обманут!

Вместо комментария Доверяй, но проверяй!

Сегодня благотворительность стала повседневно делом для многих горожан, и это очень хорошо.

Благодаря Интернету, СМИ, социальным сетям практически любой призыв о помощи – если только он исходит не от откровенных жуликов – почти наверняка находит свой отклик. Люди с радостью расстаются со своими вещами и деньгами, услышав трогательную историю по радио или прочитав заметку в газете.

Управление социальной защиты населения администрации города предупреждает: будьте бдительны! Участились случаи мошенничества – сбора денежных средств под эгидой благотворительности для детских домов и интернатов для детей-сирот. Во избежание обмана со стороны разных мошенников призываем вас тщательно проверять достоверность подобной информации. Все мероприятия, проводимые управлением социальной защиты населения совместно с благотворительными некоммерческими организациями, всегда анонсируются в городских средствах массовой информации.

Не спешите расстаться с деньгами, не проверив информацию; ищите официальные телефоны; отсылайте нуждающегося в благотворительные фонды, где есть четкие договорные обязательства между фондом и благополучателем, и где все прозрачно.

Новости

Битвы джипов

Уральские внедорожники сразятся за звание лучших.

17 апреля Магнитогорск встречает любителей автоспорта всего Уральского региона на скоростной гонке внедорожников «Первая грязь – 2011». Организаторами этого ежегодного мероприятия выступают некоммерческое объединение «MAGWD» при поддержке ОАО «ММК» и городское управление по физической культуре, спорту и туризму. Отметим, что магнитогорские спортсмены наиболее широко представлены в классе «Стандарт». Организаторы прогнозируют интересные битвы на протяжении всей гонки, в том числе благодаря женским экипажам.

Сколько воды утекло?

Тема дня

//Валентина СЕРДИТОВА

Вчера в общественно-политическом центре состоялся «крутый стол» по животрепещущему для горожан вопросу – водоснабжению.

Участниками конференции стали не только водоканальцы, но и спикер МГСД Александр Морозов, директор МП «ЕРКЦ» Алексей Галыгин, председатель ОЗПП Владимир Зяблицев, депутат городского Собрания Игорь Смолин.

Несколько лет подряд мы живем в условиях нехватки воды. В нынешнем году, по мнению специалистов, город будет испытывать те же проблемы, что и ранее. Минимизировать их призвана городская инвестиционная программа, о которой рассказал руководитель треста «Водоканал» Фарид Хакимов. Программа включает в себя целый комплекс мероприятий, направленных на ремонт и реконструкцию технологического оборудования. Результаты действия этого проекта уже очевидны. На 18 насосной станции увеличилось количество добываемой воды на пять тысяч кубометров: в настоящее время оттуда идут 39 тысяч кубометров воды в сутки.

Активные работы ведутся по строительству станции переборки воды с Урала в пойму реки Малый Кизил. Водозабор расположен в 4-5 км северо-западнее города. Мало-Кизильское месторождение является основным источником водоснабжения города, обеспечивая около 55 процентов общей его потребности в питьевой воде. Ситуация на нем наиболее критическая. Сегодня этот единственный источник подпитки одноименного водозабора представляет собой пересохшую речку. В связи с отсутствием естественной подпитки Мало-Кизильского водозабора рассматривалась возможность строительства водовода от реки Урал до десятой насосной станции.

На Янгельском водозаборе поменяли насосы, которые прослужили 40 лет, теперь там установлены глубинные насосы, – продолжает Ф. Хакимов. – Возможно, работа для потребителя незаметна, но она ответственна. С помощью средств бюджета «Водоканалу» удалось приобрести передвижную лабораторию по поиску утечек воды. При комплексном подходе к вопросам экономии удалось снизить потери.

Ко всему прочему, по мнению руководителя треста, одной из наиболее важных тем на сегодняшний день является обеспечение безопасности. Водой его жители обеспечены, но вот качество ее оставляет желать лучшего. Трест предпринимает меры для выхода из тулупиковой ситуации. К примеру, начиная с 2007 года, только на 12 участке произведена замена восьми километров сетей, это почти треть водоводной системы этой территории. Для улучшения качества питьевой воды применяется так называемая промывка водоводов, хотя положительный результат чаще всего невелик: большинство



● Городу продолжает грозить маловодье

сетей левого берега являются так называемыми тулупиковыми.

Обратились присутствующие и к теме жилищных проблем. Собственники жилых помещений столкнулись с тем, что в платежах за коммунальные услуги в графе показаний водометра время от времени появляются незадекларированные кубометры. Доначислять горожанам услуги, которую они не получают, позволило правительственное постановление под № 307. И никуда от этого не деться, считает руководитель МП «ЕРКЦ» Алексей Галыгин. А вот снизить конечные цифры водопотребления жильцы в состоянии. Никто не отменял бдительности, заметил Галыгин. Как показывает практика, бывает, что в квартире прописан один человек, а снимают

ее чуть ли не табором. В результате жильцы, которые пытаются экономить каждую каплю, оплачивают водные процедуры обитателей в соседской квартире.

В тресте «Водоканал», сегодня работает «горячая» телефонная линия 21-11-10. Позвонить на нее можно в круглосуточном режиме, принимаются любые сообщения об утечках, несанкционированном расходе воды, ее воровстве и многое другое.

Словом, чтобы этим летом остаться с водой, управляющим компаниям, ресурсоснабжающим предприятиям, жильцам многоквартирных и частных домов нужно расстаться с благодушием и по иному взглянуть на данное им природное благо – питьевую воду.

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА МАГНИТОГОРСКА ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ
ПОСТАНОВЛЕНИЕ
06.04.2011
3753-П
О проведении конкурса на замещение вакантной должности муниципальной службы начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска

1. Объявить конкурс на замещение вакантной должности муниципальной службы начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска (приложение №1), отнесенной к группе главных должностей муниципальной службы. 2. Создать конкурную комиссию и утвердить ее состав (приложение №2). 3. Провести 11 мая 2011 года конкурс на замещение вакантной должности муниципальной службы начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска в форме конкурса – испытания на соответствие претендента требованиям, предъявляемым к

должности муниципальной службы начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска и Программы деятельности претендента на должность начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска, с подведением итогов конкурса 13 мая 2011 года.

4. Прием документов от претендентов на замещение вакантной должности муниципальной службы начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска осуществляется секретарем конкурсной комиссии с момента публикации объявления о проведении конкурса в газете «Магнитогорский рабочий» – до 29 апреля 2011 года по адресу: пр. Ленина д.72, кабинет 346, телефон 49-04-64. 5. Службе внешних связей и молодежной политике администрации города (Рязанова О.М.) опубликовать постановление с приложениями в газете «Магнитогорский рабочий» – до 08.04.2011 года. 6. Контроль исполнения настоящего постановления оставлю за собой.

Л.Е.Н. ТЕФТЕЛЕВ,
глава города

Приложение №1
к постановлению администрации
города от 06.04.2011 №3753-П

о проведении конкурса на замещение вакантной должности муниципальной службы начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска (далее конкурс).

отнесенной к группе главных должностей муниципальной службы. Конкурс состоится 11 мая 2011 года в аудитории 300 здания администрации города, в форме конкурса – испытания на соответствие претендента требованиям, предъявляемым к должности муниципальной службы начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска, с подведением итогов конкурса 13 мая 2011 года.

Право на участие в конкурсе имеют граждане Российской Федерации, граждане иностранных государств – участники международных договоров Российской Федерации, в соответствии с которыми иностранные граждане имеют право находиться на муниципальной службе, достигшие возраста 18 лет, владеющие государственным языком и не имеющие оснований для отказа в рассмотрении документов и недопущении к участию в конкурсе. Кандидационные требования:

1) уровню профессионального образования – высшее профессиональное образование, 2) к стажу муниципальной службы (государственной службы) или стаж работы по специальности – стаж муниципальной службы (государственной службы) не менее трех лет или стаж работы по специальности не менее трех лет; 3) к профессиональным знаниям и навыкам, необходимым для исполнения должностных обязанностей – знание Конституции Российской Федерации, федеральных законов, Устава (Основного Закона) Челябинской области, законов Челябинской области, Устава города Магнитогорска, иных нормативных правовых актов, регулирующих сферу деятельности по социальной защите населения, основ регионального муниципального управления, правил делового этикета, навыков руководства структурными подразделениями среднего и низшего

звенья, публичной деятельности (навыки выступления перед аудиторией, в средствах массовой информации); опыт разработки проектов правовых актов, программ, аналитических материалов для принятия управленческих решений; умение пользоваться персональным компьютером и другой организационной техникой.

Для участия в конкурсе претенденты представляют:

– личное заявление на участие в конкурсе на имя главы города Магнитогорска; – собственноручно заполненную и подписанную анкету, по форме, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 26.05.2005 №667-р, с приложением фотографии (3х4); – копию паспорта или заменяющего его документа (соответствующий документ предоставляется лично при представлении документов); – документы об образовании, повышении квалификации, а также по желанию претендента о присвоении ученой степени, ученого звания, заверенными нотариально или кадровыми службами по месту работы (службы); – копии трудовой книжки (за исключением случаев, когда (трудовая) деятельность осуществляется впервые) или иные документы, подтверждающие трудовую (служебную) деятельность претендента;

– заключение медицинского учреждения об отсутствии заболевания, препятствующего поступлению на муниципальную службу (форма 086-У). Претендент вправе представить рекомендательные письма, отзывы с предыдущих мест работы. Претендент не допускается к участию в конкурсе в случаях, установленных разделом 4 Положения о порядке проведения конкурса на замещение муниципальных должностей муниципальной службы в органах местного самоуправления города Магнитогорска, утвержденного Решением Магнитогорского городского Собрания депутатов от 30.05.2007 №77.

стр. 3>>

Новости

Выступили достойно

Магнитогорские юные таланты стали призерами «Металлинки».

В Нижегородской области прошел XIV Всероссийский отраслевой конкурс детского творчества «Металлика-2011». Участниками нынешнего конкурса стали около 200 детей от 4 до 10 лет. Это были воспитанники танцевальных и цирковых студий, ансамблей, театров моды. Среди лауреатов конкурса отмечены и детские творческие коллективы дворцов культуры ОАО «ММК». Ансамбль современной хореографии «Flash» стал лауреатом III степени в номинации «хореография». Специальный приз «Дворца культуры металлургов» ОАО «Выксунский металлургический завод» был вручен вокальному ансамблю детской эстрадной песни «Курносики», сообщает пресс-служба ММК.

Всегда готовы!

Проведена оценка готовности школ к введению новых стандартов.

Школы области провели самооценку готовности к введению федеральных стандартов начального общего образования с 1 сентября 2011 года. В плане эффективности опыта работы в этом направлении было отмечено несколько работ магнитогорских педагогов и методистов: электронный сборник, регламентирующий работу в образовательном учреждении, методические рекомендации по составлению программ для начальной школы, электронный сборник примерных программ и информационный сборник о способах повышения квалификации работников.

Выбор за покупателем

Знак доверия потребителей поможет сориентироваться на рынке товаров и услуг.

Магнитогорским объединением защиты прав потребителей внедряется проект «Знак доверия потребителей». Претендовать на право получения этого знака могут фирмы или предприниматели, которые ведут честную политику по отношению к потребителям.

Встреча поколений

В библиотеке Крашенинникова прошла встреча молодежи с женщинами – ветеранами Великой Отечественной войны.

Организаторами мероприятия стали сама библиотека, кафедра истории России МаГУ, отдел молодежной политики администрации города, городской совет ветеранов, администрация Ленинского района. Студенты исфака и учащиеся лицея при МаГУ, слушая рассказы участниц войны и тружениц тыла, смогли вживую прикоснуться к памяти тех суровых лет.

Товарищеские встречи

Магнитогорские футболисты готовятся к сезону.

Вчера подопечные Станислава Филонова отправились в Учалы, где примут участие в традиционном турнире на призы генерального директора ОАО «Учалинский горно-обогатительный комбинат». В турнире участвуют команды из Учалов, Коркино, Уфы и Златоуста. В прошлом году магнитогорский «Металлург» занял в этом турнире третье место.

Всяко-разно

8 апреля – День сотрудников военных комиссариатов.

В этот день был издан Манифест Екатерины II о присоединении Крыма к России (1783); открыт первый официально зарегистрированный шахматный клуб (1853); в Москве пшесой В. Розова «Вечно живые» открылся театр «Современник» (1957).

Знаете ли вы, что...

...если из крана будет капать по одной капле в секунду, то через год из него уже вытечет почти 10 000 литров воды.

Улыбнитесь!
Мужчины часто закрывают глаза в автобусах. Они не могут видеть, как женщина спит.

Погода

Переменная облачность, небольшой дождь. Ветер: южный, 2-9 м/сек. Температура: ночь -1° + 4°, при прояснении до -7°, день +9° + 14°.

9 АПРЕЛЯ
Магнитные бури в апреле: 11, 14, 19, 22, 25.

Как это было

Дом, где живёт музыка

Елена ПАВЕЛИНА

16 марта Магнитогорский Дом музыки отметил 45-летний юбилей...

Появление уникального в своем роде очага культуры в биографии молодого города...

Создал его заслуженный деятель искусств России, народный артист Семен Григорьевич Эйдинов...

В новом строящемся районе по проекту Ленинградского архитектора возвели фундамент и стены...



С. Г. Эйдинов с дочерью Наташей.



Композитор Дмитрий Кабалевский с хором «Жаворонок».

Ходом строительных работ. Как-то, зайдя в один из близлежащих жилых домов...

Ночь перед открытием Дома музыки почти для всех педагогов прошла в хозяйственных хлопотах...

На открытии Дома музыки встречали высоких гостей, среди которых был весь президиум Всесоюзного хорового общества...

были художник Александр Карелин и фотограф Анатолий Князев. Первым директором Дома музыки стала Галина Бочарова...

Через несколько дней Семен Григорьевич собрал всех магнитогорских музыкантов: «Я хочу, чтобы музыка звучала у нас круглосуточно...

Еще одна крылатая фраза Эйдинова: «Запоют дети – запоет Магнитка». В 1969 году появился хор мальчиков «Жаворонок»...

Имена в истории Магнитки

«...тем памятей закал»

Олег ВИЛИНСКИЙ

Дом, где жил Ручьев, стоит чуть наискосок от драматического театра. Выйдешь из подворотни, и глаз невольно упирается...

Не раз я говорил Борису Александровичу: «Не обойтись вам без театральной публики».

В 1960-е на сиделках у костра на берегах Ильменя или Тургожа часто исполнялись баллады из «Красного солнышка»...

К пятидесятилетию поэта вышел сборник его стихов, в который вошли все его поэмы – от «Красного солнышка» до «Любавы»...

На первом слете первостроителей Магнитки в мае 1966 года мы с Ручьевым вновь вернулись к возможности создания драматического произведения по его стихам и поэмам...

Ряд непредвиденных обстоятельств отодвинул премьеру. Наконец настал миг, когда пьеса увидела свет театральной рампы...

Какой бы пламень гарью нас ни метил, Какой бы пламень нас ни обжигал, Мы станем чище, мы за все отведем.

Приметы нового

Электронные аукционы – теория и практика

Управлением муниципального заказа городской администрации 4 апреля в малом зале администрации был организован семинар-практикум «Современные требования к проведению электронных аукционов»...

Семинар проводился для работников бюджетных учреждений и органов администрации, которые заняты в сфере размещения заказов на поставки товаров...



Электронный аукцион – веяние времени.

Почта «МР»

Одно делают, другое ломают?

Николай ЯЛОВОЙ, житель дома № 30 по пр. Ленина

Взявшись за уборку снега с крыши, коммунальщики создали себе очередную проблему.

Во многих домах была нарушена кровля, в результате квартиры верхних этажей топит талой водой.

Я позвонил в домоуправление, изложил ситуацию. Мою

заявку приняли. Но еще долго пришлось ждать хоть какой-нибудь реакции. Снова обратился в домоуправление, мне ответили, что таких жалоб много.

Считаю, проблему с многочисленными затоплениями квартир создали недобросовестные работники коммунальных служб, повредившие кровлю при их очистке от снега и льда.



Снег с крыши имеет свойство «протаскиваться». исправлять грубые ошибки своих коллег, да и кровельщикам...

Официально

Приложение №1 к постановлению администрации города от 06.04.2011 №3753-П

О проведении конкурса на замещение вакантной должности муниципальной службы начальника отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Магнитогорска...

ОБЪЯВЛЕНИЕ

ТРУДОВОЙ ДОГОВОР с муниципальным служащим о прохождении муниципальной службы и замещении должности муниципальной службы в органе местного самоуправления города Магнитогорска

от (наименование должности, Ф.И.О. руководителя)

действующего на основании

(вид документа, определяющего статус руководителя, дата и номер этого документа)

с одной стороны, и гражданином (Ф.И.О.)

именуемый в дальнейшем Муниципальный служащий, с другой стороны, заключили настоящий трудовой договор о нижеследующем:

- 1. Общие положения
1. По настоящему трудовому договору Муниципальный служащий берет на себя обязательства, связанные с прохождением муниципальной службы, а Работодатель обязуется обеспечить Муниципального служащего прохождением муниципальной службы в соответствии с законодательством Российской Федерации и Челябинской области, нормативными правовыми актами органов местного самоуправления города Магнитогорска.

- 2. Права, обязанности, ограничения и запреты, связанные с муниципальной службой
2.1. Муниципальный служащий имеет право, предусмотренное статьей 11 и другими положениями Федерального закона «О муниципальной службе в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон), а также соблюдения правил внутреннего трудового распорядка органа местного самоуправления;

- 3. Права и обязанности Работодателя
3.1. Работодатель имеет право:
1) требовать от Муниципального служащего исполнения должностных обязанностей, возложенных на него настоящим трудовым договором, должностной инструкцией Муниципального служащего, а также соблюдения правил внутреннего трудового распорядка органа местного самоуправления;

- 4) ежемесячной надбавки за государственные награды, полученные в период прохождения муниципальной службы, ... процентов должностного оклада «>»;
5) ежемесячной надбавки за ученую степень ... процентов должностного оклада «>»;
6) ежемесячной надбавки за особые условия муниципальной службы ...

- 13. Муниципальному служащему предоставляются:
1) ежегодный основной оплачиваемый отпуск продолжительностью 30 календарных дней;
2) ежегодный дополнительный оплачиваемый отпуск за выслугу лет в соответствии с законодательством Челябинской области.

- 18. Работодатель и Муниципальный служащий несут ответственность за неисполнение или ненадлежащее исполнение взятых на себя обязательств в соответствии с действующим законодательством, настоящим трудовым договором.

Состав конкурсной комиссии:
Кимайкин С.И. – председатель комиссии, заместитель главы города
Михайленко И.Н. – заместитель председателя комиссии, начальник управления социальной защиты населения администрации города

Новости

Дураки вымрут не скоро...
Группа «ясновидящих» задержана в Москве.
На северо-востоке Москвы задержаны десять сотрудников коммерческой компании...

Пятница-заятница

Что читаем?
Рубрика для тех, кто отдыхает с умом.
В Зазеркалье все не как у людей, все шиворот-навыворот. К примеру, произведение А.Гайдара «Голубая чашка» может читаться здесь как «Розовое блюдце»...

- 1. «Но закаты там шумные».
2. «Черные дни».
3. «Сестры-казаки».
4. «Расти большой, студиозус!»
5. «Оловянный пешеход».
6. «Счастье до глухости».
7. «Господин без киски».
8. «Сказка многих деревень».
9. «Мало тишины во всем».
10. «Материк Кавказ».
11. «Двадцать самураев».
12. «Принесенные цунами».

Ответы на задание в «МР» от 1 апреля:
1. База. 2. Мост. 3. Бассейн. 4. Резина. 5. Роман. 6. Пила. 7. Пальма. 8. Луза. 9. Риза. 10. Доха.



Эхо события

Семь оркестров – на одной сцене

//Елена ПАВЕЛИНА.
Фото автора
«Очень жаль, что заканчивается такой красивый праздник, – сказал на церемонии закрытия фестиваля «Европа – Азия» его исполнительный директор, художественный руководитель оркестра народных инструментов «Калинушка» заслуженный артист России Петр Цокало.
Не все дождался момента получения заслуженных наград. Многие коллективы приехали издалека, поэтому после выступления сразу же отправлялись в обратный путь...



Передседатель жюри Шаукат Амиров вручает награды

специальный приз получил ансамбль из музыкального колледжа Екатеринбург – ребята сыграли свою программу безукоризненно. Дипломы лауреатов второй степени удостоились балалаечник Ефимов и баянист Носов, а также дуэт баянистов из Екатеринбург. Подводя итоги фестиваля «Европа-Азия», могу сказать, что в нашей глубинке прорастают неповторимые таланты. Например, очень понравились коллективы из Учалов, оркестры Стерлитамака и Челябинска. Полный зрительский зал все три дня фестиваля – вещественное доказательство того, что народная музыка востребована и сейчас.

Здравствуй!

«Заложило руку что-то...»

Как помочь при мышечной боли?
Боль в мышцах совершенно нормальна, если после долгого периода покоя вы дали им повышенную нагрузку. Однако причиной боли могут быть и некоторые заболевания – в первую очередь вирусные, а кроме того – заболевания цитовидной железой, артрита, фибромиалгии.
Как можно облегчить боль?
Во-первых, после напряжения дайте мышцам полный покой – на сутки и более.
Прикладывайте к больному месту лед или полотенце, смоченное холодной водой. Впрочем, в некоторых случаях помогает, наоборот, тепло, способствующее быстрейшему удалению из мышц молочной кислоты.
Массируйте больное место пальцами – в том случае, если это не приводит к усилению болевых ощущений. Правда, в некоторых случаях противопоказан любой, даже ручной массаж. Например, если мышечные боли мучают вас во время гриппа, простуд или на фоне приема антибиотиков.
Натирайте больное место мазями, содержащими ментол.
Организируйте для себя правильный режим сна. Регулярно занимайтесь физическими упражнениями, просто гуляйте на свежем воздухе или катайтесь на велосипеде, плавайте (кстати, прекрасное средство профилактики). Гиподинамия – главный враг наших мышц, но нагрузки на них должны быть умеренными.



Это факт!
Специалисты насчитывают у человека от 400 до 680 мышц. Общий вес мышц у мужчины составляет около 40 процентов от веса тела, а у женщины – около 30 процентов.

А это мысль!

Прекращение деятельности всегда приводит к болевой вялости, а за вялостью идет дряхлость.

Совет дня. Разное

Засаленные воротнички на мужских рубашках отстирать очень трудно, но можно облегчить эту задачу. Замочите рубашку в тазу и нанесите на воротник средство для мытья посуды. Особенно хорошо действуют те составы, на которых написано: «Удаляют жир даже в холодной воде». Оставьте рубашку на 5-10 минут. Поскольку в моющее средство для посуды добавляются компоненты, размягчающие жир, воротник легко отстирается.



Реклама

ROSSGOSCIRK и МАГНИТОГОРСКИЙ ЦИРК
€19 по 10
МАРТА АПРЕЛЯ
ВПЕРВЫЕ ЗВЕЗДЫ МИРОВОГО ЦИРКА
НАЧАЛО ПРЕДСТАВЛЕНИЙ
в СУББОТУ и ВОСКРЕСЕНЬЕ в 12:00 и 16:00 ч.
тел. 26-42-48

ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ
(пластиковые, алюминиевые, металлические рамы),
отделка евровагонкой, пластиком – наружная, внутренняя.
Качественно! Короткие сроки.
30-17-07, 8-908-825-19-13.

Извещение о проведении открытого конкурса.
ООО «ЖРЭУ № 3» приглашает для участия в открытом конкурсе по отбору подрядной организации для выполнения работ по установке узлов учета тепловой энергии в многоквартирных домах.
1.1. Цель проведения конкурсного отбора: отбор подрядной организации для выполнения работ по установке узлов учета тепловой энергии в многоквартирных домах в количестве 29 узлов, находящихся на обслуживании ООО «ЖРЭУ № 3» во 2 квартале 2011 года.
1.2. Основание проведения конкурсного отбора: на основании «Положения о размещении заказов на поставки товаров, выполнение работ, оказание услуг для нужд ООО «ЖРЭУ № 3» от «07» февраля 2011 г.

Table with 5 columns: № п/п, Адрес многоквартирного дома, Объем выполняемых работ, Стоимость всего, руб., Примечание. Contains 29 rows of data.

1.7. Начальная (максимальная) цена договора: 3 552 010,62 руб. Цена включает в себя стоимость работ, материалов и оборудования, транспортные, заготовительно-складские и командировочные расходы, страхование, уплату таможенных пошлин, все обязательные налоги и платежи.

1.8. Срок выполнения работ: с момента подписания договора в течение 39 дней, в соответствии с заключенным договором (Приложение № 5 Форма 5).

1.10. Форма оплаты работ: безналичным расчет.
1.11. Порядок оплаты работ: за фактически выполненные работы согласно актам на выполненные работы КС-2 и справкам КС-3 после предоставления счетов-фактур в течение 30 банковских дней путем перечисления денежных средств на расчетный счет.

1.12. Порядок ознакомления участников конкурсного отбора с объектами конкурсного отбора: с «08» апреля 2011 года по «11» мая 2011 года по обращению в ООО «ЖРЭУ № 3».

1.13. Место и порядок предоставления настоящей документации: в письменной форме по месту нахождения организатора конкурсного отбора. В электронном виде на достояние документация размещена на сайте ООО «ЖРЭУ № 3» (www.jreu3.mgn.ru).

1.14. Место, порядок, дата и окончания подачи заявок на участие в конкурсном отборе: заявки на участие в отборе подаются по установленной форме (Приложение № 2 Форма 2) по адресу: г. Магнитогорск, пр. К.Маркса, 184/1, 22-28.

1.15. Критерии оценки заявок на участие в конкурсном отборе:
1.14.1. Цена договора – максимальное количество 80 баллов;
1.14.2. Качество работ и квалификация участника конкурса при размещении заказа на выполнение работ – максимальное количество 10 баллов;

1.14.3. Срок выполнения работ – максимальное количество 5 баллов;
1.14.4. Срок предоставления гарантии качества работ – максимальное количество 5 баллов;
Совокупная значимость критериев составляет сто баллов.

1.16. Порядок оценки заявок на участие в конкурсе: Оценка и сопоставление заявок производится по критериям оценки заявок. Для оценки и сопоставления заявок используется балльная система. Участник конкурса, предложивший наиболее выгодные условия по сравнению с другими участниками конкурсного отбора, получает максимальное количество баллов. Отбор ведется по каждому из критериев, согласно «Правилам оценки заявок на участие в конкурсе», утвержденным постановлением Правительства Российской Федерации от 10.09.2009 года № 722.

1.17. Место, дата и время проведения конкурсного отбора и рассмотрения заявок на участие в конкурсном отборе: заседание комиссии состоится 11 мая 2011 года в 09 часов 00 минут по адресу: г. Магнитогорск, пр.К.Маркса 184/1, кабинет 23.
1.17.1. Дополнительную информацию о проведении конкурсного отбора можно получить в производственно-техническом отделе (каб.28), тел. (3519) 34-11-22, отделе материально-технического снабжения, тел. (3519) 20-80-14.

26-04-81

Сообщение о проведении годового общего собрания акционеров открытого акционерного общества «Магнитогорский метизно-калывроночный завод «ММК-МЕТИЗ»
Место нахождения Общества: Россия, 455002, Челябинская область, г. Магнитогорск, ул. Метизников, д.5.
Дата проведения собрания: 12 мая 2011 года.
Место проведения общего собрания акционеров: г. Магнитогорск, пр. Пушкина, д.6/1 (ДК «Метизник»).

ОАО «Мобильные ТелеСистемы» информирует общественность о проектировании и строительстве объекта «Волоконно-оптическая линия связи (ВОЛС) «Челябинск – Магнитогорск».
Строительство намечено выполнить в 2011г.
Проектируемая волоконно-оптическая линия связи будет входить в состав единой цифровой сети ОАО «МТС» и будет обеспечивать потребности всех потребителей в современных видах связи и существенно повысит надежность и качество предоставляемых предприятиям и населению услуг сотовой связи, а также обеспечит покрытие сотовой связью прилегающей территории к автомобильным дорогам М-36 «Челябинск – Троицк», Р-360 «Южноуральск – Магнитогорск» и автомобильной дороги Степное – Троицк.
В административном отношении трасса ВОЛС проходит по территории

26-04-81

Общество.
4. Избрание членов Ревизионной комиссии Общества.
5. Утверждение аудитора Общества.
6. Одобрение сделок, в совершении которых имеется заинтересованность.
Почтовый адрес, по которому могут направляться заполненные бюллетени в соответствии с пунктом 3 статьи 60 Федерального закона «Об акционерных обществах»: Россия, 455049, Челябинская обл., г. Магнитогорск, ул. Завенягина, 9, Магнитогорский филиал ЗАО «Регистраторское общество «СТАТУС».
Для регистрации участников собрания необходимо представить:
– для акционера (физического лица) – документ, удостоверяющий личность;
– для представителя акционера – доверенность от имени акционера и документ, удостоверяющий личность;
– для руководителя юридического лица, являющегося акционером – документ, подтверждающий должностное положение в соответствии с действующим законодательством, и документ, удостоверяющий личность.
С информацией (материалами), подлежащей предоставлению лицам, имеющим право на участие в годовом общем собрании акционеров, можно ознакомиться после 12 апреля 2011 года по адресу: г. Магнитогорск, ул. Метизников, д.5, каб. № 109, в рабочие дни с 10.00ч. до 17.00ч., перерыв с 13.00ч. до 14.00ч.

МО г. Челябинск, Сосновского, Коркинского, Еткульского, Еманжелинского, Увельского районов и г. Южноуральск, далее МО Троицкий район, г. Троицк, Пластовского, Верхнеуральского, Нагайского, Агаповского районов и г. Магнитогорск Челябинской области.
Воздействие на окружающую среду при проектировании и строительстве будет минимальным. При эксплуатации данного объекта воздействия на окружающую среду не будет.
На отводимых землях предполагается прокладка кабеля ВОЛС в грунт на глубину 1,2 м. После чего земли будут возвращены их владельцам для дальнейшей эксплуатации по прямому назначению.
Замечания и предложения от общественности принимаются в письменном виде в течение 30 дней со дня опубликования данного объявления.

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЬСТВА: 455000, г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, 69/1, www.mr-info.ru; e-mail: mr@mgn.chel.su Распространяется по подписке и в розницу, рекомендованная цена по будням - 5 р., по субботам - 6 р. НАШ ИНДЕКС: 54599

Учредитель и издатель:
АНО «Редакция газеты «Магнитогорский рабочий».
Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Челябинской области.
Регистрационное свидетельство ПИ № 74-00457.

И.о. главного редактора
КОЧАНОВ
Сергей Александрович
Приемная 26-04-88

Рекламная служба
26-04-81, 26-04-92
Служба подписки и доставки
26-04-87
Служба новостей
26-04-84, 26-04-73.
Материалы, размещенные на правах рекламы, отмечены знаком ▲
Редакция не несет ответственности за содержание и достоверность рекламных материалов.
Тираж 10150. Заказ № 1296.
Отпечатано ЗАО «МДП», г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, 69.
Объем 2 печатных листа.
Подписано в печать по графику 7.04.2011 в 19.30.
Фактически 7.04.2011 в 18.40.

