

«Окна Люкс»
Честность Профессионализм Уважение

KBE TROCAL VITRAGE

ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЙ ПАКЕТ
(заполнение инертным газом)
В ПОДАРОК!

АКЦИЯ!!! ОКНО ДЛЯ САДА!
2 490 р. **4 300 р.**

ВОДОУЛИВ ПОДОКОННИК

ул. Советская, 84, т. 47-46-45
ул. Октябрьская, 21, т. 27-90-47

BARRISOL DIPLINE CLIPSO DECKENFEST

NEW! **морозостойкие**
ПОТОЛКИ (до -30°)!

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
ул. Октябрьская 7, оф. 1
(вход со двора)
ТЦ "Домашний очаг",
пр. Ленина, 156 а.
т.: 20-68-39, 47-68-39

www.auguststudio.ru

Август **ОТ 1 ДНЯ!**

VISA

Крутейшая сеть в России
Центры хорошего слуха
Радуга звуков
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

ВНУТРИШНИЕ И ЗАУШНЫЕ
ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ
ПОДБОР, НАСТРОЙКА, ПРОДАЖА
ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ВЛАДЫШКИ

Выезд на дом

35-66-85 **г. Магнитогорск**
ул. К.Маркса, д. 160, каб. 19, пол-ка №2

www.raduga-zvukov.ru
(495) 745-15-70

www.magmetall.ru

В ИНТЕРНЕТЕ –
РАНЬШЕ, ЧЕМ В ГАЗЕТЕ

ГОРЬКАЯ ГАЗЕТА
АДРЕСОВАНО О ГЛАВНОМ

Рекламу на сайте magmetall.ru можно заказать по телефону 35-65-53.

Купание без экстрима

➤ Ежегодно на водоемах Южного Урала гибнут люди

ЗАПОМНИТЕ правила безопасности на воде.

Купайтесь только на оборудованных пляжах. Место для купания должно быть хорошо вам знакомо. Нельзя купаться вблизи водосбросов, шлюзов, мостов, водоворотов, бурного течения, скопления водорослей, вблизи судов и плавсредств.

Не входите резко в воду и не ныряйте всплывшим и разгоряченным, после длительного пребывания на солнце и поджаренным, после приема пищи (необходим перерыв не менее 60 минут) и в состоянии утомления.

Запрещается нырять и прыгать в воду в незнакомых местах (неизвестно, что там на дне), проводить игры,

сопровождаемые «захватами» и с удерживанием «противника» под водой (человек может захлебнуться).

Не заходите на глубину, если не умеете плавать или плаваете плохо. Долгое нахождение в холодной воде может вызвать судороги. При судороге погрузитесь на секунду с головой в воду и, распрямив сведенную ногу, с силой потяните за большой палец ступни на себя. Судорога отступает.

Не входите в воду в нетрезвом виде. Не заплывайте далеко на надувных матрасах и камерах. Не заплывайте за буйки. Не купайтесь в шторм или грозу.

Не оставляйте детей в водоеме без присмотра взрослых.

Запомните следующие правила спасения утопающего:

Ободрите тонущего криком и плывите ему на помощь. Подплыв к тонущему со стороны спины, осуществите захват (за волосы или за ворот одежды) и транспортируйте его к берегу. Транспортируйте на спине, придерживая голову пострадавшего над водой.

Если он в отчаянии пытается схватить вас за шею, руки или ноги – нырните: повинувшись инстинкту самосохранения, он выпустит вас. Не стесняйтесь обращаться с ним жестко: нередко это единственный способ спасти человека.

Помните, что утонувшего можно спасти, если он пробыл под водой менее шести минут!

После извлечения человека из воды необходимо незамедлительно приступить к оказанию первой помощи.

Если пострадавший без сознания, то:

Очень быстро, повернув его голову на бок, прочистите пальцем забитые тинной или песком рот и нос.

Затем так же быстро (в течение 10–15 секунд) положите пострадавшего животом себе на колено (голова должна свешиваться вниз) и, сильно нажав на спину, вытесните воду из желудка и дыхательных путей.

После этого, не теряя времени, сразу же начинайте делать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца:

встаньте на колени слева, максимально запрокиньте голову утонувшего (это очень важно!) и, сместив челюсть вниз, раскройте ему рот;

сделайте глубокий вдох, приложите свои губы к губам пострадавшего

(следите за герметичностью области рта) и с силой выдохните воздух (ноздри пострадавшего при этом надо зажать рукой);

если у пострадавшего не бьется сердце, искусственное дыхание надо сочетать с непрямым массажем сердца. Для этого одну ладонь положите поперек нижней части грудины (но не на ребра!), другую ладонь поверх первой накрест. Надавите на грудную клетку так, чтобы она прогнулась на 3–5 сантиметров, и отпустите. Через каждые 4–5 ритмичных надавливаний.

Даже если не ощущаете результата, не прекращайте оживление до прибытия скорой помощи: нельзя упустить ни одного шанса на спасение.

Если пострадавший находится в сознании, достаточно уложить его, дать горячее питье, согреть и успокоить.

Отдел Государственного пожарного надзора г. Магнитогорска

У Рыб непростая неделя

ОВЕН 21.03–20.04



Вы постоянно что-нибудь теряете. То файл в компьютере случайно сотрете (постарайтесь чаще «сохраняться» во вторник), то в ящиках офисного стола деловые бумаги не сможете «откопать» (четверг). А в воскресенье во время переезда или перестановки потеряете одну из своих любимых безделушек. Увы, все утраченное если и отыщется, то очень нескоро.

ТЕЛЕЦ 21.04–21.05



На этой неделе вам придется несколько раз менять свои планы. Сначала в связи со срочными делами на работе (понедельник). Потом из-за того, что приболаете (среда). А в пятницу – вот незадача! – придется похлопотать о том, чтобы перенести отпуск. Так как человеку, в компании которого вы рассчитывали отправиться в путешествие, отпуска вообще не дадут!

БЛИЗНЕЦЫ 22.05–21.06



Берегите кошельки! На этой неделе вы склонны сорить деньгами (особенно в понедельник и субботу). И плюс к тому рискуете стать жертвой вора (вторник) или ловких мошенников (среда).

РАК 22.06–22.07



Если в недавнем прошлом вам повезло влюбиться, то теперь вы переживете настоящую бурю чувств! Будет и некое разочарование в любимом человеке (понедельник), и ревность, спровоцированная кем-то из вашего ближайшего окружения (вторник), и непродолжительная разлука (среда–пятница), из-за которой вы будете на удивление сильно переживать.

ЛЕВ 23.07–23.08



Лучше синица в руках, чем журавль в небе? На этой неделе вы легко получите и то и другое! Понедельник и вторник позволят вам укрепиться на занятых позициях и получить некий небольшой бонус. А вот в пятницу звезды обещают исполнить вашу давнюю мечту, дать вам нечто действительно важное.

ДЕВА 24.08–23.09



Бесконечные падения! В понедельник звезды предвещают вам спортивную травму: будьте осторожнее, катаясь на роликах или велосипеде. В четверг вы споткнетесь буквально на ровном месте и рухнете в объятия симпатичного незнакомца. И, наконец, в пятницу может случиться очень неприятное падение – с карьерной лестницы.

ВЕСЫ 24.09–23.10



Вы с удовольствием просидели бы эту неделю дома. И поначалу все будет складываться по вашему желанию: взяв работу на дом, вы отложите на потом несколько деловых встреч и даже походы по гостям. Однако в среду из-за проблем с Интернетом вам все же придется появиться в офисе. А в пятницу – отправиться к родителям: они подготовили для вас приятный сюрприз.

СКОРПИОН 24.10–22.11



Звезды сделают вас вспыльчивыми и несговорчивыми, поэтому, увы, конфликтов не избежать! Наиболее серьезные ссоры намечаются на понедельник, четверг и пятницу. А самая досадная, выросшая из сущего пустяка, произойдет в воскресенье – вы здорово обидите одного из близких друзей.

СТРЕЛЕЦ 23.11–21.12



Неделя позволит вам расслабиться. Возможно, кто-то отправится в отпуск. А остальные смогут и с книгой на диване поваляться (понедельник), и на массаж или в спа сходить (вторник), и на городском пляже понежиться (суббота), и хорошо отдохнуть в компании друзей (воскресенье).

КОЗЕРОГ 22.12–20.01



Вам хочется получать знания, узнавать что-то новое. Поэтому на этой неделе вы с удовольствием запишетесь на какие-нибудь курсы, отправитесь на экскурсию (вторник) и будете много, очень много читать... От чего вас предостерегают звезды – так это от стремления получать информацию любым путем, прибегая к незаконным методам и прислушиваясь к сплетням.

ВОДОЛЕЙ 21.01–18.02



Как и Стрельцы, Водолеи могут отправиться в отпуск. Но только не расслабляться, а заниматься спортом, ездить верхом, сплавляться на рафтах, подниматься в горы... И даже на пляже, пока большинство окружающих будут лениво ворочаться с боку на бок, вы станете играть в волейбол.

РЫБЫ 19.02–20.03



Непростая неделя. Вначале на вас неожиданно свалится дополнительная работа – вероятно, кто-то из коллег не справился с заданием начальника. Затем придется выручать из беды нашкодившего приятеля. И, наконец, в выходные, которые вы так рассчитывали провести с друзьями на даче, придется срочно ехать в командировку.

АДРЕС РЕДАКЦИИ:

455038, Г. МАГНИТОГОРСК,

ПР. ЛЕНИНА, 124/1,

ТЕЛ. (3519) 35-95-66,

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ: 35-65-53.

Учредитель – открытое акционерное общество «Магнитогорский металлургический комбинат» (455002, г. Магнитогорск, ул. Кирова, 93).

Газета зарегистрирована в управлении Федеральной службы по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия по Челябинской области. ПИ № ТУ 74-00052 от 29 августа 2008 г.

Главный редактор
ФРОЛОВ О. В.

Выпускающий редактор
РУХМАЛЕВ С. А.

При воспроизведении материалов «ММ» в печатном, электронном или ином виде ссылка на «Магнитогорский металл» обязательна. Ответственность за программу телевидения, прогноз погоды редакция не несет. За достоверность фактов и сведений ответственность несут авторы публикаций и рекламодатели. Авторы публикаций выражают исключительно собственную точку зрения, которая может не совпадать с мнением редакции, издателя и учредителя. Письма и рукописи не возвращаются и не рецензируются.



Тираж сертифицирован Национальной тиражной службой.

Подписано в печать 25.06.2010 в 19.00. Заказ № 2868. Тираж 75739. Объем 8 печатных листов. Печать офсетная. Подписной индекс 24106. Отпечатано ЗАО «Магнитогорский Дом печати» (455000, г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, 69).