

Открытый шахматный фестиваль на кубок ОАО «ММК»

5 сентября 2009 года
г. Магнитогорск
Лесхозский микрорайон, ул. Набережная, 5

12.00 - Открытие соревнований
в программе: турнир по быстрым шахматам

«Жизнь - это партия в шахматах»

Медиа-партнер: **Металл.1**

Спонсоры: ОАО «ММК», ОАО «Метизно-калибровочный завод «ММК-МЕИЗ»

Поздравляем!

Бывших работников, ветеранов предприятия БЕДОКОВА Анатолия Григорьевича, ПРИХОДЬКО Людмилу Геннадьевну, ЕФИМОВУ Нину Михайловну, КРУПНЯКА Василия Ивановича, КАЛУГИНУ Надежду Николаевну, ХАРЛАМОВУ Надежду Ивановну, ЧУДНОВЕЦ Елизавету Александровну, НЕУСТРОЕВУ Валентину Яковлевну, САРАЕВУ Анну Алексеевну, МАРЦЕЛЕВУ Лидию Григорьевну, ДИНЕЕВУ Раису Арсентьевну, АХМАДЕЕВУ Самию, ОКЛАДНОВУ Марию Григорьевну, ЧЕВЫКИНУ Евгению Николаевну, МАЛКОВУ Марию Федоровну, ШАЯХМЕТОВУ Оркию Шарифовну, ДЕНИСОВУ Раису Николаевну, ТАРАСОВУ Зинаиду Федоровну, ТУДВАСЕВУ Ларису Михайловну, ЖИГАЛЕВУ Татьяну Ивановну, ФАЗЫЛОВУ Мазмуру Сигдиковну, УГОЛЬЦЕВА Юрия Павловича, АНТРАТОВУ Надежду Васильевну, РЫЖКИНУ Тамару Николаевну, КАЛАШНИК Марию Яковлевну, ДУДУК Анатолия Алексеевича, АКУЛОВА Александра Николаевича, КОВАЛЕВА Ивана Александровича, ЕПИФАНОВУ Валентину Григорьевну, СПЕРИНКОВУ Виктора Александровича, ОВСЯННИКОВУ Людмилу Григорьевну, МИРОНЧЕНКО Михаила Константиновича, ТАРАБЫЧИНА Александра Ивановича, ШИМАНОВУ Марию Ивановну, АРБЕВУ Лидию Алексеевну, СПИВАК Валентину Николаевну, КУНИЦЫНУ Наталью Ивановну, ГЕРАЩЕНКО Валентину Александровну, ИЛЬИНА Василия Егоровича, ТКАЧЕВА Леонида Петровича, Фирстову Раису Михайловну, БРОНСКИХ Нину Владимировну, БОНДАРЕВУ Александру Яковлевну, КОВАЛЕВСКОЮ Ольгу Филипповну, ВЕРЯСКИНУ Ольгу Дмитриевну, ЛУНЯКИНУ Анну Ивановну, БУРЛАКОВУ Нину Федоровну - **с юбилеем!**

Желаем именинникам крепкого здоровья, бодрости духа и благополучия еще на многие годы!

Администрация, профсоюзный комитет и совет ветеранов ОАО «Метизно-калибровочный завод «ММК-МЕИЗ»

Управление кадров предлагает работникам ОАО «ММК», желающим сменить место работы, оформить перевод по профессии:

водитель автомобиля (иметь водительское удостоверение кат. «С», опыт работы).

По вопросам оформления перевода обращаться: управление кадров ОАО «ММК», ул. Кирова, 84 а, каб. 104. Часы работы: с 10.00 до 16.00 (в рабочее время)

УЧЕБНИКИ!

• Низкие цены • Широкий выбор

Магазины т/с «Книжный мир»

Пр. К. Маркса, 55а, т. 22-04-90. Пр. К. Маркса, 146, т. 42-26-26.
Пр. К. Маркса, 82, т. 27-80-62. Пр. К. Маркса, 185, т. 41-55-44.

НА ОПТОВЫЕ ЗАКАЗЫ - СКИДКИ.
Т. 45-23-22.

ООО «ЭЛЕКТРОРЕМОНТ»

на постоянную работу требуются квалифицированные специалисты:

- инженер-электрик
- инженер-электроник
- слесарь-ремонтник
- электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования
- электрогазосварщик.

По вопросам оформления приема на работу обращаться: отдел кадров ООО «Электроремонт», ул. Пушкина, 7, т. 253-063.

Масло кедрового ореха

Растительные масла холодного отжима

С ДАВНИХ ПОР жители Сибири и Урала применяли кедровое масло для лечения гнойных ран, порезов, ожогов. Во время Великой Отечественной войны масло успешно применяли в госпиталях для лечения раненых воинов. Самые тяжелые и застарелые повреждения тканей, вплоть до гангрены, лечились маслом.

Запатентованная технология получения масла кедрового ореха холодным отжимом обеспечивает бережную переработку и сохранность всех полезных свойств, заложенных природой. Масло является эффективным природным антиоксидантом.

Регулярное применение кедрового масла восстанавливает защитную функцию клеток на молекулярном уровне, приводит к улучшению мозгового и периферического кровообращения. Способствует насыщению органов и тканей кислородом и приводит в действие механизм рождения новых клеток (линоленовая кислота), снижает или устраняет нарушения жирового обмена.

Уникальная биологическая ценность масла кедрового ореха определяется высоким содержанием в его составе полине-



насыщенных жирных кислот; витаминов групп E, A, B1, B2; незаменимых аминокислот; жизненно важных микроэлементов (йод, фосфор, калий, магний, марганец, медь, цинк, кобальт и др.).

Использование масла предохраняет кожу от старения и увядания, делает ее молодой, упругой и эластичной. Особенно полезно лю-

дям, страдающим кожными заболеваниями, повышенной хрупкостью волос и ногтей, проживающим и работающим в неблагоприятных климатических и экологических условиях, занятым на работах с повышенным расходом энергии и избыточными психоэмоциональными нагрузками.

Масло кедрового ореха рекомендуется в качестве источника полиненасыщенных жирных кислот и витамина E: легко усваивается организмом, обладает высокими питательными и целебными свойствами, необычайно богато витаминами и микроэлементами. По калорийности масло кедрового ореха превосходит говяжий и свиные жиры, а по усвояемости намного превосходит куриное яйцо.

Масло приятно на вкус, светло-золотистого цвета, обладает высоким показателем ненасыщенных жирных кислот, особенно линоленовой (71,8%). По содержанию витамина E кедровое масло в 5 раз превосходит оливковое масло и в 3 раза - кокосовое.

- способствует понижению уровня холестерина в крови и тормозит развитие атеросклероза;
- является эффективным дополнительным средством при лечении артериальной гипертонии, инфаркта, инсульта, нормализует давление и работу сердечно-сосудистой системы;
- очищает печень, кровь, кровеносные сосуды и укрепляет их стенки;
- устраняет боли в суставах;
- используется при профилактике рака и химиотерапии;
- при пародонтите, пародонтозе, стоматите, гингивите;
- при заболеваниях эндокринной системы, диабете и для нормализации уровня сахара в крови;
- способствует улучшению мозгового и периферического кровообращения;
- снижает или устраняет нарушения жирового обмена;
- способствует рассасыванию жировиков и новообразований;
- оказывает эффективную помощь при заболеваниях органов пищеварения (эрозивно-язвенные поражения ЖКТ, гастрит, холецистит, колит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, гепатит, восстанавливается микрофлора кишечника);
- геморрой, свищи;
- снижает воспалительные процессы женских и мужских половых органов;
- применяется при варикозном расширении вен;
- детям при пониженной массе тела, плохом зрении, отстающим в развитии, страдающим нарушениями координации движений и при плохой обучаемости;
- кормящим матерям для улучшения лактации и беременным для полноценного внутриутробного развития ребенка, гипотрофии плода;

- для нормализации функций половых желез, потенции;
- благотворно воздействует при заболеваниях кожного покрова, ожогах, обморожениях, экземах, язвах, псориазе;
- является иммуностимулирующим и общеукрепляющим средством;
- повышает активность и физическую силу;
- для замедления процессов старения, повышения тонуса кожи и ее питания;
- стимулирует деятельность мышц, снижает ломоту, недомогание и усталость;
- насыщает ткани и органы кислородом, что ведет к «омолаживанию» организма;
- уменьшает интоксикацию организма, выводит соли тяжелых металлов;
- восстанавливает психику и нервную систему;
- остеохондроз, радикулит, воспаление тройничного нерва;
- устраняет головноекружение и головную боль, нормализует внутричерепное давление.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость продукта.

Рекомендации по применению находятся в упаковке. Курс применения от 1 до 3 месяцев. На 1 курс от 2 флаконов. Повторять курс применения не меньше 2 раз в год.

Цена флакона 400 рублей, скидка пенсионерам 50 рублей.

Выставка-продажа состоится 10 сентября с 13.00 до 14.00 в театре «Буратино»

Мы работаем от производителя данного продукта.

Не является лекарственным препаратом. Перед применением внимательно ознакомьтесь с вкладышем и проконсультируйтесь с врачом.

Тарифы на подписку

1 сентября во всех почтовых отделениях России стартовала подписная кампания на первое полугодие 2010 года

ТАРИФЫ на доставку газет и журналов для подписчиков будут равнозначны тарифам второго полугодия 2008 года. Сохранить неизменными тарифы на подписку позволила поддержка государства.

В целях поддержания института подписки Почта России проводит стимулирующие мероприятия. Так, в период с 15 по 25 октября 2009 года ФГУП «Почта России» планирует провести акцию «Всероссийская декада подписки». Декады подписки, проводимые Почтой России совместно с федеральными и региональными издательствами, позволяют привлечь не только традиционных подписчиков, но и делают услугу привлекательной для новых клиентов, что способствует укреплению института подписки и росту подписных тиражей.

Во многих филиалах Почты России внедряют новые услуги «Подписка через Интернет» и «Подписка по телефону», упрощающие процедуру оформления подписки на периодические печатные издания.

Также почта сохраняет практику предоставления скидок подписчикам самых массовых федеральных и региональных изданий, а также всех районных и городских газет и журналов. Кроме того, принимая во внимание огромное значение подписки для социально незащищенных категорий граждан, для которых печатная пресса зачастую является единственным «окном в мир», Почта России предоставляет дополнительную скидку в размере 20 процентов от стоимости услуг связи ветеранам и участникам Великой Отечественной войны и инвалидам I и II групп. А слепым и слабовидящим гражданам, выписывающим специализированные (напечатанные рельефно-точечным, плоскочечным шрифтом) издания, предприятие доставляет их бесплатно.

Пресс-служба ФГУП «Почта России»



Почта России – единственное предприятие в стране, обеспечивающее доставку газет и журналов по всей территории России, принося выписанное издание каждому подписчику непосредственно на дом. На сегодня оно доставляет почти 70 процентов подписных изданий по всей России.

Итоги подписной кампании первого полугодия 2009 года и основной подписки на второе полугодие 2009 года показали относительную стабильность на рынке подписки. В целом по стране удалось избежать серьезного падения подписных тиражей под влиянием кризиса. Снижение объемов периодических печатных изданий в 2009 году составило 2,2 процента. Такие результаты реализации подписки в 2009 году позволяют надеяться на сохранение объемов подписки на уровне текущего года как в тиражах, так и в подписных суммах в стартовую подписную кампанию на первое полугодие 2010 года.

ИЗВЕЩЕНИЕ

Портфель для будущей пенсии

ПЕНСИОННЫЙ ФОНД начал рассылку так называемых «писем счастья». Их получат застрахованные лица, имеющие специальную (накопительную) часть индивидуального лицевого счета, к которым относятся мужчины 1953 года рождения и моложе и женщины 1957 года рождения и моложе, а также индивидуальные предприниматели более старшего возраста.

Эти извещения раз в год информируют гражданина о состоянии его индивидуального лицевого счета в системе обязательного пенсионного страхования. Они отражают не только сведения о платежах работодателя на финансирование накопительной части пенсии, поступивших в ПФР за текущий и предшествующий годы, но и эффективность выбранной гражданином управляющей компании.

Всего в Челябинскую область поступило 1765679 писем ПФР. Почти два миллиона южноуральцев уже сегодня имеют возможность влиять на формирование размера будущей пенсии. Ведь именно накопительную часть трудовой пенсии можно «вырастить» самостоятельно, если с умом ее разместить в перспективной управляющей компании (УК) или негосударственном пенсионном фонде (НПФ). Кроме того, есть возможность привлечь к этому процессу государство за счет Программы государственного софинансирования пенсий (или «Тысяча на тысячу»), как ее называют в народе.

Пока «выращивать» будущую пенсию взялись 23 процента южноуральцев (только в этом году 30847 человек). Остальные попали в категорию «молчунов», так как за семь лет существования пенсионной реформы предпочли вообще не трогать «накопительную» часть государственной управляющей компании, которую представляет Внешэкономбанк (ВЭБ). Их не пугает и тот факт, что за эти годы ВЭБ не сумел не только дать доход их накоплениям, но и удержать их на уровне инфляции.

Но в июле вступил в силу федеральный закон, стимулирующий «молчунов» все-таки принять решение относительно своих средств. Согласно закону, ВЭБ получил право формировать два инвестиционных портфеля: прежний, состоящий из государственных ценных бумаг, и новый, который сформирован из более обширного списка ценных бумаг. Понятно, что для инвестирования накопительной части пенсии выгоднее использовать потенциал нового, «расширенного» портфеля.

Тем из «молчунов», кто желает по-прежнему «консервировать» свои накопления, до 30 сентября нужно подать заявления в управления ПФР. У остальных есть выбор: либо оставить свои накопления в «расширенном» портфеле, либо до 31 декабря перевести их в любую УК или НПФ. Чтобы через год с удовлетворением убедиться, читая «письмо счастья»: не зря вышел из рядов «молчунов».