

РЕКЛАМА

СкайЛинк выходит на рынок мобильной связи Челябинска

Региональный представитель федеральной сети «СкайЛинк» компания ОАО «АПЕКС» объявила о начале коммерческой эксплуатации своей сети в Челябинской области.



Оператор SkyLink предлагает принципиально новый уровень коммуникационных услуг на базе технологий CDMA-2000.

«Будущее за информационными технологиями. Это глобальная тенденция, и мы лишь следуем за ней.



Связь SkyLink запущена в Москве, Санкт-Петербурге, на северо-западе России, в Екатеринбурге, а сегодня уже в Челябинске.

www.skylink-chel.ru. Магнитогорск, ул. Камина, 21. 8 (3519) 22-55-28, 22-55-29.

Лицензия на предоставление услуг сотовой радиотелефонной связи в диапазоне 450 МГц серии А 030155 № 30252 от 30.12.2003 выдана Министерством РФ по связи и информатизации.

ФОТО НА ЭМАЛИ. Качество гарантировано. Ул. Галиуллина, 30 (за курортной поликлиникой). Т. 35-08-09.

ЗАО «РосБизнесАктив» Юридические консультации. Адвокатские услуги, представление в суде. Арбитраж. Ризлтерские, бухгалтерские услуги.

ТЕРАПИЯ XXI ВЕКА. Высокоэффективное лечение аллергии, бронхиальной астмы, астматических бронхитов, дерматитов у взрослых и детей.

ИЗГОТОВИМ ЖАЛЮЗИ, РОЛЬСТАВНИ. Т. 34-40-05, 8-2901-98-11, 21-92-99.

ПОЗДРАВЛЯЕМ! Валентину Александровну ПЕТРОВУ с юбилеем! От всей души желаем крепкого здоровья, счастья, благополучия, понимания близких, успехов во всех делах.

ООО «ВОДОМЕР» Продажа, установка водометров любых диаметров.

АРКАИФ центр медико-социальной реабилитации. Т. 29-11-07.

Светлану Васильевну РЯБИНИНУ с юбилеем! Желаем крепкого здоровья, чтобы на все хватало сил, а каждый день чтоб только радость приносила.

скидки, кредит Курортная поликлиника, каб. 102. Бесплатный выезд на дом.

ПАМЯТЬ ЖИВА. Сегодня исполняется 4 года, как нет с нами горячо любимого Вячеслава Николаевича ПОЛЯКОВА.

Аноллия Ивановича СУХОВА с 55-летием! Раз в году, как в песне, день рождения, Радуйся и здравствуй от души.

ПОКУПКА АКЦИЙ. ДОРОГО. Тел. 8-904-931-32-86.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Владислава Александровича ШЕВКУНОВА с 65-летием! Мы от души вас поздравляем! И в жизни главного желаем: Здоровья, счастья, радости И лет до ста без старости!

ПРО «Строитель МС» РОСТО обучает водителей категории «В», «ВС», переобучает с «С» на «В».

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Уважаемые клиенты сети магазинов «Техника»! Со 2 августа сеть магазинов «Техника» начинает подготовку к розыгрышу ценных призов среди своих покупателей!

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

- ПРОДАМ *2-комнатную квартиру в районе Кольца по ул. Володарского, 24, 2/2, деревянный дом, 30 м² жилой пл., 7 м² кухня, с/у совм., центральная горячая вода, хорошее состояние. Цена 500 т. р. Торг: Т. 20-64-58 (р), 8-2901-71-82.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Жена, дочери, внучка. 3 августа исполнится полгода, как нет с нами любимого, дорогого мужа, отца, дедушки, прекрасной души человека Григория Федоровича СМОЛЬЯНОВА.

Медитация - нам, живущим

ЭТО ИНТЕРЕСНО

«Я, как и многие люди в России, долгие годы сильно страдал и мучился в тисках алкогольной зависимости. В юности я пил шампанское и пиво. Я и не подозревал, что это безобидное, как мне казалось, употребление шипучих напитков, перейдет в употребление более крепких, и что к сорока годам я и мои знакомые, мужчины и женщины, превратятся в алкоголиков, а некоторые умрут, подорвав здоровье.



Великий гургу Шудхота Карл Льюис завоевал девять олимпийских медалей благодаря все той же медитативной концентрации. Пенсионера Светлана Хисамудинова из Смоленска с помощью медитации одолела преследовавшие ее боли, приобрела поистине богатырское здоровье.

Медитативной йогой в совершенстве владеет 73-летний бенгальский философ, митровец, живописец, писатель, музыкант и спортсмен Шри Чинмой. Стати, Светлана Хисамудинова - ученица Шри Чинмой, который является богореализованным гуру и у которого несколько тысяч учеников во многих странах мира.

Обычно слово «йога» ассоциируется с картинкой, где нарисован худой человек в набедренной повязке, сидящий, скрестив ноги, на острых гвоздях, торчащих из доски. Приведенные выше примеры показывают, что практикующие йогу люди применяют свою внутреннюю силу не только для демонстрации силы духа, воли и достижения новых рекордов в спорте... Йога дает здоровье, без которого невозможны полноценная и радостная жизнь, восхождение к новым вершинам духовной эволюции.

«Жемчужины» в объятиях Белой

Активисты клуба «Жемчужины» в восторге от сплава по Белой, организованного по инициативе депутата Горсовета Марины Москвиной. Можно представить, как поначалу сникли молодые инструкторы - двое мужчин и девушка - при виде новой группы подопечных: полтора десятка дам, в большинстве уже переживавших возраст балзаковского женщины.

Обоим, хотелось на протяжении всего пути до изнеможения: то ли правда жизни подкидывала поводы, то ли настолько удавалось отвлечься от городских забот, перелопачивали в мыслях пережитое: «Меня психологической игре спросили, какая я была маленькая. Я тогда ответила, как думала. И до сих пор размышляю: какая же я была?» - вспоминает одна из «жемчужин».

От солнца и в тундре не спастись

В августе лето возьмет свое по всей России зарегистрировали уже несколько случаев инсультов и инфарктов, спровоцированных аномальной жарой.

Важнее всего понять, что жара - это серьезные перегрузки, стресс для всего организма. Значит, надо прежде всего максимально облегчить бремя опасных привычек - по возможности ограничить курение и употребление спиртных напитков. Другой существенный момент: в жару организм неизбежно теряет с потом влагу, а вместе с ней - необходимые витамины и минералы. Обезвоживание - явление опасное, чтобы не допустить его, необходимо обильное питье. В жаркую погоду лучше всего пить минеральную воду, соки, обычную кипяченую воду. Газированные напитки усиливают выделение пота, лучше от них воздержаться.

Спасибо, что читаете нас и пишете нам! Ул. Завенгина, 124/1. Магнитогорский металл

Магнитогорский металл. Адрес редакции: 455038, пр. Ленина, 124/1. Интернет: www.mmgazeta.ru

Телефон редакции 35-95-66. Кортуп 24-74-27 (пр. Пущкина, 6). Подписано в печать 1.08.2005 в 19.00. Зака № 3632. Объем 4 печатных листа. Печать офсетная. Тираж 80954.