





















Михаила Григорьевича ТИХОНОВСКОГО, Тамару Алексеевну АВРАЛЕВУ, Валентину Алексеевну АНДРЕЕВУ, Елену Владимировну АРТАМОНОВУ, Владимира Николаевича БОКОВА, Раису Семеновну ВАВИЛОВУ, Людмилу Николаевну ГОЛУБКОВУ, Илью Петровича ДАНИЛОВА, Татьяну Николаевну ДРЕМОВУ, Галину Викторовну ДУБИНУ, Лидию Михайловну ИВАСИНУ, Валентину Николаевну КАЛМЫКОВУ, Галину Ивановну КУЛИДУ, Любовь Николаевну ПЛАКСИНУ, Елену Михайловну РОМАНИХИНУ, Людмилу Михайловну СИНЯКОВУ, Зинаиду Матвеевну ХРОМОВУ, Мунавару Ягофаровну ГАФИЯТУЛЛИНУ, Александру Андреевну ЗВЕРЕВУ, Любовь Михайловну ФЕДОТОВУ, Любовь Ивановну АХУНОВУ, Анастасию Васильевну ДЕУШЕВУ, Марию Михайловну КОНОВАЛОВУ, Николая Михайловича ЧЕРЕПЕНКО, Наталью Ивановну ПАВЛОЧЕВУ, Людмилу Афанасьевну ИЛЬИНУ, Людмилу Петровну МАРТЫНЕНКО, Геннадия Григорьевича КЛИМЕНКО, Игоря Яковлевича РЕШЕТНИКОВА - с юбилеем!

Желаем крепкого здоровья, благополучия, оптимизма, семейного тепла и уюта, долгих лет жизни.

Администрация, профком и совет ветеранов управления ПАО «ММК»

Алмаза Абдулловича АБДРАХИМОВА, Замила Зинниятулловича АХМЕТОВА, Лидию Павловну ГАНЖЕЛУ, Оркию Сайфиевну ЗАГИДУЛЛИНУ, Анну Дмитриевну КО-ВАЛЕНКО, Анну Ильиничну КОБЕЦ, Флуру Музиповну НИГМАДЗЯНОВУ, Александра Максимовича НЕМИКО, Людмилу Минлингузовну ПАК, Анатолия Сергеевича ПИКСАЕВА, Валентину Павловну ЧЕКУШКИНУ - с юбилеем!

Желаем вам тепла и доброты, любви и уважения в кругу семьи и друзей. Здоровья вам и долгих лет жизни.

Администрация, профком и совет ветеранов агломерационного цеха

Виктора Григорьевича АТАМАНОВА, Владимира Ивановича БОРОВИКА, Елизавету Никодимовну ВЕРХОВЦЕВУ, Анатолия Николаевича ГОЛОВАЧЁВА, Ивана Яковлевича ЕФРЕМОВА, Сергея Ивановича ЗАГАЙНОВА, Антонину Андреевну КРЕМИНСКУЮ, Аллу Григорьевну КАДЕТОВУ, Николая Андреевича КРЫШКИНА, Веру Филипповну ЛЕБЕДЕВУ, Ивана Андреевича МАКРИШИ-НА, Флюру Ахметгареевну МУСИНУ, Полину Ивановну РЕШЕТНИКОВУ, Марию Петровну УСОВУ, Канзию Нуртдиновну ШАЙХЕЛИСЛАМОВУ - с днём рождения!

Желаем здоровья, благополучия и удачи. Администрация, профком ЦЖТ УЛ ПАО «ММК»

и совет ветеранов ЦЖТ УЛ ПАО «ММК»

# Nozgpabnoren!

Владимира Федоровича БОРИСОВА, Сергея Николаевича ВЛАСОВА, Виктора Андреевича ГОРБУНОВА, Светлану Николаевну ДЕНИСОВУ, Тамару Александровну КОТОК, Нину Михайловну КОРОЛЬКОВУ, Виктора Семёновича КЛИМОНТОВА, Рамилю Ахметовну НУТРИХИНУ, Татьяну Константиновну РУЛЁВУ, Александру Дмитриевну ТАРАСЕНКО - с юбилеем!

Желаем вам крепкого здоровья, счастья, благополучия и процветания.

Администрация, профком и совет ветеранов цеха эксплуатации УЛ ПАО «ММК»



Сергея Дмитриевича БАБУШКИНА, Эмилию Алексан-Сергея Дмитриевича БАБУШКИНА, Эмилию Александровну МАТКОВСКУЮ, Нину Михайловну ГУМЕРОВУ, Нину Даниловну ПРОКОФЬЕВУ, Галину Александровну ДЁМИНУ, Любовь Сергеевну РАЧУНЬ, Надежду Алексеевну ДЕРЕШЕВУ, Валентину Петровну ТУЕВУ, Галину Александровну ЗИНОВЬЕВУ, Ольгу Борисовну ФЕКЛИНОВУ, Татьяну Ивановну ИВАНОВУ, Василия Ивановича ШАЛАЕВА, Нину Николаевну КОЗЛОВУ, Алевтину Константиновну ЩУВАТОВУ, Геннадия Анатольевича ЛИСОВА, Василия Ивановича ЮЛИНА, Наталью Александровну МАТРЕГЕРУ — С. диём роуктония! сандровну МАТВЕЕВУ - с днём рождения!

Желаем вам крепкого здоровья, счастья, благополучия и процветания.

> Администрация, профком и совет ветеранов цеха эксплуатации УЛ ПАО «ММК»

Родителей нужно беречь... Только бы успеть!

Что помогает облегчить самочувствие пожилым, страдающим болезнями суставов?

«Я должен был лучше заботиться о своих родителях... Ну почему я не уделял им больше времени, не использовал все возможности, чтобы помочь избавиться от болезней, скрасить и продлить жизнь?!» Это горькое сожаление рано или поздно настигает очень многих.

## Пусть придёт осознание

Взрослые дети по привычке считают родителей сильными и неуязвимыми. Это защитное заблуждение даёт точку опоры, но мешает прилагать усилия к тому, чтобы пожилые люди находились в приемлемой физической форме и жили дольше.

Пришла пора пересилить себя и признать – всё изменилось. Теперь родители или бабушка с дедом слабые фигуры на жизненном поле, а сын, дочь и внуки - их надежда и опора.

Что чаще всего портит жизнь людям преклонных лет?

Что такое возраст? Мудрость, опыт и... проблемы со здоровьем. Как правило, ухудшается обмен веществ и кровообращение, изнашиваются органы. Бич пожилых болезни суставов и позвоночника, когда колени ноют, руки ломит, спину сводит... Порой старики даже не жалуются, пьют анальгетики и терпят - стойкое поколение!

А ещё их хрупкие кости, сосуды, мышцы часто подвержены травматизации. Даже гематома или растяжение - сущее наказание, чего уж говорить о болезненных переломах, лишающих движения.

Возрастные изменения естественны, но это не означает, что нужно смириться. Наука, медицина, современные технологии для того и существуют, чтобы бороться с возрастом.

#### Как помочь, не теряя драгоценного времени?

Что благодарные дети могут сделать для родных людей оперативно и без особых хлопот? Главное - помочь сохранить двигательную активность и избавить от боли. Для этого учёные компании «ЕЛАМЕД» создали медицинский аппарат «АЛ-МАГ» для лечения артрита, артроза. остеохондроза в домашних условиях. Старшее поколение, воспитанное с уважением к достижениям

науки, давно ему доверяет. 2018 год принёс счастливую новость - специалисты усовершенствовали классический «АЛМАГ-01» с учётом новых разработок. клинических данных и пожеданий людей. Новая версия получила название «АЛМАГ+»\* в знак того, что аппарат стал ещё лучше и удобнее, а его возможности увеличились.

Показания: артроз, артрит (в т. ч. ревматоидный), остеохондроз (в т. ч. шейный), остеопороз, мышечные боли, переломы, вывихи, ушибы, растяжения.

## Как работает «АЛМАГ+»

«АЛМАГ+» работает на основе

магнитного поля, способного обеспечить восстановление и реабилитацию при помощи низкочастотного импульсного магнитного поля, всё, что актуально в зрелом возрасте.

Особенно важно, что пациент может пользоваться аппаратом самостоятельно, - аппарат легко фиксируется с помощью надёжных креплений, а его четыре индуктора располагаются в разном порядке в соответствии с методиками лечения - для лучшего охвата нужной зоны.

## Дополнительные плюсы

- Аппарат профессиональный семейный помощник с широким спектром показаний. В нём три режима: основной, обезболивающий, детский, причём аппарат подходит даже детям от одного месяца настолько бережна его забота. «АЛМАГ+» можно считать долгосрочной инвестицией в здоровье
- главный семейный капитал. • С аппаратом не только пациенты получают, что ожидают, но и их родные могут сэкономить время и нервы. Им не придётся отпрашиваться с работы и переживать, что старшие обижены невниманием. А главное - можно быть спокойным за любимых людей.

• Родители боятся быть обузой и хотят оставаться нужными. Сохраняя активность, они будут рады участвовать в жизни семьи, помогать с внуками, хлопотать на

даче и угощать родных вкусными блюдами. Они от этого расцветают. А приятные эмоции продляют жизнь

парат магнитотерапевтический «АЛМАГ+»

#### Вернуть родителям частицу тепла и заботы можно прямо сейчас!





## «АЛМАГ+»

- Аппарат нового уровня для клинического и домашнего лечения.
- Реальная поддержка здоровья спи-
- ны и суставов.
- Зримое проявление внимания от молодого поколения.

#### Приобретайте НОВИНКУ «АЛМАГ+» в магазинах «Медтехника ИНТЕРМЕД» по адресам:

- ул. Октябрьская, 19 (напротив поликлиники МСЧ на Набережной);
- ул. Советская, 141 (через дорогу от поликлиники № 3 (строителей));
- ул. Советская, 217 (остановка «Зеленый Лог», около новой поликлиники);
- пр. К. Маркса, 63 (остановка трамвая «Крытый рынок»);
- пр. К. Маркса, 115 (остановка трамвая «Гастроном»); • пр. К. Маркса, 161 (остановка трамвая «Ул. Энгельса»).

Также заказать аппарат (в т.ч. наложенным платежом) вы можете по адресу: 391351, Рязанская обл., Касимовский р-он, р.п. Елатьма, ул. Янина, 25, акционерное общество «Елатомский приборный завод» или на сайте завода: www.elamed.com ОГРН 1026200861620

Бесплатный телефон завода **(С) 8-800-200-01-13**