

АКТУАЛЬНО

БЕНЗИН ПОД ПРИСМОТРОМ



2 КУДА УШЁЛ
ПАВЕЛ ГАЛАН
ИЗ МДМ-БАНКА

На прошлой неделе региональные власти очередной раз заявили о своём намерении сдерживать цены на бензин. На чиновников не подействовали ни увещевания местных операторов автозаправочных станций (АЗС), ни общая ситуация на оптовом рынке, ни топливные коллапсы в соседних регионах. Цены по возможности останутся прежними, и дефицита топлива в Кемеровской области допущено не будет — так можно вкратце охарактеризовать итог совещания, которое состоялось 5 октября в областной администрации.

В совещании по вопросу стабилизации обстановки на внутреннем рынке нефтепродуктов приняли участие заместитель губернатора Кемеровской области по промышленности, транспорту и предпринимательству Сергей Кузнецов, руководитель Кемеровского УФАС России Наталья Кухарская, начальник департамента цен и тарифов Кемеровской области Ольга Чурсина, а также представители муниципальных образований области и руководители компаний, работающих на рынке горючесмазочных материалов (ГСМ).

«Наша основная цель сегодня — сдержать возможный рост цены, оставить её в рамках качества продукции и обеспечить регион топливом в полных объёмах», — заявил вице-губернатор.

Наталья Кухарская, в свою очередь, заверила участников совещания, что работа антимонопольной службы сейчас сконцентрирована на борьбе с необоснованным повышением цен на оптовом рынке ГСМ для того, чтобы мог нормально работать розничный рынок.

Для сдерживания ситуации на рынке ГСМ региональными властями принимается целый

ряд мер. Так, планируется создать резервный запас бензина и дизельного топлива на месяц. Сегодня существует лишь оперативный запас на 10 дней, не считая того, что «в пути». Пока точные цифры необходимых запасов подсчитываются. На-

тысячи тонн в месяц. В сентябре регион получил 90 тысяч тонн. Дефицит 12-15 тысяч тонн. Роснефть прекратила поставки, отсюда сформировался дефицит 4-5 тысяч тонн в месяц. При этом Сергей Кузнецов отметил, что «спад небольшой есть», но он контролируемый, так как имеются переходящие объёмы топлива из месяца в месяц: «Поставки не останавливаются. Они линейные, идут по графику, и мы их видим в перспективе».

На сегодняшний день администрация Кемеровской области имеет договорённость с центральным офисом «Газпромнефти» о том, что компания практически полностью (91%)

снабжена, — отметил замгубернатора. — Сегодня Роснефть практически полностью ушла с оптового и розничного рынка, так как Ачинский НПЗ стоит, и сфера деятельности обеспечения бензином Роснефти от Новосибирска до Владивостока. Им бы с этим объёмом справиться».

Генеральный директор ЗАО «Газпромнефть-Кузбасс» Максим Макаров отметил, что обеспечение всех потребностей Кузбасса в топливе даётся компании с большим трудом, но «обеспечение розничной и мелкооптовой сети будет на 100%, при этом мы полностью отказались от поставок в другие регионы».

Напомним, что недавно коллегия областной администрации приняла решение до конца текущего года не распространять на большие бензовозы, ввозящие топливо в Кузбасс, запрет, согласно которому тяжёлым грузовикам ограничено передвижение по региональным и межмуниципальным дорогам. По мнению самих участников рынка, данная мера оказалась вполне действенной. «Меры, которые были приняты по автотранспорту, действуют», — отметил генеральный директор ООО «Перекрёсток-Ойл» Николай Карманов. — Логистически стали более мобильно работать».

Кроме того, обладминистрация инициировала принятие поправок в областной закон №89 о налоговых льготах для участников розничного рынка. По словам Сергея Кузнецова, для некоторых компаний преференции, предусмотренные этим законом, неактуальны, так как часть их имущества умень-



пример, по расчётам областной комиссии для удовлетворения спроса Кемеровской области бензином Аи-92 необходимо 102

обеспечивает поставки бензина в Кузбасс. «Есть договорённости с Татнефтью и Роснефтью, но эти объёмы значительно умень-



3 ПОЧЕМУ
«РАСПАДСКУЮ»
СНЯЛИ
С ПРОДАЖИ



6 НУЖНО ЛИ
ОТКАЗЫВАТЬСЯ
ОТ МЯСА

ОЧЕРЕДНОЙ КАДАСТРОВЫЙ ПРЕЦЕДЕНТ

Новый виток судебных баталий о достоверности кадастровой оценки земли в Кемерове может вызвать закончившееся на прошлой неделе разбирательство по иску кемеровского ООО «Галантерея» (складской комплекс в Заводском районе).

Постановлением Седьмого арбитражного апелляционного суда по новым обстоятельствам был отменён мартовский судебный акт этого же суда, которым фирме было отказано в удовлетворении требований о признании недостоверными результатов кадастровой оценки, принадлежащего обществу земельного участка, а также признании незаконными действий Росреестра и Управления по Кемеровской области по организации и проведению процедуры кадастровой оценки. Новым обстоятельством стало постановление Президиума Высшего арбитражного суда (ВАС) РФ, принятого в июне этого года.

Напомним, Президиум ВАС России удовлетворил жалобу другого кемеровского ООО «Аверс» о пересмотре в порядке надзора постановления Федерального арбитражного суда Западно-Сибирского округа от 17 января текущего года. Этим постановлением были отменены судебные акты

арбитражного суда Кемеровской области и Седьмого арбитражного апелляционного суда и признаны незаконными кадастровая оценка и её результаты в отношении земельного участка заявителя. Как пояснил «Авант-ПАРТНЕРУ» сопредседатель коллегии адвокатов «Регионсервис» Сергей Учитель

(он представлял интересы «Аверса» и «Галантереи» в судах) после разъяснений постановления Президиума ВАС, которое было готово в августе, стало понятно, что судебная практика по оспариванию достоверности кадастровой оценки, сложившаяся в Кемерове в 2010-2011 гг., была сформирована в верном направлении. Из постановления следовало, что компании имели право оспаривать результаты кадастровой оценки. При этом не обязательно было сначала добиваться отмены нормативных актов, согласно которым эта оценка проводилась. И несмотря на то, что дело по иску «Аверса» сейчас находится на новом рассмотрении в арбитражном суде Кемеровской области, по делу «Галантереи» адвокатам удалось убедить апелляционный суд в Томске в том, что «постановлением Президиума ВАС РФ была сформирована

правовая позиция высшей судебной инстанции по вопросу оспаривания кадастровой оценки, которая является обязательной для всех нижестоящих судов, в том числе и для пересмотра и отмены вынесенного апелляционным судом судебного акта по настоящему делу», пояснил Сергей Учитель.

По данным «Авант-ПАРТНЕР» на сегодня в различных судебных инстанциях рассматривается более 100 заявлений от различных бизнес-структур, касающихся достоверности кадастровой оценки. Среди компаний, сторону которых принял суд, такие предприятия, как «Ортон», «Кокс». Среди тех, кому удалось добиться отмены многомиллионных платежей по земельным налогам (а именно к этому приводила новая кадастровая оценка) московское ООО «Сити Торг» (намерено реализовывать

проект по строительству объектов недвижимости на площадке бывшего завода «Химволокно»). Здесь речь шла об оценке на сумму более 3 млрд рублей. Но сейчас, отмечает Сергей Учитель, порядка 50-ти компаниям не удалось добиться положительного результата в судах. Завершившееся дело по иску «Галантереи» открывает для них новые возможности.

Впрочем, здесь есть и ограничения — шестимесячный срок с момента вынесения решения суда. Кроме того, из постановления Президиума ВАС следует, что суд сам должен установить сумму оценки. При этом не исключено, в таком случае новые разбирательства будут состоять в том, какой акт — решение суда или нормативный акт имеет большую юридическую силу.

Александра Фомина

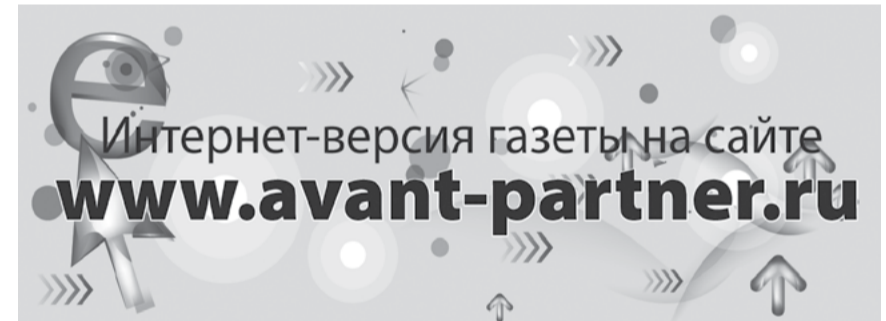
ДЕЛОВЫЕ НОВОСТИ

МДМ БАНК ПОСТАВИЛ ДИРЕКТОРА СТРОМКОМБАНКУ

В сентябре еще в одном кузбасском филиале федерального банка произошла смена руководителя. После перемен в ВТБ и Альфа-Банке свой пост покинул директор Кузбасского филиала МДМ Банка Павел Галан (он занимал этот пост с декабря 2009 г.) Обязанности руководителя филиала перешли к **Елене Макаровой**, возглавлявшей корпоративный блок. По словам Павла Галана, «уход связан с поступившим предложением по участию в новом банковском проекте», который он оценивает «как более перспективный для себя лично». Г-н Галан перешел на работу в СТРОМКОМБАНК (г. Красноярск) на позицию управляющего директора, члена правления банка. При этом работать он остаётся в Кемерове, так как красноярский банк конца октября планирует открыть кемеровский офис. «Во-первых, меня интересуют перспективы банка и стоящие перед менеджментом задачи по развитию бизнеса вкрупне со свободой принятия решений и предоставляемых полномочий. А, во-вторых, немаловажным фактором при принятии решения является личное доверие председателю правления СТРОМКОМБАНКА **Дмитрию Ганущкину**, с которым знаком уже много лет», — отметил Павел Галан. В Кемерове СТРОМКОМБАНК планирует развивать весь перечень банковских услуг для юридических и физических лиц с упором на работу в корпоративном сегменте. Особое внимание будет уделяться работе с рынком жилищного строительства: от сотрудничества с застройщиками до выдачи ипотечных кредитов населению. По оценке Павла Галана то, что СТРОМКОМБАНК — небольшой региональный банк (уставный капитал банка составляет 88,28 млн рублей, размер собственных средств на 1 сентября 2011 года составляет 351 млн 809 тыс. рублей — «АП»), является одним из его преимуществ на рынке, так как позволяет максимально использовать индивидуальный подход к каждому клиенту и оперативно принимать решения в каждой конкретной ситуации.

ОКТЯБРЬ – НЕУДАЧНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ИОНЫСКОГО

В прошлую пятницу не состоялся аукцион на право пользования недрами на участке Ионьский одноименного месторождения россыпного золота и Ионьского месторождения барит-полиметаллических руд в Гурьевском и Ленинск-Кузнецком районах. Как сообщили в управлении по недропользованию Кемеровской области (Кузбасснедра), заявки двух претендентов на участки были отклонены. Напомним, что для участия в торгах свои заявки направили московские ООО «Салаир золото» и ООО «АМ-Тех». Участок Ионьский, по данным Кузбасснедра, расположен около поселка Апрелька на границе Гурьевского и Ленинск-Кузнецкого районов. Запасы россыпного золота на участке по категории изученности С1 составляют 714 кг. При этом прогнозные запасы всего Ионьского месторождения по категориям Р1 и Р2 оцениваются уже в 11,2 тонны. Стартовый платёж для участия в аукцион был установлен в 34 млн рублей. Это уже третья неудачная попытка продажи лицензий на право добычи россыпного золота в Кузбассе в этом году. Заявки на участие в торгах по месторождению на реке Ганова были отклонены, а на месторождение на реке Мокрый Берикул не было подано нужное число заявок.



КЭЗСБ: КАЧЕСТВО И ОПЫТ ДАЮТ ГАРАНТИЮ ЗАКАЗА

В сентябре 2011 года ОАО «Кемеровский завод средств безопасности» (КЭЗСБ) приступил к реализации заказа ОАО «Южный Кузбасс» на поставку воздухоогревательной установки для шахты «Ольжерская-Новая». По плану отгрузка продукции будет осуществлена за 6 месяцев. Строительство комплекса подогрева шахтного воздуха должно обеспечить шахту теплом на многие годы вперёд. Напомним, что одним из наиболее ярких проектов КЭЗСБ в сфере разработок и производства высокотехнологичного оборудования, стала весьма важная разработка «Модернизация производства модульных теплоэнергетических установок (МТЭУ) с воздухоогревательными установками (ВНУ) для подогрева шахтного воздуха и производственных помещений большого объёма». Кемеровский экспериментальный завод накопил уже огромный опыт в области оснащения горнодобывающих компаний современным, безопасным и энергоэффективным оборудованием для подогрева воздуха. На сегодняшний день установками МТЭУ-ВНУ оснащено большинство крупных предприятий Кузбасса в Новокузнецке, Калтане, Междуреченске и Мысках, в Киселевске и Большой Талде, в Белово и Мохово, в Ленинск-Кузнецком и Польшаево, в Анжеро-Судженске и Берёзовском. Оборудование Кемеровского завода средств безопасности прекрасно зарекомендовало себя и в других регионах — от Казахстана до Якутии. Всего за несколько лет было произведено и смонтировано на объектах 30 установок Кемеровского экспериментального завода. В настоящее время завод решил вопрос по использованию тепла, вырабатываемого ВНУ, для отопления надземных зданий и сооружений. Для потребителя использование ВНУ как для теплоснабжения вентиляции шахты, так и для обогрева надземных зданий и сооружений позволит значительно сэкономить средства, идущие на эти цели (строительство котельной и других затрат), а также ускорить сроки строительства.

Подробная информация о новых разработках и продукции ОАО «Кемеровский Экспериментальный Завод Средств Безопасности» на сайте

www.kezsb.ru
Телефон коммерческой службы/факс: 8 (3842) 64-30-39

БЕНЗИН ПОД ПРИСМОТРОМ

Окончание. Начало на стр. 1
ходится на аутсорсинге, либо в аренде. То же самое с транспортом. «Сегодня мы добавляем в закон поправки, которые будут иметь обратную силу. Формулировка такова: взаимозависимые организации, которые участвуют в ведении бизнеса, тоже подпадают под условия этого закона», — сказал он. Загубернатора при этом призвал все муниципаль-

ценообразовании этот фактор учитывался».

«Сегодня вопрос переходит в социальную плоскость», — заявил **Евгений Зенин**, гендиректор ОАО «Ирусинвест» (28 АЗС). — Не будем скрывать, что у нас также есть сотрудники, которым мы должны платить заработную плату. Сегодня цена опта заставляет нас принимать дополнительные меры, изыскивать резервы. Зим-

у них есть под это федеральные программы?!». Игорь Евдокимов подчеркнул, что в сложившихся условиях он вынужден был продать 5 своих заправок «Лукойлу» и теперь у него осталось 22 АЗС. Ежемесячные убытки компании составляют 7-8 млн рублей. «Мы не просим повышать цены на 2-3 рубля, хотя бы на 40 копеек, чтобы адекватно работать», — резюмировал он.



Игорь Евдокимов подчеркнул, что в сложившихся условиях он вынужден был продать 5 своих заправок «Лукойлу» и теперь у него осталось 22 АЗС

По данным областной администрации в Кузбассе сегодня насчитывается 432 АЗС, из которых 94 принадлежат ЗАО «Газпромнефть-Кузбасс», 53 — ООО «Перекрёсток-Ойл», 32 — ООО «Центр» (сеть «Для Вас»), 20 — ООО «Кузбасский деловой союз» (под маркой «Лукойл»), 27 — компании «Баррель» и 4 — ООО «Роснефть — Кемеровороснефть-продукт». Из 432 заправок 73 АЗС в данный момент не работают. Как уточнил Сергей Кузнецов, потому, что они «поменяли собственников».

По его словам рынок действительно подвергся некой перестройке. Сокращается количество компаний, которые самостоятельно и независимым образом поставляют по своим каналам бензин в Кузбасс. «Раньше была 51 компания, теперь всего 7, — говорит замгубернатора. — Раньше были прямые, транзитные поставки, фьючерсы и остальные виды налива топлива в Кузбассе. Сегодня они исчезли. Те, кто больше бензин не возит, стоят в очереди и вынуждены покупать его у компании «Газпромнефть-Кузбасс». Многие из этих компаний вынуждены закрываться. Налицо идёт передел рынка. Но это не спор. Сегодня те компании живут, у которых есть ресурсы, большой запас прочности и чётче работает инфраструктура».

Дальнейшее обсуждение проблемы шло уже за закрытыми дверями, но ясным осталось одно — региональные власти твёрдо намерены сдерживать рост цен на бензин, даже если ради этого придётся пожертвовать развитием конкуренции на данном рынке и последними оставшимися независимыми операторами ГСМ.

Максим Москвичкин

«РАСПАДСКУЮ» СНЯЛИ С ПРОДАЖИ

«Евраз Групп» прекратила переговоры о возможной продаже 40-процентной непрямой доли компании в ОАО «Распадская». Очевидно, что от такого намерения откажутся и совладельцы другой 40-процентной доли, Геннадий Козовый и Александр Вагин. В условиях, когда стоимость акций компании только за последние две недели сократилась почти в 1,8 раза, делать предложение о продаже невыгодно.

В прошлый четверг «Евраз Групп» распространило сообщение, что «из-за высокой рыночной волатильности компания прекратила переговоры о возможной продаже 40-процентной непрямой доли «Евраз» в российский производитель коксующегося угля ОАО «Распадская». При этом президент компании **Александр Фролов** назвал «Распадскую» «очень качественным активом и одним из лучших производителей коксующегося угля в России», и заявил, что «Евраз» всецело поддерживает управляющих акционеров «Распадской» в осуществлении программы восстановления шахты после аварии и уверен в том, что выполнение этой

программы позволит реализовать полную стоимость этого актива». По этим причинам мы считаем продажу нашей доли в ОАО «Распадская» в течение ближайших 12-18 месяцев маловероятной, однако не исключаем такой возможности в долгосрочной перспективе», — добавил он.

Сообщения о возможной продаже контрольного пакета акций «Распадской» появились в феврале нынешнего года, в марте «Евраз Групп» официально подтвердило такое намерение. Вскоре стало известно, что к приобретению всего контрольного пакета в 80% проявили интерес потенциальные покупатели — ведущие металлургические холдинги России, «Север-

сталь», Магнитка (ММК), Новолипецкий меткомбинат (НЛМК), «Мечел». В тот момент стоимость одной акции «Распадской» на бирже превышала 200 рублей за бумагу, что позволяло оценивать всю компанию в 6 млрд долларов. Продавцы контрольного пакета, как сообщил весной нынешнего года представитель руководства группы «Мечел», хотели получить за него 5 млрд долларов. «Мечел», кстати, предлагал всего 2 млрд долларов. Представители потенциальных покупателей посещали «Распадскую», оценивая возможность приобретения. Как рассказали один из совладельцев холдинга «Сибурлемент», переговоры о продаже проходили регулярно в течение весны и лета нынешнего года.

Однако, к концу сентября и началу октября условия для продолжения процесса продажи «Распадской» заметно ухудшились. На фоне не прекращающегося финансового кризиса в еврозоне инвесторы на всех биржах мира стали бурно продавать практически все

активы. Российский рынок акций в этих условиях упал особенно сильно. Акции «Распадской» подешевели ещё и после отчёта за первое полугодие 2011 года, опубликованного 29 сентября. Инвесторы разочаровались и в финансовых показателях компании, и в медленном восстановлении шахты «Распадская». В результате, стоимость акций компании со 126 рублей за бумагу на 20 сентября упала до 99 рублей 29 сентября, а затем при падении всех мировых рынков — до 72,68 рубля 5 октября. Только за две недели «Распадская» подешевела в 1,8 раза, а с весны — в 3 раза, до 1,9 млрд долларов. Продавать актив в таких обстоятельствах весьма невыгодно. Тем более что при общем падении рынков интерес к покупке активов пропадает и у потенциальных покупателей, и у банков, кредитующих такие сделки. Впрочем, не исключено, что акционеры «Распадской» вернутся к этой идее позднее — по мере восстановления шахты и рынков.

Егор Николаев

«АНЖЕРСКОЕ» ОКРУЖИЛИ ДОЛГАМИ

В прошлый четверг арбитражный суд Кемеровской области удовлетворил первый иск ОАО «УЖ «Северный Кузбасс» (входит в транснациональный холдинг Arcelor Mittal) к ОАО «Шахтоуправление «Анжерское» госкомпании «Ростоптрол» на 39 млн рублей, в пятницу ещё один — на 28 млн рублей, а на подходе новые претензии. С ними не работающему в настоящее время «Анжерскому» будет крайне сложно справиться.

Три иска, поданных ОАО «Угольная компания «Северный Кузбасс» (принадлежит крупнейшей сталелитейной компании в мире Arcelor Mittal) к «Анжерскому», основаны на обязательствах, которые возникли у шахтоуправления по договорам займов, выданных в июле прошлого года. Тогда шахтоуправление ещё принадлежало Arcelor Mittal.

Как сообщила на заседании суда в четверг представитель истца **Наталья Карпюх**, по договору займа на срок с июля по декабрь 2010 года «Северный Кузбасс» выдал «Анжерскому» 49 млн рублей по процентной ставке равной ставке рефинансирования Центробанка России (7,75% на то время). Этот заём, единственный из трех, полученных в это время, должник ещё обслуживал. До конца прошлого года, по данным Натальи Карпюх, было погашено 13,56 млн рублей основного тела

долга и 511 тыс. рублей процентов за пользование средствами, но полного возврата долга так и не было произведено. В итоге, «Северный Кузбасс» обратился в арбитраж с требованиями возврата 36,22 млн рублей основного долга и 2,85 млн рублей процентов за пользование средствами и за просрочку. Суд рассмотрел представленные истцом документы, доказывающие обоснованность требований, включая взаимный акт сверки задолженности, и удовлетворил иск «Северного Кузбасса».

Аналогичным образом завершилось на прошлой неделе судебное разбирательство ещё по одному иску угольной компании к «Анжерскому» на общую сумму около 28 млн рублей по такому же займу, выданному в июле 2010 года. По нему шахтоуправление вообще не рассчитывалось. Примечательно, что на заседаниях

суда отсутствовал представитель ответчика. От него лишь были присланы ходатайства от отложения в случае с рассмотрением долга на 28 млн рублей и об объявлении перерыва во втором заседании. Наталья Карпюх выступила против их удовлетворения, и суд отклонил ходатайства.

На предварительном заседании суда по иску на 28 млн рублей в начале сентября **Юлия Раваилова**, представитель ОАО «Шахтоуправление «Анжерское», не оспаривала требования «Северного Кузбасса», подтвердила получение займа, но заявила, что у ответчика пока нет чёткой позиции, поскольку не определены с ней собственника предприятия. Не было такой позиции и на прошлой неделе — директор «Анжерского» **Василий Куренной** сообщил,

Антон Старожилков

ЦЕНА ВОПРОСА

1 миллиард рублей составит размер резервного фонда Кемеровской области, механизм формирования которого был изменён на минувшей неделе по решению совета народных депутатов Кемеровской области. Как пояснили в главном финансовом управлении области (разработчик соответствующего законопроекта), при принятии областного закона «О резервном фонде Кемеровской области» в 2009 году целью формирования фонда была принята «необходимость обеспечить исполнение обязательств Кемеровской области в случае недостаточности доходов областного бюджета в условиях финансово-экономического кризиса». При этом фонд формировался в составе расходной части областного бюджета, а его размер подлежал утверждению в законе Кемеровской области об областном бюджете на очередной финансовый год и плановый период. На сегодняшний день анализ финансово-экономической ситуации свидетельствует о восстановлении доходной базы региона до докризисного уровня 2008 года. Более того, подчеркнули в управлении, налоговые и неналоговые доходы областного бюджета за 6 месяцев 2011 года на 6,3 млрд рублей (или на 20%) превышают показатели за аналогичный период 2008 года. При этом основной прирост доходов обеспечен за счёт, так называемых, «конъюнктурных» налоговых доходов («сверхдоходов») бюджета: налога на прибыль организаций — рост поступлений на 2,8 млрд рублей (или на 17,8%) к 2008 году и налога на добычу полезных ископаемых — рост на 0,6 млрд рублей (или на 32%) к 2008 году. В условиях благоприятной экономической ситуации целесообразно, считая в управлении, принять меры по увеличению объёма Резервного фонда за счёт части остатка средств на счёте областного бюджета на начало очередного финансового года, не имеющих целевого назначения, в том числе части налоговых доходов от налога на прибыль организаций и налога на добычу полезных ископаемых. Кроме того, дополнительным источником формирования резервного фонда могут стать также и доходы от размещения его средств (части средств) в банковские депозиты. Как сообщила пресс-служба областной администрации, «обновлённый» резервный фонд Кемеровской области будет выполнять роль своеобразной «подушки безопасности», использование которой станет возможным только в случае недостаточности доходов областного бюджета для финансового обеспечения расходных обязательств Кемеровской области.

1 миллиард 918 миллионов 998 тысяч 500 рублей направит ОАО «СУЭК-Кузбасс» на выплату дивидендов по итогам первого полугодия текущего года. На внеочередном собрании акционеров компании, прошедшем 28 сентября в форме заочного голосования было принято решение о выплате дивидендов в размере 0,508526 рубля на акцию номиналом 1 рубль (уставный капитал равен 3 млрд 773 млн 648 тыс. 675 рублей), сообщила компания. Согласно годовому отчёту общества за 2010 год, в 2009 году дивиденды не выплачивались (компания получила 31,4 млн рублей убытка). В 2010 году дивиденды также не выплачивались (прибыль составила 1,1 млрд рублей). В последний раз решение о выплате дивидендов принималось на годовом собрании акционеров в апреле 2009 года. По результатам 2008 года размер дивидендов составлял 0,266058125 руб. на одну обыкновенную акцию. По состоянию на 31 декабря 2010 года было выплачено 994 млн 361 тыс. 862 рубля.

КемГУ приглашает пройти переподготовку по специальностям:

«Психология»
«Психология в юриспруденции»
«Спортивная психология»
«Юриспруденция. Правоведение»

Продолжительность обучения – 9 месяцев, занятия в вечернее время.
Стоимость: 41 100 руб.
(возможна оплата по частям в период обучения).

Диплом государственного образца.
Запись по тел.: + 7 (3842) 31-16-16.

Учебный центр ПРОФИ приглашает Вас и специалистов Вашей компании принять участие в Авторском тренинге **ВИТАЛИЯ ИЛЬИНСКОГО, г. Москва**

«Результат х 2. Стандарты нестандартной рекламной кампании»
Дата проведения: 18 - 19 ноября 2011г.
По окончании семинара выдается сертификат

Виталий Ильинский. Икар – тренер – консультант. Специалист-практик по рекламной и выставочной деятельности.

Тренинг посвящен изучению эффективных способов продвижения продукта и компании в целом, порождающих «бесплатных рекламных агентов». А также тому, КАК создавать эти решения (пошаговая технология).

В ПРОГРАММЕ ТРЕНИНГА:
1. Основы рекламы двойного эффекта.
2. Принципы создания рекламных решений двойного эффекта.
3. Механизм создания доверия к рекламному обращению.
4. Инструменты удвоения эффективности рекламных обращений.
5. Специальные навыки рекламщика:
Использование окружающей и городской среды как готового рекламносителя (ambient-реклама);
Скрытая реклама (метод снижения сокрытых возвышением);
Алгоритм работы с недостатками и претензиями потребителя.
6. Инструменты поиска новых идей
7. Инновационные рекламные форматы.

Учебный центр «ПРОФИ»
г. Кемерово, пр. Ленина, 90/4, оф. 910, тел: (3842) 49-62-70, 57-44-96, rezume@profy-kem.ru, www.profy-kem.ru

ПРЕСС-РЕЛИЗ

SAMSUNG И «МЕГАФОН» ОБЪЯВЛЯЮТ О НАЧАЛЕ ПРОДАЖ ПЛАНШЕТА SAMSUNG GALAXY TAB 8.9

Компания Samsung Electronics, всемирный лидер в области мобильных технологий и компания «МегаФон», универсальный оператор связи, объявляют о выходе на российский рынок планшета Samsung Galaxy Tab 8.9.

Инновационный планшет, сочетающий удивительную портативность, легкость в использовании и мощную двухъядерную платформу Nvidia Tegra 2, поступит в эксклюзивную продажу в салонах «МегаФон» 15 октября 2011 года. С 7 октября открывается предзаказ устройства в Интернет-магазине «МегаФон».



Компания «МегаФон» является лидером по предоставлению услуг мобильного Интернета в России, на долю компании приходится более 40% всего Интернет-трафика мобильных устройств в стране. Технология HSPA+, на базе которой «МегаФон» предоставляет услуги связи третьего поколения, обеспечивает скорости передачи данных до 21 Мбит/с. Это позволяет наиболее комфортно работать в Интернете, просматривать потоковое видео и слушать музыку. Иными словами, мобильный интернет от «МегаФон» позволяет использовать на все 100% возможности планшета Samsung Galaxy Tab 8.9, специально созданного для работы в высокоскоростных сетях 3G.

Первенство «МегаФон» в развитии и распространении технологий мобильной связи третьего поколения стало главной причиной того, что именно этот оператор был выбран для старта эксклюзивных продаж нового планшета Samsung в России. На сегодняшний день в зоне действия 3G-сети от «МегаФон» находится более 70% населения России.

Samsung Galaxy Tab 8.9 — это легкий (453 гр.) и тонкий (8,6 мм) планшет, работающий на платформе Android 3.1 Honeycomb. Благодаря фирменному пользовательскому интерфейсу Samsung TouchWiz 4.0 пользователи получают широкие возможности по настройке и индивидуализации планшета.

Двухъядерный процессор с частотой 1 ГГц и 1ГБ оперативной памяти обеспечивают высокую производительность устройства и быструю работу любых приложений. Яркий 8,9-дюймовый HD-дисплей с PLS-матрицей имеет разрешение 1280x800 пикселей. Такой экран гарантирует высокую четкость и резкость изображения и идеально подходит для игр, просмотра видео и работы в интернете.

Samsung Galaxy Tab 8.9 снабжен двумя камерами: 3 МП основной и 2 МП фронтальной, что дает возможность снимать качественное HD видео, совершать видеозвонки и проводить видеоконференции.

Новый планшет оснащен разнообразными сервисами для работы, развлечения и обмена контентом с друзьями и близкими. Сервисы «Книги и пресса» и «Музыкальный портал» предоставляют доступ к обширной библиотеке медиаконтента, а «Социальный портал» объединяет контакты пользователя из адресной книги и социальных сетей. Представленный набор мобильных сервисов Google включает в себя магазин Android Market с более чем 250 000 приложений, почту Gmail, поиск Google, карты Google версии 5.0 с 3D-картами и Google Talk для голосовых и видео звонков по высокоскоростным сетям 3G и Wi-Fi.

ДЕНЬГИ В

Непредсказуемое поведение курсов валют, обостренные ситуации на фондовых рынках и предвыборные страсти остро ставят перед частными инвесторами вопрос — куда безопаснее всего инвестировать средства? Особенно актуален он для непрофессиональных инвесторов, желающих если не заработать, то хотя бы не потерять накопленное. Наиболее консервативным и универсальным инструментом для достижения этих целей по-прежнему остаются вложения в недвижимость. О том, на что, прежде всего, следует обратить внимание при выборе инвестиционного объекта, «Авант-ПАРТНЕРу» рассказали профессионалы рынка. Сразу оговоримся, что речь шла о жилой недвижимости как наиболее доступной.

ПОКУПАТЬ — НЕ ПОКУПАТЬ

По словам директора агентства недвижимости «Жилфонд» Рината Маньянова, сейчас «все спокойно и ажиотажа в покупке недвижимости не наблюдается»: «Движение доллара критическое — он достиг максимума, который у него когда-либо был на территории Российской Федерации. Если это и дальше будет продолжаться, государство включит экономические рычаги и будет активно покупать доллары на рынке, чтобы увеличить рублевую массу. Но ситуация остаётся непонятной. В 2008 году те, кто остался с «кэшем», остались «на высоте». Но не нужно

Как известно, наиболее благоприятный момент для инвестирования — когда рынок находится на минимуме и есть основания прогнозировать рост. Судя по динамике цен на жилую недвижимость, посткризисный рост цен на нее происходит уже больше года. Однако, по мнению экспертов, не стоит этого смущаться. «Цены растут, но понемногу», — отмечает директор инвестиционно-финансовой компании «Мера» Андрей Клепиков. — За полгода года недвижимость на первичном рынке подорожала на 10-20%, такую же доходность за это время можно

лучше немного подождать. На мой взгляд, покупать нужно сейчас, и чем быстрее, тем лучше. Ипотечные ставки сегодня очень низкие, от 8-9% годовых — и это фиксированные, без пересмотра! Таких ставок не было ни до кризиса, ни в кризис. Цены застройщики в кризис снизили практически до себестоимости и они ещё держатся, выросли примерно на 5-7%. Дальше цены будут только расти: застройщики распродают «замороженные» в кризис объекты и начинают новое строительство, уже по новым ценам. Стоимость строительства будет только расти — цены на цемент, металл, кирпич, щебень почти восстановились. Спрос постепенно увеличивается, будет расти и цена. Так что покупать лучше не откладывать».

В то же время Евгений Мордовин скептически относится к возможности получить хороший доход только на росте стоимости купленной недвижимости: «Этот рынок растет всего на 5-7% в год. Скорее, приобретение недвижимости даёт возможность не потерять заработанное, зафиксировать прибыль. Для этих целей недвижимость — инструмент №1 во всём мире. Если посмотреть динамику на рынке ценных бумаг, то только в сентябре падение составило до 30%. Рубль снизился на 15% всего за один месяц. С недвижимостью такого не было за весь период кризиса! Даже если её стоимость и снижается, из неё можно извлекать доход — сдать в аренду, заложить в банк. К примеру, аренда двухкомнатной квартиры в Кемерове стоит в среднем 15 тыс. рублей, окупаемость составит примерно 17 лет. При этом она всё равно останется в цене и даже немного подорожает. Уже будет неплохая прибавка к пенсии».



Целеобразность инвестиций в недвижимость Лесной Поляны эксперты оценивают по-разному

РАЙОНЫ, КВАРТАЛЫ...

Рекомендации по выбору объекта Ринат Маньянов формулирует коротко — «покупать то, на что хватит средств». Но, если есть возможность выбора, можно выбирать, и одним из наиболее важных критериев оценки стоимости жилья (в том числе и в перспективе) является место. Как известно, на сегодняшний день наиболее популярными среди кемеровских покупателей являются квартиры в Центральном, Ленинском районе и ФПК, что отражается и в более высоких ценах. Останется ли

забывать кризис 1990-го года. Тогда те, у кого ещё вчера были деньги на машину, в лучшем случае могли купить рубашку или сходить один раз в продовольственный магазин. На мой взгляд, кризис, который надвигается, противоположен тому, который был в 2008 году, и лучше остаться в этот кризис без денег, так как они могут обесцениться».

было получить и на депозите». По оценке генерального директора строительной компании «Програнд» Евгения Мордовина, на сегодняшний день складывается наиболее удачная ситуация для приобретения жилой недвижимости: «В последнее время у меня часто спрашивают, стоит ли сейчас покупать квартиру, или

НЕДВИЖИМОСТЬ

Центральный район престижным для жизни и через 10-15 лет? По мнению Рината Маньянова, цена на недвижимость в нём (прямое следствие спроса) вряд ли будет расти в будущем: «Многие мои знакомые, купившие квартиры в самом центре, отмечают высокий уровень загазованности воздуха, зимой особенно трудно дышать». В то же время Евгений Мордовин отмечает, что экологические проблемы Кемерово «слышны» и в других районах, а центр города всегда является привлекательным местом для жизни.

По мнению экспертов, инвесторам стоит обратить внимание на вновь построенные районы, так как они имеют больший потенциал для роста цены. «Самые ликвидные и дорогие районы — Центральный, Ленинский, ФПК, — анализирует Евгений Мордовин. — Люди к ним привыкли, давно там живут. Вторичка в этих районах приближается к 50 тыс. за 1 кв. метр, в районах-новостройках — 35-37 тыс. рублей. С точки зрения роста в новые районы вкладывать выгоднее — пройдёт всего 5-6 лет, и цены там будут такие же при условии строительства необходимой инфраструктуры. Так, интересней проект «Кемерово-Сити» — рядом река, транспортная инфраструктура хорошая. Перспективен 12-й микрорайон — активно ведётся строительство социальной инфраструктуры, в это вкладываются большие средства. Во вторичку, особенно в старый жилой фонд, вкладывать не вижу смысла — дома старые, требуют капитального ремонта, инфраструктура устарела. Думаю, цены на них будут падать. Бесперспективными я считаю районы, приближенные к заводской зоне — по Кузнецкому

проспекту, по улице Сибиряков-Гвардейцев. На этих территориях не планируется строительство автострад, школ, торговых центров. Дома там будут только стареть, скоро их нужно будет сносить». Ринат Маньянов особенно выделяет среди прочих районов Лесную Поляну: «На мой взгляд, этот район на сегодняшний день является максимально недооценённым. Между тем это уникальный проект, с хорошей инфраструктурой, полным расчётом всех парковок и прочих факторов, от которых зависит комфорт проживания. Он активно строится и гармонично развивается. То, что микрорайоны Южный и Радуга также перспективны — это безусловно. Но не нужно забывать, что значительная часть квартир в них получена по различным программам. Не все хотели бы, чтобы их соседями были переселенцы из ветхого жилья. Социальная однородность — немаловажный фактор». По информации Рината Маньянова, дома, приобретённые в Лесной Поляне несколько лет назад за 8,4 — 8,8 млн рублей, сегодня продаются за 10-11 млн.

Интерес частных инвесторов к недвижимости в городе-спутнике соседний «Авант-ПАРТНЕР» оценивает как очень высокий: «По Весеннему бульвару построено шесть домов, по моим сведениям, не более чем в 30% квартирах там живут люди. Уверен, что остальные квартиры были куплены инвесторами с целью последующей перепродажи и через год-два появятся на рынке по цене на 35-50% выше первоначальной». Не все эксперты соглашаются с целесообразностью инвестиций именно в недвижимость Лесной Поляны. «В то, что сегодня коттедж стоит 6 млн, а через год будет

стоить 9, я не верю, — говорит Евгений Мордовин. — Я скептически отношусь к тому, что в каких-то наших районах так вырастут цены. Тем более в Лесной Поляне — объекты там крупные, а 1 кв. метр большой площади всегда дешевле, чем малой. К тому же круг людей, которые могут позволить себе коттедж, ограничен. Разве у нас наблюдается массовый переход из среднего класса в класс высокооплачиваемых специалистов? Если бы у нас открывались новые предприятия, стремительно росла зарплата — тогда да. Но у нас этого не наблюдается, всё стабильно». В этом месяце начались продажи в новом доме в Лесной Поляне, цена 1 кв. метра от 28 тыс. рублей — но это трёхкомнатные квартиры на первом этаже, — добавляет Андрей Клепиков. — Если брать готовое жильё или близкое к завершению, цены начинаются от 33-36 тыс. Примерно то же самое, что и город, так что какого-то особого потенциала роста в Лесной Поляне я не вижу».

Прочие рекомендации по выбору «инвестиционных квартир» беседники «Авант-ПАРТНЕР» дают стандартные — лучше приобрести квартиру небольшой площади, так как их легче продать (так, вместо одной трёхкомнатной лучше купить две однокомнатные). Наиболее качественной и дорогой технологией строительства является монолитная, но если инвестиции осуществляются на непродолжительный срок и не исключено, что через год-два квартиру нужно будет выставить на продажу, рациональнее вложиться в панельный дом — эти квартиры меньшей площади, у них дешевле 1 кв. метр, соответственно, они наиболее ликвидны.

Ксения Сидорова

ПРЕСС-РЕЛИЗ

В КУЗБАССЕ ОБЪЯВЛЕН КОНКУРС НА ПОЛУЧЕНИЕ ГРАНТОВ ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ ОБУЧАТЬ БУДУЩИХ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ

Губернатор Кемеровской области подписал постановление об учреждении грантов на проведение образовательных и интерактивных программ по теме «Молодежное предпринимательство» в городах Кемерово, Новокузнецке, Белово, Ленинске-Кузнецком, Прокопьевске, Киселевске, Юрге, Анжеро-Судженске, Мариинске в октябре-декабре 2011г.

Согласно Положению об учреждении грантов, гранты присуждаются на конкурсной основе проектам по номинациям: «Образовательные и интерактивные программы для старшеклассников, студентов, молодежи, стремящихся самоопределиться и рассматривающих возможности выбора предпринимательской деятельности в среднесрочной перспективе 3-5 лет» и «Образовательные и интерактивные программы для студентов, сотрудников компаний, безработных, желающих открыть собственный бизнес, попробовать себя в предпринимательстве в краткосрочной перспективе 1-2 года».

В первой номинации предусмотрено 3 гранта на общую сумму 300 тыс. рублей, во второй — 8 грантов на общую сумму 900 тыс. рублей. Гранты предоставляются при условии софинансирования не менее 30% из средств организации — участника конкурсного отбора. Срок приема заявок на проведение конкурса составляет 14 дней.

К образовательным мероприятиям в Положении отнесены тренинги, мастер-классы, лекционно-семинарские занятия. К интерактивным мероприятиям — форумы, молодежные лагеря, дискуссионные площадки, конференции, экспертные сессии, проектно-ориентированные сессии, специализированные интернет-проекты.

Конкурс грантов проводится в рамках проекта «Ты — предприниматель». Напоминаем, что программа стартовала 1 сентября этого года, в составе подпрограммы «Вовлечение молодежи в предпринимательскую деятельность». Подпрограмма включена в долгосрочную целевую программу «Молодежь Кузбасса. Развитие спорта и туризма в Кемеровской области» на 2008 - 2013 годы.

Цель подпрограммы — стимулирование активности молодежи в сфере предпринимательства путем реализации на территории Кемеровской области действенной системы мер, направленной на вовлечение молодых людей в предпринимательскую деятельность. Сейчас осуществляется отбор участников проекта — молодых предпринимателей и тех молодых людей, кто рассматривает возможность начать собственное дело. До 15 октября все желающие могут попробовать свои силы, заполнить анкету на сайте <http://molpred42.ru>.

ПОЛИПЛАСТ НА СТРОИТЕЛЬНОМ РЫНКЕ СИБИРИ

ОАО «Полипласт» — российский производитель добавок, химической продукции для различных отраслей промышленности — занимает лидирующие позиции на рынке модификаторов для бетонов и железобетонных изделий. Сегодня компания «Полипласт» — это широкий выбор высокотехнологичных химических добавок, гарантированная техническая поддержка по внедрению и применению, мощная производственная база, использование современных технологий и научных достижений, контроль и гарантия качества.

Учитывая огромный опыт, полученный в непрерывном диалоге с потребителями, компания «Полипласт» расширяет продуктовую линейку: появились новые пластификаторы и модификаторы бетонных смесей, смазки и очистители, средства для защиты бетона, специализированные добавки для гипса, огнеупоров, цемента. Компания «Полипласт» располагает тремя современными заводами, оснащенными новейшим технологическим оборудованием, и имеет более 30 представительств, охватывающих всю территорию России и некоторые страны ближнего зарубежья, что позволяет в кратчайшие сроки доставить клиенту любой продукт из товарной линейки.

В октябре 2004 года началось свою деятельность сибирское

представительство — ООО «Полипласт-Сибирь», — реализующее продукцию на территории Новосибирской, Кемеровской, Томской, Омской областей, Красноярского, Алтайского краев, Республик Хакасия и Алтай. Продуктовая линейка компании «Полипласт» достаточно широка и разнообразна, что позволяет полностью отвечать потребностям рынка Сибири.

В Кемеровской области компания ООО «Полипласт-Сибирь» представлена двумя региональными складами: в 2008 году был открыт склад в г. Кемерово, и следом за ним в конце 2009 года произошло открытие склада в г. Новокузнецке. Расширение структуры компании позволило ей стать ближе к своим клиентам. На складах всегда поддерживается актуальный ассортимент продук-



готового раствора. Для клиентов это позволяет исключить целый цикл действий, что приводит к экономии по различным статьям затрат. Склады ООО «Полипласт-Сибирь» оснащены специализированным оборудованием, которое позволяет перекачать раствор в емкости клиентов за считанные минуты.

В компании имеется собственный отдел технической поддержки. Вместе с высококвалифицированными сотрудниками ООО «Полипласт-Сибирь» под каждую конкретную задачу может быть подобран набор технологических

приемов, обеспечивающих ее решение с минимальными затратами. Клиентоориентированность компании доказана, как говорится, не словом, а делом. Многолетнее сотрудничество с крупнейшими производителями бетона в Сибири является тому самым ярким доказательством.

В преддверии зимы компания «Полипласт-Сибирь» напоминает, что помимо различных пластификаторов и модификаторов бетона в линейке продукции имеется широкий выбор противоморозных добавок, позволяющих вести бетонные работы в условиях суровой сибирской зимы. Добавки серии Криопласт, NORD, Полимикс обеспечат потребителю решение любых задач по зимнему бетонированию.

ПОЛИПЛАСТ®

г. Новосибирск, ул. Петухова, 17, кор. 3 тел. (383) 362-07-21, 362-07-58

г. Кемерово, ул. Пчелобазы, 1 тел. (3842) 67-07-22

г. Новокузнецк, Кузнецкое шоссе, 10 тел. (3843) 60-90-03

ООО «СМК СПЕЦМОНТАЖ»

- ◆ ПРОЕКТИРОВАНИЕ, МОНТАЖ, НАЛАДКА СИСТЕМ: ОХРАННО-ПОЖАРНОЙ СИГНАЛИЗАЦИИ, ВИДЕО-НАБЛЮДЕНИЯ, КОНТРОЛЯ И ОГРАНИЧЕНИЯ ДОСТУПА, ОХРАНЫ ПЕРИМЕТРА;
- ◆ ПОСТАВКА ОБОРУДОВАНИЯ;
- ◆ ИЗГОТОВЛЕНИЕ МЕТАЛЛИЧЕСКИХ РЕШЕТОК, ДВЕРЕЙ, МУСОРНЫХ КОНТЕЙНЕРОВ, ОГРАЖДЕНИЙ И ДРУГИХ МЕТАЛЛОИЗДЕЛИЙ С ПОЛИМЕРНЫМ ОКРАШИВАНИЕМ
- ◆ ЭЛЕКТРОТЕХНИЧЕСКИЕ РАБОТЫ;
- ◆ СТРОИТЕЛЬНО-МОНТАЖНЫЕ РАБОТЫ.

г. Кемерово ул. 1я Стахановская 33а
тел/факс: (3842) 45-70-48, 45-70-49,
e-mail: SMKkem@rambler.ru

Лицензия Сибирского регионального центра МЧС России на производство работ по обеспечению пожарной безопасности, свидетельство СРО ИПСО КО «Главкузбастрой»

НОВАС

г. Кемерово, пр-т Ленина, 90/4, офис 207 (деловой центр «Кристалл») тел.: (384-2) 33-74-34, тел./факс: (384-2) 49-64-51 Сот.: 8-960-925-4425 E-mail: peltuseva@novas.ru www.novas.ru

Danfoss Радиаторные терморегуляторы; сбалансировочные клапаны; электрические средства автоматизации тепловых пунктов; регуляторы температуры и давления; трубопроводная арматура

WILO Насосы и установки для систем жизнеобеспечения зданий, коммунального хозяйства и промышленности: водоснабжение; отопление; водоотведение; кондиционирование; холодоснабжение

GRUNDFOS НАСОСЫ

ЭКСПЕРТ



Татьяна Вяткина, врач-диетолог:

— Питание — это основа здоровья, и само по себе оно является как профилактикой, так и лечением некоторых заболеваний. Соответственно этому различают питание лечебное — диеты, которые были разработаны отечественным учёным Певзнером М.И. и назначаются соответственно заболеванию пациента. Для здоровых же людей достаточно просто сбалансированное питание, содержащее нужное количество белков, жиров, углеводов, а также необходимых нам витаминов, макро- и микроэлементов.

Сейчас очень много информации о различных диетах, о правилах питания, рекомендаций, однако они либо с низким содержанием углеводов, как например диета Аткинса, либо с избытком белков, всем известная кремлёвская диета. Существует формула сбалансированного питания, где содержание белков, жиров и углеводов должно быть 1:1:4, рекомендации по продуктам может дать врач. Вдобавок, в ежедневном питании обязательно должна присутствовать клетчатка 400-500 грамм. Всегда можно обратиться к врачу-диетологу и получить консультацию по питанию согласно образу жизни — физический труд, учёба, беременность, избыточный вес и т.д. Врач разрабатывает индивидуальное питание по калорийности, согласно рекомендациям Института питания РАМН. На приёме диетолог опрашивает пациента о пристрастиях в питании, измеряет рост, вес, высчитывает индекс массы тела (ИМТ), отсюда и калорийность пищи определяется.

Также необходимо узнать состав тела, провести биоимпедансметрию, исходя из этого, будет подбираться набор продуктов. Можно примерно рассчитать суточную калорийность рациона — свой вес умножить на 20-25. Так, при весе 60 кг ежедневная калорийность пищи составит 1500 ккал. И этого будет достаточно для жизнедеятельности человека с малой физической нагрузкой. Калорийность продуктов всегда можно посмотреть в специальных таблицах или на упаковках.

Тем, кто следит за своим питанием или весом рекомендуем вести пищевой дневник, который поможет считать калораж съеденной пищи, а также следить за качеством питания.

Если говорить о вегетарианстве, которое стало достаточно модным, то конечно предпочтительней будет лактовегетарианство с употреблением молочных продуктов и яиц. Оно более рационально и может обеспечить человека необходимым количеством белков животного происхождения, особенно в наших широтах. Недостаток этих белков может привести к анемии, гормональной недостаточности, иммунодефициту. Употребляя же исключительно растительную пищу, мы вводим в организм только микроэлементы, витамины и клетчатку, это важные компоненты питания, но их недостаточно для полноценной жизнедеятельности.

Однако, на мой взгляд, человек — всеядное существо, так уж заложено природой, поэтому и питание должно быть смешанным, как с содержанием растительной пищи, так и животной, включая мясо, рыбу, морепродукты.

По поводу кратности питания, рекомендовано употреблять пищу 6 раз в день с преимущественным распределением калорийности на завтрак и обед. Так мы обеспечим организму постоянный отток желчи из желчного пузыря, что является профилактикой застоев, желчнокаменной болезни, панкреатита, атеросклероза.

Таким образом, для здорового человека достаточным будет соблюдения вышеперечисленных рекомендаций сбалансированного питания для сохранения здоровья и поддержания жизнедеятельности.

ВЕГЕТАРИАНСТВО:

По данным Всемирной Организации Здравоохранения, продолжительность жизни человека и состояние его здоровья на 60% определяет его образ жизни и система питания, на 15% — наследственность, ещё 15% — условия внешней среды, и лишь на 10% услуги здравоохранения. Поэтому очевидно, почему люди, следящие за своим здоровьем и внешним видом, стараются уделять внимание правильному питанию.

Современная диетология как наука сформировалась относительно недавно, однако даже за столь небольшой период времени появилось множество точек зрения на культуру питания, но совершенно точно все сходится в едином мнении — от его качества зависит

здоровье человека, и в нашем современном обществе, где очень большой дефицит времени данный вопрос как никогда актуален.

Действительно, быстро развивающиеся темпы экономики в середине двадцатого века просто предрасполагали к появлению множества точек быстрого питания, которые имели достаточный успех у всего населения, особенно у работающих людей. Но не нужно забывать о том, что здоровое питание невозможно без здоровых зубов или при их отсутствии, полным или частичным. Всем известно, что пережевывание пищи начинается в полости рта и от того, как происходит механическая обработка пищи, т.е. от пережевывания зависит дальнейшее продвижение пищевого комка, всасывание из него веществ, нужных и полезных для организма. А если зубы отсутствуют, то пережевывание недостаточное. Чем меньше зубов, тем меньше времени пища находится в полости рта и не так как нужно обработана слюной, благодаря которой происходит первый этап химического расщепления. Поэтому отсутствие

зубов очень вредно для организма. Если все зубы присутствуют, но часть их нездоровы, добавляется ещё одна проблема: очаги хронической инфекции. Микробы из кариозных полостей вместе с пищей попадают в желудок и далее по пищеварительному тракту, ослабляя иммунитет, способствуют различным заболеваниям. Специалисты Медицинского центра «Эмилия» приглашают всех, кто желает вести здоровый образ жизни, на профилактические осмотры, на лечение кариеса и его осложнений, частичное и полное протезирование, имплантацию. В общем, все услуги, которые есть в стоматологии мы предоставляем качественно, на прекрасном оборудовании, квалифицированными докторами, лучшими материалами. Приятная и уютная обстановка, добродушный и приветливый персонал помогут без страха и боли решить ваши проблемы.



ЗА И ПРОТИВ

продуктах, но в разных количествах. Поэтому в данном случае панaceей будет обычное разнообразие в рационе. Чем более насыщено наше меню новыми блюдами, тем больше витаминов и микроэлементов будет поступать в организм.

Классическая диетология рекомендует смешанный тип рациона, содержащий как продукты животного, так и растительного происхождения, в примерно равной пропорции 1:1, причём мясо

должно являться его неотъемлемым компонентом, суточная норма которого не менее 100-150 грамм. Такого количества будет достаточно для восполнения потребности железа в организме.

Иначе на это смотрит Американская ассоциация диетологов, которая провела исследование относительно вегетарианской диеты. Согласно их анализу, адекватное вегетарианское питание обеспечивает организм должным количе-

УЛУЧШАЕМ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

«Здоровый образ жизни», «здоровое питание» — как прекрасно, что эти понятия плотно вошли в жизнь россиян и все больше и больше граждан стараются быть приверженцами полного здоровья. Но не нужно забывать о том, что здоровое питание невозможно без здоровых зубов или при их отсутствии, полным или частичным. Всем известно, что пережевывание пищи начинается в полости рта и от того, как происходит механическая обработка пищи, т.е. от пережевывания зависит дальнейшее продвижение пищевого комка, всасывание из него веществ, нужных и полезных для организма. А если зубы отсутствуют, то пережевывание недостаточное. Чем меньше зубов, тем меньше времени пища находится в полости рта и не так как нужно обработана слюной, благодаря которой происходит первый этап химического расщепления. Поэтому отсутствие

ООО МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «ЭМИЛИЯ»
г. Кемерово пр. Молодежный За (3842)333-86-96 тел. (3842)31-96-07 тел./факс. E-mail: mc-emilia@rambler.ru www.mc-emilia.ru

ТОЧКА ЗРЕНИЯ



Александр Юрич, специалист по аюрведической медицине, врач-невролог:

— Одно из положений концепции Аюрведы гласит: «Болезнь — это отражение образа жизни и мыслей человека». Раньше больному говорили: «Ты болеешь, потому что слишком жаден, завистлив, гневлив. Избавься от этого, и твои болезни пройдут». Если современный врач даст такую рекомендацию своему пациенту вместо горы таблеток, его просто уволят за «знахарство».

Но многое из учения Аюрведы, которая стала известна в западном мире примерно 30 лет назад, и с точки зрения современного человека не лишено смысла.

Например, как одно из основных причин болезни по этому учению — это неправильное питание, которое подразумевает: переизбыток; питание в неправильное время; несоместимость продуктов; вредные продукты; питание, несоответствующее конституции тела и времени года.

Что касается переизбытка, Аюрведа утверждает, что для нормального пищеварения половина желудка должна быть заполнена пищей, одна четверть — жидкостью, и одна четверть — воздухом. В желудке есть особая форма тепловой энергии, которая называется «огнём пищеварения». Чтобы этот огонь нормально горел, нужна отрыжка. Она указывает на то, что остатки воздуха уже уходят из желудка и если продолжать есть — это уже насилие над организмом. Питание в неправильное время означает, что есть связь между временем суток (точнее солнечной активностью) и эффективностью пищеварения. Аюрведа не рекомендует принимать много пищи рано утром и поздно вечером, когда солнце не столь активно. В это время оно не поддерживает огня пищеварения в желудке, и потому завтрак и ужин должны быть лёгкими. Обед может и должен быть достаточно плотным и калорийным, т.к. солнце активно днём. Аюрведа советует принимать пищу не спеша. Это даёт большее удовлетворение, лучше усвоение, быстрее приходит насыщение, и опасность переизбытка снижается. Совместимость и несовместимость продуктов — слишком объёмная тема, интересующиеся могут посмотреть справочники по диетологии. Что касается вредных продуктов, то Аюрведа относит мясо, рыбу и яйца. Если эти ограничения кажутся неприемлемыми, можно хотя бы исключить для начала говядину и свинину. В целом Аюрведа рекомендует вегетарианство, хотя и не настаивает на нём. То, что есть пища для одних — яд для других.

Но, по-моему, даже наука говорит в пользу вегетарианства. Так, Американский Национальный Институт Здоровья недавно провёл исследование среди 50 тысяч вегетарианцев. Выяснилось, что вегетарианцы живут дольше и гораздо меньше подвержены сердечному и онкологическим заболеваниям по сравнению с людьми, питающимися мясом. Врачи Гарвардского университета установили, что вегетарианская диета уменьшает случаи заболевания простудой и аллергией. Исследования в Йельском университете, к удивлению многих, показали, что вегетарианцы примерно в 2 раза выносливее и в 5 раз быстрее восстанавливают силы, чем мясоеды. Объяснение простое — токсины, содержащиеся в мясе, травят организм и замедляют восстановительные процессы. Можно привести массу примеров о рекордах вегетарианцев в спорте. Вегетарианский Велосипедный Клуб Англии установил свыше 40% национальных рекордов по велосипедному спорту. Пловец-вегетарианец Муррей Роуз завоевал золотую медаль на последних Олимпийских играх, побив рекорды всех времён. Австрийский тяжелоатлет-вегетарианец А. Андерсон установил множество мировых рекордов. Известный русский борец начала 20 века Иван Поддубный был вегетарианцем.

И, последний аспект неправильного питания — это непонимание необходимости строить свою диету согласно индивидуальной конституции тела и времени года. Эта тема настолько огромна, что для её освещения потребуется целая книга, а не статья. После определения конституции следует составление индивидуальной диеты. Общая идея такова: диета должна восполнять недостатки и устранять избытки природной конституции. Кроме того, диета должна меняться в зависимости от времени года так же, как меняется наша одежда в зависимости от погоды.

НОВЫЙ БЫСТРЫЙ ЛЕГКИЙ

карта справочник новости погода недвижимость афиша

4geo

информационная система нового поколения

- SMS сообщения: Вы можете отправить сообщения, содержащие данные об организационной структуре из словаря-адреса.
- Удобный поиск и предпросмотр: Быстрый, тонкий и интуитивно понятный поиск поможет вам оперативно найти нужную информацию.
- Фильтры и сортировка: Различные фильтры и сортировка помогут найти, например, ближайший к вам банк или ресторан в данный момент времени.
- Выберите свой стиль: Настройте визуальное оформление справочника так, как вам будет удобнее работать.

“Пальчики оближешь”

Бесплатная доставка обедов по городу.
Кейтеринг (выездное обслуживание).
Банкетные блюда на дом.

Тел.: 8-961-705-82-80, 28-42-67
www.Palchiki-oblizhesh.fo.ru
obedgotov@mail.ru

ЖАРКИЙ, ЭКЗОТИЧЕСКИЙ ОТДЫХ В ХОЛОДНОЕ ВРЕМЯ ГОДА!

Побережье Гоа — жемчужина Индии, всемирно известный курорт в Аравийском море. Природные красоты и древнейшая история делают Гоа местом прекрасного отдыха.

Гоа делится на Северную и Южную части. Северная часть Гоа — это отдых «раскрепощенных» людей, предпочитающих недорогой и непритязательный отдых. На Южном Гоа предпочитают отдыхать люди более солидного, обеспеченного уровня.

Пляжи на юге побережья с мелким и чистым песком, море спокойное и тёплое. Мягкий климат и короткий период муссонов в июне-июле позволяют отдыхать на Гоа круглый год. Лучшим временем для поездки считается тропическая зима (октябрь-март), когда средняя температура колеблется от +21 до +32 °С.

Панаджи — столица Гоа, город двух религий — буддистской и католической. От португальцев жители Гоа унаследовали, наряду со своей культурой европейскую. Там стоит посетить церковь Непорочного Зачатия, старый район Фонтэйхас, Часовню Св. Себастьяна и архитектурный комплекс Ларго-да-Игрежа.

Местные кулинары предлагают отведать рыбу, креветки и знаменитые местные омары. Национальный алкогольный напиток «фени» — водка из орехов кешью и кокоса. На курортах штата открыто множество ресторанов с китайской, европейской, тайской и даже тибетской кухней.

Отдых на Гоа не будет полным без посещения аюрведического салона. Эта процедура поможет Вам обрести душевное равновесие, укрепить здоровье и набраться сил. Возвратившись домой, Вы долгие время будете вспоминать об этой удивительной отдышке. Гоа — место, куда вам захочется вернуться вновь и вновь.

Наше агентство поможет Вам выбрать самый оптимальный вариант отдышки.

Наш адрес: г. Кемерово, пр. Советский, 60, корпус Б, оф. 217
Наши телефоны: 58-17-71; 8-961-707-61-18; 8-961-717-7100

ТАИСА
РАЗВИТИЕ ИНТЕРЕС К ЖИЗНИ

МОЙ НЕЗАБЫВАЕМЫЙ ОТПУСК...

В этом году наши с мужем отпуск пришелся на осень. Времени на сборы было не много, поэтому мы решили отпроситься на себе отдых в Сибири. После непродолжительных поисков в интернете, наш выбор остановился на курорте-отеле «Сосновка», что находится в пригороде Новосибирска. Путевку приобрели примерно за неделю до отдышки. Менеджер по телефону подробно рассказала о всех возможных вариантах и забронировала номер. Мы выбрали 2-х местный номер с 3-х разовым питанием и лечением. (2350/сут. на человека)

Четырехчасовая поездка на автобусе, и вот мы в Новосибирске. На вокзале мы заказали такси и примерно через 40 минут мы уже были в «Сосновке». Заселение прошло очень быстро, номер с уютной обстановкой и видом на основной бор, оказался чудо как хорош. В 14:00 мы пошли на обед. Шведский стол очень порадовал, не ожидали такого разнообразия блюд. Вкуснейшая выпечка и десерты не оставили равнодушным, даже моего мужа. Послеобеденная анимационная программа сразу погрузила нас в атмосферу веселья и беззаботности. А какая природа...! Атмосферу осеннего леса вообще сложно передать словами: свежий аромат осен и шелест листьев, чистый воздух переполняет легкие. День незаметно пролетел в прогулках по лесу, и перед ужином мы решили заглянуть на занятия йогой. От занятия мы ощутили абсолютный восторг, узнав не только о виду очень комичные асаны, но и несколько советов по правильному питанию, управлению стрессом и эмоциями. Первый день пребывания в «Сосновке» завершился песнями под гитару. Продолжение отдышки было еще насыщенней. На следующий день, с утра, посетили врача, который составил нам программу 2-х недельного лечения. Не могу сказать, что мы приехали

больные, но после отпуска хотелось ощутить бодрость и прилив сил. Я сделала акцент на антистрессовом направлении, муж на спине и позвоночнике. Лечение было разнообразным: гидромассаж, лечебные ванны, классические физиопроцедуры, куда без них. Мужа несколько раз даже обмазывали грязью и сдвигали пиявочку. А я несколько раз засыпала во время лечебных массажей. В последующие дни все шло как по маслу. Хотелось привести из отпуска новые впечатления, поэтому решили сделать программу максимально насыщенной. Каждый день участвовали в конкурсах и соревнованиях, занимались поиском клада и выигрывали в конкурсе песен. Как оказалось и в Сибири есть на что посмотреть, на экскурсиях мы посетили великолепный ботанический сад новосибирского академгородка, парк бабочек, Святой источник в пригороде Бердска. За время пребывания, я три раза посещала бесплатные мастер-классы: танец живота, изготовление сувениров и Spa-уход в домашних условиях. Муж в это время катался на велосипеде по своему бору. В этот отпуск, мы оставили своего ребенка дома и пожалели. Потому что в «Сосновке» организован прекрасный досуг для детей любого возраста. В последние деньки я и мой муж посетили SPA-центр, где провели несколько приятных процедур (от 500р одна процедура). Такое удовольствие я не испытывала, никогда. Вечер перед отъездом, проведенный в Лоб-

би-баре был волшебным: уютная атмосфера, живое выступление джазовой группы, вкуснейшая еда, вернули нас в романтическое прошлое. (средний счет — 800р/чел. без напитков). Когда отпуск подошел к концу, совсем не хотелось уезжать. И подаренная нам карта постоянного клиента, только подтвердила мое внутреннее убеждение, что я снова вернусь в «Сосновку».

Сосновка
КУРОРТ-ОТЕЛЬ

Новосибирская область, г. Бердск, Речкуновская зона отдыха, т. (383) 209-03-40, 334-48-28 (круглосуточно) www.sosnovka.biz

КРИЗИС СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

Лауреат престижных литературных премий «Русский Букер» и «Большая книга» прозаик Александр Иличевский демонстрирует в последнее время раж стахановца от литературы; вслед роману «Перс» выдал новый роман «Математик», — и ещё не вечер, год продолжается.

В какой-то степени произведение автобиографично: главный герой Максим Покровский оказывается в Соединенных Штатах Америки, как и автор, где оба обрабатывали научную ниву. А дальше по иному: автор пошёл прямым ходом в писатели, а Максим — математик от Бога, он побывал на таких научных вершинах, на которых, как в горах альпинист, чувствует себя одиноким. Он «...был легендой научного мира, счастливым, в судьбе которого удача, талант и темперамент умножали друг друга. Практически в одиночку, ещё совсем молодым человеком Покровский построил мощную отрасль топологии — положил начало новому богатому разделу математики», — уточняет Иличевский.

Если судить по тексту — Максим в кризисе среднего возраста (автор, наверное, тоже), от него ушла красавица-жена («Я вышла замуж за гения, а оказалось, что вышла за пьяницу»), дети за тридцать земель, мать,

которую он стыдится, в России, отец в той же стране, что и он, но словно на разных планетах. Кроме того, на вышеназванное несчастье накладывается ещё и творческий кризис (он «давно устал от математики... истощение и опустошение накрыли его каменной волной»), и это у лауреата премии Филдса, аналога Нобелевской премии, которая не предусматривала награждения математиков, поэтому для них учредили собственную, с денежным фондом равным «нобелю». Несмотря на почести и награды, Покровский заскользил по наклонной плоскости и, чем дальше, тем сильнее катится вниз.

Когда математика ушла из головы Максима — это для героя всем несчастьям несчастье. Да ещё и терзающий алкоголизм — беда многих русских интеллигентов, располагающая к философским размышлениям. Покровский в таком состоянии додумывается до идеи воскрешения мёртвых, пополнив, таким образом, ряды русских космистов. На памяти

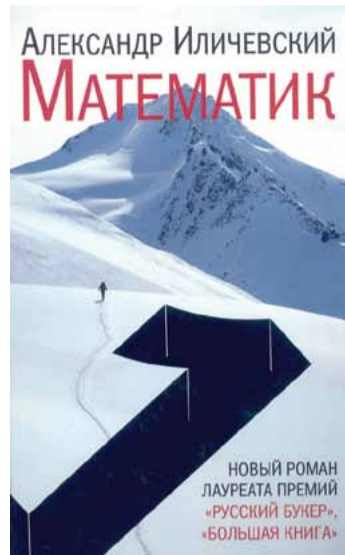
многих Николай Федоров, утверждавший, что все ушедшие в мир иной будут воскрешены в будущем. Вот эту-то мысль и лелеет герой «Математика», с трудом, в конце концов, порвавший с алкоголем и лёгкими наркотиками: выстроить чудодейственный ряд математических формул, с помощью которых можно решить задачу, равносильную Творению Творца.

Что для этого необходимо сделать? И на этот вопрос отвечает наш учёный: соединить живое с неживым, с помощью математики оживив мёртвое.

Автор ставит героя в разные условия, чтобы ответить, может или нет исполнить человек эту задачу, которая вообще-то по плечу Мессии — никак не меньше.

Впрочем, вряд ли Максиму удастся приблизиться к решению — ему бы с собой разобраться. В разборках с собственным «я» он едет в Белоруссию на могилу погибшего в Отечественной войне деда — не откликается душа, не оттаивает её лёд, и уж совсем не ощущается живительная энергия от мест, где жили прадеды и прапрадеды.

Наверное, для толчка сознания в нужном направлении герой уходит в горы. Ведь он же был на высоких горах науки, когда рядом редко кто мог оказаться. Лечиться испытанным ощущением прошлой радости — давно из-



вестный рецепт. Потому в горы, как можно быстрее к вершинам и пикам.

Этому поступку предшествует слишком длинная интерлюдия об экспедиции братьев Абаляковых — замечательных альпинистах, о которых Покровский зачем-то написал сценарий для съёмок фильма. Все эти «горные» душевные движения, на мой взгляд, слишком растянуты. Можно прочесть текст знаменитой песни Владимира Высоцкого, ещё лучше прослушать, и узнать больше о влиянии горного (горного!) мира на человека, чем тянуть долгую волынку Иличевского. Хотя, по-

своему интересны размышления о геноме и речи, языке-геноме для описания всего живого и неживого.

Человеческое общество бурлит, вот-вот закипит, и выварит, как продукт общественного развития, искусственный интеллект, что, конечно же, станет прыжком к воскресению умерших разумов. Это такой научный взрыв — под стать взрыву Вселенной. А энергии какие — страшно подумать! Тогда отчего у Иличевского в романе нет этого энергетического буйства, когда разверзнутся могилы и забьёт источник вечной жизни. Не знаю отчего, но роман «Математик» холоднокровен, нет катарсиса для читателя, слишком медленно катится действие, да и герой, который, по идее, должен воскреснуть духовно для новых свершений, по крайней мере, автор на то намекает, остается на своих двоих.

У любого плодовитого писателя, к коим принадлежит и Иличевский, всегда что-то выделяется из общего ряда его произведений, другое — может быть даже провальным. Не отношу «Математика» к провалам, но и к большим достижениям прозаика этот роман вряд ли можно отнести.

Что никак не означает, что роман не достоин прочтения.

Валерий Плющев

20 лет «УЛЫБКА»
делает вашу жизнь лучше.

**Благодарим
вас
за доверие!**

СЕТЬ
СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ
КЛИНИК



УЛЫБКА

В2В: место и роль рекламы в корпоративных продажах

Группа изданий «Авант» 26 октября в 14-00 проводит круглый стол для профессионалов:
«В2В: место и роль рекламы в корпоративных продажах».

Увеличение объёма продаж — один из показателей успешного развития предприятия, правильности выбранной стратегии поведения на рынке и основная забота сотрудников отдела сбыта/ продаж, маркетологов и рекламщиков.

Эффективные средства продвижения товаров и услуг, оказывающие прямое влияние на b2b-продажи, необходимы как воздух: от наличия спроса, стабильного уровня заказов зависит жизнедеятельность организации и благосостояние работников.

Активные b2b продажи невозможны без качественного продвижения и продуманной рекламной стратегии. Современный медийный сектор предлагает множество средств, которые способны увеличить продажи в сфере b2b.

На что ориентироваться?

Какие критерии выбора инструментов продвижения?

От чего они зависят?

А главное — как на выбор инструментов влияет региональная и отраслевая специфика?

Эти и многие другие вопросы станут темами для обсуждения практиков кузбасского рынка на круглом столе.

Аудитория

- собственники и руководители малого бизнеса;
- руководители отделов продаж и маркетинга;
- маркетологи, рекламисты.

Темы для обсуждения

1. Основные отличия рекламных мероприятий, проводимых в секторе в2в.
2. Особенности рекламы услуг в секторе в2в.
3. Креатив в рекламе в2в.
4. Роль личностей и личных связей на рынке в2в. Инструменты построения сети деловых контактов.
5. Новые возможности для в2в в Интернете.

Условия участия в мероприятии на сайте

www.avant-partner.ru

