

ДЕЛОВАЯ ГАЗЕТА ТОЛЬЯТТИ – Понедельник

30 июля 2018 | № 26 (758)

ponedelnik.press



16+

3 Екатерина Коломийцева:
«С иллюзией о подсчете калорий
мне пришлось расстаться»

5 В Тольятти все спокойно
О безопасности города
в период проведения ЧМ

16 Большой, быстрый, безопасный
Благие мысли о втором поколении
кроссовера Mazda CX-9

8 Приятные сюрпризы
Трезвый взгляд на
«Timofey&Ludmila»

Вопрос очень чувствительный

Что стоит за новой пенсионной реформой, которую начали власти?

Пенсионная реформа и ее последствия стали самой обсуждаемой темой прошедшей недели. К тому же о ней наконец высказался президент Путин. Вопрос «чувствительный», сказал он, и ни один из предложенных вариантов ему не нравится, но нужно думать «о перспективе». Насколько велика необходимость повышения пенсионного возраста, какова логика властей, предложивших эту инициативу, есть ли альтернативные варианты, почему провалилась прежняя пенсионная реформа и сможет ли пенсионер получать через десять лет хотя бы 24 тыс. рублей – в логической цепочке «ПН».

Сергей Сергеев
office@ponedelnik.info

1

Неужели необходимо повышать пенсионный возраст?

К сожалению, да: иначе не справиться с социальными обязательствами, гарантированными Конституцией. Пенсионный фонд уже несколько лет испытывает дефицит, получая субсидии из федерального бюджета. Но ключевая причина пенсионного маневра – критическая ситуация с демографией из-за низкой рождаемости в 90-е годы.

Если пенсионный возраст не повышать, доля трудоспособного населения России быстро достигнет критического минимума, что может привести к полной разбалансировке пенсионной системы. К слову, во всех республиках бывшего СССР возраст выхода на пенсию уже повысили.

2

Как все запущено. Надо было раньше реформировать!

Реформировали: радикальные преобразования в этой сфере прошли в 2002–2004 годах. До этого в России функционировала система, доставшаяся в наследство от СССР и основанная на солидарности поколений – за счет вычетов работающие граждане финансировали пенсионеров. В других странах мира к этому моменту уже давно действовала накопительная система.

В 2003 году в РФ был принят закон, выделивший часть пенсионных взносов работников в отдельный поток – обязательной накопительной пенсии. Но всего через несколько лет новая система дала трещину: дефицит Пенсионного фонда начал расти еще в 2010 году, а страховые пенсии в 2017 году более чем на 70% компенсировались из федерального бюджета. С 2013 года правительство прибегло к «временному замораживанию» пенсионных накоплений, которое сейчас, судя по всему, стало постоянным.



Если ничего не предпринимать, доля трудоспособного населения России быстро достигнет критического минимума, что может привести к разбалансировке пенсионной системы. А значит, в решении властей есть логика, хотя к качеству госуправления, конечно, много вопросов.

3

Почему реформа 2004 года провалилась?

Причин много. Во-первых, государство побоялось решить вопрос досрочных пенсий. В результате льготники и «досрочники» получали пенсии на тех же самых условиях, что и остальные, причем их доля составила примерно треть всех трудовых пенсий. Результат – избыточные пенсионные обязательства государства.

Вторая причина – фактический фальстарт накопительной компоненты пенсий. Еще на этапе принятия решений о том, когда и в каких объемах вводить эту компоненту, были неверно оценены возможности российских финансовых рынков и способность финансовых компаний эффективно «переварить» эти средства, обеспечив им хорошую доходность. Таких низких показателей доходности обязательных пенсионных накоплений в самом начале реформы, которые наблюдались в России, не было ни в одной стране мира.

И самое главное: весьма специфическое решение оставить обязательные накопления в собственности государства. Это заметно снижает интерес населения к их формированию.

4

Разве нет альтернативных решений повышению?

Есть. Можно, например, поднять налоги до 30–40%. Или увеличить число мигрантов, которые будут работать вместо пожилых россиян. Есть еще альтернатива, однако выглядит она настолько футуристично, что проще повысить пенсионный возраст сразу до 80 лет. Заключается она в стимулировании активного экономического роста, эффективном использовании имеющихся в стране ресурсов, снижении раздутых доходов и борьбе с коррупцией. Тогда за счет роста экономики можно обеспечить рост покупательной способности пенсий и создать комфортные условия жизни для российских пенсионеров. Но на это необходимо время, а его как раз нет (см. вопрос № 1).

5

Понятно, что без повышения не обойтись. Но зачем так резко?

Действительно, несмотря на «плаваную» шкалу перехода, повышение пройдет довольно болезненно, особенно для тех, кто готовился выйти на пенсию в ближайшее время. Например, мужчины 1959 года рождения и женщины, родившиеся в 1964 году, смогут выйти на пенсию только в 2020 году, в 61 год и 56 лет соответственно. Мужчины, родившиеся в 1960 году и женщины 1965 года рождения, уйдут на заслуженный отдых в 2022 году, в возрасте 62 и 57 лет соответственно. И чем дальше – тем жестче.

Свою долю негатива добавляет и мизерное увеличение пенсий: всего по 1 тыс. рублей в год. Таким образом, по словам министра труда Топилина, российские пенсионеры к 2023 году будут получать 24 тыс. рублей. Учитывая инфляцию и прочие макроэкономические сложности, по-видимому, на эти деньги прожить будет так же сложно, как и сегодня на 12 тыс. (средняя пенсия по России).

6

А сколько на самом деле должен получать пенсионер?

Давайте посчитаем. При средней зарплате по Самарской области в 32 тыс. рублей в Пенсионный фонд работодатель отчисляет в среднем около 3 тыс. рублей. В год это 36 тыс. Таким образом, через 40 лет на счету пенсионера будет всего 1,44 млн рублей. Если распределить эту сумму на 10 лет жизни, выходит, что в год пенсионер может получать не более 144 тыс. – то есть 12 тыс. рублей в месяц. По идее эти деньги должны приносить доход хотя бы в размере ставки ЦБ, но, судя по выпискам с пенсионных счетов, они лежат мертвым грузом на счетах пенсионных фондов. А это значит, что субсидирование из федерального бюджета – единственный вариант.



Уважаемые читатели, сообщаем вам, что редакция деловой газеты Тольятти «Понедельник» до 13 августа будет находиться в отпуске. Следующий номер газеты выйдет 20 августа.

ГОРОДОК КОММЕРЦИИ
ПОДСОЛНУХИ

АРЕНДА

**ОФИСНЫЕ | ТОРГОВЫЕ
СКЛАДСКИЕ И
ПРОИЗВОДСТВЕННЫЕ
ПОМЕЩЕНИЯ**

• удобные подъездные пути • просторная парковка

Тольятти
ул. Коммунальная, 39 | Тел. (8482) 39-01-07

Уважаемые коллеги!
Сердечно поздравляю всех с Днем строителя!

Быть причастным к благородной и необходимой профессии строителя – большая ответственность и честь. Мы вдохновенно возводим новые объекты, с тщательностью и любовью реставрируем старые, внедряем самые передовые технологии, осваиваем перспективные разработки и оригинальные конструкторские решения, тем самым сохраняя для наших потомков то, что было создано их отцами и дедками.

Желаю вам крепкого здоровья, счастья, стопроцентного воплощения задуманного, благополучия и интересных проектов!

С праздником!

Генеральный директор
ООО «Городской строитель» Г.В. Гришин

ГОРОДСКОЙ СТРОИТЕЛЬ

12 августа 2018 года – День строителя!

Уважаемые коллеги!

За каждым воплощенным в жизнь строительным проектом стоят конкретные люди, которые своим трудом, знаниями и желанием двигаться вперед творят мир вокруг себя!

От всей души желаю каждому, кто причастен к строительной отрасли, создавать объекты, которыми по праву можно гордиться! Желаю конструктивной и продвинутой мысли, новаторских идей и смелых решений, воплощения планов и достижения профессиональных успехов на нелегком трудовом поприще.

Директор ООО «АльпПрофи» Игорь Викторович Зайцев



Уважаемые коллеги и партнеры!

Коллектив компании «МАНГ-Бетон» поздравляет вас с Днем строителя!

Это наш общий праздник – всех нас, кто живет и работает в Тольятти, любит наш прекрасный город, строит и развивает его.

Мы стремимся, чтобы Тольятти становился еще более привлекательным, современным, удобным для жизни и работы. Искренне и от всей души желаем каждому благополучия, здоровья, удачи во всех начинаниях!

Вместе мы построим немало нужных и полезных объектов, которые украсят наш общий дом – Тольятти! Пусть вашей работой гордятся дети и внуки!

МАНГ-Бетон



Коллектив АО «Центральная строительная лаборатория г. Тольятти» поздравляет коллег и партнеров с наступающим Днем строителя!

За каждым строительным объектом – домом, школой, детским садом – стоят трудолюбивые и преданные своему делу люди. Именно от нашей профессиональной компетентности и ответственности зависят условия жизни людей, стабильная работа предприятий и учреждений.

Желаю вам, дорогие коллеги, крепкого здоровья, счастья, удовлетворения от своего труда, благодарности новоселов и всех людей, на благо которых вы работаете. Мира, благополучия, всего самого доброго вам и вашим семьям!

Генеральный директор АО «Центральная строительная лаборатория г. Тольятти» Алексей Данилов

WWW.PONEDELNIK.PRESS



Читать ежедневные
бизнес-новости



Загрузить свежий номер
одним файлом



Обсудить статьи
в социальных сетях

Размещение рекламы

50 93 93

Реклама

Мы будем жить теперь по-новому

Обзор событий в Тольятти, России и мире с 23 по 29 июля

Заключенный тольяттинской колонии захотел переехать в отдельную камеру, но увеличил свой срок. Житель Энгельса вознамерился впечатлить коммунальщиков, но погиб. Правительство Свердловской области рассчитывало купить неоправданно шикарные авто, и вряд ли ему что-то помешает. Мексиканская телезвезда горела желанием осчастливить американца, но он предпочел ей компьютерную игру.

Федор Григорьев
office@ponedelnik.info

СИДЕТЬ ПО-НОВОМУ

Жизнь за решеткой — это тоже жизнь, которую заключенные пытаются всячески улучшить. И если по эту сторону забора одним из главных вопросов является квартирный, то некоторые зеки пытаются улучшить условия содержания за счет переезда из больших «хат» в «одноместные апартаменты». Правда, иногда это приводит к отягчающим последствиям.

Так, Комсомольский районный суд Тольятти на прошлой неделе вынес приговор в отношении уже отбывающего четырехлетнее наказание в колонии № 16 гражданина Республики Кыргызстан. Следствие установило, что мужчина, оказавшийся в местах не столь отдаленных за кражу, предложил сотруднику исправительного учреждения полмиллиона рублей за перевод в одиночную камеру закрытого типа и обеспечение сотовой связью.

«Сотрудник исправительного учреждения сообщил руководству о намерениях осужденного, после чего на добровольной основе был привлечен к участию в проведении оперативно-

розыскных мероприятий, — сообщили в облпрокуратуре. — В свою очередь осужденный обратился к своему знакомому с предложением совершить посредничество в даче взятки, на что последний согласился. В момент передачи денег посредник был задержан».

Суд с учетом мнения прокурора назначил гражданину Кыргызстана новое наказание, на сей раз в виде шести лет лишения свободы с отбыванием в исправительной колонии строгого режима.

УБЕЖДАТЬ ПО-НОВОМУ

Шесть лет и смена общего режима на строгий — это, мягко говоря, неприятно. Но иногда попытки убедить власть имущих поправить ваши жилищные дела могут привести к куда худ-

Аппарат правительства Свердловской области вполне комфортно передвигался на относительно свежих автомобилях Toyota Camry и не знал забот. Но тут Toyota выпустила новую генерацию модели.

шим событиям. Так, житель Энгельса погиб, пытаясь доказать коммунальным чиновникам аварийность своего балкона. Видео с инцидентом появилось на прошлой неделе.



Удивительное рядом: игрок в онлайн-шутер Call of Duty бросил свою подругу Янет Гарсию, самую сексуальную ведущую прогноза погоды, потому что она отвлекала его от игры.

Мужчина привел сотрудников управляющей компании в свою квартиру, вышел на балкон и стал его раскачивать, чтобы доказать хрупкость стгнившей конструкции. Балкон не выдержал нагрузки и частично обвалился вместе с хозяином квартиры. Упав с четвертого этажа, мужчина получил серьезные травмы. Пострадавшего доставили в больницу, где он умер.

Следственный комитет пока не нашел оснований для проверки сотрудников УК: на видео отчетливо слыш-

бросаются на представителей УК, осыпая их нецензурной бранью.

ЕЗДИТЬ ПО-НОВОМУ

Кстати, и у самих чиновников жизнь не сахар. Например, аппарат правительства Свердловской области вполне комфортно передвигался на относительно свежих автомобилях Toyota Camry и не знал забот. Но тут компания Toyota выпустила новую генерацию этой модели, снабдив ее невыносимо соблазнительным рекламным слоганом «Абсолютно новая Camry», тем самым просто вынуждая чиновников пересест на более современные авто.

Что оставалось делать правительству области? Оно объявило тендер на закупку сразу 21 автомобиля. Информация об этом опубликована на сайте госзакупок. При этом 11 седанов должны быть черного цвета и обязательно с мощными двигателями (от 240 до 249 л. с.). Для комфорта чиновника необходим двух-

зонный климат-контроль, кожаные сиденья, светодиодные фары, датчики дождя и света, круиз-контроль, мультимедийная система с восьмидюймовым экраном.

Недовольные жители Свердловской области выразили в соцсетях свое негодование: зачем чиновнику, который сидит сзади, все эти опции? Власти проблемного региона, как могли, успокоили население: остальные десять машин будут скромнее, и за каждую из них бюджет заплатит всего по 1,72 млн рублей.

ЛЮБИТЬ ПО-НОВОМУ

Жизнь штука сложная. Порой, чтобы стать счастливым, нужно отказаться от того, что, на первый взгляд, и делает вас счастливым. Вы знаете, кто такая Янет Гарсия? Это девушка с роскошными формами, которую называют самой сексуальной ведущей прогноза погоды в мире. А знаете, кто скрывается под псевдонимом FaZe Censor? Под ним скрывается парень

по имени Мартин, который бросил самую сексуальную ведущую в мире ради компьютерной игры.

Некоторое время назад мексиканская телезвезда оставила родину и переехала в Нью-Йорк, чтобы начать жить со своим возлюбленным. Но тот настолько увлекся онлайн-шутером Call of Duty и так преуспел в качестве гейм-стримера, что решил уделять игре целый день. Убитая горем красотка собирает чемоданы и возвращается в Мексику.

«Янет — потрясающая девушка, она заслуживает лучшего. Знаю, мои слова прозвучат странно, но я должен сделать то, что мне кажется правильным, — реализовать себя в игре Call of Duty. Сделав все, чтобы стать чемпионом», — отчитался геймер перед поклонниками. Те в свою очередь посмеялись: «Ты можешь выиграть в Call of Duty, но ты уже проиграл в Call of Booty» (одно из сленговых значений booty — шикарные ягодицы).

■ НОВОСТИ

ОПАСНЫЕ ВОДЫ

Несмотря на то, что купание в Тольятти разрешено лишь на Итальянском пляже, многие граждане игнорируют рекомендации властей и пренебрегают мерами безопасности.

В Тольятти официально функционирует единственный городской пляж, расположенный в Центральном районе (Итальянский пляж, Лесопарковое шоссе). Здесь постоянно дежурят спасатели и медицинский работник, производится уборка и вывоз мусора, содержатся туалеты. Также к объекту подключена питьевая вода, проведены водолазное обследование и очистка подводной части акватории.

Администрация города настойчиво напоминает гражданам, что на других пляжах города купаться не рекомендовано. Тольяттинские власти и спасатели в очередной раз информируют горожан об особо опасных местах. К таким территориям относятся озеро в районе АТП-3, пляж на Муравьиных островах и акватория возле «Волжского замка».

У АТП-3 бьют подводные родники, из-за чего образуется температурный клин, который вызывает у человека судороги. На Муравьиных островах — резкий перепад рельефа дна с одного метра до шести. Любого пловца, попадающего в эту зону, течением уносит вниз на шестиметровую глубину и задерживает там на 30–40 секунд. Аналогичная опасность подстерегает купающихся в районе «Волжского замка», рядом с которым находится выход судов из яхт-клуба «Дружба».

ВОКРУГ ТАТИЩЕВА

В Тольятти в ближайшее время могут начаться работы по проекту благоустройства территории вокруг одного из главных символов города — памятника Василию Татищеву. 23 июля глава Тольятти Сергей Анташев рассказал о том, что власти хотели бы увидеть на этом месте.

«Мы хотим видеть обновление твердых покрытий, зеленых насаждений, приведение имеющихся конструкций в нормальный вид, — рассказал градоначальник. — Также мы планируем использовать эту площадку под проведение городского хорового фестиваля. Эту тему мы проговаривали с народным артистом России Михаилом Турецким, с тем, чтобы он взял этот фестиваль под свой патронаж».

По словам Сергея Анташева, дизайн проекта уже завершен, начинается рабочее проектирование. Градоначальник обещал включить в техзадание вопрос по общественным туалетам, хотя, по мнению Анташева, отдельные туалеты испортят вид: разумнее было бы договориться об этом с руководством кафе, которое строится рядом.

Проведение электронного аукциона по определению подрядчика на выполнение работ по подготовке документации проекта территории возле памятника Татищеву запланировано на понедельник, 30 июля 2018 года. Начальная (максимальная) цена контракта составляет 1,2 млн рублей. Проект должен быть выполнен в срок до 3 декабря 2018 года.

КОНЕЦ КАРЬЕРЫ

Заместитель руководителя областного управления Роствардии РФ Дмитрий Сазонов задержан за взятку. Сын спикера губернской думы Виктора Сазонова ранее сделал блестящую карьеру в МВД, но теперь ее прервали сотрудники ФСБ.

Дмитрия Сазонова задержали 25 июля рядом с домом № 84 на улице Вилоновской в Самаре. В этом доме, по неофициальной информации, ранее находился ресторан «Vasium», собственницей которого якобы являлась дочь Сазонова-младшего. Незаконное денежное вознаграждение предназначалось за решение Сазоновым неких проблем частных охранных предприятий, подконтрольных «законодскому» ОПС.

Дмитрий Сазонов родился в октябре 1971 года в Саратове, окончил Саратовское высшее командное училище МВД России, а затем Саратовский юридический институт МВД России. Начал службу в органах внутренних дел с должности госавтоинспектора ГАИ УВД Самарской области, далее проходил службу на различных руководящих должностях. В 2008 году он возглавил ОВД по муниципальному району Волжский. Летом 2011 года назначен на должность начальника Управления вневедомственной охраны ГУ МВД России по области.

На момент задержания Сазонов нес службу в должности замначальника областного управления Роствардии и руководил Центром лицензионно-разрешительной работы. Отец офицера, Виктор Сазонов, несколько недель назад покинул пост спикера областной думы.

12 августа 2018 года — День строителя!

Уважаемые коллеги!

Поздравляю вас с профессиональным праздником!

Со стройки начинается все! Чтобы жить в городе — надо его построить, чтобы завод выпускал автомобили — надо его возвести. Чтобы культура, спорт, образование, здравоохранение и любая отрасль нашей жизни процветали — строители должны создать базу, на которой все это будет организовано.

За каждым воплощаемым в жизнь строительным проектом стоят конкретные люди, которые своим трудом, знаниями и желанием двигаться вперед творят мир вокруг нас. Всем, кто посвятил свою жизнь этой прекрасной профессии, искренне желаю больших успехов в возведении объектов, которыми по праву можно гордиться, и достижения новых высот!

Генеральный директор ЗАО «Энергетика и Связь Строительства»
Валентин Богряков



Дорогие друзья, коллеги!

От всей души поздравляю вас с профессиональным праздником!

Труд строителя — это неустанная и тяжелая работа. Ведь часто приходится трудиться в сложных условиях — не жалея себя и своих сил, невзирая на плохую погоду и самочувствие. К тому же от результатов работы строителя, сданных в эксплуатацию домов, школ, стадионов, больниц, детских садов напрямую зависит качество жизни населения. Ведь возведенные объекты формируют облик города, области в целом, дают мощнейший импульс развития региону.

Желаю всем работникам строительного и дорожного комплекса региона, архитекторам, ветеранам отрасли крепкого здоровья, неиссякаемой энергии, плодотворной работы, профессионального роста, надежных партнеров и финансовой стабильности! Пусть удача сопутствует во всем! И жизнь ваша будет наполнена счастьем!

Генеральный директор ЗАО «Тольяттистройзаказчик»
Владимир Гусев



Екатерина Коломийцева, нутрициолог:

«С иллюзией о подсчете калорий мне пришлось расстаться»

Госпожа Коломийцева, фармацевт-провизор с дипломом Самарского государственного медицинского университета и одновременно представитель фармацевтической компании, несколько лет назад решила освоить новую профессию нутрициолога – специалиста по рациональному питанию. О том, как устроена эта сфера деятельности, много ли денег можно заработать, составляя индивидуальные программы питания, почему сложно сохранить достигнутый вес и что такое настоящая диета – в большом интервью «ПН».

Наталья Каратеева
karateevan@mail.ru

– Екатерина, несколько лет назад вы получили профессию нутрициолога. Это дань моде, способ увеличить свой заработок или что-то еще?

– Все произошло случайно. Три года назад я стала интересоваться здоровым питанием, и мне подвернулся обучающий онлайн-курс «Академии специалистов индустрии здоровья при НИИ медицины труда. Там преподавали известные диетологи, психологи, тренеры ведущих московских вузов. Обучение шло почти год и состояло из разделов нутрициологии (рационального питания), фитнеса, психологии работы с клиентами и продвижением. Меня очень увлекло: я давно в теме здорового образа жизни, поэтому сразу стала рассматривать это как вторую профессию.

– С какими иллюзиями и заблуждениями пришлось расстаться в период обучения?

– Вообще, обучение еще продолжается: я поступила на новый курс, который включает в себя подходы к функциональной медицине и нутритивной коррекции питания для работы с людьми, имеющими хронические заболевания. А главная иллюзия заключалась в убеждении, что если человеку объяснить, как правильно питаться, составить программу, все посчитать, то он будет выполнять все рекомендации и быстро достигнет успеха. Оказалось, что это не совсем так. В работе с людьми на первом месте всегда стоит вопрос психологии. С иллюзией, что рациональное питание – это только про калории, белки, жиры и углеводы, мне пришлось расстаться.

– Но ведь вы же не опровергаете основной принцип похудения – дефицит калорий?

– В основе любой программы снижения веса всегда лежит дефицит калорий. Но вот достичь его можно разными способами. Например, скрупулезно подсчитывать, сколько продуктов и калорий ты съел, и это, как правило, ведет к неврозу. В то же время можно правильно распределить продукты в течение дня – вариантов много. Однако самое главное – не только знать, как правильно, а делать правильно. Нутрициолог должен работать так, чтобы его рекомендации соблюдали.

– И как этого достичь?
– Надо понимать, с каким запросом человек пришел, чтобы у него самого не возникало иллюзий. Поэтому я всегда объясняю

людям, с которыми работаю, что результат будет только в том случае, если они возьмут ответственность на себя. Специалист в этом деле – помощник, консультант, который даст определенную систему и знания, но за результат ты отвечаешь сам.

– Клиенты согласны с таким подходом?
– Не все. Но когда это происходит, сдвиги случаются колоссальные.

– Есть распространенное мнение: все ответы на тему питания найдутся в интернете. И зачем тогда диетолог и нутрициолог? И правда, зачем?

– На эту тему есть хороший анекдот. На двери одной немецкой клиники висит объявление: «Пациентам, поставившим себе диагноз через Google, просьба за вторым мнением обращаться не к нам, а к Yahoo». А если серьезно, то в сети действительно большое количество правильной и полезной информации (я сама ей пользуюсь), есть много хороших ресурсов. Но часто обычный человек использует не полезные ссылки, а популярные паблики типа «как похудеть, не прилагая усилий». Человек ви-



■ Екатерина Коломийцева: «Мы можем очень серьезно воздействовать на то, что нам дано генетически, при помощи питания, правильно выбранной физической нагрузки и образа мышления».

специалистам по питанию. Правильное питание и образ жизни могут повлиять на многое. Например, на здоровье в принципе, на уровень энергии, помогут сэкономить деньги на лечение. Особенно это касается тех, кто страдает хроническими

– Если придет такой пациент – возьму. Но с условием максимального включения в процесс, соблюдения рекомендаций по физической культуре, и чтобы он обязательно прошел необходимые обследования.

– Что вы думаете по поводу диет? Есть такие, которые могли бы порекомендовать?

– Для меня диета – это термин, который обозначает лечебные стратегии, направленные на решение проблем здоровья. Аллергия, аутоиммунные заболевания – вот здесь нужно питаться по определенной схеме. В прочих «дюках», «кефирных» «московских» я не сильна и считаю их бредом.

– Может быть, следование диетам становится анахронизмом?

– В продвинутых слоях общества диета – это анахронизм. Но если взять средний срез, там только и говорят, что о способах похудеть. Как ты похудела? Что ты ела? Или не ела?

– Но ведь нет такой еды, от которой худеют, верно?

– Есть продукты с так называемой «отрицательной калорийностью». Например, овощи. Но для того чтобы пользоваться этим «вол-

В сети действительно большое количество правильной информации. Но при этом люди часто используют популярные паблики типа «как похудеть, не прилагая усилий».

шебством», необходимо соблюдать нормы Всемирной организации здравоохранения, потребляя в день пять порций овощей и фруктов.

– А можно ли похудеть, не занимаясь спортом?

– Если стоит задача получить более стройное тело, без спорта обойтись можно, но без спонтанной физической нагрузки нельзя. Я имею в виду все те нагрузки, которые у нас есть ежедневно – прогулки, подъем по лестнице и ежедневные 10 тыс. шагов. Для того чтобы снизить вес, не надо упихиваться в спортзал – достаточно выбрать для себя комфортные виды спорта. Скандинавская ходьба, йога, растяжка, плавание – все зависит от того, в каком состоянии здоровье человека.

– А если мешает банальная лень? Ведь многим хочется достигнуть результата без приложения.

– Лень – это всегда «звоночек» о каком-то заболевании. Это может быть гипотериоз, анемия, дефицит витаминов и минералов. Если вы испытываете лень при виде лестницы, надо искать причину в области здоровья. Если хочется все время лежать на диване – обратитесь к специалистам и пройдите обследование.

– Если в семье есть наследственное заболевание, например сахарный диабет, можно ли избежать его при помощи диеты?

– Мы можем серьезно воздействовать на то, что нам дано генетически, при помощи питания, правильно выбранной физической нагрузки и образа мышления. Сейчас есть генетические тесты, определяющие риски развития заболеваний. Сахарный диабет второго типа – это заболевание, которое люди себе наедают или получают из-за стресса.

– Близ из пяти самых главных вопросов. Можно ли есть после шести?

– Да, можно.

– Как избавиться от тяги к сладкому?

– Правильно выстроить рацион и пройти антисахарную программу.

– Обезжиренные продукты – это полезно?

– Скорее нет. Эти продукты созданы искусственно.

– Можно ли заменять сахар стевией или другими сахарозаменителями?

– Можно добавить стевию в выпечку, если хотите сделать ее менее калорийной или если есть для этого врачебные показания.

– Здоровый плотный завтрак и отсутствие ужина – это правильно?

– Для кого-то правильно, а для кого-то нет. Ужинать надо за два-три часа до сна и чтобы оставалось чувство сытости.

компания

Реклама
Онлайн

агентство полного цикла

(812) 401-64-64

(495) 737-54-64

(383) 227-64-64

www.reklama-online.ru

Реклама

Все виды рекламы. Все регионы РФ и СНГ

Пресса

Радио

Телевидение

Транспорт

Метро

ВТЛ/Промо

Интернет

Наружка

Лифты

ООО «Группа Компаний «Реклама Онлайн», г. Новосибирск, ул. Намировская-Давыдова, 104, ОГРН 1105476018361

ВКЛАДКА

рекламной полиграфии

в издание

Реклама

Понедельник

Понедельник

Понедельник

Понедельник

Понедельник

РЕКЛАМНАЯ ГАЗЕТА ТОЛЬЯТТИ

Понедельник

ООО “БАЗИС”

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПЕЧАТЕЙ ШТАМПОВ

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ СОЗДАНИЕ, ЛИКВИДАЦИЯ ЮР. ЛИЦ

Реклама

г. Тольятти, Приморский бульвар, 22

topot08@mail.ru

35-06-49

12 августа 2018 года – День строителя!

Самая почетная на Земле профессия – строитель. Она появилась вместе с человеком. Крыша над головой – дар строителя, мост над рекой – тоже его дар. Жилые дома, дворцы, храмы, школы, детские сады, заводы – все это дело рук строителей. Недаром говорят: профессия строителя – это взгляд в будущее.

Поздравляю проектировщиков, инженеров-строителей, техников, работников стройиндустрии и промышленности строительных материалов, рабочих и специалистов всех строительных профессий с праздником!

Вместе мы построим немало нужных объектов, которые украсят наш общий дом – Тольятти!

Генеральный директор
ЗАО «Тольяттинский завод ЖБИ»
Сергей Викторович Макаров

ЖБИ

ТОЛЬЯТТИНСКИЙ ЗАВОД ЖЕЛЕЗОБЕТОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

Дорогие строители: коллеги, клиенты и партнеры!

От всей души поздравляю вас с нашим общим профессиональным праздником!

Желаю всем вам, дорогие коллеги, новых достойных и интересных заказов, дерзких проектов и творческих решений, удачи в достижении всего задуманного, смелого покорения строительных высот, уверенности в собственных силах, а также крепкого здоровья, семейного счастья, удачи и благополучия!

А также превосходного настроения и, конечно, чтобы работа в ваших руках спорилась всегда!

С уважением,
генеральный директор ООО «СТРОНЖ»
А.П. Кузнецов

СТРОНЖ

В ТОЛЬЯТТИ ПРОШЕЛ МИТИНГ ПРОТИВ ПОВЫШЕНИЯ ПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА

26 июля на согласованный с властями митинг в Тольятти пришли, по разным оценкам, от 500 до 1 тыс. человек. Митинг проходил на площади рядом с железнодорожным вокзалом Автозаводского района.

Перед самым началом были собраны подписи под двумя петициями: против повышения пенсионного возраста и за отставку депутатов Самарской губернской думы и Государственной Думы от партии «Единая Россия», которые поддержали повышение пенсионного возраста. Напомним, что за реформу выступили депутаты губернской думы от Тольятти Андрей Першин, Алексей Степанов, Екатерина Кузьмичева и депутаты Государственной Думы Владимир Бокк, Евгений Серпер. По итогам митингующие приняли петицию.

Следующий митинг состоится 28 июля в Тольятти на этом же месте, возле железнодорожного вокзала, и в Самаре – в сквере «Родина».

НАЧАЛИСЬ ВЫПЛАТЫ ВКЛАДЧИКАМ ГАЗБАНКА

За первый день вкладчикам лишенного лицензии АО АКБ «Газбанк» выплачено 7 млрд рублей, или 40% от общей суммы страховой ответственности по этому банку. Об этом сообщает Агентство по страхованию вкладов (АСВ).

Напомним, Газбанк был лишен лицензии на осуществление банковской деятельности 11 июля. АСВ оценило обязательства кредитной организации перед вкладчиками в 17,8 млрд рублей. Всего за выплатами могут обратиться 47,5 тыс. клиентов, в том числе около трехсот человек, имеющих счета для предпринимательской деятельности. В Самарской области обязательства перед 42 тыс. вкладчиков составляют около 15,6 млрд рублей.

ПРОГНОЗЫ МИНСЕЛЬХОЗА ОБЛАСТИ ПО УРОЖАЮ СОСТАВЛЯЮТ 1,7–1,8 МЛН ТОНН ЗЕРНОВЫХ

Общая посевная площадь под урожай 2018 года в Самарской области, по сравнению с предыдущим агросезоном, увеличилась почти на 40 тыс. га и составила 2,092 тыс. га.

Озимыми зерновыми культурами засеяно 372 тыс. га, посевы яровых составляют 755 тыс. га. Площади посевов зерновой группы и кормовых культур выдержаны к уровню 2017 года. Технических культур засеяно больше, чем в прошлом сезоне.

Если говорить о состоянии посевов, то, по оценке специалистов министерства, в регионе наблюдается достаточно сложная ситуация: из-за отсутствия дождей посевы пострадали от почвенной и атмосферной засухи. Совсем другая ситуация с озимыми: в этом году в среднем по области урожайность озимых ожидается на уровне 15–20 центнеров с гектара. В валовом объеме доля озимых может составить 40–45%.

Экологические компоненты

Модернизация оборудования снижает нагрузку на окружающую среду

Активное участие в сохранении городской экологии через программы модернизации и обновления производств реализуют промышленные предприятия. Так, один из крупнейших производителей синтетического каучука в России «СИБУР Тольятти» за последние четыре года на эти цели затратил около 7 млрд рублей. В результате обновлены сотни единиц оборудования, снижены объемы потребления энергоресурсов и образования отходов, улучшены технологии. На днях стало известно о реализованных проектах по обновлению насосного оборудования, которое перекачивает сырье для производства синтетических каучуков, установлена современная теплоизоляция на 10 км паропроводов.

Федор Григорьев
office@ponedelnik.info

Каждый проект развития должен включать в себя экологические компоненты: этот принцип планомерно реализует предприятие синтетического каучука «СИБУР Тольятти». Повышение эффективности, надежности оборудования, снижение энергозатрат, экономия ресурсов – все это снижает нагрузку на окружающую среду, делает производство более безопасным.

О важности модернизации промышленности говорили в преддверии Года экологии в 2016 году на Госсовете «Об экологическом развитии РФ в интересах будущих поколений». Тогда акцент был сделан на необходимости экологического развития промышленности: модернизации и использовании наилучших доступных технологий, внедрения автоматизированного контроля воздействия на окружающую среду, открытости информации и поддержки экологических волонтеров. Все эти принципы планомерно внедряются «СИБУР Тольятти» в течение уже более 10 лет.

На днях здесь был реализован очередной инвестиционный проект по монтажу современной тепловой изоляции на энергетиче-

ских трубопроводах протяженностью 10,7 км. Он позволит сократить потери тепла в атмосферу в процессе транспортировки пара на 45 тыс. Гкал в год.

Казалось бы, эффект косвенный, однако аналогичным количеством тепловой энергии можно целый сезон отапливать 25 типовых трехподъездных девятиэтажек. Таким образом, экономия тепла, созданная «СИБУР Тольятти», позволит сократить выбросы в атмосферу от находящейся по соседству ТЭЦ. «Помимо сокращения теплопотерь, у проекта есть значительный экологический эффект, – говорит главный инженер «СИБУР Тольятти» Евгений Котырев. – Каждая сэкономленная гигакалория пара снижает потребление предприятием этого вида

Реализован очередной инвестиционный проект по монтажу современной тепловой изоляции на энергетических трубопроводах протяженностью 10,7 км. Он позволит сократить потери тепла в атмосферу на 45 тыс. Гкал в год.

энергоресурса, соответственно, снижается выработка пара на ТЭЦ, что приводит к уменьшению сжигания топлива для его выработки и выбросов, которые при этом образуются». По подсчетам специа-



■ В 2018 году на производствах и в товарно-сырьевом цехе «СИБУР Тольятти» установлено девять новых агрегатов. Еще часть оборудования будет обновлена во время остановочного ремонта ближайшей осенью.

листов, выработка пара, несущего гигакалорию тепловой энергии, связана с выбросом примерно 2,7 кг загрязняющих веществ.

Немного о том, что представляет собой современная теплоизоляция, которую применили на предприятии. Этот материал характе-

влажности, стойкостью ко многим химическим веществам. Такая изоляция уже появилась на четырех трубопроводах, по которым пар поступает на производства изопрена, изобутан-изобутиленовой фракции, изопренового каучука, факельную установку и в товарно-сырьевой цех. Изоляцию также обновили на конденсатопроводе протяженностью 750 м: съемными термочехлами оборудовали 55 единиц запорно-регулирующей и запорной арматуры паропроводов. Конструктивные решения и применяемые материалы обеспечивают возможность неоднократного снятия и установки термочехлов при ремонте арматуры.

Еще один проект модернизации «СИБУР Тольятти» связан с продолжением реализации программы по обновлению насосного оборудования, которое перекачи-

вает сырье для производства синтетических каучуков – сжиженные углеводородные газы и легковоспламеняющиеся жидкости. Новое оборудование позволит повысить уровень экологической и производственной безопасности.

В 2018 году на производствах и в товарно-сырьевом цехе «СИБУР Тольятти» установлено девять новых агрегатов. Еще часть оборудования будет обновлена во время остановочного ремонта ближайшей осенью. По условиям проекта, взамен насосов, имеющих одинарные торцевые уплотнения, установлены агрегаты с двойными уплотнениями или их герметичные аналоги, которые оснащены системой противоаварийной защиты и подключены к современной системе управления технологическим процессом. Конструкция насосов существенно снижает вероятность попадания технологических сред в атмосферу, что способствует сокращению влияния на окружающую среду. Всего в течение 2016–2018 годов проводится модернизация 136 единиц, что позволит сократить выбросы от данного количества оборудования в 1,5 раза.

«На предприятии ведется планомерная работа по замене насосов или оснащению их дополнительными уплотнениями, – отмечает директор по охране труда, промышленной безопасности и охране окружающей среды «СИБУР Тольятти» Ахмет Насыров. – Эти мероприятия позволяют предупредить возникновение аварий и предотвратить попадание углеводородов в воздух рабочей зоны».

ООО «СИБУР Тольятти» (входит в нефтехимический холдинг СИБУР) – одно из крупнейших предприятий России по производству синтетических каучуков, а также мономеров, фракций и высокооктановых компонентов для моторного топлива. Около 70% продукции отправляется на экспорт.

Коммунальная реформация

В сфере ЖКХ начинаются серьезные преобразования

2018 год стал для России богатым на события: помимо ЧМ, выборов президента, губернаторов и депутатов, полным ходом идет преобразование системы ЖКХ. Большинство изменений коснулось работы Государственной информационной системы (ГИС ЖКХ), меняются лицензионные требования к УК, дали зеленый свет государственно-частному партнерству. Кроме того, Минстрой России ставит задачу перейти на авансовую систему оплаты коммунальных услуг и намерен создать полноценную автоматизацию ЖКХ – систему, которая будет передавать данные о потребленных энергоресурсах сразу в ГИС, минуя уровень УК.

Федор Григорьев
office@ponedelnik.info

О начале преобразований в одной из самых сложных систем российской экономики – сфере коммунального хозяйства – заявил врио губернатора Самарской области Дмитрий Азаров во время своего визита в Тольятти: на территории «Жигулевской долины» он провел первую из семи стратегических сессий «Комфортная среда: новое качество жизни». Главными проблемами сферы ЖКХ глава региона назвал недовольство жителей работой УК и изношенность основных фондов. А первым шагом, направленным на повышение качества коммунальных услуг, станет внедрение модельного (единого) договора между УК и ресурсоснабжающими организациями и запуск единого расчетного центра. Что касается потенциальных инвесторов, готовых прийти на рынок и вложить в обновление сетей, то им мешает аффилированность управляющих компаний с чиновниками различных уровней (об этом заявляет прокуратура города).

Недовольны работой управляющих компаний и ресурсоснабжающие организации, перед которыми УК имеют колоссальную задолженность. А чтобы не платить за поставленный ресурс, используется уже привычная схема вывода активов и банкротства. На многочисленные нарушения в этой сфере обратила внимание прокуратура. Напомним,



■ Уже сейчас собственники помещений могут через ГИС ЖКХ подать обращение в контролирующие органы с заявлением о проведении проверки деятельности поставщиков коммунальных услуг: с 1 января 2018 года УК и РСО можно штрафовать за размещение информации и искажение данных.

еще в ноябре прошлого года прокурор Самарской области Константин Букреев рассказал о возбуждении 82 уголовных дел о присвоении денег, собранных с жильцов руководителями управляющих компаний. В мае 2018 года тольяттинские полицейские раскрыли еще одно преднамеренное банкротство в сфере жилищно-коммунального хозяйства.

Как установили сотрудники органов внутренних дел, заместитель директора одной из УК, используя свои полномочия, вывел активы компании путем совершения сделок на крайне невыгодных условиях. Эти действия привели к банкротству УК и неспособности удовлетворять требования кредиторов по денежным обязательствам и исполнению обязанности по уплате налогов, чем причинили организации ущерб в сумме свыше 2,2 млн рублей. Возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ст. 196 УК РФ «Преднамеренное банкротство».

Надо сказать, что сетевые компании пытаются работать с недобросовестными УК на опережение. Так, после обращения специалистов самарского филиала «ЭнергосбыТ Плюс» к прокурору города Альберту Москалеву и

прокурору Автозаводского района Александру Николаеву взята на контроль платежная дисциплина ООО УК «Жилой дом». По состоянию на 20 июля, задолженность организации за тепловую энергию достигала 15 млн рублей. По заявлению «ЭнергосбыТ Плюс» прокуратура Автозаводского района провела проверку соблюдения управляющей компанией законодательства по своевременной оплате поставленных коммунальных услуг.

В качестве стимула для перехода на предоплату коммунальных услуг Минстрой обещает снижение тарифов тем потребителям, которые присоединятся к системе в 2018 году.

Установлено, что расчет за поставленные ресурсы на протяжении нескольких месяцев не производился. По итогам прокурорской проверки руководитель УК и сама организация привлечены к административной ответственности по ч. 1 ст. 7.23.3 КоАП РФ (нарушение правил осуществления предпринимательской деятельности по управлению многоквартирными домами), назначено наказание в виде штрафа.

Следует отметить, что в Тольятти работают три управляющие компании с похожими названиями – ООО УК «Жилой дом», ООО УК «Жилой дом+» и ООО «Жилой дом». Их общая задолженность превышает 30 млн рублей. В настоящее время энергетики взыскивают долги трех управляющих компаний через суд.

Еще одна местная компания – ООО «Департамент ЖКХ» – является крупнейшим должником за полученную тепловую энергию в Тольятти и входит в топ-5 крупнейших неплательщиков всего Самарского региона. «Компании, возглавляемые Виктором Поповым, постоянно наращивают объем задолженности за энергоресурсы, затрудняя обеспечение качественного теплоснабжения горожан и осложняя подготовку Тольятти к предстоящему отопительному сезону. Если на 1 мая 2017 года долг за тепло вышеуказанных управляющих компаний составлял 622,1 млн рублей, то на 1 мая 2018 года недоплата за полученное тепло уже достигла 879,3 млн рублей. Таков совокупный долг за тепло ООО «Департамент ЖКХ» и ООО «ДЖКХ», – цитата из пресс-релиза ПАО «Т Плюс».

На днях по инициативе ФНС России в суде Автозаводского района было вынесено решение о том, что название ООО «Департамент ЖКХ г. Тольятти» является незаконным и должно быть изменено. По мнению налоговиков, третьи лица могли быть введены в

заблуждение, поскольку у них создается впечатление об участии государства в деятельности ООО «Департамент ЖКХ г. Тольятти». Попова за неправильное название привлекли к административной ответственности.

В прокуратуре считают, что сложившуюся ситуацию в работе УК во многом провоцируют некоторые чиновники, позволяя ликвидировать компании с долгами, а затем на их месте регистрировать новые. Ждем новых дел.

Еще одна новость в сфере ЖКХ: с июля текущего года все жилищно-коммунальные предприятия обязаны размещать информацию о своей деятельности в ГИС ЖКХ. В том числе в систему необходимо вносить исчерпывающие сведения о действующих тарифах, деятельности УК и ресурсоснабжающих организаций. Требование призвано сделать работу проблемной отрасли более прозрачной. Главное – донести эту информацию до потребителей. Ведь уже сейчас собственники жилых и коммерческих помещений могут через

В прокуратуре считают, что сложившуюся ситуацию с УК во многом провоцируют некоторые чиновники, позволяя ликвидировать компании с долгами, а затем на их месте регистрировать новые.

ГИС ЖКХ подать обращение в контролирующие органы с заявлением о проведении комплексной проверки деятельности поставщиков коммунальных услуг: с 1 января 2018 года УК и РСО можно штрафовать за размещение требуемой информации или искажение данных. «Нужно создать более действенную систему учета услуг ЖКХ, внедрить автоматизацию расчетов по потреблению энергоресурсов. Сейчас даже при наличии приборов учета невозможно своевременно собрать данные, начислить платежи и выявить незаконные подключения в онлайн-режиме, – говорят отраслевые эксперты. – Новая система призвана исправить ситуацию».

Кроме того, Минстрой России поставил задачу перейти на авансовую систему оплаты коммунальных услуг. Программа уже работает, правда, пока в тестовом режиме и на добровольной основе. При этом у потребителей появилась возможность самостоятельно выбрать удобную форму внесения авансовых платежей. В качестве стимула для перехода на предоплату Минстрой обещает снижение тарифов тем потребителям, которые присоединятся к системе. По мнению чиновников, введение предоплаты поможет снизить коммерческие потери РСН, будет способствовать формированию более ответственного энергопотребителя, выработке среди потребителей платежной дисциплины. По мнению наблюдателей, «в период кризиса скидки стимулируют потребителей к экономии: вместо задержки платежей они постараются внести деньги авансом, чтобы в итоге потратить меньше».

По мировым стандартам

Как устроены пенсионные системы в других странах

Госдума в первом чтении приняла непопулярные изменения в пенсионной системе России. И хотя некоторые надеются, что президент Путин не подпишет данный закон, остальные граждане приняли новость как данность: кто-то развел руками, кто-то вышел на митинги, основной посыл которых – «покойникам пенсия не нужна». Мол, не доживает среднестатистический россиянин до заявленных 65 лет, да и женщины, живущие дольше представителей сильного пола, в преклонном возрасте работать полноценно уже не могут. А как обстоят дела с пенсионным возрастом и с пенсионным обеспечением вообще в других странах? Об этом «ПН» расспросил своих иностранных респондентов.

Илья Кириллов
ilyakirillov@mail.ru

ИЗРАИЛЬ

Люди в Израиле выходят на пенсию в зависимости от года своего рождения. Есть два вида пенсий – министерства социального страхования и трудовая. Первая – маленькое пособие, составляющее где-то \$400. Второе – это пенсия, которую человек накопил на местах своей работы, и она может составлять \$5–50 тыс. в месяц. Первую часть все граждане Израиля получают по достижении пенсионного возраста.

12 лет назад был принят закон об обязательном пенсионном страховании, так как оказалось, что люди выходят на пенсию и нищенствуют. Третий отчисляет работник, две трети – работодатель. Вторую – трудовую – пенсию человек может начать получать с 55 лет. Пособие ежемесячное, соответственно, уменьшается по формуле: накопленная сумма, деленная на количество месяцев до средней продолжительности жизни. Третью пенсия работник может получить одноразовой выплатой, заплатив при этом подоходный налог.

Света ДАЯН, 40 лет, медицинский работник:

– В Израиле женщины выходят на пенсию на три года раньше, чем мужчины. Моя мама пенсионер с 62 лет, но она продолжает работать, так как накопила очень маленькую трудовую



■ Светлана Даян, Израиль: «Я выйду на пенсию в 66 лет, если доживу. Эта цифра рассчитывается от статистической средней продолжительности жизни: ожидается, что женщины, рожденные в 1977 году, будут жить 93 года».

пенсию. А хочется и квартиру поменять, и машину, и по заграницам поездить. Пособие ей начисляют. Неработающие пенсионеры получают скидки на арнону (налог на землю – содержание и облагораживание жилищного пространства). Так же действуют 30-, 50-процентные скидки на проезд в общественном транспорте, на вывоз мусора и воду (но не во всех муниципалитетах).

Что касается меня, я выйду на пенсию в 66 лет, если доживу. Эта цифра рассчитывается от статистической средней продолжительности жизни: ожидается, что женщины, рожденные в 1977-м, будут жить 93 года.

ФРАНЦИЯ

Французская пенсионная система отличается сложностью для понимания. Но если привести простые факты, то получится, что средняя пенсия в стране составляет €1,5 тыс.: €1,3 тыс. для женщин и €1,7 тыс. для мужчин. Есть пенсия базовая и дополнительные. Базовую платит государственный орган социальной защиты, а дополнительные отчисления делает работодатель. Вместе все это составляет примерно 75% от среднестатистической зарплаты пенсионера.

Наталья РОККИЕТТИ, 47 лет, журналист:

– У поколения, которому сейчас под 80 лет, пенсии больше: они получают примерно €2 тыс., как, например, тетя моего мужа. Возраст для мужчин и женщин, с которого можно уходить на отдых, – 62 года. Но так называемая «полная



■ Наталья Роккиетти, Франция: «Полная пенсия выплачивается, только если работаешь до 65 лет: чем раньше уходишь, тем меньше получаешь. Размер пенсионных выплат рассчитывается по 20 лучшим годам карьеры».

пенсия» выплачивается, только если работаешь до 65 лет: чем раньше уходишь, тем меньше получаешь. Причем значительно меньше. Размер пенсионных выплат рассчитывается по 20 лучшим годам карьеры. На 67 млн населения страны – 17 млн пенсионеров. Страна стареет, пожилых все больше, а работающих меньше.

США

В Штатах также существуют социальная и накопительная составляющие пенсии. Социальная пенсия полагается с 67 лет независимо от пола. Если есть какие-то особые условия, то пенсионером можно стать и в 62 года. К таким условиям относится, например, сокращение штата на предприятии, так как всем понятно, что человеку в преклонном возрасте устроиться на новую работу практически невозможно.

Социальная пенсия рассчитывается в зависимости от заработной платы, которую человек получал в течение всей жизни. Среднестатистическая социальная пенсия, которую получают американцы, составляет примерно \$1,1 тыс. в месяц. А максимальный ее размер – \$2,366 тыс. в месяц. Но и эта сумма, по местным меркам, совсем невелика.

Ксения СЕМЕНОВА, 32 года, менеджер:

– У нас все откладывают в накопительную часть, которая называется 401-К. Этими деньгами можно начать пользоваться с 60 лет без санкций. Если захочешь начать пользоваться раньше, будет штраф 10%. Я, к примеру, от-



■ Ксения Семенова, США: «Откладываю в накопительную часть 10% доходов, плюс моя компания добавляет 4%. Все вложено в ценные бумаги. Так что есть повод надеяться, что через 30 лет смогу жить безбедно и колесить по свету».

кладываю в накопительную пенсию 10% доходов, плюс моя компания добавляет 4%. Все это вложено в ценные бумаги, стоимость которых растет. Так что есть повод надеяться, что через 30 лет смогу жить безбедно и колесить по свету.

Если трудовая деятельность не высокооплачиваемая, то накопительной пенсии практически нет. Поэтому главная цель жизни американца – найти работу, на которой можно откладывать на пенсию. Если ты предприниматель, то можешь сам отчислять в специальный пенсионный фонд. Все, что откладываешь, не облагается подоходным налогом. Вычеты включаются только тогда, когда начинаешь деньги забирать. Но смысл таков, что налогооблагаемая база на пенсии ниже, а следовательно, и налоги тоже.

КОЛУМБИЯ

В Колумбии существует два типа пенсионного обеспечения: система индивидуальных сбережений, в рамках которой действуют частные пенсионные фонды, и система среднего распределения пенсий, которую курирует государство.

В индивидуальном режиме нет четкого возрастного порога выхода на пенсию, поскольку все зависит от суммы, которую человек накопил. Что касается государственной системы, то возраст выхода на заслуженный отдых составляет 62 года для мужчин и 57 лет для женщин. При этом их трудовой стаж должен составлять не менее 1,3 тыс. недель (25 лет). В этом случае че-



■ Александра Варгас, Колумбия: «Минимальная колумбийская пенсия в пересчете на российские деньги составляет примерно 14 тыс. рублей, максимальная – 60 тыс. Однако у нас есть люди с очень высокими выплатами».

ловек будет получать сумму, эквивалентную его средней заработной плате за последние 10 лет. Обязательное условие – сумма не должна быть меньше размера минимальной оплаты труда.

В Колумбии иногда нелегко получить пенсию: 16-процентные отчисления от зарплат работающих колумбийцев не обеспечивают нужды действующих пенсионеров. Кроме того, в стране так много нелегальной работы, что установить, отработал человек положенные 1,3 тыс. недель или нет, невозможно.

Александра ВАРГАС, 38 лет, архитектор:

– Минимальная колумбийская пенсия в пересчете на российские деньги составляет примерно 14 тыс. рублей, максимальная – 60 тыс. Однако в Колумбии есть люди с очень высокими пенсиями. Речь о чиновниках. Существует коррупционная схема, которую мы называем «карусель пенсий». Смысл ее в том, что человек ненадолго назначается на должность с огромной зарплатой и «особым режимом». Этот режим позволяет назначать пенсию не из расчета доходов за 10 лет, а равную заработной плате за последние полгода.

Мы тут протестуем против этого, устраиваем расследования, но коррупцию сложно победить. Ожидается, что правительство скоро повысит пенсионный возраст, отменит «особые режимы» для чиновников и увеличит процентную долю взносов. В противном случае даже накопления на базе системы индивидуальных сбережений не принесут вкладчикам пользы.

В Тольятти все спокойно

О безопасности города в период проведения ЧМ-2018

Чемпионат мира по футболу – большое мировое спортивное событие, проведение которого требует невероятной отдачи от всех структур, принимающих участие в его организации. К счастью, все причастные российские структуры справились на отлично, что в итоге позволило назвать мундиаль-2018 одним из лучших, если не самым лучшим за всю историю турнира. Конечно, подробности обеспечения безопасности в городах-участниках от представителей ФСБ, МВД и МО РФ мы вряд ли услышим в ближайшее время, а вот Центр гражданской защиты поведает нам об особом режиме, в котором работал в Тольятти в дни чемпионата.

Илья Кириллов
ilyakirillov@mail.ru

НОРМАЛЬНАЯ ПРАКТИКА

В связи с тем, что Тольятти принимал сборную Швейцарии, а также стал чем-то вроде «спального района» для болельщиков, которые не смогли или не захотели снимать жилье в Самаре, наш городской округ также включили в список участвующих в ЧМ-2018 городов, и на его территории был введен особый режим. Если для обывателей мундиаль прошел спокойно, то, по словам представителей силовых структур, они были переведены даже не в усиленный, а в суперусиленный режим работы.

Наверное, все заметили, что перед приездом швейцарской сборной город начали приводить в порядок. Например, на пути следования футболистов из отеля Lada Resort до стадиона «Торпедо» и обратно была выкошена вся трава вдоль обочины и очищен подлесок. Сделали это не только для красивой картины, но и в целях обеспечения безопасности: кусты могут скрывать засаду или замаскировать взрывное устройство. Из тех же соображений заперли ливневки и канализационные люки. Надо сказать, что данные действия вызвали много ироничных комментариев.

«Мне хочется спросить людей, которые обвиняли власти в том, что они «заигрывают» с иностранцами. Господа, а вы, перед тем как встретить гостей в своем доме, разве не прибираетесь? По-моему, надо радоваться, что улицы и дороги привели в порядок, устранили какие-то давние болевые точки в инфраструктуре. Город преобразился, и это огромный плюс. Что касается пломбирования люков – это нормальная практика всех мировых спецслужб», – говорит руководитель Центра гражданской защиты Андрей Дербенев.

В ДВА РАЗА БОЛЬШЕ

По словам Дербенева, он всегда испытывает когнитивный диссонанс, когда слышит команду: «Переведитесь в усиленный режим». Как какая-либо спецслужба или Министерство чрезвычайных ситуаций может перевестись в режим, в котором

«Мне хочется спросить людей, которые обвиняли власти в том, что они «заигрывают» с иностранцами. Господа, а вы, перед тем как встретить гостей в своем доме, разве не прибираетесь?»

работает постоянно? Тем не менее на период проведения чемпионата были введены некоторые дополнительные условия



■ Андрей Дербенев: «Да, обычным гражданам приходится терпеть некоторые неудобства: где-то улицы перекрыли, где-то, как в Самаре, проверки через каждые 50 метров. Но все же надо соизмерять эти неудобства с мировым значением события».

несения службы. Например, сотрудникам ЦГЗ запрещено отлучаться за город, был расширен личный состав и выделены средства для осуществления усиленного дежурства.

Это позволило в два раза увеличить количество патрулей в тольяттинском лесу, а также обеспечить большую безопасность для отдыхающих на берегу Волги. Кстати говоря, если из года в год независимо от погоды на тольяттинских пляжах

Прирост произошел в том числе из-за значительного числа приезжих. Сотрудники ЦГЗ во время патрулирования на пляжах не раз встречали больше компании иностранцев. По мнению Андрея Дербенева, разговоры о том, что наш город почти не посетили гости из других стран, не имеют под собой почвы.

«Я специально ради спортивного интереса мониторил Airbnb и Booking.com. Так вот, хочу сказать – почти все арендованное жилье было забито. Не могу назвать точные цифры, но то, что людей в городе заметно прибавилось, – это точно».

ЖЕСТКИЙ РЕЖИМ

И все-таки совсем без чрезвычайных ситуаций не обошлось. Так, 13 июня произошло возгорание леса в 23-м лесном квартале. Пока рано говорить о причинах возникновения пожара – следствие продолжается, но

не исключается и умышленный поджог. Подозрение вызывает тот факт, что огонь зафиксировали недалеко от Lada Resort как раз в день заселения швейцарской команды.

Несмотря на то, что этот пожар нельзя назвать очень серьезным, на его ликвидацию были брошены беспрецедентные силы при поддержке вертолета. Сделано это было для того, чтобы исключить даже теоретическую возможность дальнейшего распространения огня. К счастью, в этот день стояла практически безветренная погода.

После ликвидации ЧП и без того усиленный режим работы спасателей стал еще жестче. Если до происшествия лес патрулировали только в дневное время, то теперь было решено организовать и ночные рейды. Личный состав МЧС Тольятти был расширен за счет сотрудников, приехавших в из

других городов. Кстати говоря, поселили их все в том же Lada Resort. Тем не менее для реализации поставленных задач людей все равно не хватало. Тольяттинские спасатели со-

исшествиями. Это связывают с большим числом сотрудников ДПС на улицах города и федеральных трассах, несмотря на то, что очень серьезная группировка наших дорожных

В дни мундиаля спасатели отметили значительное снижение вызовов в связи с ДТП. Кроме того, «ощущение близости правоохранительных органов» способствовало уменьшению бытовых конфликтов и преступлений.

вместно с горадминистрацией обратились к руководству промышленных предприятий и ЧОПов с просьбой мобилизовать сотрудников в качестве волонтеров. При их содействии удалось избежать новых чрезвычайных ситуаций на территории лесного массива.

«Надо сказать, что даже в памятном 2010 году не было такой жары, какую мы наблюдаем этим летом. Вообще, глобальное изменение климата ведет к тому, что теперь, видимо, каждое тольяттинское лето будет отличаться аномально высокой температурой. Последние годы термометр в среднем показывает на два-три градуса больше нормы. Для МЧС и муниципальных спасателей это серьезная проблема, и дело не только в пожарной опасности. Наши парни постоянно дежурят у пляжей на спасательных катерах в районе буйковой зоны. Представьте, каково это находиться в алюминиевой лодке много часов на солнцепеке. Но ничего не поделаешь – такая работа», – продолжает господин Дербенев.

УРОВЕНЬ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

В дни мундиаля спасатели также отметили значительное снижение вызовов в связи с дорожно-транспортными про-

вождениями. Это связывают с большим числом сотрудников ДПС на улицах города и федеральных трассах, несмотря на то, что очень серьезная группировка наших дорожных

полицейских была командирована в Самару. Кроме того, «ощущение близости правоохранительных органов» способствовало уменьшению бытовых конфликтов и преступлений.

Дербенев: Приходится констатировать, что снижение числа пожаров, преступлений и ДТП происходит на фоне увеличения числа сотрудников различных силовых органов. Я уверен, что это не меняет сознание наших людей, но хорошо дисциплинирует.

«ПН»: Не боитесь, что вас могут обвинить в восхвалении полицейского государства? Многие утверждают, что органы оберегали иностранцев от нас. **Дербенев:** Даже некоторые мои знакомые с усмешкой говорили, что усиление полицейских мер – это только ради футболистов. Но поймите, что если найдутся какие-то бандиты или террористы, то их целью будет не футбольная команда, добраться до которой слишком сложно, а жители все того же Тольятти или Самары. Да, обычным гражданам приходилось терпеть некоторые неудобства: где-то улицы перекрыли, где-то, как в Самаре, проверки через каждые 50 метров. Но все же надо соизмерять эти неудобства с мировым значением события и невероятным уровнем ответственности государства.

ТЕСТ-ДРАЙВЕРЫ ■

Большой, быстрый, безопасный

Благие мысли о втором поколении кроссовера Mazda CX-9

Mazda – громкое название и бренд со славной историей в авто-спорте, но, по меркам индустрии, очень маленькая компания – в лучшем для себя 2015 году японцы стали лишь 15 автопроизводителем в мире. Соответственно модельный ряд у них не очень широкий, а уж в России до недавнего времени предлагались всего три варианта – «тройка», «шестерка» и CX-5. А что делать тем, кто хочет более премиальный автомобиль и может его себе позволить? Представители Mazda долго смотрели на то, как клиенты разворачиваются и уходят в салоны конкурентов, а потом наконец вывели на отечественный рынок свой флагман – CX-9. На минувшей неделе тест-драйверы «ПН» узнали, за что поклонники бренда платят 3 млн рублей.

Макс Пасечный
maksmrst119@gmail.com

ТАК ГОВОРИЛ ЗАРАТУСТРА

Начать хочется с любопытного и малоизвестного факта. Основателем компании является некто Дзюдзиро Мацуда – сын простого рыбака, который в 1920 году совместно с группой инвесторов приобрел обанкротившееся строительное предприятие. Вскоре его перефилировали и стали собирать популярные в те годы у японцев трициклы (трехколесные мотоциклы с кузовом). А в 1931 году название компании сменили на Mazda – имя верховного зороастрийского бога Ахура Мазда, которое созвучно с фамилией основателя. В основе этой религии – нравственный

В 1931 году название компании сменили на Mazda – имя зороастрийского бога Ахура Мазда, которое созвучно с фамилией основателя. В основе религии – нравственный выбор человеком благих мыслей, благих слов и благих деяний. По крайней мере, так сказал пророк Заратустра.

выбор человеком благих мыслей, благих слов и благих деяний. По крайней мере, так говорил пророк Заратустра.

Еще один небольшой исторический экскурс. Mazda CX-9 сравнительно «юный» автомобиль – его официальные продажи начались 11 лет назад. Первое поколение кроссовера появилось как раз в тот момент, когда у Mazda и Ford (в 90-е американцы фактически владели японской компанией) случилась размолвка, но тем не менее машина сделана на «фордовской» платформе CD3, на основе которой также были построены Ford Edge и Ford Fusion. Автомобиль собирался в США и поставлялся в Австралию, Саудовскую Аравию и Россию. Модель была признана «внедорожником года в Северной Америке» на Детройтском автосалоне в 2008 году.

Через пару лет в продажу поступила рестайлинговая версия CX-9, но в России ее покупали слабо, а с началом валютного кризиса 2014 года продажи и вовсе встали. Немного поразмыслив, в отечественном представительстве Mazda решили прекратить реализацию модели, объяснив ситуацию тем, что вскоре на смену придет новое поколение. Ждать пришлось два года – обновленный CX-9 доехал до нас только к середине прошлой зимы. Порой ожидание и предвкушение

оказываются лучше, чем конечный продукт, но это наблюдение явно не про тестируемую машину. Само собой, у кроссовера Mazda есть слабые места, но в целом это поразительно комфортный и очень динамичный автомобиль, щеголяющий премиальными опциями.

УСЛАДА ГЛАЗ И СЕРДЦА

Второе поколение CX-9 – услада глаз и сердца для любого владельца CX-5, но особенно, конечно, порадуется те, кто в ближайшее время собирается менять свой кроссовер на более дорогую модель. Автомобили очень похожи внешне, но «девятка» длиннее и выглядит куда мощнее «пятерки», что, безусловно, должно привлечь всех «маздоводов». Особенно их порадует тот факт, что CX-9 сделан на очень удачной

платформе CX-5, а значит, у них не возникнет проблем с адаптацией к новой машине.

Впрочем, целевая аудитория тестируемого авто не ограничивается только теми, кто прирос к бренду. На отечественном рынке представлено не так уж и много больших кроссоверов с ценой до 3 млн, и при лобовом сравнении с другими моделями вариант от Mazda оказывается весьма интересным. По большому счету это единственный «японец»

Визуально перепутать CX-5 и CX-9 невозможно, но, конечно, обе модели делали по одному лекалу. Узкие хищные фары, еще более хищный акулый наплыв фальшрадиаторной решетки и капота, много хрома – такое у нас любят.

в списке, и этот факт определенно будет способствовать продажам, так как в России привыкли доверять автопрому Страны восходящего солнца. Опять же за Mazda давно закрепился имидж производителя самых люксовых авто в среднебюджетном сегменте.

Визуально перепутать CX-5 и CX-9 невозможно, но, конечно, обе модели делали по одному лекалу. Узкие хищные фары, еще более хищный акулый наплыв, образцовый бампером и фальшрадиаторной решеткой, много хрома – у



нас такое любят. Машина выглядит довольно массивно, однако именно это и ценят потребители. К экстерьеру кроссовера есть только одна

узкая, а значит, в дальней поездке будут затекать ноги.

Подключаем айфон и прибавляем музыку. Ого! Звук здесь оценят не только меломаны – 12 динамиков, система Bose.

Перемещаемся на задний диван, а там настоящий бизнес-класс: большое пространство для ног, солнцезащитные шторки, управление системой климат-контроля и свой подогрев сидений. А если опустить кресла, то поездка и вовсе будет царской.

NEED FOR SPEED

В базе у CX-9 установлены колеса радиусом 20 дюймов. А еще у кроссовера внушительный клиренс 22 сантиметра, поэтому тест-драйверы опасались, что он будет скакать как лягушка. Нет! Плавность хода идеальная. Но это не все. Двойное остекление и отличная шумоизоляция превращают Mazda в по-настоящему премиальный автомобиль.

Современных опций в плане безопасности движения целых 13 штук.



Помимо банальных антиблокировочной и системы курсовой устойчивости, тут и мониторинг мертвых зон, и система помощи при выходе из занимаемой полосы, и улучшение управляемости за счет динамического контроля крутящего момента, и распознавание дорожных знаков, и прочее, и прочее. Кстати, по поводу дорожных знаков. Для них необходима навигация, а ее почему-то не положили даже в максимальную версию. Нужно покупать у дилера, цена вопроса – 25 тыс. рублей.

чем достаточно. Даже в стандартном режиме кроссовер едет довольно бодро, а уж в спортивном разогнаться до 100 км/ч всего лишь за 8 секунд.

Аппетит у автомобиля, впрочем, тоже бодрый. Тест-драйверы обнулили показатели и зафиксировали расход 17 литров бензина в стандартном городском режиме и около 11 литров на трассе M5, если, конечно, не играть в Need for speed.

В итоге, проехав около 80 километров и вернув машину в дилер-

В базе у CX-9 установлены колеса радиусом 20 дюймов. А еще у кроссовера внушительный клиренс 22 сантиметра, поэтому тест-драйверы опасались, что он будет скакать как лягушка. Нет! Плавность хода идеальная.

Все российские CX-9 продаются с четырехцилиндровым турбированным двигателем объемом 2,5 литра: 231 лошадиная сила, 420 Нм крутящего момента. И этого более

ский центр, мы немного заглустили. К хорошему быстро привыкаешь. Отсюда вывод: CX-9 – отличный большой кроссовер, который оценят не только поклонники марки.

ЗАЩИТА ПРАВ

Призывников
Юридическая помощь призывникам в защите их права на законное получение военного билета или отсрочки от службы в армии.

Военнослужащих
Защита военнослужащих и членов их семей в их праве на социальные гарантии, компенсации, решение жилищных вопросов и т.д.

8(8482) 62-11-35

Автовладельцев
Полноценная юридическая защита прав автовладельцев, связанная с использованием транспортных средств, получением страхового возмещения и взыскании ущерба.

Франчайзи
Защита обманутых и потенциальных франчайзи (оценка рисков предлагаемой бизнес-модели, возврат вложенных средств путем подачи соответствующих жалоб, исковых заявлений).

Кадастровые споры
Снижение завышенной кадастровой стоимости недвижимости в досудебном и судебном порядке, снижение налоговых выплат.

Потребителей
Защита комплекса основных интересов потребителей в их праве на получение товаров, результатов работ и оказании услуг надлежащего качества (направление на независимую экспертизу, составление заявлений, жалоб, предъявление исков и т.д.).

Заемщиков
Полное юридическое сопровождение интересов заемщиков перед кредиторами, агентствами, кредитными организациями, микрофинансовыми организациями, банками и т.д.

центразащитыправ.рф

Реклама

НОВЫЙ ФОРМАТ РАЗВЛЕЧЕНИЙ

ЭКШН-КВЕСТ ПО МОТИВАМ ПОПУЛЯРНОЙ ТЕЛЕВИЗИОННОЙ ПЕРЕДАЧИ «ФОРТ БОЯРД».

4 – 6 ЧЕЛОВЕК
90 МИНУТ
ЗОЛОТО ФОРТА

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КВЕСТ-ПЕРФОРМАНС С УЧАСТИЕМ АКТЕРА, ОСНОВАННЫЙ НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ

2-6 ЧЕЛОВЕК
90 МИНУТ
4 КОМНАТЫ СТРАХА

БРОНИРОВАНИЕ 62-35-36
FOBIALTLT.RU
г. ТОЛЬЯТТИ
УЛ.70ЛЕТ ОКТЯБРЯ, 28

Амнезия

Бойцы мистического фронта

Как работают маги и экстрасенсы в соцсети «ВКонтакте»

Ставить диагнозы, очищать энергетику, изгонять демонов – все это можно теперь делать не отходя от компьютера. Так, например, социальная сеть «ВКонтакте» – идеальное место для волшебников, гадалок и всех людей с экстрасенсорными способностями. На прошлой неделе автор «ПН» вознамерился изучать бурно развивающийся рынок магических онлайн-услуг и, отправив фотографию экстрасенсу, сразу же получил отзыв: «У вас много серой энергии, особенно в области ног, солнечного сплетения и горла».

Федор Григорьев
office@ponedelnik.info

ПОДСЕЛЕНИЕ СУЩНОСТИ

Тольяттинцу Александру тридцать два года. Он работает в строительной компании, на досуге сочиняет рок-музыку, любит Виктора Целевина, а еще у него – подселение сущности. К счастью, подселенная серая сущность у Александра не демоническая, то есть не с нижнего плана, а со среднего – человеческого. Располагается она в области его полностью облысевшей головы, преимущественно справа.

Диагноз ему поставила маг из «ВКонтакте»: она дистанционно изучила фотографию, которую парень сам же ей и отправил для консультации. Маг сообщила, что такие сущности (в области головы, больше справа) обычно связаны с иллюзиями на уровне ума – это когда человек воспринимает реальность искаженно, через свои мыслеобразы. К тому же у мужчины в плачевном состоянии находится вторая земная чакра (сексуально-эмоциональная). Александр, заверяет маг, человек слишком мягкий, без твердого стержня, ощу-



■ Ничего веселого в работе мага нет: говорят, они видят мертвых, сущности, а когда их изгоняют, те трясутся и рычат, бьются головой об пол. В общем, как в фильме «Константин», только не так гипертрофированно.

щения себя уникальной единицей у него нет. Да и состояние энергетики у него слишком водное: не хватает стихии земли, а особенно – стихии огня.

Есть, впрочем, и хорошие новости. У Александра открыта аджна-чакра, отвечающая за ясновидение. Это означает, что он способен воспринимать тонкий план. От сеанса магии по фотографии у парня осталось неизгладимое впечатление.

РАЗРУШЕННЫЙ ЛЮБОВНОЙ СОЮЗ

В прошлом году главный кардиолог Москвы Юрий Бузиашвили жаловался, что в год россияне тратят на колдунов, гадалок, магов и экстрасенсов около \$30 млрд. Много это или мало? По словам Бузиашвили, почти в два раза больше, чем расходуют на лечение у иностранных врачей. В результате медикам в России приходится конкурировать не только с зарубежными коллегами, но и с бойцами магического фронта. Происходит все это на фоне сокращения количества

атеистов в стране – люди очень хотят верить, что им кто-то может помочь.

По запросу «помощь мага» «ВКонтакте» выдает более 400 сообществ, по запросу «экстрасенс» – больше 2,5 тыс. Интернет и социальные сети – на редкость подходящий инструмент для оказания разнообразных экстрасенсорных услуг. Все удобно и

«Уважайте труд других людей: мы не просто так что-то придумываем, а тратим на это энергию и время», – призывают экстрасенсы.

просто: нашел волшебника, вступил в группу, написал сообщение, оплатил, прислал фотографию, получил мистический опыт. Настоящая магия.

Вот, например, сообщество мага Эмили Богатыревой, 17,5 тыс. членов. Богатырева в личке предоставляет платные услуги – таро и руны, персональный гороскоп, диагностика негатива. Цены – от 200 до 1 тыс. ру-

блей. Время от времени она проводит бесплатные экспресс-консультации: один вопрос – один прогноз.

Выглядит все достаточно грустно: обычно людям не хватает любви, денег, счастья. Что делать – непонятно, возможно, маг поможет. Вот девушка спрашивает, будет ли у нее новая работа. Магическое заключение: «Если

вы еще не занялись самообразованием и повышением квалификации, то работа будет, но не та, которую вы хотели». Другая девушка прикрепляет фотографию своего бывшего парня: она вымученно улыбается, он мрачно жарит сосиски. Как его вернуть? Ответ мага: «Ваша проблема – разрушенный любовный союз, ситуация безвыходная, не расстраивайтесь».

Одинаковые вопросы в разных магических группах задавать не стоит, некоторые маги за это бьют. «Уважайте труд других людей: мы не просто так что-то придумываем, а тратим на это энергию и время», – призывают они.

ЧИСТКА ЭНЕРГЕТИКИ

«ПН» решил воспользоваться услугами одного из сетевых волшебников. Наш автор отправил магу свою фотографию. В сопроводительном письме написал, что прямо сейчас сдает очень важный проект и переживает, что все плохо получается.

Дальше – магия: «В энергетике слишком много серой энергии, особенно в области ног, солнечного сплетения и горла. Это не порча и не про-

но. Она снимает порчу, смотрит будущее, очищает от сущностей и не обретших покой душ мертвых, проводит сеансы экзорцизма. Онлайн-консультация стоит 1,5 тыс. рублей, личная встреча – 3 тыс., дальше – в зависимости от услуги. Оплата через Сбербанк онлайн или «Яндекс.Кошелек».

Магия у женщины – основная деятельность, она тратит на нее все свое время и говорит, что ничего веселого в этой работе нет: видишь мертвых, сущности, а когда их изгоняешь, то они трясутся и рычат, бьются головой об пол. В общем, как в фильме «Константин», только не так гипертрофировано.

Александр, после того как ему диагностировали серую сущность в

Александр, после того как ему диагностировали серую сущность в районе головы, остался в смешанных чувствах. С одной стороны, он не до конца уверен, что все это работает. С другой – люди вроде пишут положительные отзывы, значит, что-то маг из «ВКонтакте» делать умеет.

клятие, а передавшийся по наследству страх одного из погибших мужчин в роду отца. Погибший не ушел наверх и находится в нашем плане, потому его влияние столь высоко. Фантом пациента падает на колени и не может идти вперед».

И следом рекомендации: «Необходимо сделать полную чистку энергетики. Желательно посетить сеанс расстановок по Хеллингеру. Также необходимо помочь душе погибшего уйти наверх. Стоимость чистки энергетики – 7 тыс. рублей».

ВНУТРИ ЕСТЬ ГОЛОС

Наш герой Александр свою фотографию отправлял магу Виктории. У нее сравнительно небольшой паблик – 1,5 тыс. подписчиков. В роду Виктории по женской линии практиковали целительство, а пять поколений назад была темная ведьма. С детства у нее бывают видения, и она связывается со светлыми, космическими энергиями. Свои способности Виктория развивала за счет обучения и практик, вспоминала прошлые воплощения, в которых была магом и целителем.

Процесс у Виктории выстроен следующим образом: есть бесплатная интернет-консультация по фотографии «на негатив», а все остальное уже плат-

районе головы, остался в смешанных чувствах. С одной стороны, он не до конца уверен, что все это и правда работает. С другой – люди вроде пишут положительные отзывы, значит, что-то маг из «ВКонтакте» делать умеет. Да и подруга его, которая заказывала у мага избавление от подселения и чистку рода, осталась довольна.

Онлайн-диагностика, впрочем, Александра еще и откровенно удивила. Как минимум некоторые из описанных фактов он предпочел бы скрыть. Но это и доказывает способности мага, не так ли? Не мог же волшебник из «ВКонтакте» все это просто так узнать?

Избавляться от подселения Александр обязательно будет. Это все-таки не очень приятно, в самом деле, подселение-то. Себе Александр объясняет все так: это, видимо, такая сущность, которая меняет его мысли, причиняет вред. Он ведь и правда чувствует, что внутри есть какой-то голос, который иногда вредит ему, заставляет совершать нерациональные поступки.

Правда, вот открытой чакрой ясновидения – аджной – Александр пока пользоваться так и не умеет. Работа с тонкими планами у него не складывается.

Volkswagen TERAMONT

Больше, чем просто БОЛЬШОЙ



4 ГОДА
ПОЛНОЙ
ГАРАНТИИ
ГАРАНТИЯ
Volkswagen

Реклама

Воплощаем будущее

На автомобили модели Volkswagen Teramont производителем предоставляется гарантия качества на срок 4 года или до достижения общего пробега автомобиля 120 000 км (в зависимости от того, какое событие наступит ранее), при этом в первые 2 года пробег не ограничивается и не учитывается. Реклама.



Официальный дилер Volkswagen **Премьера**
Тольятти, ул. Спортивная, 22, тел: (8482) 53-77-77 www.volkswagen.primjera.ru

протдых

Портал сервиса и отдыха

У НАС ОНА ВСЕГДА СВЕЖАЯ!

АФИША

ГОРОДА И КИНО

#ПРООТДЫХРЕКОМЕНДУЕТ
#ВСЕ-СЕАНСЫ #ТРЕЙЛЕРЫ #ЦЕНЫ #ВСЕ_КИНОТЕАТРЫ

WWW.PRO-OTDYH.RU



Реклама



Заработались? Пора на обед!

Приглашаем Вас в «Тарелку Столовую»

УНИКАЛЬНЫЙ ФОРМАТ

Наши секреты успеха -

- домашняя еда,
- быстрое обслуживание,
- современный и уютный интерьер

ШИРОКИЙ АССОРТИМЕНТ

- Разнообразный ассортимент на завтраки, обеды и ужины,
- привлекательные демократичные цены,
- высокое качество и контроль свежести продуктов.

ДОСТАВКА

- Комплексные обеды на предприятия и в офисы.
- Гибкие условия работы.

открыты в городах

15 Петербург	4 Москва
1 Тольятти	1 Мурманск

СРЕДНИЙ ЧЕК

150₽



Ждем Вас с 8:00 до 19:00
ДЦ «КВАДРАТ»
ул. Фрунзе 14Б, тел.: 8 927 775 33 00



НЕВЕРОЯТНЫЙ ВОПРОС ?

Это увлекательно,
по-утреннему свежо
и очень весело!

ПО БУДНЯМ
В 09:10
ОТВЕЧАЙТЕ НА НЕВЕРОЯТНЫЙ ВОПРОС И
ВЫИГРЫВАЙТЕ ПРИЗЫ!

ПОДРОБНОСТИ НА WWW.10619FM.RU

16+

РАДИО
106,9 FM
ТОЛЬЯТТИ

Реклама

Стресс на работе? Нет сил?

Массажные кресла премиум-класса. Позволь себе расслабиться!



US MEDICA Jet (БЕЖЕВОЕ)



YAMAGUCHI Axiom YA-6000



US MEDICA Infinity Touch



YAMAGUCHI Lounge

Кресла от 150 000 руб

Так же вы у нас подберете: массажные накидки | массажеры для тела
ортопедические изделия | товары для путешествий | фитнес-тренажеры
массажные столы | товары для красоты



Профессиональное массажное оборудование

г. Тольятти ул. Революционная 52А,
ТЦ «Русь на Волге», Тел: +7 (848) 265-16-97
Часы работы: с 10:00 до 22:00
г. Самара, ТРК «Космопорт», ул. Дыбенко, 30
ТК «Амбар», Южное шоссе, 5
www.us-medica-tolyatti.ru

Ямагучи аксиом, лаундж, эс медики инфинити тел. дмет. Реклама

ТРЕЗВЫЙ ВЗГЛЯД

Ресторанная критика



Приятные сюрпризы

КАФЕ-ПЕКАРНЯ «TIMOFEY&LUDMILA»



Илья Кириллов
tr-vz@mail.ru

Двигаясь в сторону нового заведения, рецензенты размышляли о том, что ревью, скорее всего, получится довольно мрачным и начинаться будет примерно так: «В полку гиблых мест прибыло». Все оттого, что за неподходящее время мы уже в третий раз наблюдаем за сменой вывески над одним и тем же порогом, а это дурной знак. Однако внутри кафе-пекарни «Timofey & Ludmila» произошли события, которые кардинально изменили наше настроение.

– Вряд ли мы тут серьезно поедим, – промолвили рецензенты, разглядывая красивую витрину с пирожными, кексами, эклерами и прочими сладостями.

– Ну почему же, – ус-

мнилась в наших вы-
одах продавец-официант,
указывая на расписанную
мелом доску. – Во-первых,
можно вкусно наесться и
выпечкой. А во-вторых,
у нас есть, например, суп
дня: сегодня это грибной и
томатный с чоризо.

— Конечно, томатный! — обрадовались мы, начиная различать в длинном списке интересные позиции. — Для овсяной каши уже поздновато, а вот для сарделек побаварски — в самый раз.

Разумеется, не могли мы не попробовать и кондитерские изделия, соблазнившись неким «фрутбургером», который активно нахваливала девушка. В итоге вместе с чашкой какао обед обошелся нам в 490 рублей.

— Кстати, наши чеки с предсказаниями, — сообщила барышня, выдавая платежный документ.

сюрприз, — прочитали рецензенты и пожали плечами: — Посмотрим.

Собственно говоря, приятные сюрпризы начались с момента появления на столе супа. Он оказался совсем не таким, как мы ожидали: вкус напоминал солонюку с преобладанием отчетливого томатного аромата. Но главную скрипку во вкусовом ансамбле играла чоризо — изумительная свиная колбаса. Повара не пощупили на этот ингредиент, поэтому блюдо получилось сытным и вкусным. А еще в густой похлебке плавал здоровенный кусок хлеба. Хотя выглядело это немного странно, расплывшийся мякиш оказался очень вкусным.

Провторное: на большом, пропитанном прохладным маслом куске черного хлеба дымилась большая разрезанная надвое сарделька. Это простое с виду блюдо обладало таким неожиданным букетом вкусовых оттенков, что рецензенты замечали от удовольствия.

Ну и, собственно, о главном сюрпризе: в какой-то момент из кухни появился мужчина в поварском одеянии, отдал пару каких-то распоряжений и тут же исчез. «Саламатов!» — переглянувши рецензенты. Теперь нам стало ясно, о каком Тимофее идет речь на вывеске. Кто не в курсе, Тимофей Саламатов — первый руководитель очень успешной и известной в городе пекарни. После такого открытия рецензенты уже совсем расслабленно поедали восхитительный «фрутбургер», размышляя о том, что помещение наконец-то попало в очень хорошие руки. Единственный вопрос, оставшийся без ответа: а кто такая Людмила?

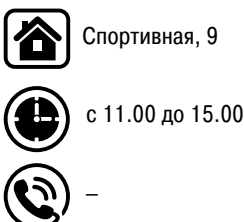
Автоматизация Розничной Торговли

- простые и удобные комплексные решения
- онлайн кассы с ФН по выгодной цене
- сканеры штрих-кода, весы и денежные ящики
- программное обеспечение
- видеонаблюдение



Железный аргумент

КАФЕ «ЛАНЧ-КАФЕ»



Антон Бортник
tr-vz@mail.ru

Когда мы впервые увидели это здание много лет назад, то подумали, что в нем обосновалось какое-то учреждение культуры. А все из-за фасада, украшенного мрачно-металлической скульптурной группой. Однако попытка более детального изучения причудливых форм натолкнулась на грубость охранника, который прогнал нас за ворота, заявив, что если мы не нуждаемся в услугах обещающего в этих стенах банка, то и делать рядом с ним нечего, особенно в шортах. Рассерженные рецензенты вернулись в своей автомобиль, выкрикивая на прощание знаменитую фразу Барда Симпсона: «Съешь мои шорты!»

Это было очень давно. Обида на грубияна в черной форме и организацию, которую он рьяно защищал, забылась, но и интерес к дому с железными скульптурами улетучился, казалось, навсегда. Однако на днях выяснилось, что дом этот уже давно является простым офисным центром, в котором к тому же функционирует некое «Ланч-кафе». Рецензенты тут же выдвинулись по адресу, облачившись, естественно, в шорты.

Сразу за дверьми входной группы гости уперлись в рамку металловскателя и заинтересованную гримасу мужчины в черной форме: он пристально изучал сквозь окно из сторожевого помещения. На секунду показало, что сейчас дядя выскочит оттуда и снова выставит нас за ворота, отругав по поводу дресс-кода. Но мы взяли себя в руки.

– Тут у вас где-то кафе,
– грозно нахмурились рецензенты.
– Да-да. Пожалуйста, пройдите направо, – неожиданно вежливо ответил секьюрити.

Вот так мы и проникли в этот дом, который внутри оказался совершенно неинтересным — обычный офисный интерьер, без изысков. Увы, но то же самое можно сказать и про искусство кафе: небольшое помещение без окон, пустые стены, обычная мебель и классическая раздаточная. Из развлеканий посетителям предлагается только одна опция — канал «РБК», который на момент нашего визита транслировал интервью оптимистично настроенного федерального министра с бегущими глазами.

Наш же оптимизм заметно снизился, когда мы увидели размер тарелки с заказанной окрошкой – она была очень маленькой. Помидорно-фаселевый салат тоже не отличался внушительным объемом, зато порция гречки с овощами и особенно куриная котлета выглядели основательно.

Вес и качество еды коррелировались: окрошка совсем не порадовала, салат был «ничего так». А вот на куриной котлете хочется остановиться подробнее — она оказалась самым ярким впечатлением ланча. Крупная, упругая и невероятно сочная, котлета отлично миксовалась со вкусом гречки, и общего нетто второго оказалось достаточно, чтобы накормить рецензентов.

Тем не менее «Ланч-кафе» из дома с железными скульптурами с его скучным интерьером, плохоньким первым и финальным чеком в 220 рублей не тянет больше чем на «тройку».

**Предлагаем в аренду офисы
универсального назначения**

в Деловом Центре «**PLAZA**» от 15 кв.м.



- круглосуточная охрана • видеонаблюдение • открытая парковка
- три скоростных лифта OTIS • в каждом офисе кондиционирование, вентиляция, с/у и миникухня
- возможна индивидуальная планировка под арендатора

ул.Фрунзе, 8 | тел.:685-131 | 52-54-00

ДЕЛОВАЯ ГАЗЕТА ТОЛЬЯТТИ –
Понедельник
ponedelnik.press

Учредитель: ООО «Деловая газета Понедельник»
Издатель: ООО «Деловая газета Понедельник», 445051, г. Тольятти, ул. Фрунзе, 4-4
Директор: Андрей Саймаков
И.о. главного редактора: Елена Сергеевна Иванова
Научный редактор, консультант: Игорь Милорадов
Директор по рекламе: Елена Родионова
Дизайн, верстка: Валентина Баева
Над номером работали:
Наталья Каратеева, Илья Кириллов, Макс Пасечный
Отдел доставки: Николай Ионов
Адрес редакции: 445051, Самарская область, г. Тольятти, ул. Маршала Жукова, 22, офис 5
Для почтовой корреспонденции: 445051, г. Тольятти, а/я 2450
Телефон/факс: (8482) 50-93-93
Отдел рекламы: gazetapn@mail.ru
Газета опечатана: Опечатано в ООО «ППК» 445144, Самарская обл., Ставропольский район, с. Ягодное, переулк Крымский 7-й, дом. блок 6Б. Факс (8482) 55-69-38 тел. 55-69-40.
Подписано в печать фактически 20.00.
По графику 20.00. Заказ Тираж 9000 экземпляров.
Подписной индекс 43865 Подписка во всех почтовых отделениях.

16+ Для лиц старше 16 лет

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Самарской области.

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-00331 от 11.02.2011 г.

Ответственность за достоверность информации, опубликованной в рекламных объявлениях, несет рекламодатель. Мнение редакции может не совпадать с содержанием рекламных статей.

Переписка материалов допускается только при согласовании с редакцией.

Цена в розницу свободная.