

Будьте бдительны!

# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДОЕМАХ



Чтобы чувствовать себя уверенно на воде воспользуйтесь следующими советами:

1. Купаться лучше утром или вечером, когда греет солнце, но нет опасности перегрева.
2. Температура воды должна быть не ниже 17-19 градусов, находиться в воде рекомендуется не более 20 минут; время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 минут.
3. Не следует выходить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что влечет остановку сердца.
4. Никогда не купайтесь в одиночку в незнакомом месте. Впрочем, в знакомом - тоже. И никогда не заплывайте одни далеко от берега, плывите с теми людьми, которые плавают не хуже вас. Мало ли что... А вообще запомните, что безопаснее всего купаться в зоне, огороженной буйками или поплавками. Поверьте, их просто так не устанавливают.
5. Нельзя входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как спиртное блокирует сосудосужающий и сосудорасширяющий центр головного мозга.
6. В холодную воду старайтесь заходить медленно, особенно если это ваше первое купание в этом сезоне. Иначе может свести ногу, или закружится голова. А если ногу свело? Тогда погрузитесь на секунду с головой и, выпрямив ногу, сильно потяните на себя ступню за большой палец.
7. Не ныряйте и не прыгайте с обрыва в воду, если вы не уверены, что дно чистое. Сначала поплавайте, а еще узнайте у «местных» нет ли под водой затопленных бревен или арматуры - ржавых железок, о которые можно пораниться. Также не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней.
8. Если вы плохо плаваете, держитесь поближе к берегу.

**ПРОДАЕТСЯ** автомашина Рено Сандера комби (хэтчбек) 1,6 8 V 84 л.ш., цвет черный, год выпуска 2011, пробег 52000. Один собственник. Проводилось ежегодное техническое обслуживание.  
Обращаться по телефонам: 8-905-640-32-13, 8-906-640-23-70.

Колодцы, септики, копка, монтаж и утановка заборов. Любые зем. работы.  
Услуги манипулятора.  
Телефон: 8-910-545-59-99.

**КОШЕЛЕВ** проект приглашает к сотрудничеству на выгодных условиях агентства недвижимости и частных риелторов. Тел. 8 920 877 78 24.

Администрация сельского поселения «Село Гремячево» в соответствии с пп. 19 п.2 ст. 39.6 Земельного кодекса Российской Федерации, Федеральным законом от 23.06.2014г. № 171-ФЗ «О внесении изменений в Земельный кодекс Российской Федерации и отдельные законодательные акты Российской Федерации», информирует население о предоставлении Жарову Павлу Валентиновичу земельного участка из земель населенных пунктов в аренду сроком на 3 (три) года, для огородничества, кадастровый номер 40:17:060101:922, Адрес (описание местоположения): Калужская область, Перемышльский район, с. Гремячево, площадью 900,00 кв. м.

Что за летний отдых без купания? Тоска, да и только. Особенно когда солнышко припекает, а прохладная вода пруда или речки, озера или моря так и манит, так и приглашает окунуться.

Окунуться и поплавать - это хорошо и даже полезно. А еще лучше купаться с комфортом.

Так, чтобы в любой момент можно было коснуться ногами дна.

9. Не купайтесь в реке, по которой плавают катаера или суда. Или по крайней мере держитесь от них подальше. Волна от катаера может накрыть вас с головой - весьма сомнительное и небезопасное удовольствие. А если вы подплывете слишком близко к судну, вас может затянуть под винты.

10. Устали плавать? Отдохните! От перенапряжения могут начаться судороги. И не устраивайте рекорд по плаванию. Мирового рекорда вам все равно не побить.

Практически все, кто когда-либо тонул - и дети, и взрослые, были твердо уверены, что уж с ними-то такой ситуации никогда не случится. Почему? А потому. Не может быть такого и все тут. Ведь они так здорово умеют плавать! Кстати, по статистике, чаще всего тонут как раз хорошие пловцы. Хорошие и потому самонадеянные.

Но разве можно тонуть и при этом вспоминать какие-то там рекомендации? Очень даже можно! Запомните, хорошо усвоенное правило само всплывет в голове и поможет не утонуть вам.

**Главное правило: НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ!**

Если вы начали тонуть, не барахтайтесь, а перевернитесь на спину, выплуньте воду и сделайте глубокий вдох. Успокойтесь, отдохните лежа на спине, вода удержит вас, не сомневайтесь! Отдохнули? Вот теперь можно медленно и спокойно доплыть до берега. Или, если нужно, позвать на помощь.

В случае любой чрезвычайной ситуации обращайтесь в Единую службу спасения Калужской области по телефонам «01», «101» или «112».  
Телефон доверия Главного управления - 54-77-90.  
Пресс-служба ГУ МЧС России по Калужской области.

**КУРЫ-НЕСУШКИ. Бесплатная доставка по району. Телефон: 89281878516**

Выполним любые строительные и отделочные работы. Услуги манипулятора.  
Телефон: 8-920-896-77-77.

Кадастровые, землеустроительные работы, тепланы на сооружения, установление границ участков на местности, исправление кадастровых ошибок. Телефон 8(4842) 54-52-79.

**ТРИКОЛОР (обмен СТАРОГО на НОВЫЙ)**  
НТВ+, Эфирное ТВ - 20 бесплатных каналов.  
Установка, настройка, ремонт.  
Телефон: 8-953-198-19-05



**ООО «КЛУБ ПУТЕШЕСТВЕННИКОВ»**

Калуга, ул. Дзержинского, 35, оф. 17 www.kaluga-turizm.ru  
Телефон 8(4842)57-28-18; 59-94-68.  
Телефон в Перемышле 8-920-885-82-40.

**ОТКРЫТА ПРОДАЖА ЛЕТНИХ ТУРОВ НА МОРЕ АВТОБУСОМ ИЗ КАЛУГИ:**  
Анапа, Геленджик, Кабардинка, Лазаревское, Сочи - от 5300 рублей. (проживание 9 ночей, медстраховка)



Поздравляем с бракосочетанием!

За февраль - Ананьевых Николая и Елену, Антоновых Дениса и Екатерину.

За март - Товкус Сергея и Кондюра Ольгу, Поляковых Александра и Галину.

За апрель - Матросовых Анатолия и Людмилу, Сальниковых Андрея и Валерию, Федосенковых Евгения и Юлию, Максьюших Владимира и Любовь, Орехова Александра и Вислову Екатерину, Рогоновых Сергея и Оксану.

Поздравляем новорожденных!

За январь - Акулова Алексея, Зайцева Захара, Дерябина Алексея, Семина Сергея, Сафронова Никиту, Крюкову Анну, Юн Григория, Колесникову Анфису, Неделька Юлию, Белозерцева Родиона, Кузнецову Анну.

За февраль - Кириюшину Киру, Евсееву Викторину, Абрамян Жасмин, Ярченко Снежану, Ярченко Диану, Родину Ирину, Снеткова Ивана, Эльдарову Амину, Киямидинову Марию, Юдаева Александра, Терешкину Юлию.

За март - Коненкова Максима, Низянский Дмитрия, Галаева Ивана, Кузина Павла, Филимонова Михаила, Стрыкова Илью, Галастян Кристину, Аблезова Шамилу, Найдюк Александру.

За апрель - Оганнисян Софию, Пепанян Арсена, Павлюшину Василису, Алентьева Александра, Гаджиева Османа, Курбанова Романа, Терехову Екатерину, Радченкова Степана, Мнеев Арьяну, Королеву Марию, Гулюкина Арсения, Попкова Арсения, Байталюк Никиту.

С 16 июня 2015 года авиакомпания ОАО «Комавиатранс» в/из международного аэропорта «Калуга» планирует осуществлять регулярные пассажирские рейсы по направлениям Санкт-Петербург (вторник, четверг, суббота) и Сочи (суббота).

**УВАЖАЕМЫЕ НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКИ!**

17 июня 2015 года в 10 часов

в Центре развития бизнеса ОАО «Сбербанк России» по адресу: г. Калуга, ул. М. Горького, д. 63 сотрудники налоговых органов будут проводить семинар на тему: «Актуальные вопросы налогообложения для субъектов малого и среднего бизнеса».

Будем рады встрече с вами.

Вход свободный.

Телефон справочной службы +7 (4842) 717134.

В компании «КОМФОРТНЫЕ ОКНА»

ДЕЙСТВУЕТ АКЦИЯ «ЛЕТНЯЯ СКИДКА»

при заказе изделий из ПВХ, дарим скидку до 35% при заключении договора.

**СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО.**

Изготовление окон ПВХ любой сложности. Жалюзи. Стальные двери.

с.Перемышль, пл.Свободы, д.2. ТЦ «Рубин», 2 этаж. Тел. 8-910-522-77-66. www.комфорт-окно.рф

**РИТУАЛЬНАЯ КОМПАНИЯ «СТЕЛЛА»**  
8-903-636-58-56  
8-903-636-52-23  
(4842) 59-58-56

село Перемышль,  
ул. Площадь Свободы, д. 2. офис 14.

\* Полный комплекс ритуальных услуг.  
\* Организация похорон. Кремация.  
\* Специализированный катафальный транспорт

**Изготовление и установка: ПАМЯТНИКОВ, ЦВЕТОЧНИЦ, ОГРАД.**  
Рассрочка платежа. Рассрочку предост. ИП Васильева Е.В.

**«Наша жизнь»**

выходит по средам и субботам

Учредитель: Администрация муниципального района «Перемышльский район».  
Издатель: МАУ "Редакция газеты муниципально-го района "Перемышльский район" "Наша жизнь" Калужской области

**Зам. главного редактора С.Д.ИВАНКИНА.**

Телефоны: редактора - 3-15-72; секретариата, бухгалтерии - 3-13-82; компьютерный отдел - 3-19-78.

Адрес редакции и издателя: 249130, Калужская область, с.Перемышль, пл.Свободы, д.1.

Е-mail: irida\_per@mail.ru  
сайт: http://www.admoblkaluga.ru/sub/smi/pressa/peremyshour/

Номер набран и сверстан в редакции газеты «Наша жизнь».  
Отпечатан КРОФИСМК «Губерния» - 248540 г.Калуга, пл. Старый Торг, 5.

Подписан к печати по графику - в 16.00.  
Фактически - 16.00.  
Объем 2 п.л. Индекс 51765  
Тираж 1240 Заказ

Мнение редакции и автора могут не совпадать. Редакция не вступает в переписку с авторами, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы. Ответственность за содержание рекламы, объявлений, поздравлений несет заказчик.

Материал со значком R публикуется на коммерческой основе, ответственность за содержание текста несет рекламодатель.