

• Охрана труда

В администрации района
возродили производственную гимнастику

По инициативе главы Безенчукского района В.В. Аникина «гимнастика здоровья» возвращается в трудовые коллективы.

Для поддержания работоспособности и здоровья сотрудников, проводящих большую часть рабочего времени за мониторами компьютеров в сидячем положении разработан комплекс упражнений производственной гимнастики. Комплекс подобран с учетом возможностей работников разного возраста, не вызывает усталости или перенапряжения сил, а наоборот – бодрит и заряжает энергией.

Производственная гимнастика – набор элементарных физических упражнений, которые выполняются сотрудниками организации на рабочем месте и включаются в режим рабочего дня с целью повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления сотрудников. Комплекс упражнений для производственной гимнастики составляется с учётом особенностей трудового процесса.

Доказано, что работа в офисе способствует началу многих заболеваний, оказывающих негативное влияние на общее состояние организма человека. День за днем, сидя на стуле, менеджеры трудятся за компьютером, забывая иной раз сходить на обед. Такое поведение неизбежно приводит к нарушению зрения, появлению болей в спине и суставах, перенапряжению. В дальнейшем могут появиться избыточный вес, остеохондроз, радикулит, мигрени, сердечные заболевания.

Итак, преимущества производственной гимнастики:

- поддержание работоспособности в течение рабочего дня;
- разогревание мышц, оживление двигательной активности суставов;
- уменьшение эмоционального напряжения, раздражительности и стрессов.

Министерством спорта Российской Федерации в рамках проведенной в 2017 году научно-исследовательской работы «Разработка научно обоснованных предложений по организации производственной гимнастики с учетом факторов трудового процесса в современных социально-экономических условиях» подготовлено методическое пособие «Производственная гимнастика с учетом факторов трудового процесса», а также обучающие видеоролики с комплексами производственной гимнастики.

Указанные материалы размещены на официальном сайте Министерства спорта РФ в подразделе «Физическая культура и спорт» по адресу: <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/31578/>

Уважаемые руководители учреждений (организаций) м.р. Безенчукский! Предлагаем использовать данные материалы в рамках реализации мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта в трудовых коллективах.

М. Сторожкова,
ведущий специалист организационного отдела администрации м.р. Безенчукский.

Важно

О государственных услугах ГИБДД

ПОЛЬЗОВАТЕЛИ Единого портала госуслуг с 1 января 2017 г. могут оплачивать федеральные услуги в электронном виде со скидкой 30% от суммы госпошлины, уплачиваемой за получение государственных услуг.

Согласно Федеральному закону № 402-ФЗ «О внесении изменения в ст. 333. 35 ч. 2 Налогового кодекса Российской Федерации» от 30.11.2016, скидка предоставляется к госпошлине всем физическим лицам, которые обратятся за получением госуслуг на Единый портал gosuslugi.ru. Размер государственной пошлины будет применяться с учетом коэффициента 0,7, что и составит 30% экономии.

Выгодное нововведение касается также и самых востребованных услуг, предоставляемых ГИБДД: получение водительского удостоверения и постановка на учет транспортного средства.

Совершать электронные платежи можно через сайт Госуслуг либо через мобильное приложение, используя для этого банковские карты, электронные деньги или денежные средства со счета мобильного телефона. Таким образом, у жителей России появится возможность удобно, с минимальными затратами времени, уплатить пошлину за госуслуги, сэкономив при этом.

Д. Панюков, и.о. начальника РЭО ОГИБДД О МВД России по Безенчукскому району, капитан полиции.

ИЗВЕЩЕНИЕ

СООБЩЕНИЕ

о проведении общего собрания участников долевой собственности

Администрация сельского поселения Ольгино муниципального района Безенчукский Самарской области по предложению ООО «Скорпион», использующего находящийся в долевой собственности земельный участок в целях производства сельскохозяйственной продукции, извещает участников долевой собственности на земельный участок из земель сельскохозяйственного назначения: кадастровый номер 63:12:0000000:11327, расположенный по адресу: Самарская область, Безенчукский район, о проведении общего собрания.

Дата проведения собрания: 4 октября 2018 года.
Время начала регистрации: 10.00.
Время открытия собрания: 11.00.
Адрес места проведения собрания: Самарская область, Безенчукский район, с. Ольгино, ул. Мира, д. 3.
Повестка дня общего собрания:
1. Выборы председателя и секретаря общего собрания, определение правомочности общего собрания.
2. Об определении условий договора аренды земельного участка, находящегося в долевой собственности.
3. Избрание лица, уполномоченного от имени участников долевой собственности без доверенности действовать при обращении с заявлениями о проведении государственной регистрации прав на недвижимое имущество в отношении земельного участка, находящегося в долевой собственности, и заключении договора аренды данного земельного участка, об объеме и сроках таких полномочий.

Адрес места ознакомления с документами по вопросам, вынесенным на обсуждение общего собрания, и сроки такого ознакомления: Самарская область, Безенчукский район, п.г.т. Безенчук, ул. Ломоносова, д. 12; ежедневно, в будние дни, с 8.00 до 17.00, перерыв с 12.00 до 13.00, с 25 августа 2018 года по 28 сентября 2018 года.

К участию в голосовании по вопросам повестки дня собрания допускаются только лица, представившие документы, удостоверяющие личность, документы, удостоверяющие право на земельную долю, а также документы, подтверждающие полномочия доверенного лица.

ПРОПАЛ ЧЕЛОВЕК

https://vk.com/la_samara



ДОЛГАЩЕВ
АЛЕКСЕЙ
ВИКТОРОВИЧ
79 ЛЕТ (1939 Г.Р.)
с. Покровка, Безенчукский р-он, СО
Дата пропажи 11 августа 2018 г.
ДЕЗОРИЕНТИРОВАН
Приметы: рост 165 см, худощавого телосложения, волосы седые, стрижка короткая, глаза карие.
Был одет: рубашка синяя в клетку, майка синяя, брюки спортивные синие, калоши.
Оперативный Дежурный
Центра Поисков Пропавших Людей Самарской Области
тел. +7 (846) 972 58 26
Всех, кто видел или может сообщить какую-либо информацию, просим позвонить по телефонам:
8(800)700-54-52
или 02;102

LIZA ALERT | WWW.LIZAALERT.ORG | ORG@LIZAALERT.ORG | НУЖНА ПОМОЩЬ ДОБРОВОЛЬЦЕВ!

БЛАГОДАРНОСТЬ

Выражаем огромную благодарность *родным, близким, друзьям, знакомым жителям дома Центральная, 97, сотрудникам, коллективу «Безенчукское ДЭУ»* за моральную поддержку и финансовую помощь, всем, кто пришёл разделить с нами горечь утраты в связи со смертью нашего любимого мужа, отца, дедушки

ПОТЕХИНА МИХАИЛА БОРИСОВИЧА.

Низкий вам всем поклон.

Жена, дети, внуки.

26 августа (воскресенье)
РДК "Мелиоратор" п. Безенчук
ул. Советская, 180 (с 9 до 18 ч.)
**МОСКОВСКИЙ
КОНФИСКАТ**
Лето, Осень-2018!!! Только 1 день!
(трикотаж детский и взрослый, текстиль для дома, одежда для дошкольников, рюкзаки, джинсы, брюки, кофты, куртки, обувь).

25 августа ДДТ «Радуга» 9 - 18
**УЛЬЯНОВСКАЯ
ОБУВНАЯ ФАБРИКА**
предлагает
ОБУВЬ
из НАТУРАЛЬНОЙ КОЖИ
Ульяновск. Беларусь. Казань

КУПЛЮ

**ЗАКУПАЕМ
ГОВЯДИНУ.**
Без скидок.
Т.: **+7-927-735-45-27.**

**ЗАКУПАЕМ
КОРОВ, БЫКОВ,
ТЕЛОК И ТЕЛЯТ.
ПРИНИМАЕМ ВЫНУЖ-
ДЕННЫЙ ЗАБОЙ.**
Т.: **8-999-158-21-02.**

**ЗАКУПАЕМ
ГОВЯДИНУ**
(МЯСО КОРОВ, БЫКОВ,
ТЕЛОК И ХРЯКОВ).
Т.: **8-937-066-18-23,
8-937-078-27-44,
8-927-299-56-55.**

**ЗАКУПАЕМ МЯСО:
БЫКОВ, КОРОВ,
ТЕЛОК, ХРЯКОВ
и т.д.**
Забой на месте. Расчет сразу.
Цена 250 р./кг.
Т.: **8-927-002-40-90.**

**ЗАКУПАЮ МЯСО
БЫКОВ, КОРОВ,
ТЕЛОК, ХРЯКОВ.
ДОРОГО.**
Т.: **8-927-735-86-76,
8-927-612-66-64.**

ПРОДАЮ

- **1-КОМН. КВ.** в хор. сост. с ремонтом. Новые чугунные батареи, замена канал., водяных труб, новые пласт. окна, метал. входная дверь, водонагреватель, газ. плита. По ул. Чкалова, 35.
Т.: **8-937-995-97-57.**

- **1-КОМН. КВ.:** ул. Куйбышева, 5, 2/5-эт. дома, S-30,3 кв. м., не угловая, солн. сторона. В отл. сост., балкон и окна пласт., водонагреватель, вход. дверь метал. Торг. Цена 850 000 р. Т.: **8-927-706-18-09.**
- **2-КОМН. КВ.:** S-42/28 м², 2/2, по адресу: ул. Советская, 7. Имеется сарай с погребом во дворе. Торг уместен. Т.: **8-906-341-35-07.**
- **3-КОМН. КВ.** (62,7/35,6) на Мамистова, 48, с ремонтом.
Т.: **8-927-747-66-50.**

- **2-КОМН. КВ.:** 2/5-эт. дома, S-48,4 м², в мкрн. мелиораторов. **ИЛИ ОБМЕН НА 1-КОМН. КВ.** с доплатой. Т.: **8-937-797-86-73** (Вера).
- **2-КОМН. КВ.** в р-не СМУ: S-42,1 кв. м, 2/1, окна ПВХ, косм. ремонт, заменены трубы отопл. Т.: **8-904-745-36-28.**
- **3-КОМН. КВ.:** 2/5-эт. дома, мкрн. мелиораторов. Цена 1 млн руб. Т.: **8-927-291-80-50.**
- **3-КОМН. КВ.** в р-не пятиэтажек: 3/5-эт. дома, S-58,6 м², не угловая, очень теплая. Тел.: **8-927-762-75-74.**
- **3-КОМН. КВ.:** S-63 м², окна ПВХ, счётчики, мет. дверь. Т.: **8-987-155-13-06.**
- **1/2-ДОМА** в с. Купино: общ. пл. 65,7 кв. м., с удобствами, надворные постройки, гараж, зем. уч. 2717 кв. м. Т.: **8-917-148-79-45.**
- От Волги: **ДВИГАТЕЛЬ 402; ДВИГАТЕЛЬ 406-инжектор; КОРОБКА ПЕРЕДАЧ 5-ст.;** передние **ДВЕРИ** и **КРЫЛЬЯ** передние. Т.: **8-937-798-86-78.**

- **А/М «УАЗ»-3303** (борт.), 1990 г. в. Торг. Т.: **8-927-601-78-95.**
- **МОЛОЧНЫХ КОРОВ и ТЕЛЯТ.** Тел.: **8-987-945-11-11.**
- **ПОРОСЯТ.** Тел.: **8-927-765-59-48.**
- **ПОРОСЯТ.** Т.: **8-904-733-44-69.**

- Ввиду болезни хозяина продаются **КОЗЫ и КОЗЛЯТА, УТКИ** (муларды). Безенчук. Т.: **8-919-805-49-84.**
- **КОЗУ** (первый окот); **КОЗОЧКУ** (5 мес.). Т.: **8-927-693-86-09.**

- **ЧЕРНО-ПЕСТРЫЙ ТЕЛЕНОК** (9 месяцев). Т.: **8-937-644-46-15.**
- **МЯСО** (свинина) частями. Т.: **8-917-946-59-44.**
- **2-Х КОРОВ; 2 БЫЧКОВ** (6-месячных). Т.: **8-917-94-94-293.**
- **МЁД.** Возможна доставка. Т.: **8-937-660-25-73.**
- **КИРПИЧ. ГАРАЖ** 4х6 в мкрн. «Молодежный». Док. на землю и гараж готовы. Т.: **8-904-745-36-28.**

**СВЯЗАТЬСЯ
С РЕДАКЦИЕЙ**
2-27-55
seltrbuh@yandex.ru
отдел рекламы