11 (1185) 20.03.2018

ОРЕНБУРГСКАЯ Сударыня

6+ ЖЕНЩИНА, СЕМЬЯ, МАТЕРИНСТВО, ДЕТСТВО

стр. 17

Какая польза от каллиграфии?

КРЕДИТ

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

РАСЧЕТ ПО КРЕДИТУ
1 млн руб. – платеж от 13 718 руб. в месяц)
600 тыс. руб. – платеж от 8231 руб. в месяц)
400 тыс. руб. – платеж от 5487 руб. в месяц)
250 тыс. руб. – платеж от 3430 руб. вмесяц)

НЕЗАВИСИМО
ОТ КРЕДИТНОЙ ИСТОРИИ И УРОВНЯ ДОХОДА

ПОМОЖЕМ ПОЛУЧИТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ

БЮРО ФИНАНСОВОЙ ПОМОЩИ
• РЕШЕНИЕ ПО ПАСПОРТУ В ДЕНЬ ОБРАЩЕНИЯ
• СУММА ДО 2 МЛН РУБ.
• КРЕДИТНАЯ ИСТОРИЯ НЕ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЯ

ЗВОНИТЕ СЕЙЧАС!
8 (3532) 48-20-24

Данное предложение имеет справочный характер, не является публичной офертой ООО «БФП» не является банком или кредитной организацией и оказывает ТОЛЬКО информационные услуги. Ежемесячный платеж рассчитан на 120 месяцев аннуитетными платежами по программе «Нецелевой кредит под залог недвижимости» АО «КБ ДельтаКредит» (Генеральная лицензия ЦБРФ № 3338) по ставке 10,9% годовых. Реклама.

Продолжается досрочная подписка на газету
«ОРЕНБУРГСКАЯ СУДАРЫНЯ»
на II полугодие по ценам I полугодия
Оставайтесь с нами!

№11 (1 185) 20.03.18 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

СТАТИСТИКА В ОРЕНБУРГЕ

Актов о рождении - 131:
мальчиков - 67,
девочек - 64,
двойня - 3

Редкие имена:
Ян, Платон, Богдан, Савелий, Леонид, Эсмира, Элеонора, Милена, Пелагея, Мирра, Стефания

Популярные имена:
Дмитрий, Илья, Алексей, Арсений, Елизавета, Полина, Мария, Милана

Ребенок в семье:
первый - 49,
второй - 50,
третий - 25

Мертворожденных/ умерших - 2

Актов по установлению отцовства - 14

Несовершеннолетняя мать - 2

Актов о смерти - 142:
мужчин - 76,
женщин - 66,
детей до года - 3

Средний возраст умерших - 67 лет:
мужчины - 61 год,
женщины - 73 года

Браков - 35

Разводов - 43
по решению суда - 31
по обоюдному согласию - 12

Перемена имени - 5

СВОДКА

02 - 167
03 - 6 410
ДТП - 100

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

День недели	t воздуха (°С)	Характер
СР 21.03	-10...-2	
ЧТ 22.03	0... 0	
ПТ 23.03	-4...-4	
СБ 24.03	-6...-3	
ВС 25.03	-8...-4	
ПН 26.03	-7...-6	
ВТ 27.03	-9...-4	

Молодежь голосует за будущее

Более миллиона россиян в прошлое воскресенье пришли на избирательные участки впервые в своей жизни. Это юноши и девушки, которым в 2018 году уже исполнилось 18 лет. В числе новичков - ученики 11-го класса физико-математического лицея г. Оренбурга.

Ребята признаются, что очень волновались, переживали и старались не испортить бюллетени.

Ребята пришли на избирательный участок, расположенный в лицее, в сопровождении своих родителей. Многие - с младшими братьями и сестрами.

- Выборы президента России - это событие государственного масштаба. Каждый гражданин страны обязан выполнить свой долг - отдать голос за одного из кандидатов. Я серьезно готовился к этому, изучал программы всех претендентов на должность главы государства, обсуждал их с родителями и друзьями. Ведь выборы - это очень ответственный момент, от которого зависит, в том числе и мое будущее, и жизнь моей семьи, - рассуждает одиннадцатиклассник Влад Кравченко.

Вместе с Владом пришла голосовать мама Наталья Николаевна. Она рассказала, что до сих пор хранит Конституцию РФ, которую получила в качестве подарка на своих первых выборах.

Впервые приняла участие в голосовании и Татьяна Архипова. Девушка признается, что уже давно определилась с выбором и поддержала кандидата, который внушает ей уважение и уверенность в том, что Россия продолжит развиваться и станет еще более сильной державой.

Татьяну поддерживает папа. Сергей Михайлович Архипов считает, что именно активная жизненная позиция отличает цивилизованного человека. Он помнит, с каким волнением приходил на свои первые выборы в 1992 году, как ответственно всегда относился к этому событию и с самого детства брал с собой на голосование старшую дочку. Теперь на выборы президента вместе с Сергеем Михайловичем, его супругой и дочерью пришел младший сын Евсей. Ему еще только три года, но по серьезному виду мамы и папы, по торжественной одежде старшей сестры мальчик понимает, что участвует в очень важном для всех событии и старается тоже держаться по-взрослому.

- Пригласив на избирательный участок, расположенный в нашей школе, своих учеников и их родителей, мы подчеркнули значимость голосования для каждой семьи, для нашего лицея, для всей страны. Приготовили концерт и сувениры для ребят, передали подарки от администрации города. Юноши и девушки прониклись общим настроением, ощутили себя, свою семью, наш лицей частью огромной страны. Уверена, что этот очередной шаг в патриотическом воспитании молодежи сделан нами не зря и обязательно повлечет за собой дальнейшее развитие ребят, - говорит директор физико-математического лицея Римма Кандаурова.

После голосования за президента 18-летние ученики лицея приняли участие в выборе объекта городской среды, который необходимо благоустроить в первую очередь. И теперь с нетерпением ждут окончательных результатов. И верят, что именно их голоса стали решающими в определении государственной политики и развития родного города в ближайшие годы.

Ирина ФООС.

ПРОИСШЕСТВИЯ

Горняки под землей

В шахте Гайского ГОКа проводится спасательная операция после падения оборудования. ЧП произошло на глубине свыше 1 000 метров.
По оперативным данным, под землей остались двое шахтеров. Известно, что состояние их здоровья оценивают как неопасное для жизни.
На месте происшествия продолжают поисковые операции спецслужбы. Комбинат работает в обычном режиме.

«Щедрый» банкомат

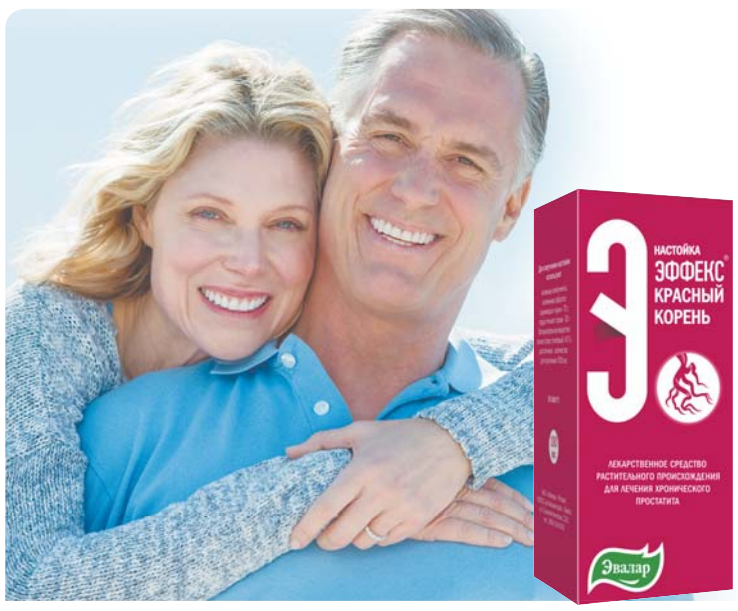
В Оренбурге разыскивается женщина, которая незаконно получила из банкомата 20 тысяч рублей.
Получателем средств гражданка оказалась случайно. Она подошла к банкомату после того, как пожилой мужчина перед ней попробовал совершить операцию по снятию наличных. Он забрал чек с информацией о проведении операции, а деньги из лотка не забрал.
Предприимчивая оренбурженка положила их себе в сумку и скрылась, однако не учла, что на банкомате установлены фото- и видеокамеры. Теперь фотография любительницы легкой наживы передана сотрудникам полиции. Возбуждено уголовное дело по статье «Кража». Женщине грозит лишение свободы на срок до пяти лет.

Отравление в бассейне

Выясняются обстоятельства отравления детей в селе Михайловка Бугурусланского района. Подростки госпитализированы после посещения сауны вместе с родителями. По предварительным данным, трое несовершеннолетних отравились парами хлора, которым дезинфицировали помещение сауны. В какой-то момент дети почувствовали недомогание и начали жаловаться на головокружение и жжение в дыхательных путях. У них появились высыпания на теле и начался кашель. Родители вызвали скорую. Двое детей - 11 и шести лет - находятся в реанимации.
В настоящий момент их жизни ничего не угрожает. Состояние здоровья третьего ребенка устанавливается, так как он с родителями проживает в Самарской области.

Ангелина МАЛИНИНА.

ЭФФЕКС КРАСНЫЙ КОРЕНЬ - ЧТОБ МУЖЧИНА БЫЛ ДОВОЛЕН!



Простатит? Нарушение потенции? Боль и необходимость часто вставать по ночам? Пусть эти проблемы не коснутся вас!

100% натуральное лекарственное средство Эффекс Красный корень - надежный способ укрепить мужское здоровье!

В составе редкое растение - **красный корень**, которое растет высоко в горах Алтая, вблизи вечных ледников. Красный корень набирает свою целебную силу в течение десяти лет в уникальном климате Горного Алтая и является поистине чудодейственным растением для восстановления мужской силы.

Компания «Эвалар» выпускает лекарственный препарат с одноименным названием Эффекс «Красный корень», в котором воплощены вековые рецепты приготовления и сохранена вся его легендарная сила.

Эффекс Красный корень лечит хронический простатит в комплексной терапии;

- снимает воспаление, боль, отеки и избавляет от необходимости вставать по ночам;
- улучшает потенцию[1]
- имеет уникальный запатентованный[2] состав - из высокогорных трав Алтая.

ЭФФЕКС - фитотерапия от Эвалар!

www.evalar.ru apteka.ru 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).

Спрашивайте во всех аптеках, а также: Данафарм: 55-77-76;

ОренЛек : 45-18-27, 78-07-80; **Фармленд :** 8-800-550-03-93

[1]Если проблемы с потенцией вызваны абактериальным простатитом. [2]Патент №2259205.

Эвалар

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Мусорки украшены цветами

После главного женского праздника у продавцов цветочных магазинов осталось огромное количество нереализованных букетов. Их судьбой поинтересовалась корреспондент «ОС».

В этом году лидерами по количеству остатков оказались тюльпаны, лилии и хризантемы.

Каждый предприниматель, работающий на цветочном рынке, приобрел к 8 марта побольше товара, чтобы в самый ответственный момент прилавок не опустел. Предпраздничная закупка обычно в пять-десять раз больше обычной.

Торговые точки постарались заполнить свои витрины цветами на любой вкус и кошелек - от роскошных экзотов, выращенных в Эквадоре и Голландии, до тюльпанов, приобретенных в местных теплицах.

- Я торгую цветами более десяти лет, но объемы праздничного спроса не угадала ни разу. Предпочтения покупателей каждый год меняются, а в этом году спрос почему-то оказался намного ниже, чем, например, в прошлом году, - рассказывает продавец Марина Куприянова.

В другом цветочном магазине Оренбурга подтвердили, что охапками их товар теперь покупают крайне редко.

- Даже в День святого Валентина мужчины приобретали для своих любимых букеты из 25 роз, а на 8 марта ограничились скромными букетиками из одной или трех розочек, - делится торговый работник Наталья Севковская.

Предприниматели связывают снижение спроса на живые цветы с несколькими причинами.

Во-первых, с открытием точек продаж практически на каждом остановочном павильоне.

Во-вторых, с жестокой конкуренцией, условия которой навязывают крупные супермаркеты, продавая букеты за копейки.

В-третьих, со снижением платежеспособности населения.

Определенную негативную роль, скорее всего, сыграли и телепередачи о вирусах и инфекциях, о вредителях, которые живут в роскошных букетах.

В итоге после праздника в каждой торговой точке осталось от 10 до 30% нереализованного товара. Продать его по выгодной цене, вероятно, уже не получится. Потому продавцы прибегают к самым разным способам маскировки увядающих бутонов. Например, незаметно вставляют их в большие букеты.

Однако процент пристроенных таким образом цветов невелик. Потерявшие товарный вид букеты покупатели не хотят брать даже по себестоимости. Вот и приходится со слезами на глазах выносить целые охапки роз, хризантем и лилий на мусорки. А потом подсчитывать убытки и снова пытаться угадать объемы продаж.

Марина ЕЛИСТРАТОВА.

ИЗ ЖИЗНИ ОБЛАСТИ

Одна сцена на весь регион

Культурно-просветительская акция «Неделя культуры в Оренбургской области» открылась творческим марафоном «Ярмарка хорошего настроения».

Более 1 000 концертов за один день дали профессиональные и самодеятельные артисты, музыканты и хореографы. 18 марта территория Оренбургской области превратилась в огромную сцену.

Жители Кувандыка и Медногорска аплодировали Оренбургскому государственному русскому народному хору, новотройчане встречали артистов областного театра музыкальной комедии. Оренбургский драматический театр им. М. Горького представил свои спектакли в Шарлыке и Александровке, государственный татарский театр им. М. Файзи работал в Асекеево и Пономаревке. Заслуженная артистка России, народная артистка Мордовии Юлия Учватова и ее ансамбль «Коробейники» согрели песней души жителей Матвеевки и Абдулино. А областной театр кукол показал «Сказки бабушки Арины» ребятишкам из Первомайского и Курманаевского районов.

Учащиеся детских школ искусств и студенты творческих учебных заведений тоже вышли на сцену, чтобы подарить зрителям хорошее настроение. Свои таланты продемонстрировали и все самодеятельные артисты, не остались в стороне также художники, библиотекари и работники музеев.

Более 300 тысяч жителей Оренбургской области приняли участие в грандиозном празднике.

Идейным вдохновителем проекта стало региональное министерство культуры и внешних связей.

Заложен новый спорткомплекс

Современный физкультурно-оздоровительный комплекс в ближайшее время появится в Северном районе.

Строительство уже началось. Рабочие вырыли в райцентре котлован и завозят строительные материалы.

По проекту в новом ФОКе предусмотрены бассейн, тренажерные и игровые залы, которые ежедневно смогут посещать более 300 человек.

Памяти героя

17 марта исполнилось два года со дня героической гибели в Сирии уроженца села Городки Тюльганского района Александра Прохоренко.

Почтить память героя в его родное село приехали губернатор Оренбургской области Юрий Берг, командиры части, где служил Александр, и его боевые товарищи.

Все они возложили цветы к могиле и его бюсту, установленному возле школы, и посетили музей с экспозицией, посвященной Александру Прохоренко.

Сотни оренбуржцев пришли поклониться памяти героя к монументу, установленному в областном центре.

Свое шествие по региону продолжает передвижная выставка, посвященная подвигу нашего земляка.

Инга ПРОХОРОВА.

ОПРОС

Чем измеряется счастье?

20 марта отмечается Международный день счастья. По последним данным всероссийского телефонного опроса ВЦИОМ, индекс счастья россиян превысил докризисные показатели и поднялся до 76 пунктов. Мы поинтересовались у оренбуржцев, считают ли они себя счастливыми?

Рита Бикбердина, бармен, г. Оренбург:
- Я счастлива! У меня есть семья, я жива-здорова, имею работу, приносящую мне не только удовольствие, но и доход. А главное - рядом со мной самые хорошие люди. Они здоровы и тоже счастливы. Осталось обзавестись собственной квартирой. Тогда моему счастью не будет предела.

Наталья Одинцова, домохозяйка, п. Ясногорский Новосергиевского района:
- Мое счастье - любящий супруг Виталий, здоровые и успешные дети и внуки. У нас три дочери и сын, теперь еще и зять есть. Внучке Кире в мае исполнится годик. Муж занимается фермерством. Мы живем стабильно и верим в будущее. Считаем, что пока есть силы, все в наших руках!

Инна Грибова (Джалила), преподаватель танцев, г. Орск:
- Я считаю, что человек счастлив, когда он реализует себя в интересном и любимом деле и имеет возможность развиваться дальше, когда его окружают любимые люди. У меня в жизни все именно так. Не хватает лишь времени. Нужно, чтобы в сутках было 30 часов, чтобы отдавать себя полностью своему делу и семье.

Марина Ерохина, домохозяйка, п. Весенний Оренбургского района:
- С 2015 года я являюсь гражданином России. В воскресенье для меня произошло большое событие - выборы Президента РФ. И их результат для меня - счастье. Ведь главное - это здоровье моих детей и мужа, моих близких, которое во многом зависит от стабильности в стране, где мы живем.

Наталья Емельянова, ведущая праздников, г. Оренбург:
- Я счастливый человек, и могу заявить это смело! У меня есть семья - муж, дети, родители. Я нашла себя в жизни. Моя работа - это отдых для души! А для полного счастья мне не хватает одного - совместной поездки на отдых всей семьей.

Ирина Кирпичева, п. Тюльган:
- Счастье - это мои дети. Славе 16 лет, Костику три годика. Я очень долго ждала второго ребенка, и наконец, он появился на свет. Чего еще недостает? Наверно, спокойствия. Чтобы в семье было поменьше проблем, хотя от них, конечно, никуда не денешься.

Подготовила Ксения КОРНИЛОВА.

№11 (1 185) 20.03.18 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Крыша над головой стала реальностью

Свидетельства о предоставлении социальной выплаты вручены 10 многодетным семьям из Оренбурга, Орска, Бузулука, Сорочинска, Кувандыкского, Сакмарского, Ташлинского и Асекеевского районов. Общая сумма денежных средств, направленных на эти цели, составила 17,5 млн рублей.

С 2008-го по 2017 годы на предоставление социальных выплат из областного бюджета направлен 371 млн рублей, предоставлены социальные выплаты 294 семьям.

Размер государственной поддержки для разных получателей составил от 604 тысяч до 3 миллионов рублей в зависимости от количества детей, места проживания и других условий, установленных законом.

Социальная выплата для приобретения жилья многодетными семьями является мерой социальной поддержки, которая введена законом Оренбургской области в 2008 году.

Из 14 субъектов Приволжского федерального округа программа реализуется только в девяти регионах. Оренбургская область по объему направляемых из областного бюджета средств находится на пятом месте.

За период с 2008-го по 2017 годы на предоставление социальных выплат направлен 371 млн рублей. Благодаря этому, свои жилищные условия улучшили 294 семьи.

Выплаты осуществляются в порядке очередности. На прошлой неделе сертификаты вручены остронуждающимся семьям, которые отобраны межведомственной комиссией во внеочередном порядке.

Например, Виктория Капитаненко из п. Междуречье Беляевского района одна воспитывает троих детей. Двое из них - инвалиды. Несмотря на это, женщина активно участвует в жизни поселка, принимает участие в праздничных мероприятиях, субботниках, спортивных соревнованиях.

Оренбурженка Наталья Леснова воспитывает пятерых детей одна. И старается дать им хорошее образование. Старшие ребятишки хорошо учатся в школе и успешно участвуют в различных предметных олимпиадах и конкурсах. Почти всегда занимают призовые места. Младшие дети посещают детский сад.

Среди получателей выплаты вне очереди и уникальная семья из Сорочинска. Виктор Николаевич Мальцев воспитывает своих пятерых детей один. Мужчина стремится к тому, чтобы дети не были ограничены в своем развитии, поддерживает их во всех начинаниях. Старший сын Андрей уже окончил аграрный техникум и отслужил в армии. Младшей дочери Машеньке всего два с половиной годика. Она любимица папы и братьев.

Семья Мальцевых в 2006 году участвовала в конкурсе «Лучшая многодетная семья г. Сорочинска» и стала победителем.

Всего в 10 семьях, получивших социальную выплату во внеочередном порядке, воспитываются 47 детей.

Инга ПРОХОРОВА.

В Оренбургской области за восемь лет численность многодетных семей выросла более чем в два раза. Сейчас в регионе проживают 26 тысяч семей, в которых воспитывается трое и больше детей.

СЕМЕЙНЫЕ ХРОНИКИ

Восемь «я» приносят счастье

Андрей и Лидия Пановы из Бугуруслана воспитывают восьмерых детей. И в этом видят смысл своей жизни.

В декабре этого года союз Андрея и Лидии достигнет совершеннолетия. К этому рубежу супруги пришли с солидным багажом. В быту и суете они не растеряли любви и уважения друг к другу, не растратили нежности и теплоты. И наполнили свой дом звонким детским смехом. Старшая дочь Регина родилась в 2001 году. За ней друг за другом появились Марина, Каролина, Луиза, Анжелика, Кристина, Виктор и Виктория. И родители умудряются каждому уделить внимание, найти самые нужные слова, погладить по голове, обнять и прижать к себе. И дети знают и чувствуют, что они надежно защищены родительской любовью от всех бед и невзгод.

- В нашей семье мама семейный очаг хранит, а папа - главный во всех делах. Мы стараемся помогать родителям, - рассказывает старшая дочь Пановых Регина.

Взаимопонимание, доверие друг к другу, забота о родных людях, большие и маленькие общие радости - это основы, на которых держится семья Пановых.

Андрей Викторович действительно является настоящей опорой супруге и детям. Он создал небольшую строительную фирму, которая приносит стабильный доход и кормит всю большую семью. Многие жители Бугуруслана не понаслышке знают аккуратное и ответственное отношение к работе индивидуального предпринимателя Панова, его активную жизненную позицию и порядочность.

Дом для своей семьи Андрей Викторович тоже сам построил. Большой и уютный, чтоб всем места хватило.

Лидия Федоровна во всем мужа поддерживает. Она известна землякам как гостеприимная хозяйка и славная рукодельница: шьет, вяжет, вышивает, занимается цветоводством.

Следует отметить, что у каждого члена семьи Пановых есть свое любимое дело. Музыка, изобразительное искусство, театр, спорт - это далеко не полный перечень увлечений. А по выходным дети Пановых посещают воскресную школу и занимаются в лингвистическом центре «Индиго».

За добросовестное отношение к учебному, образовательному, творческому процессу и за результаты в спорте Пановы имеют много благодарственных писем, дипломов международных, всероссийских, городских и общешкольных конкурсов и олимпиад.

- Это удивительная семья, - отмечают жители Бугуруслана. - Они ведь еще и помощь детям, попавшим в трудные жизненные ситуации, оказывают, различные благотворительные мероприятия организовывают.

Пановы являются многодетными, как они сами говорят, по обычаю. Это своего рода традиция, которая передается из поколения в поколение. Супруги сами выросли в многодетных семьях, их родители имели по несколько братьев и сестер. И все многочисленные родственники теперь поддерживают между собой теплые отношения.

Особенно яркими и веселыми получаются у Пановых семейные праздники с играми, конкурсами и викторинами.

Вообще в этой семье бережно хранится и ведется летопись истории своего рода. Она уже насчитывает сведения о шести поколениях. Это наследие передается от старших младшим в виде рассказов бабушек и дедушек, фотографий и документов.

Неслучайно именно семья Пановых стала победителем муниципального этапа конкурса «Лучшая многодетная семья Оренбуржья - 2018».

Марина ПЕТРЕНКО.

Гражданин, оформивший договор по уходу за престарелым человеком, обязан в пятидневный срок сообщить в пенсионный фонд о своем трудоустройстве или иных источниках дохода.

В долгу перед пенсионным фондом

Более 55 тысяч жителей Оренбургской области получают пособие по уходу за стариками и инвалидами. Таковы официальные данные. На самом деле в большинстве случаев деньги получают сами пенсионеры. А их родственники или знакомые просто помогают пожилым людям получать лишнюю копеечку. Такие взаимоотношения довольно часто заканчиваются конфликтом и финансовыми проблемами.

Лидия Ивановна Скоморохина через пару лет отметит свой девяностолетний юбилей. Пожилая женщина живет с дочерью и в постороннем уходе не нуждается. Но от пособия в размере 1 380 рублей решила не отказываться. Потому и обратилась несколько лет назад в отделение пенсионного фонда с заявлением о назначении компенсационной выплаты по уходу за пенсионером старше 80 лет.

- Мне соседка рассказала о том, что получает ежемесячную прибавку к пенсии в размере 1 380 рублей. По документам за ней внучка ухаживает, а на самом деле она и сама обходится. Но деньги-то не лишние. Вот и меня надоумила, - сетует Лидия Ивановна.

О своем намерении пожилая женщина рассказала дочери и зятю. Они одобрили желание бабушки подзаработать. И даже человека, который имеет право официально ухаживать за старушкой старше 80 лет, подыскали. Посодействовать родственникам согласилась внучатая племянница Лидии Ивановны Арина. Она в то время училась в университете, никакого дохода не имела.

- И бабушке хорошо. Она прибавку к пенсии получает. И мне неплохо. Стаж идет, пенсионные баллы накапливаются, - объясняет свои действия Арина.

После оформления всех необходимых документов девушка и забыла о своей обязанности нигде не работать и не иметь никаких источников дохода. А Лидия Ивановна вместе с пенсией начала ежемесячно получать 1 380 рублей. И тоже забыла, по какой причине у нее такая добавка имеется.

Несколько лет все стороны договора были довольны. Беда пришла неожиданно. Внучатая племянница Арина принесла Лидии Ивановне письмо, в котором пенсионный фонд требует от нее вернуть… 72 тысячи рублей. Несколько раз перечитали уведомление всей семьей. Подумали, что ошибка произошла. За разъяснением к специалистам пенсионного фонда обратились. Тогда и выяснили, что к чему.

Оказывается, внучатая племянница Арина после окончания университета устроилась на работу, а в пенсионный фонд об этом не сообщила.

Так девушка формально оказывающая пенсионерке услуги по уходу оказалась реальной должницей. Не смягчил ответственность даже декретный отпуск, в котором в настоящее время находится Арина. Возвращать в пенсионный фонд деньги, которые не получала, Арина, естественно, отказалась.

Лидия Ивановна Скоморохина внучатую племянницу не осуждает. Решила по совести поступить. Сама деньгами пользовалась, сама и возвращать должна. Уже оформила обязательство по рассрочке платежа и выплачивает с каждой пенсии по 2 000 рублей.

- Теперь мне умирать никак нельзя, - смеется Лидия Ивановна. - Не на детей же долги свои вешать!

Подобных историй в Оренбургской области случается очень много. Юристы объясняют возникающие недоразумения несовершенством закона. Более 10 лет действует в нашей стране эта норма и до сих пор отношения между пожилым человеком, пенсионным фондом и получателем компенсации не отрегулированы. При заключении договора обязательства перед государственным учреждением возникают у лица, которое оформляется ухаживать за пенсионером. А денежные средства выплачиваются самому старику. И как он ими распоряжается, никто не контролирует.

Так закон, направленный на поддержку населения, загоняет в кабалу тысячи людей.

Всем понятно, что реально ухаживать за инвалидом I группы или глубоко пожилым стариком за 1 380 рублей в месяц ни один здравомыслящий человек не согласится. А бабушкам и дедушкам эти деньги помогают. Соседку попросили в магазин сходить - отблагодарили копеечкой. Внучка помыла окна - порадовали денежкой. Соцработник лекарства принес вне графика - тоже оплатить услугу нужно. А потом вдруг выясняется - вернуть нужно государству всю сумму, которой оно намеревалось поддержать своего престарелого гражданина.

Размеры долгов перед пенсионным фондом у всех разные. Они зависят от того, как долго скрывался факт трудоустройства ухаживающего лица.

- В наши обязанности не входит контроль за наступлением обстоятельств, влекущих за собой прекращение начисления компенсационной выплаты. Мы выявляем нарушения после того, как от работодателей получаем сведения о перечислениях страховых взносов за каждого сотрудника, - объясняют специалисты отделения Пенсионного фонда РФ по Оренбургской области.

В большинстве случаев жители нашего региона возмещают переплаты в добровольном порядке. График погашения задолженности устанавливается по соглашению сторон. Но и судебные иски к лицам, оформлявшим договор по уходу за престарелым человеком, - явление довольно распространенное.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

БЛАГОУСТРОЙСТВО

Оренбуржцы мечтают о набережной

Итоги рейтингового голосования за тот или иной проект в рамках федеральной программы «Формирование комфортной городской среды» подведены. Лидером народного голосования стал проект реконструкции набережной Урала.

За благоустройство этого объекта высказались больше 50% участников голосования, что составляет почти 47 тысяч человек.

Это значит, что уже в этом году набережная Урала станет центром притяжения для любителей активного отдыха взрослых и детей. Авторы проекта утверждают, что тропа здоровья, велодорожки и событийные зоны не навредят историческому облику и природе.

В тройке лидеров народного голосования также Аллея детства, которая находится на ул. Салмышской. Этот объект набрал 26,6 тыс. голосов. Третий в рейтинге - парк железнодорожников с 22,8 тысячи голосов.

Парк имени Гуськова на пр. Победы занял четвертую позицию и набрал 17,7 тыс. голосов. За ним следуют сквер за комплексом «Национальная деревня» (15,9 тыс. голосов), сквер на улице Центральной в Южном (15,8 тыс. голосов), сквер у ДК «ТРЗ» (14,8 тыс.), парк в 16-м микрорайоне (12,8 тыс.) и территория около школы №1 на ул. Народной (9,5 тыс.).

На реконструкцию набережной Урала в скором времени Оренбург должен получить порядка 100 млн руб. Остальные объекты будут благоустроены в порядке очереди до 2022 года.

ТРАНСПОРТ

Дорога нуждается в расширении

Глава Республики Башкортостан заявляет, что трасса от Оренбурга до Уфы не соответствует современным требованиям.

Руководитель соседнего региона предлагает расширить дорогу с нынешних двух до четырех полос. Предположительно на реализацию проекта потребуется около 20 млрд рублей.

ВЛАСТЬ

Общественная палата перезагружается

Законодательное собрание Оренбургской области объявило о формировании нового состава региональной Общественной палаты.

Выдвинуть кандидатов в члены Общественной палаты могут зарегистрированные на территории региона некоммерческие организации, деятельность которых в сфере представления и защиты прав, законных интересов профессиональных и социальных групп составляет не менее трех лет. Каждая организация вправе предложить одного кандидата из числа граждан, проживающих на территории Оренбургской области.

Войти в состав Общественной палаты может гражданин Российской Федерации, проживающий в Оренбургской области и достигший возраста 18 лет.

Условия конкурса опубликованы на сайте областного парламента. Действующая палата почти отработала свой срок. Ее руководителем на протяжении многих лет является Александр Костенюк.

ИНИЦИАТИВА

Состязание в библиотеке

В Центральной библиотеке Гая состоялся чемпионат по чтению вслух. Мероприятие организовали централизованная библиотечная система города и Гайское благочиние.

В чемпионате приняли участие пятиклассники и шестиклассники общеобразовательных и воскресных школ Гая. Несмотря на весьма юный возраст, ребята успешно выполняли довольно сложные задания: без предварительной подготовки читали произведения Сергея Аксакова, написанные более чем 150 лет назад; выразительно декламировали отрывки из художественной и научно-популярной литературы.

Чемпионами стали ученицы школы №7 Анастасия Выборнова и Ольга Епифанова.

После подведения итогов ребята с интересом рассматривали книги на церковно-славянском языке, листали уникальные фолианты, рассматривали начертания букв и искали знакомые слова в их «старинных одеждах». Выставка была посвящена Дню православной книги.

Инга ПРОХОРОВА.

№11 (1 185) 20.03.18 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Имена многих наших соотечественников по праву вписаны в историю страны. Мы знаем судьбы этих героев и гордимся ими. Но есть люди, которые незаметно для других выполняют свои трудовые обязанности, из поколения в поколение оставаясь верными своей профессии. Одна из таких династий связала свою судьбу с железной дорогой.

Вся жизнь на железной дороге

Три поколения Травовых добросовестно работают на Южно-Уральской железной дороге. Общий трудовой стаж этой семьи на предприятиях железнодорожного транспорта превышает 380 лет.

История железной дороги, ее развитие зависят от миллионов тружеников, которые от поколения к поколению выполняют важную государственную задачу. Успех обеспечен, когда места бабушек и дедушек занимают внуки и правнуки.

Основателем династии стал Виталий Павлович Травов. Он с отличием окончил Ташкентский институт железнодорожного транспорта и по распределению приехал в Орск. Прошел трудовой путь от дежурного стрелочного поста до начальника отдела грузовой и коммерческой работы Оренбургского отделения дороги. Его помнят как требовательного, но очень внимательного к людям руководителя и мудрого наставника. Ветеран труда, обладатель многочисленных орденов и медалей, а также именных часов, врученных начальником Южно-Уральской железной дороги, из всех наград Виталий Павлович больше всего ценил знак «Почетный железнодорожник». Его жена - Софья Борисовна - 26 лет преподавала математику в железнодорожной школе №88 г. Орска.

В любви и согласии супруги воспитали двоих сыновей - Александра и Вячеслава. Оба они продолжили дело отца.

- В детстве я любил смотреть на поезда. И когда в три или четыре годика родители подарили мне игрушечную железную дорогу с паровозом, рельсами, стрелками и вагонами, я был самым счастливым ребенком на свете! - рассказывает старший сын основателя династии Александр Витальевич.

По совету отца за профессией он поехал в Новосибирский институт железнодорожного транспорта. Там встретил свою любовь и после окончания вуза привез девушку в родной Орск. Татьяна тоже железнодорожница и продолжательница славной династии. Ее отец, Сергей Яковлевич Комков, пройдя через всю войну, 30 лет посвятил работе на железной дороге. Мама, Анна Дмитриевна, тоже ветеран Великой Отечественной войны, 32 года трудилась в кондукторском резерве рядом с мужем.

ВОТ БЫ ДЕД ПОРАДОВАЛСЯ!

Сейчас Александр Травов занимает должность главного инженера Орской дистанции пути Оренбургского территориального управления, а его супруга Татьяна руководит проектно-сметным отделом Орской дистанции гражданских сооружений.

- Как бы мы ни хотели отвлечься, все равно, приходя домой, обсуждаем рабочие дела. У нас общие интересы и темы для разговоров, - рассказывает Татьяна Сергеевна.

Неслучайно и старшего сына Татьяна и Александр в честь дедушки Виталием назвали. Мечтали, что он продолжит семейное дело. Так оно и получилось. В выборе профессии Виталий Травов не сомневался. Он до сих пор помнит, как дедушка, возвращаясь с работы, давал ему примерить форменную фуражку...

В 2002 году после окончания Уральского государственного университета путей сообщения Виталий начал трудовую деятельность на станции «Орск» дежурным по сортировочной горке.

- Этот первый опыт работы в должности младшего специалиста впоследствии мне очень пригодился, - признается Виталий.

Он прошел все ступеньки карьерной лестницы. Дежурный станционного поста централизации, маневровый диспетчер, начальник производственного участка, главный инженер… В 2008 году Виталий был назначен начальником станции «Каргала». Он отвечает за отправку грузов крупнейшего газоперерабатывающего завода страны. А потому не имеет права на ошибки.

Со своими обязанностями Виталий справился успешно. За полгода работы он пересмотрел технологию работы и оптимизировал все процессы, расширил количество приемо-отправочных путей, что позволило оперативно регулировать движение и исключить образование пробок на станции.

- Быть хорошим руководителем - значит уметь слушать опытных людей и принимать верные решения, - считает Виталий Александрович.

После «Каргалы» Виталий, как и его дедушка, был назначен начальником железнодорожной станции «Орск». В настоящее время он возглавляет одно из крупнейших подразделений региона - Орский центр организации работы железнодорожных станций Оренбургского территориального управления и успешно совмещает работу с общественной жизнью. На протяжении многих лет был членом Совета молодежи Оренбургского отделения дороги, принимал участие в слетах молодежи регионального и дорожного уровней. Не останавливаясь на достигнутом, постоянно повышает свой профессиональный уровень. Недавно Виталий Травов включен в кадровый резерв руководителей Южно-Уральской дирекции управления движением.

Супруга Виталия занимает должность специалиста по управлению персоналом Орского центра организации работы железнодорожных станций Оренбургского территориального управления. У молодых супругов подрастает сын Всеволод. И вся большая семья Травовых надеется на продолжение династии.

ТРАВОВЫХ – МНОГО

Младший сын основателя династии Травовых - Вячеслав - уже 33 года работает бригадиром в Орском ДОПе. Он не любит рассказывать о себе и своих успехах, но о том, что супруга Ольга Анатольевна, врач по образованию, тоже связала свою жизнь с железной дорогой - говорит с удовольствием. И гордится дочкой Еленой, которая за два года работы на железной дороге успела проявить себя грамотным специалистом. Около года Елена проработала приемосдатчицей багажа, теперь назначена на должность дежурного по станции «Каргала». Девушка окончила Оренбургский железнодорожный техникум, сейчас заочно учится на третьем курсе Самарского университета.

- Я давно для себя решила, что буду работать только на железной дороге, мне это интересно, - рассказывает Елена Травова. - Мне есть на кого равняться: на дедушку, на дядю, на двоюродного брата, на родителей, которые поддержали меня в выборе профессии.

ЕЩЕ ОДНА ВЕТКА

Свою судьбу с железной дорогой связала и родная сестра основателя старейшей династии Раиса Павловна. После замужества она носит фамилию Дубина, однако это не мешает ей считать себя прочной ветвью большой профессиональной семьи. 38 лет Раиса Павловна проработала на железнодорожной станции «Орск» в разных должностях рядом с супругом Николаем Петровичем, который более 40 лет был заместителем начальника Орского вагонного депо, заместителем начальника отделения дороги по кадрам, ревизором. Дети Дубиных - тоже железнодорожники. Стаж старшего сына Вадима - 34 года. Младший Михаил и сейчас продолжает работать в вагонном депо Оренбургского территориального управления. Его железнодорожный стаж тоже к 30 годам приближается.

Ирина ФООС.

Ломбарды попали под контроль

По итогам прошлого года ломбарды стали лидерами рынка микрофинансирования. На их долю приходится почти половина общего объема выданных средств. Однако деятельность этих микрофинансовых организаций вызывает много вопросов у контролирующих органов. Об этом корреспондент беседует с управляющим Отделением по Оренбургской области Банка России Александром Стахнюком.

- Александр Васильевич, как выяснить легальность и законность работы микрофинансовой организации?

- Рынок микрофинансирования, одним из сегментов которого являются ломбарды, специфичен. Услугами ломбардов в основном пользуются люди, нуждающиеся в небольшой сумме денег на короткий срок. Ломбард отличается от других микрофинансовых организаций тем, что предоставляет займы под залог какого-либо имущества, кроме недвижимости. Это удобно и не слишком рискованно. Максимальная потеря - предмет залога, который не вернется к хозяину в случае нарушения условий предоставления займа. Но все должны помнить, что рынок микрофинансирования достаточно молодой. И под надзор Банка России он попал всего несколько лет назад. А потому в этой сфере довольно часто встречаются недобросовестные игроки или нелегальные фирмы, загоняющие своих клиентов в долговую яму. Чтобы защитить потребителей финансовых услуг, Банк России составил государственный реестр, в который включены все микрофинансовые организации и кредитные кооперативы. Недавно реестр пополнен списком законно действующих ломбардов.

- Сколько ломбардов Оренбургской области состоят в государственном реестре?

- В настоящее время в России официально зарегистрировано более пяти тысяч ломбардов, в Оренбургской области - 84. Кстати, в реестре можно найти сведения и об учреждениях, прекративших свою деятельность.

- Что нужно сделать ломбарду для включения его в реестр? Что может служить основанием для исключения из легального списка?

- Для включения ломбарда в реестр самой организации на сегодняшний день ничего предпринимать не нужно. Банк России ведет реестр на основе сведений Федеральной налоговой службы. Основанием для исключения может послужить несоблюдение законодательства, недостоверное предоставление отчетности или решение самого учреждения. Мы совместно с органами власти выявляем незаконно действующие организации и передаем сведения о них в правоохранительные органы. Например, в прошлом году прекращена деятельность восьми ломбардов.

При возникновении жалоб на деятельность финансовых организаций население может обращаться в службу по защите прав потребителей и обеспечению доступности финансовых услуг Банка России. Обращения принимаются как через интернет-приемную на сайте www.cbr.ru, так и в письменном виде по адресу: 460000, г. Оренбург, ул. Ленинская, 28.

Александр Стахнюк: «Включение ломбардов в реестр Центробанка позволит определить точное число честных «игроков» на рынке и усилить контроль за их деятельностью».

- На что должен обращать внимание клиент ломбарда?

- Помимо проверки, внесена ли организация в государственный реестр. Нужно попросить для ознакомления учредительные документы и свидетельство о регистрации юридического лица. В его наименовании обязательно должно присутствовать слово «ломбард». Также следует помнить, что заем, полученный в ломбарде, подпадает под действие закона о потребительском кредитовании и оформляется договором. В договоре обязательно должны быть указаны сумма займа, даты его получения и возврата, процентная ставка, название и описание заложенной вещи, сумма ее оценки.

Марина СЕНЧЕНКО.

НОВОВВЕДЕНИЕ

Полезные сообщения

Региональное управление Росреестра планирует запустить систему оповещения о штрафах за нарушение земельного законодательства. Должникам будут приходить СМС-сообщения. Напоминание о необходимости оплатить административный штраф будет приходить на мобильные телефоны нарушителей за 10 дней до истечения срока оплаты. Необходимость такой меры воздействия на должников связана с растущими суммами неуплаченных штрафов.
В прошлом году за нарушение земельного законодательства было взыскано 4 506,45 тыс. руб.

ВЫСТАВКА

Шляпки для дам

Всего один день в Оренбургском областном кукольном театре была представлена коллекция шляп. Все модели изготовлены артистом театра Андреем Гордеевым.
Первую шляпку актер смастерил в 2008 году для спектакля «Тень». Она предназначалась для продавщицы цветов. После этого актрисы, тонко чувствующие стиль, наперебой стали заказывать коллеге головные уборы. Андрей Гордеев признается, что ему нравится работать с тканью, искусственными цветами и перьями. Часто от идеи шляпы рождается видение всего костюма. По заявкам оренбургских модниц актер готов представлять свою выставку для широкой аудитории.

Инга ПРОХОРОВА.

НАБЛЮДАТЕЛЬ

В поисках другой реальности

Бары, клубы, кино, театры… Всего этого любителям развлечений уже недостаточно. Все большую популярность у жителей Оренбурга набирает новый вид организации досуга - квест.

Суть квеста в том, что команду из двух-пяти человек оставляют в закрытом помещении на один час. Цель игроков - выбраться из комнаты, которая оформлена в соответствии с определенной легендой. Находясь взаперти, команде нужно решать головоломки и раскрывать тайны, чтобы дойти до своей цели. Для того чтобы контролировать ход игры, внутри помещения установлена система видеонаблюдения. С ее помощью за прохождением квеста следит оператор. Если что-то идет не так, он связывается с игроками по громкой связи.

С ЧЕГО НАЧИНАЛОСЬ?

Первый и единственный квест в Оренбурге появился в 2014 году. Он представлял собой лабораторию, в которой изобретен вирус, заразивший все человечество. Задача игроков - найти антидот и спасти планету. На преодоление всех препятствий и поиски заветного пузырька с жидкостью команде отводился час времени…

- Это был первый квест в моей жизни. Мы с друзьями бегали, как дети, обстановка заставила поверить, что от нас действительно зависит судьба человечества. Эмоции настолько зашкаливали, что мы не обращали внимания на отсутствие спецэффектов, красочных декораций и элементарного сервиса. Тогда я и решил заняться развитием этого вида развлечения в нашем городе, - вспоминает руководитель компании, занимающейся организацией квестов в Оренбурге, Сергей Костин.

ПРОДОЛЖАЮТ УДИВЛЯТЬ

С момента открытия первого квеста ситуация изменилась. Теперь организацией этого вида развлечений в Оренбурге занимаются около двух десятков компаний. Разные и тематики игр. Спортивные, логические, приключенческие, шпионские, ужасающие… Территория квестов вышла за пределы одной-двух комнат. В некоторых случаях она занимает 200-300 квадратных метров, а порой и несколько этажей. В последнее время появилось модное понятие «квест-перформанс». Теперь в процессе игры ее участники оказываются в центре интерактивного спектакля с участием одного, двух или трех актеров.

- Разгадыванием примитивных загадок или подбором ключей к замку сегодня никого не удивишь… Нам нельзя стоять на месте. Необходимо постоянно что-то придумывать, менять сюжеты и дизайн помещений, угадывая интересы и потребности клиентов, - рассказывают представители квест-индустрии.

КТО ИГРАЕТ?

Число оренбуржцев, пристрастившихся к поискам другой реальности, с каждым годом становится больше.

Средняя цена за одну игру в Оренбурге составляет 2 000-2 500 рублей. Если разделить сумму на всех участников, получается по 500-700 рублей за один час приключений.

Определенную игру за месяц проходят не менее 120 команд по 3-5 человек. Билет на квест стал модным подарком. Нередко в команды объединяются коллеги, одноклассники, родственники.

В необычных развлечениях принимают участие горожане в возрасте от 25 до 35 лет. На пике популярности у них страшные игры с элементами мистики и паранормальных явлений. Заинтересовались квестами и дети. Их увлекают познавательные и приключенческие игры.

БЕЗОПАСНОСТЬ НЕ ГАРАНТИРОВАНА

Индустрия развлечений бурно развивается, но каких-либо нормативно-правовых актов, регулирующих ответственность организаторов за безопасность клиентов, в нашей стране до сих пор нет. Этим пользуются недобросовестные предприниматели. Потребителям нового вида услуг следует знать, что они сами за все в ответе. Потому к выбору компании, зазывающей пройти нереально захватывающий тур, нужно относиться очень серьезно. В «правильном» квесте ни в коем случае не должны использоваться настоящие бензопилы, ножи, топоры и другие опасные предметы. В Оренбурге несчастных случаев во время прохождения квестов пока не случалось, а вот другие города похвастаться этим уже не могут.

Марина ЕЛИСТРАТОВА.

№11 (1 185) 20.03.18 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Музыкальное признание в любви

Накануне 8 марта в Оренбурге состоялась премьера песни, прославляющей жительниц нашего края, «Оренбургские женщины». Мы беседуем с ее автором - руководителем ансамбля «Встреча», известным поэтом и композитором, заслуженным работником культуры г. Оренбурга Игорем Инютиным.

- Игорь Владимирович, ваша новая песня вполне может стать гимном оренбургских женщин. Почему вы обратились именно к этой теме?

- Это уже не первая моя песня, посвященная женщинам, к которым я, кстати, всегда очень трепетно отношусь. Четыре года назад написана «Оренбурженка», тепло воспринятая зрителями на наших концертах. Есть в моем репертуаре и замечательная песня «В Оренбурге красивые женщины» на стихи замечательной поэтессы Евдокии Горбанской. Однако мне уже давно хотелось придумать свою, новую, нежную, красивую и лиричную песню. И у меня это получилось. Однажды совершенно случайно наткнулся на строчку, которая меня всколыхнула. В ней женщины сравнивались со степными богинями. Я подметил образ и придумал песню, посвященную оренбургским женщинам. В ней я называю женщин степными богинями, плакучими ивами, полевыми цветами. Песня, как мне кажется, пришлась по душе милым дамам в канун 8 марта. Я получил много положительных отзывов и всем благодарен за высокую оценку.

- Поделитесь секретом, где черпаете вдохновение, как рождаются строчки?

- Все начинается с определенной мысли, темы, которая в какой-то момент заинтересовала. Порой напеваю понравившуюся мелодию и начинаю искать соответствие образа и слов. Так рождаются первые строчки. Бывает, что в обычном разговоре промелькнут слова, которые становятся основой будущей песни. И если уж мысль зацепила, то постепенно включаешься в творческий процесс. Тогда начинаешь писать, зачеркивать, грызть ручку, и не успокоишься, пока не доведешь дело до конца.

- Вы пишете и стихи, и музыку?

- В основном, да. Хотя есть несколько произведений, написанных на стихи других авторов. Есть и песни, которые на мои стихи написали друзья-композиторы. Когда я сочиняю музыку на готовый текст, то именно в стихах стараюсь услышать мелодию и воспроизвести ее.

- Как родилась ваша первая песня?

- Самые первые песни я начал сочинять еще в армии. Нередко брал уже готовые стихи известных авторов, писал к ним музыку. Мне очень повезло встретить в жизни хороших, интересных людей, во многом повлиявших на мое стремление к сочинительству. Одним из них был мой близкий друг, оренбургский поэт и бард Виктор Рябов, который, к сожалению, рано ушел из жизни. До сих пор помню время, когда нам было всего по 18 лет. Он читал свои стихи, а я слушал его с замиранием сердца. Виктор не только вдохновлял начинающих поэтов на дальнейшее творчество, но и помогал, подсказывал, по-дружески критиковал, направляя в нужное русло. Талантливые творческие люди мне встречались и в дальнейшей жизни. Я учился у них и пытался понять, как они создают песню. Да и сегодня я продолжаю совершенствоваться в своем деле: слушаю много музыки, читаю стихи разных авторов.

- Кто вдохновляет вас на творчество?

- Конечно, это мои самые близкие люди - дочка Юлия, супруга Ирина и мама Маргарита Петровна, которую мы недавно поздравили с 80-летним юбилеем. Когда у меня готова новая песня, Ирина бросает все свои дела и садится слушать.

Игорь Инютин: «Моя лучшая песня еще не написана. Жду ее рождения!»

Свое мнение всегда сообщает откровенно, порой может и покритиковать, и подсказать, как будет лучше. Вообще у нас большая и творческая семья. У меня есть два младших брата. Зять имеет музыкальное образование и замечательно играет на саксофоне. Сын Вячеслав - чемпион России по парикмахерскому искусству. Он живет и работает в Москве. А главные поклонники моего творчества - любимые внуки - девятилетний Марк и Петя, которому скоро исполнится четыре года.

- Одна из самых знаменитых песен, которую вы исполняете, «Я - оренбуржец и этим горжусь» - стала настоящим гимном Оренбуржья...

- Да, эта песня настолько ко мне приросла, что слушатели нередко приписывают мне ее авторство. На самом деле слова и музыку написал мой друг Сергей Шмелев еще в 2002 году, а наша группа «Встреча» ее раскрутила. Владимир Меховов сделал удачную аранжировку, мы сняли видеоклип и многие почему-то решили, что это моя песня. Но мне чужих заслуг не нужно, поэтому на своих концертах я всегда представляю автора этой замечательной песни. Я вырос на музыке 70-80-х годов, в пик популярности вокально-инструментальных ансамблей «Песняры», «Ариэль», «Веселые ребята», «Самоцветы», «Синяя птица», «Поющие гитары». С некоторыми из музыкантов судьба свела меня лично. Мы созваниваемся, переписываемся, встречаемся.

- Вы пишете песни по заказу или для души?

- Я не вижу ничего предосудительного в том, чтобы время от времени писать слова и музыку по заказу. Так работали и сегодня работают многие музыканты. Хотя, конечно, приятнее, когда песни рождаются по зову сердца. Среди них, кстати, есть и лирические, и патриотические. Достаточно много песен написано и исполняется группой «Встреча» о пожарных и спасателях. И это не случайно. Уже 25 лет нашей репетиционной базой является Музей пожарной охраны г. Оренбурга. Благодаря сотрудничеству с областным управлением МЧС мы побывали с концертами во всех уголках нашего края и за его пределами.

Я не гонюсь за количеством, мне одинаково дороги все мои песни. Знаете, иной раз промелькнет неуютная мысль, что в мире полно песен и мое творчество никому, по сути, не нужно. Но когда слышу благодарность от людей, то понимаю, что занимаюсь правильным делом.

- Каковы дальнейшие творческие планы?

- Создавать новые песни, доносить до слушателя те, которые были написаны раньше. В этом году исполняется 25 лет оренбургской группе «Встреча», руководителем и солистом которой я являюсь. Так что с удовольствием приглашаю всех на наши концерты!

Беседовала Ирина ФООС.

Оренбургские женщины

Я бродил вдалеке от родимой земли,
Я прошел по просторам России.
Много женщин встречал я на этом пути,
Но нигде я не встретил красивей.

Припев:
Оренбургские женщины - вы богини степные,
Оренбургские женщины, как цветы полевые!
И милы, и застенчивы, как прибрежные ивы,
Оренбургские женщины, в вас навек влюблены мы!

Вас ни с кем не сравнить и не спутать ни с кем,
Каждый день видим мы ваши милые лица.
Теплотой этот мир наполняете вы -
Наши матери, жены, подруги, сестрицы.
Припев.

Сколько света в душе, сколько неба в глазах!
Нет в Нью-Йорке таких, нет в Париже!
Вот опять в Оренбург возвратилась весна,
Это вы ее сделали чуточку ближе.
Припев.

ИНИЦИАТИВА

Жить можно интересно

Самой большой благодарностью для руководителей клуба «Открытые сердца» являются слова: «Когда у нас следующая встреча?»

Клубу «Открытые сердца» на базе библиотеки им. А. С. Пушкина в г. Оренбурге в феврале исполнилось три года. За это короткое время его организаторами сделано очень многое для вовлечения молодых инвалидов в интересную и активную жизнь.

Ребята благодарны руководителям клуба Раисе Мухаметовой и Наталье Гончаровой за открытие новых горизонтов и возможность познавать мир. Эльвира Тилегенова, например, стала успешным фотографом.

- Мой творческий рост начался со встреч с известными деятелями культуры Оренбурга, такими как Михаил Кильдяшов, Леонид Шорохов, Александр Зельцер. Особенно меня впечатлило знакомство с фотохудожником Сергеем Ждановым, - рассказывает девушка.

Многие молодые инвалиды, благодаря деятельности клуба, впервые в жизни выбрались за пределы города: побывали в заповеднике «Буртинская степь», посетили Саракташскую обитель милосердия.

- Для меня, как и для многих других, настоящим открытием стала сказка «Синяя птица» Мориса Метерлинка, в которой речь идет о том, что счастье и смысл в жизни находятся рядом: в твоей семье, в друзьях и добрых делах! Клуб стал для всех нас местом, где ждут и понимают каждого, - признается Александр Жучков.

Каждое занятие в клубе «Открытые сердца» убеждает ребят в том, что жить можно интересно, если захотеть быть активным и начать познавать окружающий мир. Участники мероприятий советуют своим сверстникам почаще выбираться из виртуального плена. Ведь реальная жизнь намного ярче.

Инга ПРОХОРОВА.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Татьяна Диль-Илларионова: «ЗДОРОВЬЕ: ТРИ В ОДНОМ»

- Есть три составляющих здоровья. Физическое - это мое тело, функционирование всех систем организма. Душевное - то, как я ощущаю себя сама с собой. И социальное - то, как чувствую себя в обществе других людей. И когда эти три составляющих находятся в гармонии, я здорова. Душевное здоровье - это когда я спокойна, принимаю и люблю себя такой, какая я есть, не ругаю даже за ошибки, а наоборот, воспринимаю их как опыт, из которого беру новые правила и способы поведения. Когда я в ладу с собой, то и в обществе позиционирую себя как успешный человек и чувствую себя комфортно. Если в какой-то из частей случается сбой, задаю себе вопрос: «Как я могу оптимальным образом, к примеру, улучшить физическое состояние?» Вижу несколько вариантов и выбираю наиболее подходящий. Для активизации физического состояния использую воду. Горячий душ - лучшее средство от простуды.

Недавно я окончила курсы по тета-хилингу, это исцеление, которое происходит в определенном медитативном состоянии. Хотите верьте, хотите нет, но вот недавний пример. Мне позвонили из детского сада и сказали, что у сына высокая температура. Я вызвала такси и написала в группу девочкам, с которыми мы занимались на курсах. Группа помогла, направив свою энергию на исцеление моего ребенка. А после разговора с куратором и небольшого сеанса, направленного через меня на ребенка, сын попросил есть. Температуры уже не было.

ЧЕМ ОПАСЕН ДИСБАКТЕРИОЗ?

Сегодня этот диагноз ставится все чаще. Почему так происходит? Чем грозит нехватка полезных бактерий в кишечнике?

По данным Всемирной организации здравоохранения, наш иммунитет напрямую связан с микрофлорой кишечника. Ее нарушения также часто оказываются первопричиной многих хронических заболеваний, от нарушений пищеварения до бактериального вагиноза. И в этом ничего удивительного, если учесть, что в кишечнике взрослого человека живет более 400 различных микроорганизмов. До 98% из них - так называемые полезные: бифидо- и лактобактерии и бактериоиды. Но если вдруг их количество снижается (а причин этому может быть много: прием антибиотиков, заболевания желудочно-кишечного тракта, неправильное питание, стрессы и пр.) - их место начинают занимать вредные.

СИМПТОМЫ ДИСБАКТЕРИОЗА

В Международном классификаторе заболеваний человека диагноза «дисбактериоз» нет. Врачи предпочитают определение «дисбиоз», то есть нарушение равновесия. Типичные симптомы дисбиоза (дисбактериоза) кишечника - повышенное газообразование и колики в кишечнике, нарушение его перистальтики, чувство тяжести после еды, отрыжка, изжога… Очень часто причиной аллергических кожных реакций или даже прыщей оказывается та самая война миров, которая происходит в кишечнике. Причем, по некоторым данным, легким и практически бессимптомным дисбактериозом кишечника первой степени, при котором наблюдается небольшое уменьшение количества полезных бактерий без особого увеличения вредных - страдает до 90% жителей планеты. Сильного дискомфорта легкий дисбактериоз не вызывает, однако при нем часто наблюдается ухудшение состояния кожи, плохо усваиваются витамины и микроэлементы, страдает иммунитет, особенно противовирусный.

ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ

Для определения количественного и качественного состава флоры кишечника обычно требуется бактериологический анализ. В сложных случаях делается биопсия слизистой кишечника и проводится специальный дыхательный тест. Если помимо дисбактериоза имеются хронические заболевания желудочно-кишечного тракта - гастроэнтерологи сначала рекомендуют заняться ими. Если нет необходимости в антибиотиках и других сильнодействующих лекарствах, для лечения дисбактериоза обычно используют пребиотики и пробиотики. Первые создают в кишечнике благоприятную среду для хороших бактерий, а вторые заселяют его ими. Иногда к ним добавляются сорбенты (полифепан, уголь и пр.), способствующие более быстрому выведению уничтоженных вредных организмов и токсинов. И, конечно, врач обязательно посоветует внимательно следить за питанием. Ведь дисбиоз кишечника относится к тем заболеваниям, которые часто возвращаются и которые легче предупредить, чем лечить.

СЛЕДИМ ЗА РАЦИОНОМ

Правильное питание - самая важная составляющая профилактики дисбактериоза. С его помощью достаточно легко корректируется самая частая - первая степень - дисбиоза кишечника. Полезны натуральные пребиотики и сорбенты: цельнозерновые продукты, каши и крупы, проростки, отруби, свежие овощи и фрукты. Самые лучшие природные пробиотики - кисломолочные продукты, причем чем меньше срок их годности - тем больше в них живых бактерий. Натуральные антибиотики - это, в первую очередь, лук и чеснок. В Японии при лечении и для профилактики дисбактериоза врачи рекомендуют так называемое «функциональное» (лечебное) питание», подразумевающее употребление продуктов с повышенным количеством бифидо- и лактобактерий, бифидогенными добавками и пр. Это могут быть специальные сыры или кисломолочные продукты типа нашего ацидофильного кефира.

ДОЛОЙ СО СТОЛА

Фастфуд, соления, копчености, маринады, консервы, обилие жирного и соленого способствует уменьшению количества полезных бактерий в кишечнике. Также при нарушениях микрофлоры кишечника рекомендуют свести к минимуму простые углеводы (картофель, выпечку, каши быстрого приготовления, сладости и пр.) и ограничить количество продуктов, стимулирующих повышенное газообразование (в первую очередь это сладкие фрукты, бананы, виноград, бобовые).

НАУКА

ГОЛОДАТЬ ПОЛЕЗНО

Периодическое голодание чрезвычайно полезно. Как доказали исследования американских ученых, если отказаться от пищи на несколько дней, то можно обновить иммунную систему.

Был проведен эксперимент: в течение полугода группа добровольцев голодала по 2-4 дня на регулярной основе. В эти дни тело начинало использовать свои запасы глюкозы, жира и кетонов, а также начинало разрушать большое число лейкоцитов. Их потеря дает сигнал организму обновить клетки иммунной системы. Во время голодания организм пытается сэкономить энергию, и одним из способов является переработка множества иммунных клеток, которые не нужны. В особенности это касается поврежденных клеток.

Сложи и сохрани
Сложи и сохрани
Сложи и сохрани
Сложи и сохрани
Сложи и сохрани

Хозяюшка
Оренбургская Сударыня
№11 (1 185) 20.03.18

ТАТЬЯНА ДИЛЬ-ИЛЛАРИОНОВА, г. Орск

ЖЕНЩИНА-ДЕБЮТ: НАГРАДА ДЛЯ МОИХ УЧИТЕЛЕЙ

Накануне Международного женского дня в Орске подвели итоги ежегодной премии «Орчанка-2018». В номинации «Женщина-дебют» награду получила Татьяна Диль-Илларионова, заведующая кафедрой дошкольного и начального образования Орского гуманитарно-технологического института, кандидат педагогических наук, активный общественный деятель, руководитель женского клуба, а еще мама, жена, хозяйка, рукодельница и просто красивая женщина.

Победу в престижном орском конкурсе Татьяна Диль-Илларионова посвятила своим учителям, тем, кто воспитывал, учил, напутствовал в выборе профессии, формировал ее характер, помогал по-новому взглянуть на жизнь и навсегда стал для нее примером.

Это прежде всего родители. Их любовь, пронесенная сквозь годы, и сейчас является для Татьяны Васильевны эталоном семейных отношений. Именно у родителей переняла она еще девчонкой желание работать, творить и всего в жизни добиваться своим трудом.

Женственная внешне, но с характером-кремнем. Такой Татьяну сделал спорт. В детстве родители привели ее в секцию спортивной гимнастики. И под руководством тренера Татьяны Панченко она не раз поднималась на пьедестал почета соревнований различного уровня, выполнила норматив кандидата в мастера спорта. Но самое главное - закаляла свой характер, училась быть настойчивой и упорной в достижении цели, преодолевать трудности, извлекать уроки из неудач и радоваться победам.

А школьные учителя... Татьяна помнит, как в старших классах стонала из-за того, что подолгу приходилось задерживаться после уроков, отвечать стихи, повторять формулы. И как позже была благодарна своим педагогам за хорошее базовое образование.

Будущего преподавателя вуза сразу разглядела в маленькой, хрупкой студентке заведующая кафедрой дошкольного и начального образования Вера Васильевна Стерликова. Своего ассистента, а позже преемника она видела, когда проверяла курсовую работу, когда слушала Илларионову на студенческой конференции, где она, третьекурсница, выступила среди выпускников-дипломников и заняла первое место. Наставница наблюдала за тем, как легко и непринужденно чувствует себя студентка-практикантка на лекции в колледже. Первое время в институтских коридорах студенты не узнавали Илларионову, но, когда она входила в аудиторию, затихали самые шумные и бойкие, понимая, что зашел именно преподаватель.

Благодарна Татьяна и своему мужу Олегу. Он впервые заметил девушку, когда той было лишь 13 лет. Увидел случайно на улице, но сразу понял, что она - его судьба. Десять лет ждал он нового свидания. А встретив, решил уже больше не отпускать. Сейчас у супругов двое детей - Екатерине 15 лет, а Илье скоро будет семь.

За жизненную мудрость, за раскрывшийся перед ней мир интуиции, за позитивное сознание Татьяна благодарна психологу Зинаиде Васильевне Куликовой, которая в свои 70 с хвостиком ведет активный образ жизни, работает, пишет, издает книги, поет в ансамбле.

И сама Татьяна, как активный, творческий человек, никогда не могла сидеть без дела. А потому, находясь в декретном отпуске, открыла первый в Орске клуб для начинающих и опытных мастериц «Магия рукоделия», где учила женщин вязанию, вышивке и многим другим видам женского искусства, о которых в то время только начинали говорить.

Совмещать преподавательскую деятельность, руководство кафедрой и работу в клубе Татьяна долго не могла, и передала бразды правления в надежные руки своей подруги Натальи Яшиной. А через некоторое время создала новый женский клуб «Мятный чай». За чашечкой мятного чая орчанки говорят о том, как сохранить и приумножить свою жизненную энергию, слушать себя и находить ответы в подсказках интуиции, изменить отношение к себе, своим проблемам, окружающим людям, воплощать истинные мечты в жизнь. Руководителю клуба помогают те знания, которые она получила и продолжает получать как арт-терапевт, тета-целитель, официальный партнер Международной компании личностного роста Pride International, сертифицированный ведущий психологической игры «Важное о себе».

Новое направление работы Татьяны Диль-Илларионовой - представительство в Общественной палате Орска и участие в женском движении. Вместе с председателем орского женсовета Ириной Панаистовой они проводят различные акции и мероприятия. Одни из последних дел - акция «Розовая ленточка» по профилактике рака молочной железы, поздравление военнослужащих в близлежащих частях и открытие Клуба молодых мам.

«Позитивное отношение ко всему, что происходит» - вот жизненный принцип Татьяны. Всему тотальное ДА, скептицизму НЕТ. Ее стакан всегда наполовину полон.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:
Детская — КАКОЙ ВЫ РОДИТЕЛЬ?
Красота — ЧЕЛКА - К ЛИЦУ
Урожайные сотки — ЧЕМ БОЛЕЕТ РАССАДА?

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Татьяна Диль-Илларионова: «ЖЕНСКАЯ МАГИЯ»

- Когда-то я прочла о том, что все домашние дела можно превратить в некий магический обряд, таинство, и теперь пользуюсь этим. Гладя белье, я словно разглаживаю морщинки, делаю ровными жизненные дороги. Если что-то готовлю, представляю, что это блюдо для объединения семьи. Не просто чищу кафель или ванну, а очищаю себя от негатива, душу и сердце - от волнений и тревог.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

СУМКА БУДЕТ КАК НОВАЯ!

Сумка стала грязной? Попробуйте очистить ее от пятен и загрязнений в домашних условиях.

Сумка из замши. Замша - материал сколь благородный, столь же и нелегкий в уходе. Однако с помощью ластика - обычного или специального, применяемого для изделий из замши и нубука - небольшие и не слишком заметные пятна или отметины можно убрать запросто. Более сложные загрязнения (ненужный лоск и разводы) поможет убрать смесь молока и соды. Для этого в 1/2 ст слегка теплого молока растворить 1/2 ч л пищевой соды. Обмакнуть в этой смеси тряпочку и пройтись ей по залоснившейся поверхности.

Сумка из кожи. Уход за изделием из гладкой кожи в некоторой степени определяет ее цвет. Так, кожаные сумки темных цветов следует протирать натуральным лимонным соком. Коричневая кожа имеет свойство со временем тускнеть. Чтобы обновить цвет, сумку можно обработать хлопчатобумажной тряпочкой, смоченной в кофейной гуще.
Универсальное для кожи всех цветов средство - смесь, полученная путем добавления в мыльную воду небольшого количества спирта. Пройдитесь куском материи, смоченным в полученном средстве, по поверхности, затем сумку хорошо высушите и после протрите касторовым маслом.

ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРА: ЭТО УЖЕ НЕМОДНО

Иногда остромодные вчера элементы декора сегодня кажутся безвкусными. Но вам эта новинка вчера была не по карману, а вы, все еще мечтаете воплотить эту идею у себя дома? Прислушайтесь к советам дизайнеров, возможно, сегодня этого делать не стоит.

• **НАТЯЖНОЙ МНОГОУРОВНЕВЫЙ ПОТОЛОК С ПОДСВЕТКОЙ**. Множество точечных светильников на натяжном потолке по периметру комнаты произвело на вас когда-то сильное впечатление? Сегодня дизайнеры не рекомендуют делать такой потолок. В небольшой квартире верх зрительно будет давить, казаться тяжелым. Забудьте лучше про мечту о «звездном небе» в своей квартире. Возможно, вам стоит отказаться вообще от креативного преобразования потолка, оставить его нейтральным, а светлым помещение сделают настольные лампы, бра или торшеры.

• **ГИПСОКАРТОННЫЕ ПЕРЕГОРОДКИ С НИШАМИ.** Они появились в домах лет 20 назад. В перегородке делали полочки и расставляли сувениры. Этот элемент интерьера уже давно вышел из моды.

• **ИНТЕРЬЕР В БЕЖЕВЫХ ТОНАХ.** Есть опасность, что такая обстановка напомнит номер в гостинице, а не квартиру. Вопреки ожиданиям, бежевый цвет не делает атмосферу дома уютней, а при темной мебели кажется блеклым.

• **ВСТРОЕННЫЕ ШКАФЫ, СДЕЛАННЫЕ НА ЗАКАЗ.** Встроенные шкафы со стеклянными и зеркальными дверцами быстро вышли из моды. Сегодня есть возможность сделать более оригинальные фасады у мебели, в том числе и у шкафов. А для хранения одежды лучше сделать гардеробную, хотя бы и маленькую.

• **ПРИМИТИВНЫЙ ХАЙ-ТЕК.** В конце прошлого века яркие цвета, хром в интерьере смотрелись по контрасту с прежними стилями как оригинальные. Сегодня псевдостиль хай-тек - нечто яркое, металлическое на фоне мебели простой геометрической формы, из искусственной кожи, кажется безвкусным.

Дело в том, что в настоящем строгом хай-теке не приемлемы прямые углы, в нем преобладают углы острые и овальные очертания, асимметрия. Так что примитивный хай-тек вышел из моды, а истинный чистый стиль требует немалых средств для своего воплощения.

• **ФОТООБОИ С КРУПНЫМ РИСУНКОМ.** Натуралистический рисунок, да еще непропорционально большой для стандартной квартиры - быстро надоедает. Нарушение пропорций не создает уюта. Увеличенные в десять раз цветы так же навязчивы, как мелкий рисунок, от которого рябит в глазах. Если уж хотите использовать фотообои, предпочтите такие, где предметы изображены почти в натуральную величину.

• **ВЕНЕЦИАНСКАЯ ШТУКАТУРКА.** Нельзя сказать, что венецианская штукатурка, которая в моде столетия, неактуальна. Однако в маленьких квартирах она кажется неуместной и утяжеляет интерьер. Если вы не знаток искусства, остерегайтесь такого декора, он покажется помпезным.

• Решите для себя, как часто вы готовы делать ремонт. Если часто - можете попробовать что угодно. Если нет, надежнее придерживаться классики или минимализма.

ДОМОВОДСТВО

ВОДКА В ХОЗЯЙСТВЕ

Хорошая водка творит чудеса, даже если ее не употреблять внутрь. Вот самые необычные ее полезные применения.

• **НА КУХНЕ.** Если добавить в тесто 1 ст л водки, она испарится на середине выпечки, сделав пирог пышным и с хрустящей корочкой. Водка выступает разрыхлителем.

• **СТЕКЛА.** Протрите оконные стекла, зеркала и линзы очков водкой или раствором водки с водой 1:3. Это уберет потеки.

• **ХОЛОДНЫЙ КОМПРЕСС**. В холодильнике всегда можно держать универсальный компресс для быстрой помощи при ушибах и ожогах. Смешайте 1/2 ст воды с 1/2 ст водки в пакете с зип-застежкой и заморозьте. После замораживания получится мелкая ледяная шуга, которая хорошо охлаждает повреждения. Компресс можно замораживать повторно много раз.

• **ОТКЛЕИТЬ ПЛАСТЫРЬ.** Отрывать присохший пластырь бывает очень болезненно. Но если его смочить ваткой со спиртовым раствором или водкой, он отклеится без усилий и боли.

• **ОЧИСТИТЬ УКРАШЕНИЯ.** Просто замочите их в водке на 5 минут.

• **УБРАТЬ РАЗВОДЫ НА МЕБЕЛИ ИЛИ МЕТАЛЛИЧЕСКИХ ПОВЕРХНОСТЯХ.** Обрызгайте поверхности из пульверизатора раствором воды с водкой и вытрите насухо.

• **ПРОДЛИТЬ ЖИЗНЬ ЦВЕТАМ.** Чайная ложка сахара и несколько капель водки, добавленные в воду, позволят вашему букету простоять гораздо дольше. Но воду (сахар и водку) нужно будет обновлять ежедневно.

ЧЕЛКА - К ЛИЦУ

Челки никогда не выйдут из моды. Они придают прическе молодой, кокетливый вид. Но чтобы правильно подчеркнуть пропорции лица, форму челки нужно выбирать особенно внимательно.

КАКИЕ БЫВАЮТ?

• **КОСАЯ ЧЕЛКА** отлично выглядит как на длинных, так и на коротких волосах. Противопоказана только обладательницам вьющихся волос, так как ее нужно будет постоянно подправлять.

Косая челка смотрится красиво только тогда, когда она гладкая и блестящая, имеет аккуратную четкую линию среза. Ее не рекомендуется взбивать, начесывать и подстригать самостоятельно.

• **ДЛИННАЯ ПРЯМАЯ ФОРМА ЧЕЛКИ** сейчас находится на пике моды. Актуальны густые челки, закрывающие брови. Для создания стильного образа можно затонировать отдельные пряди челки несколькими оттенками. Длинную челку лучше не филировать: чем отчетливее линии, тем аккуратнее будет ваш образ. Очень модно закалывать длинную челку по бокам с помощью ярких заколок и аксессуаров.

• **ОЧЕНЬ КОРОТКАЯ ГРАДУИРОВАННАЯ ЧЕЛКА** подойдет девушкам с круглой формой лица. Это единственная форма челки, которую могут себе позволить круглолицые девушки. При резко выдающемся подбородке желательно носить прямую линию челки, которая поможет зрительно сбалансировать пропорции лица.

• **МНОГОСЛОЙНАЯ ЗУБЧАТАЯ ЧЕЛКА** всегда смотрится стильно. Она привлекает внимание к глазам, хорошо сочетается с колорированными и мелированными волосами.

• **КЛАССИЧЕСКИЙ ВИД ЧЕЛКИ В ФОРМЕ ДУГИ** подойдет женщинам с овальным или треугольным лицом. Она поможет уравновесить пропорции лица, смягчить угловатость.

КАКУЮ ВЫБРАТЬ?

Мода на челки меняется каждый год. Однако при выборе формы челки мода не должна играть решающую роль.

При **овальной форме** лица идеальной считается челка длиной до бровей или чуть ниже. При этом ее длина и густота могут быть любой: до бровей, длинной, короткой, прореженной, густой. Овальное лицо может также украсить длинная косая челка. Для создания делового образа подойдет классическая челка - в форме дуги.

Девушкам **с удлиненным лицом** рекомендуется носить длинные прямые или градуированные челки. Такие челки визуально расширяют лицо, уравновешивают его пропорции.

Если у вас **слишком высокий лоб**, подойдет длинная прямая челка. Также можно сделать длинную градуированную челку, и уложить ее по бокам лица.

Для того чтобы **уравновесить пропорции квадратного лица** и немного его сузить, выбирайте асимметричную форму челки. Подойдет короткая и прямая. Так вы немного округлите и уменьшите лицо. Кроме того, это отличный способ сделать акцент на глаза.

Для **сердцевидной формы лица** идеально будет смотреться негустая челка в форме дуги. Дугообразная челка будет выглядеть очень естественно и смягчит угловатые черты лица.

Женщинам **с маленьким лицом или мелкими чертами** лучше отказаться от длинных челок. Они сделают лицо еще меньше. В этом случае лучше выбрать короткую челку с рваными краями.

Для того чтобы **зрительно расширить узкое лицо,** сделайте густую широкую челку, от уха до уха.

Тяжелый подбородок поможет уравновесить редкая челка, которая постепенно перемешивается с основной массой волос.

Если необходимо **визуально уменьшить широкие скулы** и смягчить прямоугольную форму лица, выбирайте длинную редкую челку.

В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

УХАЖИВАЕМ ЗА КУТИКУЛОЙ

Одни люди вообще не замечают кутикулу, другие же страдают от ее частых надрывов. Что делать? Тщательно ухаживать.

* **Масляная смесь**. Смешать 1 ст л абрикосового масла или масла ростков пшеницы, 3 капли эфирного масла чайного дерева, 2 капли масла лаванды. Наносить и втирать в кутикулу. Повторять каждый день, минимальный курс - неделя.

* **Касторовое масло с йодом**. В пузырек с 20 мл масла капнуть 7-10 капель йода и хорошо перемешать, встряхивая. Наносить на подушечку пальцев и аккуратно втирать в ноготь и кутикулу до полного впитывания. Использовать ежедневно.

Уже через неделю кожа возле ногтей станет мягкой и гибкой, устойчивой к появлению повреждений.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Татьяна Диль-Илларионова: «ЙОГА ДЛЯ КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ»

- Секрет красоты и хорошего самочувствия - йога. Два года я занимаюсь в студии йоги и обязательно делаю упражнения дома по видеоурокам кундалини-йоги Майи Файнс. Подъем у меня в 6.00. Мой утренний ритуал: выпить стакан воды с лимоном, выполнить комплекс сурья намаскар - утреннее приветствие солнцу. Эти упражнения легко могут делать люди с разной физической подготовкой. Если позволяет время, уделяю такой разминке 40-45 минут, если нет - 15 минут достаточно, чтобы зарядиться энергией на весь день. Еще один прекрасный комплекс, который идеально подходит как мужчинам, так и женщинам для сохранения молодости, - «Пять тибетцев». Найти эти упражнения можно в Интернете. Именно йога научила меня медитировать, чувствовать свое тело, каждую его часть, концентрироваться на своем состоянии и самочувствии, контролировать собственные эмоции. В моей жизни не осталось места унынию, депрессии. Хорошее настроение и заряд энергии помогают добиваться многого в жизни.

НА ЗАМЕТКУ

Перед окрашиванием волос защитите участки кожи у линии роста волос, кончики ушей и шею. Для этого достаточно нанести на них вазелин или любой жирный крем. Это блокирует верхний слой кожи, препятствуя проникновению краски в него.

Если простое мыло и вода не справляются, возьмите тоник для лица или любое другое средство, в составе которого есть спирт.

К спирту в чистом виде стоит прибегать уже в крайнем случае, когда все остальные способы потерпели неудачу. Нанесите его на ватный тампон и аккуратно втирайте в пораженный участок, стараясь не растирать кожу чрезмерно.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00, 03.00** Новости.
09.15 Контрольная закупка.
09.50 «Жить здорово!». (16+)
10.55 Модный приговор.
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00, 18.25 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Тот, кто читает мысли (Менталист)». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «Познер». (16+)
01.00 Х/ф «Шерлок Холмс: Пустой катафалк». (16+)
02.45 Х/ф «В ритме беззакония». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, **09.15** Утро России.
09.00, **11.00, 14.00, 17.00, 20.00** Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.40, **14.40, 17.40, 20.45** «Вести Оренбуржья».
12.00 «Судьба человека». (12+)
13.00, 19.00 «60 Минут». (12+)
15.00 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.00 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Одна жизнь на двоих». (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
01.50 Т/с «Следователь Тихонов». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30** Новости культуры.
06.35 «Легенды мирового кино».
07.05 Д/с «Карамзин. Проверка временем».
07.35 Д/с «Архивные тайны».
08.05 Х/ф «Два Федора».
09.30 Д/ф «Ускорение. Пулковская обсерватория».
10.15, 17.45 «Наблюдатель».
11.10 «Программа «А» - парад».
12.05 «Мы - грамотеи!».
12.50 «Белая студия».
13.35 Черные дыры. Белые пятна.
14.15, 17.30 Д/ф «Мировые сокровища».
14.30 Библейский сюжет.
15.10 Фрайбургский барочный оркестр. «Истинный Моцарт».
16.00 «На этой неделе... 100 лет назад. Нефронтовые заметки».
16.30 «Агора».
18.45 Д/ф «После 45-го. Искусство с нуля».
19.45 Главная роль.
20.00 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.50 «Линия жизни».
21.50 Х/ф «Сказ про то, как царь Петр арапа женил».
23.50 Д/ф «Неевклидова геометрия Сергея Бархина».
00.20 «Программа «А» - парад».
01.15 Д/ф «Мировые сокровища».
01.30 Д/ф «Лао-цзы».
01.40 Фрайбургский барочный оркестр.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00 «Акценты». (12+)
06.35 Д/ф «Наша марка». (12+)
06.55, **08.40** «Погода». (0+)
07.00 «Итоги недели». (12+)
07.55, **12.00, 15.50, 18.10, 22.35** «Видеоблокнот». (12+)
08.05 «Воскресение». (16+)
08.20, **15.10, 20.10** «Оренбургский топ-экспресс». (12+)
08.45 Х/ф «Защита». (16+)
10.40 «Все дети делают это». (0+)
11.00, **12.10** Х/ф «Защита». (16+)
13.10 Х/ф «Линкольн для адвоката». (16+)
15.30, **17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.45** «Новости». (12+)
16.00, **17.20** Х/ф «Волновой эффект / обратный эффект». (16+)
18.20 Д/ф «Загадки русской истории». (0+)
19.40 «Хэштег». (16+)
19.50 «Моя квартира». (12+)
21.10 Х/ф «Цирк зажигает огни». (12+)
22.45 Д/ф «Мосфильм. Фабрика грез». (12+)
00.10 Х/ф «Запрет». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Военная тайна». (16+)
06.00, 11.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «Эхо недели». (16+)
07.30 «Круглый стол». (16+)
08.00 «Эхо недели». (16+)
08.30, **16.30, 18.00, 19.30, 23.02, 23.30** «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
12.00, 16.00 «Информационная программа 112». (16+)
12.30 «Круглый стол». (16+)
13.00, 23.55 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Ультрафиолет». (16+)
21.40 «Водить по-русски». (16+)
01.00 Т/с «Спартак: Боги арены». (18+)

НТВ

05.00, **06.05** Т/с «Супруги». (16+)
06.00, **10.00, 13.00, 16.00, 19.00** Сегодня.
07.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, **16.30** «Место встречи». (16+)
17.00, **19.40** Х/ф «Береговая охрана». (16+)
21.30 Т/с «Шуберт». (16+)
23.40 «Итоги дня».
00.10 «Поздняков». (16+)
00.25 Т/с «Дикий». (16+)
01.25 «Место встречи». (16+)

СТС

06.00 М/с «Смешарики». (0+)
06.20 М/с «Новаторы». (6+)
06.35 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.00 Х/ф «Как Гринч украл Рождество». (12+)
09.00, 00.30 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
09.30 Х/ф «Первый мститель. Противостояние». (16+)
12.30 Т/с «Кухня». (12+)
15.00 Т/с «Воронины». (16+)
20.00 Т/с «Ивановы-Ивановы». (16+)
21.00 Т/с «Улетный экипаж». (16+)
22.00 Х/ф «Люди в черном». (0+)
23.55 «Кино в деталях». (18+)
01.00 «Взвешенные люди». (16+)
03.00 «Империя иллюзий: Братья Сафроновы». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Понять. Простить». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 «Моя квартира». (12+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.25 «Давай разведемся!». (16+)
11.25 «Тест на отцовство». (16+)
12.25 «Понять. Простить». (16+)
14.05 Х/ф «Только не отпускай меня». (16+)
18.00, **22.30, 23.20** «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.05, **22.35** «Оренбург.Ru». (16+)
18.10 «Музыкальная версия». (16+)
18.20 «Включайся». (6+)
18.30, **23.15** «Специальный репортаж». (16+)
18.35 «Клуб». (16+)
18.45 «Преступление века». (16+)
19.00 Т/с «Женский доктор - 2». (16+)
20.00, **23.30** «Наше время». (16+)
20.15 «Кадры». (16+)
20.30 Х/ф «Восток-Запад» (16+)
22.40 «Тайный город». (16+)
22.50 «Будуар». (16+)
23.00 «Нефронтовые будни». (16+)
23.25 «Архитектурные сюжеты». (16+)
23.45 «В активном поиске». (16+)
00.00 «6 кадров». (16+)
00.30 Х/ф «Условия контракта». (16+)
02.30 Х/ф «Tu es... Ты есть...». (16+)

МАТЧ

08.30 Д/с «Заклятые соперники». (12+)
09.00, **10.30, 12.00, 13.05, 15.10, 17.15, 20.50** Новости.
09.05, **17.20, 22.55, 01.25** Все на Матч!
10.35 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
11.05 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Мужчины. (0+)
12.05 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины. (0+)
13.10 Футбол. Товарищеский матч. Перу - Хорватия. (0+)
15.15 Футбол. Товарищеский матч. Мексика - Исландия. (0+)
17.50 Футбол. Товарищеский матч. Нидерланды - Англия. (0+)
19.50 Тотальный футбол.
20.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Химки» - Уникс (Казань).
23.25 Футбол. Товарищеский матч. Португалия - Нидерланды.
02.05 Х/ф «Дублеры». (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.05 Х/ф «Свадьба с приданым». (6+)
10.35 Д/ф «Татьяна Пельтцер. Осторожно, бабушка!». (12+)
11.30, **14.30, 19.40, 22.00, 00.00** События.
11.50 «Постскриптум». (16+)
12.55 «В центре событий». (16+)
13.55 «Городское собрание». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 Т/с «Все к лучшему». (12+)
20.00 «Петровка, 38». (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «Гвардия России». (16+)
23.05 Без обмана. (16+)
00.30 «Право знать!». (16+)
02.05 Х/ф «Шофер поневоле». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 22.00** «Известия».
05.10 Х/ф «Назад в СССР». (16+)
09.25 Т/с «Убойная сила». (16+)
13.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-5». (16+)
15.20 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
17.20 Т/с «Детективы». (16+)
18.40, **22.30** Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Х/ф «И все-таки я люблю». (16+)

ТНТ

07.00 «Нефронтовые будни». (16+)
07.15, **14.15, 19.15** «Оренбург. Ru». (16+)
07.20, **14.20, 19.25** «Специальный репортаж». (16+)
07.25 «Кадры». (16+)
07.40 «Наше время». (16+)
07.55, **14.00** «Будуар». (16+)
08.10, **14.25, 19.20** «Архитектурные сюжеты». (16+)
08.15 «Под колпаком». (16+)
08.30 «Клуб». (16+)
08.40 «Преступление века». (16+)
09.00, **23.00** «Дом-2». (16+)
11.30 «Холостяк». (16+)
13.30 «Сашатаня». (16+)
14.30 «Комеди Клаб». (16+)
19.00 «Право на жизнь». (16+)
19.30 «Комеди Клаб». (16+)
20.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
21.00 «Где логика?». (16+)
22.00 «Однажды в России». (16+)
01.00 Т/с «Улица». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00 Х/ф «Сквозь огонь». (12+)
09.00, **23.00** Новости дня.
09.15 Х/ф «Сквозь огонь». (12+)
09.50, **12.05** Т/с «Привет от Катюши». (12+)
12.00, **16.00** Военные новости.
14.00 Х/ф «Скульптор смерти». (16+)
16.05 Х/ф «Механик». (16+)
18.10 Д/с «Партизаны против вермахта». (16+)
18.40 Д/с «Артиллерия Второй мировой войны». (6+)
19.35 «Теория заговора». (12+)
20.20 «Специальный репортаж». (12+)
20.45 Д/с «Загадки века». (12+)
21.35 «Особая статья». (12+)
23.15 «Звезда на «Звезде». (6+)
00.00 Х/ф «Женитьба Бальзаминова». (6+)

ТВ-вторник 27 марта

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00, 03.00** Новости.
09.15 Контрольная закупка.
09.50 «Жить здорово!». (16+)
10.55 Модный приговор.
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.25 Т/с «Тот, кто читает мысли (Менталист)». (16+)
20.15 «Время».
20.45 Футбол. Сборная России - сборная Франции. Товарищеский матч.
23.00 «Вечерний Ургант». (16+)
23.35 «Юрий Гагарин. Последний миг». (12+)
00.30 Х/ф «Шерлок Холмс: Знак трех». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, **09.15** Утро России.
09.00, **11.00, 14.00, 17.00, 20.00** Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.40, **14.40, 17.40, 20.45** «Вести Оренбуржья».
12.00 «Судьба человека». (12+)
13.00, 19.00 «60 Минут». (12+)
15.00 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.00 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Одна жизнь на двоих». (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
01.50 Т/с «Следователь Тихонов». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30** Новости культуры.
06.35 «Легенды мирового кино».
07.05 «Пешком...».
07.35 «Правила жизни».
08.05 Х/ф «Сказ про то, как царь Петр арапа женил».
09.40, 19.45 Главная роль.
10.15, 17.45 «Наблюдатель».
11.10 «Театральные встречи. Забавный случай».
12.20 «Гений».
12.55 «Сати. Нескучная классика...».
13.40 Д/ф «Троянский конь: миф или реальность?».
14.30, 23.50 Д/ф «Неевклидова геометрия Сергея Бархина».
15.10 Фрайбургский барочный оркестр.
15.45 Д/ф «О'Генри».
15.55 «Пятое измерение».
16.25 «2 Верник 2».
17.20 Д/ф «Звездный избранник».
18.45 Д/ф «Оттепель».
20.05 «Спокойной ночи, малыши!».
20.15 Д/ф «Ступени цивилизации».
21.10 Д/ф «Три революции Максима Горького».
21.50 Х/ф «Детство Горького».
00.20 «Театральные встречи. Забавный случай».
01.25 Фрайбургский барочный оркестр.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 02.00** «Новости». (12+)
06.15 Д/ф «Загадки русской истории». (0+)
07.20, **15.10, 22.55** «Оренбургский топ-экспресс». (12+)
07.50, **12.00, 15.50, 18.10, 22.45** «Видеоблокнот». (12+)
08.20 «Моя квартира». (12+)
08.40 Д/ф «Наша марка». (12+)
09.15, **12.10** Х/ф «Боцман Чайка». (12+)
13.05 «Хэштег». (16+)
13.15 Х/ф «Волновой эффект / обратный эффект». (16+)
14.40 «Кино». (12+)
16.00, **17.20** Х/ф «Запрет». (16+)
18.20 «Просто красиво». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.35 «Обратная связь». (12+)
20.20 «Правильный выбор». (12+)
21.10 Х/ф «Прячься». (16+)
23.15 Д/ф «Наша марка». (12+)
00.10 Х/ф «Стоун». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 11.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.32, **08.02, 08.30, 12.32, 16.30, 18.00, 19.30, 23.02, 23.30** «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
12.00, 16.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00, 23.55 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Леон». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
01.00 Т/с «Спартак: Боги арены». (18+)

НТВ

05.00, **06.05** Т/с «Супруги». (16+)
06.00, **10.00, 13.00, 16.00, 19.00** Сегодня.
07.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, **16.30** «Место встречи». (16+)
17.00, **19.40** Т/с «Береговая охрана». (16+)
21.30 Т/с «Шуберт». (16+)
23.40 «Итоги дня».
00.10 Т/с «Дикий». (16+)
01.10 «Место встречи». (16+)

СТС

06.00 М/с «Смешарики». (0+)
06.20 М/с «Новаторы». (6+)
06.40 М/с «Команда Турбо». (0+)
07.30 М/с «Три кота». (0+)
07.45 М/с «Шоу мистера Пибоди и Шермана». (0+)
08.10 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00, **23.45** «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
10.00 Х/ф «Люди в черном». (0+)
12.00 Т/с «Кухня». (12+)
17.00 Т/с «Воронины». (16+)
20.00 Т/с «Ивановы-Ивановы». (16+)
21.00 Т/с «Улетный экипаж». (16+)
22.00 Х/ф «Люди в черном-2». (12+)
01.00 Х/ф «Несносные боссы». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Понять. Простить». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.30, **00.00** «6 кадров». (16+)
07.45 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.45 «Давай разведемся!». (16+)
11.45 «Тест на отцовство». (16+)
12.45 «Понять. Простить». (16+)
14.25 Х/ф «Нелюбовь». (16+)
18.00, **22.30, 23.20** «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.05, **22.35** «Оренбург.Ru». (16+)
18.10 «Музыкальная версия». (16+)
18.20 «Детское кино». (6+)
18.30, **23.15** «Специальный репортаж». (16+)
18.35 «Кадры». (16+)
18.45 «Преступление века». (16+)
19.00 Т/с «Женский доктор - 2». (16+)
20.00, **23.30** «Наше время». (16+)
20.15 «Клуб». (16+)
20.30 Х/ф «Восток-Запад» (16+)
22.40 «Тайный город». (16+)
22.50 «Под колпаком». (16+)
23.00 «Нефронтовые будни». (16+)
23.25 «Архитектурные сюжеты». (16+)
23.45 «Будуар». (16+)
00.30 Х/ф «Условия контракта». (16+)
02.35 Х/ф «Странная женщина». (16+)

МАТЧ

08.30 Д/с «Заклятые соперники». (12+)
09.00, **19.00, 22.40** Новости.
09.05, **19.05, 01.40** Все на Матч!
10.55 Футбол. Товарищеский матч. Легенды «Ливерпуля» - Легенды «Баварии». (0+)
12.55 Лыжный спорт. Чемпионат России. Женщины. 10 км.
14.25 Лыжный спорт. Чемпионат России. Мужчины. 15 км.
16.00 Тотальный футбол (12+)
17.00 Футбол. Товарищеский матч. Португалия - Нидерланды. (0+)
19.35 «Десятка!». (16+)
19.55 Все на футбол!
20.50 Профессиональный бокс. (16+)
22.45 Все на футбол!
23.40 Футбол. Товарищеский матч. Германия - Бразилия.
02.00 Футбол. Товарищеский матч. Англия - Италия. (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.20 «Доктор И...». (16+)
08.55 Х/ф «Я объявляю вам войну». (12+)
10.35 Д/ф «Последняя весна Николая Еременко». (12+)
11.30, **14.30, 19.40, 22.00** События.
11.50 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Отар Кушанашвили». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 Т/с «Все к лучшему». (12+)
20.00 «Петровка, 38». (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «Осторожно, мошенники! Диагноз на миллион». (16+)
23.05 Д/ф «Изгнание дьявола». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Т/с «Коломбо». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 22.00** «Известия».
05.10 Х/ф «И все-таки я люблю». (16+)
09.25 Т/с «Убойная сила». (16+)
13.25 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
17.20 Т/с «Детективы». (16+)
18.40, **22.30** Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Х/ф «И все-таки я люблю». (16+)

ТНТ

07.00 «Нефронтовые будни». (16+)
07.15, **14.15, 19.15** «Оренбург. Ru». (16+)
07.20, **14.20, 19.25** «Специальный репортаж». (16+)
07.25 «Под колпаком». (16+)
07.40 «Наше время». (16+)
07.55 «В активном поиске». (16+)
08.10, **14.25, 19.20** «Архитектурные сюжеты». (16+)
08.15 «Кадры». (16+)
08.30 «Будуар». (16+)
08.40 «Преступление века». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Перезагрузка». (16+)
12.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
14.00 «Клуб». (16+)
14.30 «Комеди Клаб». (16+)
19.00 «Право на жизнь». (16+)
19.30 «Комеди Клаб». (16+)
20.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
21.00 «Импровизация». (16+)
22.00 «Шоу «Студия Союз». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 Т/с «Улица». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00 Т/с «Белые волки». (16+)
09.00, **23.00** Новости дня.
09.15 Т/с «Белые волки». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
12.05, **16.05** Т/с «Белые волки». (16+)
18.10 Д/с «Партизаны против вермахта». (16+)
18.40 Д/с «Артиллерия Второй мировой войны». (6+)
19.35 «Легенды армии». (12+)
20.20 «Теория заговора». (12+)
20.45 «Улика из прошлого». (16+)
21.35 «Особая статья». (12+)
23.15 «Звезда на «Звезде». (6+)
00.00 Х/ф «Ночное происшествие». (12+)
01.55 Х/ф «Приказано взять живым». (6+)

№11 (1 185) 20.03.18 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00, 03.00** Новости.
09.15 Контрольная закупка.
09.50 «Жить здорово!». (16+)
10.55 Модный приговор.
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Тот, кто читает мысли (Менталист)». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «Александр Митта. Мастер катастроф». (12+)
01.05 Х/ф «Шерлок Холмс: Его последний обет». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, **09.15** Утро России.
09.00, **11.00, 14.00, 17.00, 20.00** Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.40, **14.40, 17.40, 20.45** «Вести Оренбуржья».
12.00 «Судьба человека». (12+)
13.00, 19.00 «60 Минут». (12+)
15.00 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.00 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Одна жизнь на двоих». (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
01.50 Т/с «Следователь Тихонов». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30** Новости культуры.
06.35 «Легенды мирового кино».
07.05 «Пешком...».
07.35 «Правила жизни».
08.05 Х/ф «Детство Горького».
09.40, 19.45 Главная роль.
10.15, 17.45 «Наблюдатель».
11.10 Д/ф «О Москве и москвичах».
12.20 «Игра в бисер». «Поэзия Гавриила Державина».
13.00 Искусственный отбор.
13.40 Д/ф «Императорский дворец в Киото. Красота, неподвластная времени».
14.30, 23.50 Д/ф «Неевклидова геометрия Сергея Бархина».
15.10, 01.35 Фрайбургский барочный оркестр. Произведения Г. Телемана
15.55 «Пешком...».
16.25 «Линия жизни».
17.20 Д/ф «4001-й литерный».
18.45 Д/ф «Венеция. Остров как палитра».
20.05 «Спокойной ночи, малыши!».
20.15 Д/ф «Ступени цивилизации».
21.10 «Абсолютный слух».
21.50 Х/ф «В людях».
00.20 Д/ф «О Москве и москвичах».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 23.30, 01.50** «Новости». (12+)
06.15 Д/ф «Загадки русской истории». (0+)
07.20 «Хэштег». (16+)
07.30 Д/ф «Наша марка». (12+)
07.50, **12.20, 15.50, 18.10, 22.55** «Видеоблокнот». (12+)
08.20 «Просто красиво». (12+)
08.40, **15.10, 23.05** «Оренбургский топ-экспресс». (12+)
09.15 Х/ф «Цирк зажигает огни». (12+)
10.40 Х/ф «Запрет». (16+)
12.30 «Барышня и кулинар». (12+)
13.00 «Обратная связь». (12+)
13.45 «Моя квартира». (12+)
14.05 Д/ф «Мосфильм. Фабрика грез». (12+)
16.00, **17.20** Т/с «Джамайка». (12+)
18.20 «Кино». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.35 «Обратная связь». (12+)
20.30 «Новости». (12+)
21.10 Х/ф «Запах вереска». (16+)
00.10, **02.30** Х/ф «Правила жизни». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00, 09.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 11.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.32, **08.02, 08.30, 12.32, 16.30, 18.00, 19.30, 23.02, 23.30** «Новости». (16+)
12.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00, 23.55 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Поцелуй дракона». (16+)
21.50 «Смотреть всем!». (16+)
01.00 Т/с «Спартак: Боги арены». (18+)

НТВ

05.00, **06.05** Т/с «Супруги». (16+)
06.00, **10.00, 13.00, 16.00, 19.00** Сегодня.
07.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, **16.30** «Место встречи». (16+)
17.00, **19.40** Т/с «Береговая охрана». (16+)
21.30 Т/с «Шуберт». (16+)
23.40 «Итоги дня».
00.10 Т/с «Дикий». (16+)
01.10 «Место встречи». (16+)

СТС

06.00 М/с «Смешарики». (0+)
06.20 М/с «Новаторы». (6+)
06.40 М/с «Команда Турбо». (0+)
07.30 М/с «Три кота». (0+)
07.45 М/с «Шоу мистера Пибоди и Шермана». (0+)
08.10 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00, 00.05 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
10.10 Х/ф «Люди в черном-2». (12+)
12.00 Т/с «Кухня». (12+)
17.00 Т/с «Воронины». (16+)
20.00 Т/с «Ивановы-Ивановы». (16+)
21.00 Т/с «Улетный экипаж». (16+)
22.00 Х/ф «Люди в черном-3». (12+)
01.00 Х/ф «Несносные боссы-2». (18+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Понять. Простить». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.25 «Давай разведемся!». (16+)
11.20 «Тест на отцовство». (16+)
12.20 «Понять. Простить». (16+)
14.00 Х/ф «Ппроцесс». (16+)
18.00, **22.30, 23.20** «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.05, **22.35** «Оренбург.Ru». (16+)
18.10 «Музыкальная версия». (16+)
18.20 «Молодое Оренбужье». (6+)
18.30, **23.15** «Специальный репортаж». (16+)
18.35 «В активном поиске». (16+)
18.45 «Моя нация». (16+)
19.00 Т/с «Женский доктор - 2». (16+)
20.00, **23.30** «Наше время». (16+)
20.15 «Будуар». (16+)
20.30 Х/ф «Восток-Запад» (16+)
22.40 «Тайный город». (16+)
22.50 «Кадры». (16+)
23.00 «Нефронтовые будни». (16+)
23.25 «Архитектурные сюжеты». (16+)
23.45 «Клуб». (16+)
00.30 Х/ф «Условия контракта». (16+)

МАТЧ

08.30 Футбол. Товарищеский матч. Мексика - Хорватия.
08.55, **10.55, 14.30, 15.55, 18.00, 20.45, 22.50** Новости.
09.00, **14.35, 18.05, 22.55, 01.00** Все на Матч!
11.00 «Новое поколение. Молодые тренеры». (12+)
11.30 Футбол. Товарищеский матч. Англия - Италия. (0+)
13.30 Футбольное столетие. (12+)
14.00 «Россия футбольная». (12+)
14.55 Лыжный спорт. Чемпионат России. Командный спринт. Финалы.
16.00 Футбол. Товарищеский матч. Бельгия - Саудовская Аравия. (0+)
18.45 Футбол. Товарищеский матч. Египет - Греция. (0+)
20.50 Футбол. Товарищеский матч. Россия - Франция. (0+)
23.30 «Россия футбольная». (12+)
00.00 Александр Поветкин. Знаковые поединки. (16+)
01.30 Х/ф «Цена славы». (16+)
03.40 Профессиональный бокс. (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Шофер поневоле». (12+)
10.35 Д/ф «Короли эпизода. Сергей Филиппов». (12+)
11.30 События.
11.50 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Ольга Ломоносова». (12+)
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 Т/с «Все к лучшему». (12+)
19.40 События.
20.00 «Петровка, 38». (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.00 События.
22.30 «Линия защиты». (16+)
23.05 «Хроники московского быта. Последняя рюмка». (12+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Т/с «Коломбо». (12+)
02.25 Х/ф «Опекун». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 22.00** «Известия».
05.10 Х/ф «И все-таки я люблю». (16+)
09.25 Т/с «Убойная сила». (16+)
13.25 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
17.20 Т/с «Детективы». (16+)
18.40, **22.30** Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Х/ф «Короткое дыхание». (16+)

ТНТ

07.00 «Нефронтовые будни». (16+)
07.15, **14.15, 19.15** «Оренбург. Ru». (16+)
07.20, **14.20, 19.25** «Специальный репортаж». (16+)
07.25, **08.30** «В активном поиске». (16+)
07.40 «Наше время». (16+)
07.55 «Клуб». (16+)
08.10, **14.25, 19.20** «Архитектурные сюжеты». (16+)
08.15, **14.00** «Будуар». (16+)
08.40 «Моя нация». (16+)
09.00, 23.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Большой завтрак». (16+)
12.00 Т/с «Сашатаня». (16+)
14.30 «Комеди Клаб». (16+)
19.00 «Право на жизнь». (16+)
19.30 «Комеди Клаб». (16+)
20.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
21.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Где логика?». (16+)
01.00 Т/с «Улица». (16+)
03.00 Х/ф «На расстоянии любви». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00 Т/с «Белые волки». (16+)
09.00, **23.00** Новости дня.
09.15 Т/с «Белые волки». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
12.05, **16.05** Т/с «Белые волки». (16+)
18.10 Д/с «Партизаны против вермахта». (16+)
18.40 Д/с «Артиллерия Второй мировой войны». (6+)
19.35 «Последний день». (12+)
20.20 «Специальный репортаж». (12+)
20.45 Д/с «Секретная папка». (12+)
21.35 «Процесс». (12+)
23.15 «Звезда на «Звезде». (6+)
00.00 Х/ф «Екатерина Воронина». (12+)
01.55 Х/ф «Запасной игрок».

ТВ-четверг 29 марта

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00, 03.00** Новости.
09.15 Контрольная закупка.
09.50 «Жить здорово!». (16+)
10.55 Модный приговор.
12.15, 17.00 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Тот, кто читает мысли (Менталист)». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 На ночь глядя. (16+)
01.00 Х/ф «Обратная сторона полуночи». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, **09.15** Утро России.
09.00, **11.00, 14.00, 17.00, 20.00** Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.40, **14.40, 17.40, 20.45** «Вести Оренбуржья».
12.00 «Судьба человека». (12+)
13.00, 19.00 «60 Минут». (12+)
15.00 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.00 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Одна жизнь на двоих». (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
01.50 Т/с «Следователь Тихонов». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30** Новости культуры.
06.35 «Легенды мирового кино».
07.05 «Пешком...».
07.35 «Правила жизни».
08.05 Х/ф «В людях».
09.40, 19.45 Главная роль.
10.15, 17.45 «Наблюдатель».
11.10 «Монолог женщины». Концерт Валентины Толкуновой.
12.15 Д/ф «Короли династии Фаберже».
12.55 «Абсолютный слух».
13.35 Д/ф «Люди и камни эпохи неолита».
14.30, 23.50 Д/ф «Неевклидова геометрия Сергея Бархина».
15.10, 01.25 Фрайбургский барочный оркестр. Произведения И. С. Баха.
15.50 Д/ф «Роберт Бернс».
15.55 Пряничный домик.
16.25 «Ближний круг».
17.20 Д/ф «4001-й литерный».
18.45 Д/ф «Цвингер. По следу дрезденских шедевров».
20.05 «Спокойной ночи, малыши!».
20.15 Д/ф «Ступени цивилизации».
21.10 «Энигма. Марис Янсонс».
21.50 Х/ф «Мои университеты».
00.20 «Монолог женщины». Концерт Валентины Толкуновой.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 02.00** «Новости». (12+)
06.15 Д/ф «Загадки русской истории». (0+)
07.20, 15.10, 23.05 «Оренбургский топ-экспресс». (12+)
07.50, 12.50, 15.50, 18.10, 22.55 «Видеоблокнот». (12+)
08.20 «Кино». (0+)
08.40 «Моя квартира». (12+)
09.15 Х/ф «Прячься». (16+)
10.50 Х/ф «Стоун». (16+)
13.00 «Обратная связь». (12+)
13.45 «Просто красиво». (12+)
14.05 Д/ф «Мосфильм. Фабрика грез». (12+)
16.00, 17.20 Т/с «Джамайка». (12+)
18.20 «Автотема». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.40 «Начинаем следствие». (16+)
20.00 «Зеленый рынок». (12+)
20.20 «Хэштег». (16+)
21.10 Х/ф «Любовь под надзором». (16+)
00.10 Х/ф «Параллельные миры». (16+)
02.40 Х/ф «Запах вереска». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, **09.00** «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.32, **08.02, 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.02, 23.30** «Новости». (16+)
08.27 «Астропрогноз». (16+)
12.00 «Круглый стол». (16+)
13.00, 23.55 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Круглый стол». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Перл-Харбор». (16+)
01.00 Т/с «Спартак: Возмездие». (18+)
02.30 Т/с «Под ливнем пуль». (16+)

НТВ

05.00, **06.05** Т/с «Супруги». (16+)
06.00, **10.00, 13.00, 16.00, 19.00** Сегодня.
07.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, **16.30** «Место встречи». (16+)
17.00, **19.40** Т/с «Береговая охрана». (16+)
21.30 Т/с «Шуберт». (16+)
23.40 «Итоги дня».
00.10 Т/с «Дикий». (16+)
01.10 «Место встречи». (16+)

СТС

06.00 М/с «Смешарики». (0+)
06.20 М/с «Новаторы». (6+)
06.40 М/с «Команда Турбо». (0+)
07.30 М/с «Три кота». (0+)
07.45 М/с «Шоу мистера Пибоди и Шермана». (0+)
08.10 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00, 00.00 «Шоу «Уральских пельменей» (12+)
09.50 Х/ф «Люди в черном-3». (12+)
12.00 Т/с «Кухня». (16+)
17.00 Т/с «Воронины». (16+)
20.00 Т/с «Ивановы-Ивановы». (16+)
21.00 Т/с «Улетный экипаж». (16+)
22.00 Х/ф «После нашей эры». (12+)
01.00 Х/ф «Стиратель». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Понять. Простить». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.30 «6 кадров». (16+)
07.40 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.40 «Давай разведемся!». (16+)
11.40 «Тест на отцовство». (16+)
12.40 «Понять. Простить». (16+)
13.50 Х/ф «Подруга особого назначения». (16+)
18.00, **22.30, 23.20** «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.05, **22.35** «Оренбург.Ru». (16+)
18.10 «Музыкальная версия». (16+)
18.20 «Детское кино». (6+)
18.30, **23.15** «Специальный репортаж». (16+)
18.35 «Кадры». (16+)
18.45 «Моя нация». (16+)
19.00 Т/с «Женский доктор - 2». (16+)
20.00, **23.30** «Наше время». (16+)
20.15 «Клуб». (16+)
20.30 Х/ф «Восток-Запад» (16+)
22.40 «Тайный город». (16+)
22.50 «В активном поиске». (16+)
23.00 «Нефронтовые будни». (16+)
23.25 «Архитектурные сюжеты». (16+)
23.45 «Будуар». (16+)
00.00 Видеоблокнот. (12+)
00.10 «Поехали». (12+)

МАТЧ

08.30 Д/с «Заклятые соперники». (12+)
09.00, **11.00, 14.25, 16.55, 20.00** Новости.
09.05, **14.30, 17.00, 20.05, 01.55** Все на Матч!
11.05 Футбольное столетие (12+)
11.35 «Биатлон. Сезон, который мы потеряли». (12+)
12.05 Биатлон. Чемпионат России. Индивидуальная гонка. Женщины.
13.55 «Постолимпийский лед. Фигура будущего». (12+)
15.05 Биатлон. Чемпионат России. Индивидуальная гонка. Мужчины.
17.30 Футбол. Товарищеский матч. Мексика - Хорватия. (0+)
19.30 Обзор товарищеских матчей. (12+)
20.30 Д/с «Утомленные славой». (12+)
21.00 Континентальный вечер.
21.25 Хоккей. КХЛ. Финал конференции «Запад».
23.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
02.30 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. 1/2 финала. (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.05 «Доктор И...». (16+)
08.40 Х/ф «Кольцо из Амстердама». (12+)
10.20 Д/ф «Николай Караченцов. Нет жизни До и После...». (12+)
11.30, **14.30, 19.40, 22.00** События.
11.50 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Ксения Георгиади». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.45 Т/с «Все к лучшему». (12+)
20.00 «Петровка, 38». (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «Вся правда». (16+)
23.05 Д/ф «Конечная остановка. Как умирали советские актеры». (12+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Т/с «Коломбо». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 22.00** «Известия».
05.10 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
09.25 Т/с «Десантура». (16+)
13.25 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
17.20 Т/с «Детективы». (16+)
18.40, **22.30** Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».

ТНТ

07.00 «Нефронтовые будни». (16+)
07.20, 19.25 «Специальный репортаж». (16+)
07.25 «Кадры». (16+)
07.40 «Наше время». (16+)
07.55 «Будуар». (16+)
08.10, **14.25, 19.20** «Архитектурные сюжеты». (16+)
08.15 «Под колпаком». (16+)
08.30, **19.00** «Клуб». (16+)
08.40 «Моя нация». (16+)
09.00, 23.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Агенты 003». (16+)
12.00 Т/с «Сашатаня». (16+)
14.00 «Право на жизнь». (16+)
14.15, **19.15** «Оренбург.Ru». (16+)
14.20 «Специальный репортаж». (16+)
14.30 «Комеди Клаб». (16+)
19.30 «Комеди Клаб». (16+)
20.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
21.00 «Шоу «Студия Союз». (16+)
22.00 «Импровизация». (16+)
01.00 Т/с «Улица». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00 Т/с «Белые волки». (16+)
09.00, **23.00** Новости дня.
09.15 Т/с «Белые волки». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
12.05, **16.05** Т/с «Белые волки». (16+)
17.10 Д/ф «Легендарные вертолеты. Ми-28. Винтокрылый танк». (6+)
18.10 Д/с «Партизаны против вермахта». (16+)
18.40 Д/с «Артиллерия Второй мировой войны». (6+)
19.35 «Легенды кино». (6+)
20.20 «Теория заговора». (12+)
20.45 «Код доступа». (12+)
21.35 «Процесс». (12+)
23.15 «Звезда на «Звезде». (6+)
00.00 Т/с «Колье Шарлотты».

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00** Новости.
09.15 Контрольная закупка.
09.50 «Жить здорово!». (16+)
10.55 Модный приговор.
12.15, **17.00** «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «Человек и закон». (16+)
19.55 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время».
21.30 «Голос. Дети».
23.15 «Вечерний Ургант». (16+)
00.10 «Городские пижоны». «Queen». (16+)
01.20 Х/ф «Вкус чудес». (12+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, **09.15** Утро России.
09.00, **11.00**, **14.00**, **17.00**, **20.00** Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.40, **14.40**, **17.40**, **20.45** «Вести Оренбуржья».
12.00 «Судьба человека». (12+)
13.00, **19.00** «60 Минут». (12+)
15.00 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.00 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Юбилейный вечер Владимира Винокура. (16+)
00.40 Х/ф «Любовь и море». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00**, **07.30**, **08.00**, **10.00**, **15.00**, **19.30**, **23.10** Новости культуры.
06.35 «Легенды мирового кино».
07.05 «Пешком...».
07.35 «Правила жизни».
08.05 Х/ф «Мои университеты».
09.40 Главная роль.
10.20 Х/ф «Летчики».
11.55 Д/ф «Цвингер. По следу дрезденских шедевров».
12.40 «Энигма. Марис Янсонс».
13.20 Д/ф «Мировые сокровища».
13.35 Д/ф «Люди и камни эпохи неолита
14.30 Д/ф «Неевклидова геометрия Сергея Бархина».
15.10 Александр Таро. Клавирные сонаты.
16.00 «Письма из провинции».
16.30 Д/ф «Исаак Штокбант. Басни о любви».
16.55 Д/ф «Интернет полковника Китова».
17.40 Д/с «Дело №. Александр Радищев: книжное дело».
18.05 Х/ф «Прощание славянки».
19.45 Смехоностальгия.
20.15 «Линия жизни». Семен Альтов.
21.10 Х/ф «Blowup».
23.30 «2 Верник 2».
00.20 Х/ф «Дипан».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **07.00**, **08.00**, **09.00**, **15.30**, **17.00**, **19.00**, **20.30**, **23.30**, **02.25** «Новости». (12+)
06.15 Д/ф «Загадки русской истории». (0+)
07.20, **13.05**, **20.05** «Оренбургский топ-экспресс». (12+)
07.50, **12.50**, **15.50**, **18.10**, **00.30** «Видеоблокнот». (12+)
08.20 «Автотема». (12+)
08.40 «Зеленый рынок». (12+)
09.15 Х/ф «Правила жизни». (16+)
10.55 «Просто красиво». (12+)
11.15 Х/ф «Правила жизни». (16+)
13.25 «Кино». (12+)
13.45 Д/ф «Эдита Пьеха. Помню только хорошее». (12+)
15.10 «Моя квартира». (12+)
16.00, **17.20** Т/с «Джамайка». (12+)
18.20 «Начинаем следствие». (16+)
18.35 Д/ф «Наша марка». (12+)
19.35 «Защита здесь». (12+)
19.50 «Хэштег». (16+)
20.00, **22.30** «Погода на неделю». (0+)
21.05 Х/ф «Демидовы». (12+)
00.40 Х/ф «Новая земля». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, **09.00**, **10.00** «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.32, **08.02**, **08.30**, **12.30**, **16.30**, **19.30**, **23.00** «Новости». (16+)
12.00 «Круглый стол». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Эхо недели». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «Тайны гипноза». (16+)
21.00 «Русское оружие против американского». (16+)
23.30 Х/ф «Обитель зла: Последняя глава». (16+)
01.20 Х/ф «Газонокосильщик». (16+)
02.50 Х/ф «Газонокосильщик 2: За пределами киберпространства». (16+)

НТВ

05.00, **06.05** Т/с «Супруги». (16+)
06.00, **10.00**, **13.00**, **16.00**, **19.00** Сегодня.
07.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00 «Место встречи». (16+)
16.30 «ЧП. Расследование». (16+)
17.00, **19.40** Т/с «Береговая охрана». (16+)
21.30 Т/с «Шуберт». (16+)
23.50 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
00.20 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.20 «Место встречи». (16+)

СТС

06.00 М/с «Смешарики». (0+)
06.20 М/с «Новаторы». (6+)
06.40 М/с «Команда Турбо». (0+)
07.30 М/с «Три кота». (0+)
07.45 М/с «Шоу мистера Пибоди и Шермана». (0+)
08.10 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00 «Шоу «Уральских пельменей» (12+)
10.00 Х/ф «После нашей эры». (12+)
12.00 Т/с «Кухня». (16+)
17.00 Т/с «Улетный экипаж». (16+)
21.00 Х/ф «Я - легенда». (16+)
22.55 Х/ф «Три икс». (16+)
01.15 Х/ф «Нечто». (18+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Понять. Простить». (16+)
07.00, **18.00**, **00.00** Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.30 «6 кадров». (16+)
07.45 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.45 Х/ф «Условия контракта». (16+)
18.10 «Правильный выбор». (12+)
18.20 «Просто красиво». (12+)
18.45 «Поехали». (12+)
19.00 Х/ф «Счастье есть». (16+)
22.45 «6 кадров». (16+)
00.10 «Автотема». (12+)
00.30 Х/ф «Билет на двоих». (16+)

МАТЧ

08.30 Д/с «Заклятые соперники». (12+)
09.00, **16.10**, **18.45**, **20.20** Новости.
09.05, **14.00**, **16.15**, **02.00** Все на Матч!
10.55 Футбол. Товарищеский матч. Дания - Чили. (0+)
12.55 Лыжный спорт. Чемпионат России. Эстафета. Женщины.
14.25 Лыжный спорт. Чемпионат России. Эстафета. Мужчины.
16.45 Футбол. Товарищеский матч. Перу - Исландия. (0+)
18.50 Профессиональный бокс. (16+)
19.50 Все на футбол! Афиша (12+)
20.25 Континентальный вечер.
20.55 Хоккей. КХЛ. Финал конференции «Восток».
23.25 Смешанные единоборства.
02.30 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Жальгирис». (Литва) - ЦСКА (Россия). (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 Х/ф «Судьба Марины».
10.10 Х/ф «Первый раз прощается». (12+)
11.30, **14.30** События.
11.50 Х/ф «Первый раз прощается». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Д/ф «Конечная остановка. Как умирали советские актеры». (12+)
15.55 Х/ф «Жених из Майами». (16+)
17.30 Х/ф «Сердце женщины». (12+)
19.30 «В центре событий». (16+)
20.40 «Красный проект». (16+)
22.00 События.
22.30 «Приют комедиантов». (12+)
00.25 Д/ф «Александр Збруев. Небольшая перемена». (12+)
01.15 Х/ф «Кино про Алексеева». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00**, **13.00** «Известия».
05.10 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
09.25 Т/с «Десантура». (16+)
13.25 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
17.10 Т/с «След». (16+)
01.15 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «Нефронтовые будни». (16+)
07.20, **14.20**, **19.25** «Специальный репортаж». (16+)
07.25 «Под колпаком». (16+)
07.40 «Наше время». (16+)
07.55, **14.00** «Клуб». (16+)
08.10, **14.25**, **19.20** «Архитектурные сюжеты». (16+)
08.15 «Будуар». (16+)
08.30 «В активном поиске». (16+)
08.40 «Моя нация». (16+)
09.00, **23.00** «Дом-2». (16+)
11.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
14.15, **19.15** «Оренбург.Ru». (16+)
14.30 «Комеди Клаб». (16+)
19.00 «Право на жизнь». (16+)
19.30 «Комеди Клаб». (16+)
20.00 Т/с «Love is». (16+)
21.00 «Песни». (16+)
01.00 «Такое кино!». (16+)
01.30 Х/ф «Погнали!». (16+)
03.15 Х/ ф «Дети без присмотра (12+)
05.05 «Comedy Woman». (16+).

ЗВЕЗДА

06.00 «Теория заговора». (12+)
07.05 Х/ф «Перед рассветом». (16+)
09.00, **23.00** Новости дня.
09.20 Х/ф «В добрый час!».
11.25, **12.05** Х/ф «Дом, в котором я живу». (6+)
12.00, **16.00** Военные новости.
13.50, **16.05** Т/с «Сержант милиции». (6+)
18.10 Д/с «Оружие XX века». (12+)
18.45 Х/ф «Кубанские казаки».
20.55 Х/ф «Родина или смерть». (12+)
22.40, **23.15** Х/ф «Парадиз». (16+)
00.50 Х/ф «Без права на провал». (12+)
02.20 Х/ф «Все то, о чем мы так долго мечтали». (12+)

ТВ-суббота 31 марта

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, **10.00** Новости.
06.10 Х/ф «Добровольцы». (12+)
08.00 «Играй, гармонь любимая!».
08.45 «Смешарики. Новые приключения».
09.00 Умницы и умники. (12+)
09.45 «Слово пастыря».
10.15 «Александр Збруев. Три истории любви». (12+)
11.20 Смак. (12+)
12.00 Новости.
12.15 «Идеальный ремонт».
13.10 Х/ф «2 билета на дневной сеанс». (12+)
15.00 «Витязь». Без права на ошибку». (12+)
16.00 Концерт к Дню войск национальной гвардии РФ.
18.00 Вечерние новости.
18.15 «Кто хочет стать миллионером?».
19.50 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время».
21.20 «Сегодня вечером». (16+)
22.55 Х/ф «Эверест». (12+)
01.10 Х/ф «Любители истории». (16+)
03.10 Х/ф «Прогулка в облаках». (12+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

04.40 Т/с «Срочно в номер!». (12+)
06.35 Мульт утро.
07.10 «Живые истории».
08.00, **11.20** «Вести Оренбуржья».
08.20 Россия. Местное время. (12+)
09.20 «Сто к одному».
10.10 «Пятеро на одного».
11.00 Вести.
11.40 «Юмор! Юмор! Юмор!!!». (16+)
14.00 Х/ф «Украденное счастье». (12+)
18.00 «Привет, Андрей!». (12+)
20.00 Вести в субботу.
21.00 Х/ф «Поезд судьбы». (12+)
00.55 Х/ф «Мечтать не вредно». (12+)
03.00 Т/с «Личное дело». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Библейский сюжет.
07.05 Х/ф «Прощание славянки».
08.25 М/ф.
09.05 Д/с «Святыни Кремля
09.35 «Обыкновенный концерт».
10.05 Х/ф «Шестнадцатая весна».
11.35 Власть факта. «Модернизация по-ирански».
12.15 Д/ф «Времена года в дикой природе Японии».
13.00 «Клиффорд Ирвинг против Ховарда Хьюза».
13.25 «Пятое измерение».
13.55 IX международный фестиваль Мстислава Ростроповича. Торжественная церемония открытия.
15.40 Х/ф «Человек родился».
17.15 «Игра в бисер». «Максим Горький. «На дне».
17.55 «Искатели».
18.40 Д/ф «Мужской разговор».
19.20 Х/ф «Мой младший брат».
21.00 «Агора».
22.00 Вечер-посвящение в МХТ им. А. П. Чехова.
00.35 Концерт Ареты Франклин.
01.25 Д/ф «Времена года в дикой природе Японии».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.15 Х/ф «Правила жизни». (16+)
09.30, **13.10**, **15.45**, **18.40** «Видеоблокнот». (12+)
09.40 «Кино». (12+)
10.00 «Акценты». (12+)
10.30, **12.45**, **15.40**, **18.35**, **19.30**, **21.15** «Погода на неделю». (0+)
10.35 «Правильный выбор». (12+)
10.45, **15.00**, **22.00** «Оренбургский топ-экспресс». (12+)
11.05 Т/с «Джамайка». (12+)
12.50 «Автотема». (12+)
13.20 Т/с «Джамайка». (12+)
15.20 «Просто красиво». (12+)
15.55 Т/с «Джамайка». (12+)
17.35 Д/ф «Григорий Лепс. Жизнь по наклонной вверх». (12+)
18.50 «Хэштег». (16+)
19.00 «Акценты». (12+)
19.35 Х/ф «Одессит». (16+)
21.20 «Моя квартира». (12+)
21.40 «Зеленый рынок». (12+)
22.20 Х/ф «Одессит». (16+)
00.00 «Акценты». (12+)
00.30 Х/ф «Папаши 2». (16+)
02.15 Х/ф «Параллельные миры». (16+)
04.00 Х/ф «Новая земля». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00, **03.30** «Территория заблуждений». (16+)
08.20 Х/ф «Реальный папа». (16+)
10.00 «Минтранс». (16+)
11.00 «Самая полезная программа». (16+)
12.00 «Военная тайна». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
16.35 «Территория заблуждений». (16+)
18.30 «Засекреченные списки. Оружие судного дня: 7 ударов по России». (16+)
20.30 Х/ф «Терминатор». (16+)
22.30 Х/ф «Терминатор 2: Судный день». (16+)
01.20 Х/ф «Бегущий по лезвию». (16+)

НТВ

05.05 «ЧП. Расследование». (16+)
05.40 «Звезды сошлись». (16+)
07.25 Смотр (0+)
08.00, **10.00**, **16.00** Сегодня.
08.20 Их нравы. (0+)
08.40 «Готовим с Алексеем Зиминым». (0+)
09.15 «Кто в доме хозяин?». (16+)
10.20 Главная дорога. (16+)
11.00 «Еда живая и мертвая». (12+)
12.00 Квартирный вопрос. (0+)
13.05 «Поедем, поедим!». (0+)
14.00 «Жди меня». (12+)
15.05 Своя игра. (0+)
16.20 «Однажды...». (16+)
17.00 «Секрет на миллион». (16+)
19.00 «Центральное телевидение».
20.00 «Ты супер!». (6+)
22.30 «Брэйн ринг». (12+)
23.30 «Международная пилорама». (18+)
00.30 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
01.55 Х/ф «Мертвые души». (16+)

СТС

06.00 М/с «Смешарики». (0+)
06.20 М/с «Команда Турбо». (0+)
06.45 М/с «Шоу мистера Пибоди и Шермана». (0+)
07.10 М/с «Том и Джерри». (0+)
07.35 М/с «Новаторы». (6+)
07.50 М/с «Три кота». (0+)
08.05 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
08.30, **16.00** «Шоу «Уральских пельменей» (12+)
09.30 «Просто кухня». (12+)
10.30 «Успеть за 24 часа». (16+)
11.30 М/ф «Дом». (6+)
13.10 Х/ф «Поймай меня, если сможешь». (12+)
17.00 Х/ф «Я - легенда». (16+)
19.00 «Взвешенные люди». (16+)
21.00 Х/ф «Мстители». (12+)
23.50 Х/ф «S.W.A.T. Спецназ города ангелов». (12+)
02.05 Х/ф «Три икс». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Джейми: обед за 30 минут». (16+)
07.00 «Доброе утро, Оренбург!». (16+)
07.45 «Включайся». (6+)
08.05 «Музыкальная версия». (16+)
08.20, **09.20** «Телетекст. Биржа труда» (16+)
08.30 «Под колпаком». (16+)
08.45 «Почемучка». (6+)
09.05 «Будуар». (16+)
09.30 «Клуб». (16+)
09.45 «В активном поиске». (16+)
10.00 Х/ф «Счастье есть». (16+)
13.40 Х/ф «Жизненные обстоятельства». (16+)
18.00 «Акценты». (12+)
18.35, **00.00** Видеоблокнот. (12+)
18.45 «Поехали». (12+)
19.00 Х/ф «Великолепный век». (16+)
23.25 «6 кадров». (16+)
00.10 «Защита здесь» (12+)
00.30 Х/ф «Коснуться неба». (16+)
02.20 Х/ф «Проводница». (16+)
04.20 «Тест на отцовство». (16+)

МАТЧ

08.30 Все на Матч! События недели. (12+)
09.00 Х/ф «Мы - одна команда». (16+)
11.30 Все на футбол! (12+)
12.00, **13.55**, **23.25** Новости.
12.05 Биатлон. Чемпионат России. Спринт. Женщины.
13.25 «Биатлон. Сезон, который мы потеряли». (12+)
14.05, **18.25**, **23.50** Все на Матч!
15.05 Биатлон. Чемпионат России. Спринт. Мужчины.
16.30 Футбол. Чемпионат Англии. «Кристал Пэлас» - «Ливерпуль».
18.55 Хоккей. КХЛ. Финал конференции «Запад».
21.25 Футбол. Чемпионат Испании. «Лас-Пальмас» - «Реал» (Мадрид).
23.30 «Александр Поветкин». (16+)
00.50 Профессиональный бокс.
03.30 Керлинг. Чемпионат мира. Мужчины. Россия - Канада.
05.30 Футбол. Кубок французской лиги. Финал. ПСЖ - «Монако». (0+)
07.30 «Высшая лига». (12+)

ТВЦ

05.50 «Марш-бросок». (12+)
06.25 «АБВГДейка».
06.50 Х/ф «Исправленному верить». (6+)
08.30 «Православная энциклопедия». (6+)
08.55 Д/ф «Александр Збруев. Небольшая перемена». (12+)
09.45 Х/ф «Опекун». (12+)
11.30, **14.30**, **23.40** События.
11.45 Д/ф «Владимир Винокур. Смертельный номер». (6+)
12.50, **14.45** Х/ф«Дом на краю леса». (12+)
17.00 Х/ф «Доктор Котов». (12+)
21.00 «Постскриптум».
22.10 «Право знать!». (16+)
23.55 «Право голоса». (16+)
03.05 «Гвардия России». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 М/ф.
08.35 «День ангела». (0+)
09.00 «Известия».
09.15 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Главное».
00.55 Х/ф «Американ бой». (16+)
03.10 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)

ТНТ

07.00, **19.00** «Будуар». (16+)
07.10, **08.15**, **08.45**, **19.25** «Специальный репортаж». (16+)
07.20 «Право на жизнь». (16+)
07.30 «Кадры». (16+)
07.40, **08.25**, **19.20** «Архитектурные сюжеты». (16+)
07.50 «Под колпаком». (16+)
08.00 «Преступление века». (16+)
08.20, **08.50**, **19.15** «Оренбург. Ru». (16+)
08.30, **06.30** «Моя нация». (16+)
09.00 «Агенты 003». (16+)
09.30 «Дом-2». (16+)
11.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
13.00 «Песни». (16+)
15.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
15.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.55 Х/ф «Гоголь. Начало». (16+)
19.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
21.00 «Песни». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 Х/ф «Любовь зла». (12+)
03.10 «ТНТ music». (16+)
03.40 М/ф «Том и Джерри: Мотор!». (12+)

ЗВЕЗДА

05.00 Х/ф «Варвара-краса, длинная коса».
06.45 Х/ф «Кубанские казаки».
09.00, **13.00**, **18.00** Новости дня.
09.15 «Легенды цирка». (6+)
09.40 «Последний день». (12+)
10.30 «Не факт!». (6+)
11.00 Д/с «Загадки века». (12+)
11.50 «Улика из прошлого». (16+)
12.35 «Теория заговора». (12+)
13.15 Торжественная церемония вручения премии МО РФ за достижения в области культуры и искусства. (0+)
14.35 Т/с «Глухарь». (16+)
18.10 «Задело!».
18.25 Т/с «Глухарь». (16+)
23.05 «Десять фотографий». (6+)
23.55 Х/ф «Не бойся, я с тобой». (12+)
02.55 Х/ф «Челюскинцы». (12+)

За возможные изменения в программе редакция ответственности не несет.

№11 (1 185) 20.03.18 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, **10.00** Новости.
06.10 Х/ф «Влюблен по собственному желанию».
07.50 «Смешарики. Пин-код».
08.05 «Часовой». (12+)
08.35 «Здоровье». (16+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.10 «Нонна Мордюкова. «Прости меня за любовь». (12+)
11.15 «В гости по утрам».
12.00 Новости.
12.15 «Теория заговора». (16+)
13.15 Х/ф «Дорогой мой человек».
15.20 Концерт Максима Галкина.
17.35 «Русский ниндзя».
19.25 «Лучше всех!».
21.00 Воскресное «Время».
22.30 «КВН». (16+)
00.45 Х/ф «Молодость». (18+)
03.00 Модный приговор.
04.00 «Мужское / Женское». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

04.55 Т/с «Срочно в номер!». (12+)
06.45 «Сам себе режиссер».
07.35 «Смехопанорама».
08.05 Утренняя почта.
08.45 «Вести Оренбуржья».
09.25 «Сто к одному»..
10.10 «Когда все дома».
11.00 Вести.
11.25 Аншлаг и Компания. (16+)
14.00 Х/ф «Акушерка». (12+)
18.30 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица - Последний богатырь».
20.00 Вести недели.
22.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
00.30 «Дежурный по стране».
01.30 Т/с «Право на правду». (12+)
03.25 «Смехопанорама».

КУЛЬТУРА

06.30 «Лето Господне». Вербное воскресенье.
07.05 Х/ф «Повод».
09.15 М/ф.
09.40 «Обыкновенный концерт».
10.10 «Мы - грамотеи!».
10.50 Х/ф «Три рубля». «Лимонный торт». «Бабочка». «Три жениха». «Удача».
12.15 «Что делать?».
13.05 Диалоги о животных.
13.45 Д/с «Карамзин. Проверка временем».
14.10 Х/ф «Розовая пантера».
16.05 «Пешком...».
16.30 «Гений».
17.05 «Ближний круг Николая Цискаридзе».
18.00 Х/ф «Дайте жалобную книгу».
19.30 Новости культуры.
20.10 Творческий вечер Юрия Стоянова в Доме актера.
21.10 «Белая студия».
21.50 Д/с «Архивные тайны».
22.20 Первая церемония вручения Международной профессиональной музыкальной премии «BraVo» в сфере классического искусства.
00.00 Х/ф «Розовая пантера».
01.50 «Искатели».

ОРТ ПЛАНЕТА

05.45 Д/ф «Эдита Пьеха. Помню только хорошее». (12+)
07.10 Х/ф «Параллельные миры». (16+)
09.05 «Автотема». (12+)
09.25, **10.50, 12.45, 15.15, 18.30, 23.00** «Погода на неделю». (0+)
09.30, **15.20, 17.50** «Оренбургский топ-экспресс». (12+)
09.50, **12.50, 15.05, 18.35** «Видеоблокнот». (12+)
10.00 «Итоги недели». (12+)
10.55 «Хэштег». (16+)
11.05 «Начинаем следствие». (16+)
11.20, **13.00** Х/ф «Демидовы». (12+)
14.25 «Зеленый рынок». (12+)
14.45 «Моя новая квартира». (12+)
15.40 Х/ф «Новая земля». (16+)
17.30 «Кино». (12+)
18.10 «Просто красиво». (12+)
18.45 «Воскресение». (16+)
19.00, **00.00** «Итоги недели». (12+)
19.55 Х/ф «Третья мировая». (12+)
20.55 «Человеческий фактор». (6+)
21.10, **23.05** Х/ф «Третья мировая». (12+)
00.50 Х/ф «Андроид». (16+)
02.15 Х/ф «Демидовы». (12+)
04.45 «Музыка на канале».

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
07.00 Х/ф «Терминатор». (16+)
09.00 Х/ф «Терминатор 2: Судный день». (16+)
12.00 Х/ф «Сумерки». (16+)
14.10 Х/ф «Сумерки. Сага. Новолуние». (12+)
16.30 Х/ф «Сумерки. Сага. Затмение». (16+)
18.50 Х/ф «Сумерки. Сага. Рассвет: Часть I». (12+)
21.00 Х/ф «Сумерки. Сага. Рассвет: Часть II». (12+)
23.00 «Добров в эфире». (16+)
00.00 «Соль». «Aerosmith». (16+)
02.00 «Военная тайна». (16+)

НТВ

05.00 Х/ф «Квартал». (16+)
06.55 «Центральное телевидение». (16+)
08.00, **10.00, 16.00** Сегодня.
08.20 Их нравы. (0+)
08.40 «Устами младенца». (0+)
09.25 Едим дома. (0+)
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «У нас выигрывают!». (12+)
15.05 Своя игра. (0+)
16.20 Следствие вели... (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели».
20.10 Ты не поверишь! (16+)
21.10 «Звезды сошлись». (16+)
23.00 Х/ф «Капитан полиции метро». (16+)
01.05 Х/ф «Квартал». (16+)
03.05 Т/с «Час Волкова». (16+)

СТС

06.00 М/с «Смешарики». (0+)
06.45 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
07.10 М/с «Новаторы». (6+)
07.50 М/с «Три кота». (0+)
08.05 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
08.30 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
09.10 М/ф «Реальная белка». (6+)
10.55 Х/ф «Поймай меня, если сможешь». (12+)
13.45 Х/ф «Золото дураков». (16+)
16.00 «Шоу «Уральских пельменей» (12+)
16.30 Х/ф «Мстители». (12+)
19.15 М/ф «Как приручить дракона-2». (0+)
21.00 Х/ф «Мстители. Эра Альтрона». (12+)
23.50 Х/ф «88 минут». (16+)
01.50 Х/ф «Золото дураков». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Джейми: обед за 30 минут». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 «Винтовая лестница». (0+)
07.30 «6 кадров». (16+)
08.30 Х/ф «Приезжая». (16+)
10.25 Х/ф «Нахалка». (16+)
18.00, **23.45** «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.05 «Почемучка». (6+)
18.15 «Музыкальная версия». (16+)
18.25, **00.10** «Оренбург.Ru». (16+)
18.30, **23.30** «Наше время». (16+)
18.45 «Кадры». (16+)
19.00 Т/с «Великолепный век». (16+)
23.55 «Будуар». (16+)
00.15 «Клуб». (16+)
00.30 Х/ф «От тюрьмы и от сумы...». (16+)
02.25 Х/ф «Проводница». (16+)
04.25 «Тест на отцовство». (16+)
05.25 «6 кадров». (16+)
05.30 «Джейми: обед за 30 минут». (16+)

МАТЧ

08.30 Д/с «Заклятые соперники». (12+)
09.00 Все на Матч! События недели. (12+)
09.30 «Постолимпийский лед. Фигура будущего». (12+)
10.00 Футбол. Чемпионат Испании. «Севилья» - «Барселона». (0+)
12.00, **12.55, 13.30, 14.55, 17.50, 00.25** Новости.
12.05 Биатлон. Чемпионат России. Гонка преследования. Женщины.
13.00 «Автоинспекция». (12+)
13.35, **17.55, 01.00** Все на Матч!
14.05 Биатлон. Чемпионат России. Гонка преследования. Мужчины.
15.05 Профессиональный бокс. (16+)
16.50 «Россия футбольная». (12+)
17.20 Д/с «Утомленные славой». (16+)
18.25 Росгосстрах. Чемпионат России по футболу. «Уфа» - «Зенит». (Санкт-Петербург).
20.30 Росгосстрах. Чемпионат России по футболу. «Ростов» - ЦСКА.
22.55 После футбола.
00.30 «День Икс». (16+)
01.30 Д/ф «Верхом на великанах». (16+)
03.30 Д/ф «Тренер». (16+)
04.45 Футбол. Чемпионат Англии. (0+)
06.45 Д/ф «Пантани: Случайная смерть одаренного велосипедиста». (16+)

ТВЦ

05.55 Х/ф «Матрос с «Кометы». (6+)
07.45 «Фактор жизни».
08.15 Х/ф «Сердце женщины». (12+)
10.25 «Берегите пародиста!». (12+)
11.30 События.
11.45 «Петровка, 38». (16+)
11.55 Х/ф «Жених из Майами». (16+)
13.35 «Смех с доставкой на дом». (12+)
14.30 Московская неделя.
15.00 Д/ф «Месть темных сил». (16+)
15.55 «Прощание. Михаил Евдокимов». (16+)
16.40 «90-е. Врачи-убийцы». (16+)
17.30 Х/ф «Из Сибири с любовью». (12+)
21.05 Х/ф «Знак истинного пути». (16+)
23.55 События.
00.15 Х/ф «Знак истинного пути». (16+)
01.10 Х/ф «Умник». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 М/ф.
09.00 «Известия. Главное».
10.00 «Истории из будущего». (0+)
10.50 Д/ф «Моя правда. Дарья Донцова». (12+)
11.40 «Уличный гипноз». (12+)
12.15 Т/с «Убойная сила». (16+)
00.05 «Большая разница». (16+)
02.00 Т/с «Десантура». (16+)

ТНТ

07.00, **19.00** «Клуб». (16+)
07.10, **08.15, 08.45, 19.25** «Специальный репортаж». (16+)
07.20 «Кадры». (16+)
07.30 «Под колпаком». (16+)
07.40, **08.25, 19.20** «Архитектурные сюжеты». (16+)
07.50 «В активном поиске». (16+)
08.00 «Преступление века». (16+)
08.20, **08.50, 19.15** «Оренбург. Ru». (16+)
08.30 «Моя нация». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
12.00 «Большой завтрак». (16+)
12.30 «Песни». (16+)
14.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
14.55 Х/ф «Гоголь. Начало». (16+)
17.00 Х/ф «Доспехи Бога: в поисках сокровищ». (12+)
19.30 «Комеди Клаб». (16+)
20.00 «Холостяк». (16+)
22.00 «Мартиросян Official». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Такое кино!». (16+)
01.30 Х/ф «Пол: Секретный материальчик». (16+)
03.30 «ТНТ music». (16+)
04.00 «Импровизация». (16+)
05.00 «Comedy Woman». (16+)

ЗВЕЗДА

05.55 Х/ф «Егорка».
07.10 Х/ф «Родина или смерть». (12+)
09.00 Новости недели.
09.25 Служу России!.
09.55 «Военная приемка». (6+)
10.45 «Политический детектив». (12+)
11.10 «Код доступа». (12+)
12.00 «Специальный репортаж». (12+)
12.25, **13.15** «Теория заговора. ЦРУ против России». (12+)
13.00 Новости дня.
16.10 Х/ф «Я объявляю вам войну». (16+)
18.00 Новости. Главное.
18.45 Д/с «Легенды советского сыска». (16+)
22.00 «Прогнозы». (12+)
22.45 «Фетисов». (12+)
23.35 Х/ф «Риск без контракта». (12+)
01.10 Х/ф «4 таксиста и собака». (12+)
03.20 Х/ф «4 таксиста и собака-2». (12+)

ВАШ ЮРИСТ

* консультации по вопросам семейного, гражданского, трудового, уголовного законодательства
* составление жалоб, исков, претензий
* представительство в судах общей юрисдикции и арбитраже

8 922 80 34 198, 555-198

Владимир Семенович **Знахарь**

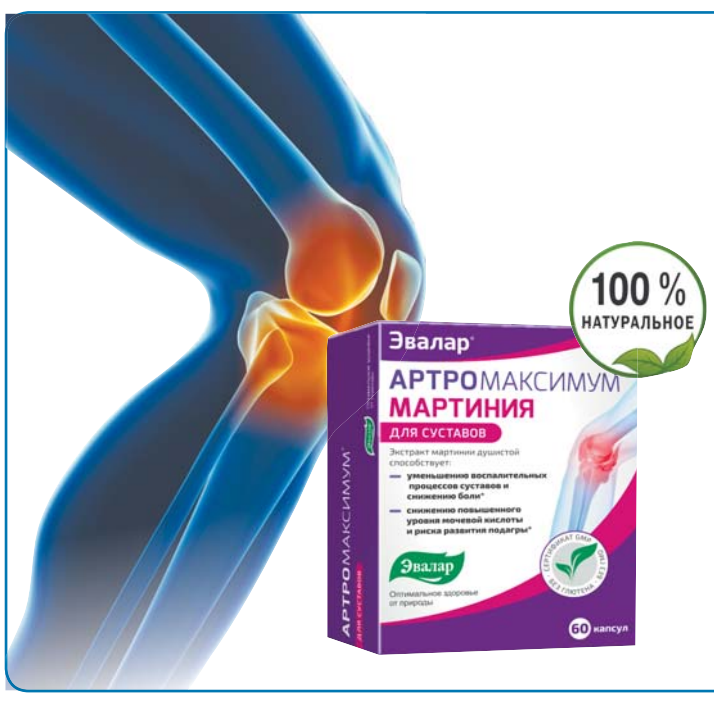
Номер св-ва 003032886.

**Снимет порчу, сглаз, испуг, «венец безбрачия»
Вернет любимую (-го), отвернет соперницу (-ка)
Поможет избавиться от радикулита, остеохондроза, алкоголизма, импотенции, лишнего веса, бесплодия. Привлечет успех к вашему бизнесу.
Исправит осанку у детей.**

*г. Оренбург, ул. Салмышская, 16/1 (нулевой этаж)
тел. (3532) 25-66-35*

НК наш капитал
Общество с ограниченной ответственностью «Наш Капитал» ОГРН 1147453000749
МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ
Выдаем целевые займы
- на приобретение недвижимости
- на строительство жилого дома
- без подтверждения дохода
- в день сделки
8-800-1000-669 (звонок с любого телефона бесплатный)
НЕ СПЕШИТЕ С ВЫБОРОМ! ОБРАТИТЕСЬ К НАМ!

Телефон рекламной службы
77-68-42



Если у вас воспаление и боль в суставах...

Эвалар

Выбирайте Артромаксимум - новое растительное средство от компании Эвалар.

Артромаксимум способствует (в соответствии СоГР):
• уменьшению воспалительных процессов и снижению боли в суставах;
• улучшению подвижности суставов и позвоночника;
• снижению повышенного уровня мочевой кислоты и риска развития подагры.

Принимайте «Артромаксимум» для максимального комфорта движений!

Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP.

www.evalar.ru apteka.ru 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).
Спрашивайте во всех аптеках, а также: **Данафарм:** 55-77-76; **ОренЛек:** 45-18-27, 78-07-80; **Фармленд:** 8-800-550-03-93

ОНЛАЙН-МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ www.fitomarket.ru

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760. Реклама.БАД

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Татьяна Диль-Илларионова: «ПРИНИМАТЬ РЕБЕНКА ТАКИМ, КАКОВ ОН ЕСТЬ»

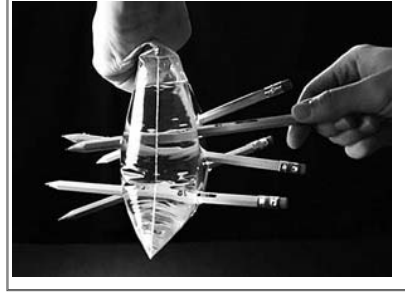
- Каждый день говорю студентам, как надо воспитывать ребенка, развивать его творческие способности. Но самое главное - принимать ребенка таким, каков он есть, непоседливым, подвижным или неторопливым, чувствительным. Не стоит подгонять ребенка под свой темп жизни, ведь у него свой ритм, в котором ему комфортно. Очень тщательно стараюсь следить за речью, ведь слова могут заложить в ребенке определенные программы, формируют его жизненный сценарий. Не нужно сравнивать ребенка с другими. Ни в коем случае нельзя говорить слова, подобные «уйди с глаз», «чтобы я тебя не видела», «ты весь в своего отца, деда»... Подобрать ключ к воспитанию ребенка помогает детская астропсихология, знание того, какая планета была первой в натальной карте ребенка, построенная на момент его рождения с точностью до минут. Этому я учу родителей в своем новом проекте - «Школе молодых мам», который начал действовать с февраля.

ИГРОВАЯ

«ГЕРМЕТИЧНЫЙ ПАКЕТ»

Нужно: пакет с застежкой Ziplock (гриппер-пакет), вода, острые карандаши.

Налейте в пакет воды, закройте как следует и вставляйте карандаши насквозь. Вода не прольется!



КАКОЙ ВЫ РОДИТЕЛЬ?

Роль родителей в воспитании ребенка незаменима. Они главные «проектировщики, конструкторы и строители» детской личности. Этот тест дополнит ваше представление о себе как о родителях, поможет сделать определенные выводы относительно проблем воспитания детей.

На предлагаемые вопросы выберите один из трех вариантов ответа:
- А) Могу и всегда так поступаю.
- Б) Могу, но не всегда так поступаю.
- В) Не могу.

1. В любой момент оставить все свои дела и заняться ребенком?

2. Посоветоваться с ребенком, невзирая на его возраст?

3. Признаться ребенку в ошибке, совершенной по отношению к нему?

4. Извиниться перед ребенком в случае своей неправоты?

5. Сохранить самообладание, даже если поступок ребенка вывел вас из себя?

6. Поставить себя на место ребенка?

7. Поверить хотя бы на минуту, что вы добрая фея (прекрасный принц)?

8. Рассказать ребенку поучительный случай из детства, представляющий вас в невыгодном свете?

9. Всегда воздерживаться от употребления слов и выражений, которые могут ранить ребенка?

10. Пообещать ребенку исполнить его желание за хорошее поведение?

11. Выделить ребенку один день, когда он может делать то, что желает, вести себя как хочет, ни во что не вмешиваться?

12. Не прореагировать, если ваш ребенок ударил, грубо толкнул или просто незаслуженно обидел другого ребенка?

13. Устоять против детских просьб и слез, если уверены, что это каприз, мимолетная прихоть?

ОЦЕНИТЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Ответ «А» оценивается в 3 балла.
Ответ «Б» - в 2 балла.
Ответ «В» - в 1 балл.

Если вы набрали **от 30 до 39 баллов**, значит, ребенок - самая большая ценность в вашей жизни. Вы стремитесь не только понять, но и узнать его, относитесь к нему с уважением, придерживаетесь прогрессивных принципов воспитания и постоянной линии поведения. Другими словами, вы действуете правильно и можете надеяться на хорошие результаты.

Сумма **от 16 до 30 баллов**: забота о ребенке для вас вопрос первостепенной важности. Вы обладаете способностями воспитателя, но на практике не всегда применяете их последовательно и целенаправленно. Порой вы чересчур строги, в других случаях - излишне мягки; кроме того, вы склонны к компромиссам, которые ослабляют воспитательный эффект. Вам следует серьезно задуматься над своим подходом к воспитанию ребенка.

Число баллов **менее 16** говорит о том, что у вас серьезные проблемы с воспитанием ребенка. Вам недостает либо знания, как сделать ребенка личностью, либо желания добиться этого, а возможно, того и другого. Обратитесь к помощи специалистов - педагогов и психологов.

РАЗВИТИЕ

ПОМОГАЕМ С УРОКАМИ ПРАВИЛЬНО

Большинство школьников младших классов нуждаются в родительской помощи при выполнении домашних заданий. Чтобы эта помощь была плодотворной, нужно придерживаться нескольких правил.

1. Пусть ребенок делает дома только то, что задали в школе. Не стремитесь перегружать его дополнительными заданиями - он не робот, ему требуется отдых и перемена деятельности.

2. Когда видите, что ребенок готов к занятиям, всячески показывайте свое одобрение, хвалите его и не ругайте, какие бы оценки он не принес из школы. Пусть домашние задания ассоциируются у него с интересом.

3. Придерживайтесь индивидуального распорядка занятий. Все дети разные - кто-то может заниматься в течение часа без перерыва, а кому-то требуются переменки-пятиминутки после каждых 7-10 мин труда. Обращайте на это внимание: когда малыш начинает отвлекаться и вертеться, разрешите ему немного подвигаться.

4. Воздержитесь от негативных эмоций и высказываний. Часто родители раздражаются, потому что тратят «драгоценное время» на помощь с уроками, вместо того, чтобы заняться своими делами. Лучше совсем не помогать, чем срывать на ребенке раздражение!

5. Не ругайте сына или дочку за исправления в тетради. Понятно, что такая «грязь» придает работе неопрятный вид, но собственноручное исправление - первый шаг к самоконтролю. Радуйтесь, если ребенок сам заметил свою ошибку и поспешил исправить ее.

6. Не затягивайте время выполнения уроков. Не наказывайте своего школьника чтением или письмом! Постарайтесь, чтобы время домашней учебы пролетело для него быстро и познавательно, а чтение и другие занятия пусть будут для него не наказанием, а радостью!

Чтобы совместные занятия были плодотворнее, взрослый должен выполнять роль сопровождающего, который подталкивает в нужном направлении.

Сложи и сохрани
Сложи и сохрани
Сложи и сохрани
Сложи и сохрани
Сложи и сохрани

ТЕЩИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ: СОВЕТЫ НОВИЧКУ

Вот и отпраздновали свадьбу, разъехались многочисленные родственники, ликование осталось в прошлом, настает пора житейской прозы. Увы, часто молодым приходится жить с родителями жены. С кем необходимо наладить отношения молодому мужу прежде всего? Конечно, с тещей! Главное - учесть ее типаж.

Всего можно выделить четыре вида тещ:

- **Теща-наблюдатель.** Обычно она только наблюдает, редко советует и исправляет, а вот зато потом, когда вы что-то сделали не так, ошиблись, не получилось, начинает вспоминать и сильно-сильно критиковать. На вопрос: «Мама, а почему вы не подсказали?» не реагирует, либо отвечает: «Так ты же и без меня все знаешь!»
- **Теща-исполнитель.** Она считает, что ее дочь до сих пор маленькая девочка, что без нее никто не справится с проблемами, уверена, что знает лучше, кому что надо. Такие тещи очень энергичны и горды тем, что посвящают свою жизнь детям и внукам. Главное в этой ситуации - не расслабляться и не входить во вкус. Теща посадит вас в золотую клетку, но вы будете беспомощны. Лучше всего начать ломать этот сценарий как можно раньше - так вы не освоите роль добытчика и защитника семьи, не научитесь самостоятельно решать проблемы.
- **Теща-жертва.** В этой ситуации теща вечно на что-то (или кого-то) обижена. Она может мастерски вызвать в вас чувство вины: сначала добьется желаемого, а потом будет от этого отказываться, вызывая в вас чувство досады и неловкости.
- **Теща-липучка.** Здесь смесь услужливости и навязчивости. Теща словно присутствует везде, от нее никуда не денешься и не спрячешься. Теща сильно любит зятя и с удовольствием исполняет его прихоти. Если зять начинает сопротивляться, теща моментально становится врагом. Если же зять воспримет роль кумира, то начнет на пару с тещей пытаться воспитывать свою супругу. Тут повышается риск развода - с такой подачи зять может счесть, что слишком хорош для своей жены и заслуживает лучшей супруги. Это все происходит без злого умысла. Чтобы избежать данной ситуации, не разрешайте теще стирать ваши вещи, менять постельное белье и не обсуждайте с ней недостатки своей жены.

Если вы не нашли свою тещу здесь, тогда у вас отличная вторая мама, с которой можно дружить и счастливо жить.

ЛИЧНОСТЬ

ПОРЯДОК В ДУШЕ - ПОРЯДОК В ДОМЕ

Как просто решить, что раз в доме беспорядок, то там плохая хозяйка, неумеха и лентяйка. Но не все так просто. Даже беспорядок в доме неоднозначен, как утверждают психологи.

Каждая комната в нашем доме имеет символическое значение, которое оказывает влияние на наше подсознание. Беспорядок и захламленность в каждой из комнат вызывает бездеятельность, застой в определенных аспектах вашей жизни.

Так, неаккуратная и грязная кухня создает сложности в питании и снабжении и на физическом, и на духовном уровне. Зато чистота, уют и порядок на кухне дают ощущение защищенности и комфорта, в котором мы все так нуждаемся.

Гостиная и столовая - комнаты для общения с семьей, друзьями, родными. Посмотрите на эти комнаты внимательно - они расскажут вам о ваших отношениях с окружающим миром: прячетесь ли вы от него за грудой мусора и ненужных вещей или же выставляете себя напоказ.

Спальня - место для сна, отдыха, интима, выполняет важную функцию обновления людей и их отношений. Беспорядок в спальне приносит слабость, отбирает, а не восполняет энергию. Если вы чувствуете себя очень уставшей, обязательно наведите порядок в этом самом личном своем пространстве, это поможет вам расслабиться и отойти от стресса.

Посмотрите на коридор: хорошо ли он освещен, легко ли по нему пройти? Если вы чувствуете сложности во взаимодействии между работой и семьей, собой и другими людьми, наведите порядок в коридоре.

Беспорядок в ванной комнате может указывать на низкую самооценку, отсутствие внимания к себе. Украсьте свою ванную, наведите в ней чистоту и порядок, превратите ее в место, где вы можете укрыться от всех, где вы будете чувствовать себя в безопасности.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Татьяна Диль-Илларионова: «СЛОВА ПОД ЗАПРЕТОМ»

- В моей жизни больше нет слова «проблема», только «задача», которую следует решить. Нельзя произносить и такое общеизвестное восклицание «ничего себе», ведь это программа для тебя - ничего тебе. Нужно позабыть и о таких фразах, как «болит душа», «сердце разрывается», «у меня нет сил», «все силы высосали», «все меня достали» - ведь это тоже определенная программа, лишение себя жизненной энергии. Гораздо лучше использовать аффирмации - позитивные утверждения, которые при многократном повторении закрепляют требуемый образ или установку в подсознании человека. У меня на зеркале висит такая аффирмация: «Я воплощение красоты и любви в этом мире. И чем старше я становлюсь, тем больше во мне красоты и любви».

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ПОЗИТИВНЫЕ АФФИРМАЦИИ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

В моей жизни всегда все происходит своевременно и по наилучшему сценарию.

Я все могу!

Я благодарна (благодарен) Вселенной за все материальные блага в моей жизни.

Сегодня - лучший день в моей жизни.

У меня есть все, что нужно, чтобы наслаждаться жизнью здесь и сейчас.

Я привлекаю в свою жизнь духовное и материальное благополучие.

У меня все хорошо и с каждым днем моя жизнь становится еще лучше!

Моя жизнь цветет, находясь в полной гармонии.

В любых ситуациях я спокоен и сосредоточен.

Мне всегда сопутствует удача.

Солнечный
ОРЕНБУРГСКАЯ
№11 (1 185) 20.03.18

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Татьяна Диль-Илларионова:

««ПИКОВАЯ ДАМА» И МАМИНА СЕЛЕДКА»

- Этот салат я готовлю по праздникам. Взять 1 вареную свеклу, 1 соленый огурец, 1 зеленое яблоко, по горсти грецких орехов и чернослива, 1-2 зубчика чеснока. Все измельчить, заправить майонезом.

Но мое фирменное блюдо «Селедка под шубой». Готовлю я его с рыбой, которую солит моя мама.

Приготовить рассол: в 1 л воды добавить 3 ст л с горкой соли, 1 ст л сахара, 2-3 лавровых листа, несколько горошин черного перца. Воду довести до кипения, выключить и добавить 1 ч л столового уксуса, рассол остудить. Селедку (3 шт.) помыть, удалить внутренности, разрезать пополам поперек и уложить в банку. Залить рассолом и поставить в холодильник на 24 часа. Через сутки сельдь почистить от кожи и костей, разрезать на кусочки, сложить в банку и залить подсолнечным маслом.

ДЕСЕРТ

БАНАНОВЫЙ ТОРТ

Для теста: 5 яиц, 2 ст сахара, 1 ст кефира 2,5%-ной жирности, 1 ч л гашеной соды, 3 ст муки, растительное масло.
Для крема: 400 г сметаны, 1 ст сахара, 3 банана.

Яйца и сахар взбить, добавить кефир, соду, просеянную муку и перемешать. Тесто вылить в смазанную маслом форму. Выпекать корж 40 мин в духовке при 200°С. Корж остудить и разрезать вдоль пополам. Приготовить крем: сметану соединить с сахаром и взбить. На один корж выложить кружочки бананов, залить кремом. Накрыть вторым коржом, на него также выложить бананы, залить кремом и оставить на 1 час в холодильнике для пропитки.

РЕБРЫШКИ, ТУШЕННЫЕ С ТЫКВОЙ

600 г свиных ребрышек, 300 г тыквы, 1 морковь, 2 головки репчатого лука, сметана, майонез, соль, специи - по вкусу.

Ребрышки вымыть, разрезать на пластинки по 1-2 ребрышка, обжарить на сковороде с маслом и специями и выложить в жаровню. Затем измельчить лук, натереть на терке морковь и обжарить овощи в разогретом масле. Очистить тыкву, нарезать мякоть кубиками и также обжарить в масле. Выложить тыкву, лук и морковь к ребрышкам, добавить пару ложек сметаны, столько же майонеза, немного воды. Тушить на медленном огне до готовности.

КУРИНЫЙ САЛАТ С ОРЕХАМИ И СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

300 г отварного куриного мяса, 2-3 отварные морковки, 2 консервированных огурца, 120 г ядер грецких орехов, майонез, соль, перец.

Мясо, морковь и соленые огурцы нарезать небольшими кубиками. Ядра грецких орехов измельчить. Все продукты соединить, заправить майонезом. Подавать салат охлажденным.

САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК И ВЕШЕНОК

1 пачка крабовых палочек, 1 луковица, 200 г вешенок, 1 свежий огурец, 2 вареных яйца, консервированная кукуруза, 1 болгарский красный перец, соль, перец, зелень, майонез по вкусу.

Крабовые палочки нарезать и обжарить на сливочном масле, отдельно обжарить нарезанные вешенки и лук. Огурец, яйца и болгарский перец нарезать кубиками. Смешать все ингредиенты салата и заправить его майонезом.

РЫБНЫЕ ОЛАДЬИ

1 кг рыбы, 3 яйца, 200 г майонеза, 5 ст л муки, 0,5 ч л питьевой соды, соль, перец, чеснок по вкусу, растительное масло для жарки.

Рыбу отварить в подсоленной воде, остудить, удалить косточки и хорошо размять вилкой до однородности. Добавить к полученной массе яйца, майонез, муку, приправы, соду и хорошо перемешать тесто. По желанию можно добавить мелко нарезанную зелень. Жарить оладьи на разогретом растительном масле. Подавать со сметаной, овощами или соусом по вашему вкусу.

НАГГЕТСЫ

1 кг куриного филе, 2 яйца, приправа для курицы, соль, 1 ч л соевого соуса, 2 ст л молока, сухари панировочные, масло растительное.

Филе нарезать небольшими кусочками, посолить. В глубокую тарелку разбить яйца, добавить приправу, соль и соевый соус, хорошо перемешать. На другую тарелку насыпать сухари. Каждый кусочек мяса вилкой опускать в яичную массу, потом - в сухари, далее жарить на сковороде на хорошо разогретом масле до хрустящей корочки.

РЫБА «ПО-МИНИСТЕРСКИ»

1 кг филе любой красной рыбы, 5-6 картофелин, 3 луковицы, 1 морковь, 1/2 ст тертого сыра, 200 г майонеза, по 2-3 веточки петрушки и укропа, 2-3 ломтика лимона для оформления, черный молотый перец, соль - по вкусу.

Овощи почистить. Картофель нарезать соломкой, посолить и выложить на фольгу. Сверху - натертую на крупной терке морковь. Затем - слой измельченного лука. Филе рыбы нарезать порционными кусками, разложить на овощах, посолить, поперчить, смазать 1/2 нормы майонеза. Фольгу закрыть и запекать блюдо в духовке при 190-200°С 20-30 мин. Затем достать, развернуть фольгу. Рыбу смазать оставшимся майонезом, посыпать сыром и, не закрывая фольгой, поставить запекаться еще на 10 мин. При подаче украсить ломтиками лимона и веточками петрушки и укропа.

МАСТЕР-КЛАСС

ДОМАШНЯЯ КОЛБАСКА

0,5 кг филе курицы, 0,4 кг свиного сала, 0,5 кг мякоти свинины, соль и молотый перец по вкусу, 1 ст л сухих итальянских трав, оболочка для колбасы.

Мясо помыть и обсушить при помощи бумажного полотенца. Филе курицы и сало пропустить через мясорубку. Добавить соль, перец и травы. Мякоть свинины нарезать маленькими кубиками и присоединить к фаршу, хорошо перемешать. Оболочку для колбасы завязать с одной стороны узлом. Наполнить ее мясом, оставив 5 см свободного пространства, завязать. Изделию дать постоять 30-40 мин. Затем колбаски выложить на противень, влить немного воды. Противень поставить на 45 мин в разогретую до 200°С духовку.

Сложи и сохрани

ЧЕМ БОЛЕЕТ РАССАДА?

Здоровая и крепкая рассада - залог будущего урожая. Но на ранней стадии своего роста культуры подвергаются различным заболеваниям, которые поражают корневую систему, стебли и листья. Какие болезни могут угрожать растениям?

• **«ЧЕРНАЯ НОЖКА»** - самая распространенная болезнь при переувлажнении, низкой температуре, загущенных посевах, недостатке света и плохой почве. Спасти сеянец невозможно, его нужно осторожно выкопать с комочком почвы, остальные поливать раствором марганцовки (1 г на 10 л воды) 1 раз в неделю.

• **КОРНЕВЫЕ ГНИЛИ** могут вызвать многие грибы при неправильном уходе (переувлажнение, холодная вода, низкая температура, плохая почва, избыток удобрений). Признаки корневой гнили: главный корень и корневая шейка становятся бурыми, стебель истончается, листочки бледнеют, растение погибает.

Что делать? Удалить больные растения. Под пораженные растения подсыпают мел, перегной, песок. Поливают раствором фундазола или медьсодержащих фунгицидов (оксихом, азофос).

• **ФУЗАРИОЗНОЕ УВЯДАНИЕ.** Болезнь передается через семена и сохраняется в почве на растительных остатках. Заражение начинается с корневой системы. Листья бледнеют, затем поникают и усыхают. Пораженные корни становятся ломкими, больные растения полегают и легко вынимаются из почвы. Загнивают стебли возле корневой шейки, при высокой влажности образуется розоватый налет спороношения гриба.

Что делать? Удаляют больное растение с комочком почвы, остальные поливают раствором фунгицидов.

• **СЕРАЯ ГНИЛЬ.** На листьях и стеблях появляются бледно-коричневые расплывающиеся пятна. При повышенной влаге пятна мокрые, гнилостные, сверху образуется темно-серый пушистый налет из спороношения гриба.

Что делать? Опрыскивают 2-4 раза через 10 дней медь-мыльным раствором, другими медьсодержащими фунгицидами или раствором марганцовки.

• **МУЧНИСТАЯ РОСА.** На листьях появляется мучнистый порошащий налет, который потом уплотняется. Молодые листочки усыхают или опадают, стебли деформируются.

Что делать? Опрыскивают 2-4 раза через 7 дней раствором фундазола или Топаза, или 0,5%-ным раствором кальцинированной соды или медно-мыльным раствором.

• **КИЛА** поражает рассаду семейства крестоцветных. От этой болезни чаще всего страдают растения на влажных, тяжелых, кислых почвах. Споры возбудителя могут сохраняться в почве на пораженных остатках растений в течение 4-6 лет.

Деформированные корни не способны в полной мере снабжать растение водой и питательными веществами. Это приводит к задержке роста и увяданию. У больных растений недоразвитые соцветия, или они вообще не цветут и засыхают.

Что делать? Удаление и уничтожение больных растений с корнями и комом земли. Умеренный полив. Оставшиеся лунки засыпают мелом, толченым древесным углем или золой и свежей почвой. Поливают раствором фунгицидов (фундазол, оксихом, сумилекс).

ЦВЕТОВОД

ВЫРАЩИВАЕМ МОЖЖЕВЕЛЬНИК

Вырастить можжевельник на даче под силу даже неопытному садоводу. Нужно лишь учесть некоторые нюансы.

Можжевельник - вечнозеленый кустарник, продолжительность жизни которого составляет от 350 лет. Считается, что он произрастает только в тех местах, где чистый воздух.

Посадить можжевельник лучше всего ранней весной. При этом не стоит ждать значительного потепления. Напротив, если вы посадите куст в середине весны, возрастает риск обгорания молодых побегов хвои летом. Также не рекомендуется сажать растение осенью, так как можжевельник может не успеть прижиться и акклиматизироваться.

Чтобы выращивание можжевельника проходило без трудностей, приобретайте для посадки те кусты, у которых корневая система находится в земле. Наибольшей выживаемостью обладает молодой можжевельник. Обычно он продается в емкостях до пяти литров вместе с землей. Взрослое растение в большинстве случаев не приживается ввиду нарушения его корневой системы.

Выбирая место посадки, нужно учесть, что можжевельник любит солнце, поэтому затемненные участки придомовой территории ему не подходят. При недостатке солнечного света у куста плохо будут расти новые ветки, приобретая хаотичный порядок, хвоя станет блеклой.

Кусты хорошо растут в почве, обогащенной торфом, древесной стружкой и песком.

Уход за растением заключается в регулярном поливе, обрезке и подкормке.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Татьяна Диль-Илларионова:

«ЦВЕТНИК НА ПОДОКОННИКЕ»

-Дачи и огорода у нас не было никогда, и потому, наверное, нет и желания поработать на земле. Мне хватает моего цветника на подоконнике. Обожаю фиалки. Если раньше поливала их два раза в неделю, то сейчас по совету опытных цветоводов поливаю растения каждый день по столовой ложке. Нравится мне и каланхоэ, очень неприхотливый цветок с красивыми соцветьями. Весь уход - это полив и обрезка веточек после цветения так, чтобы они не были очень длинными. Есть у меня и герань. Раньше думала, что это бабушкин цветок, а потом поняла, что это женское растение. Красные, розовые и белые цветы дарят красоту и энергию.

НА ЗАМЕТКУ

БОРЕМСЯ С ТЛЕЙ

В теплице. Возьмите жестяную банку из-под консервов, сделайте в дне несколько отверстий. Внутри банки разведите из щепок небольшой костерок. Как только он хорошо разгорится, засыпьте огонь табачной пылью. Начнет валить белый дым. В это время из теплицы нужно выйти, плотно закрыв за собой двери и окна. Через несколько часов в теплице не останется ни дыма, ни тли.

На деревьях, кустарниках и хризантемах. Берите в помощь старое железное ведро. Сделайте в дне несколько отверстий. Положите в него старые резиновые калоши. Разожгите огонь, а сверху накройте жестью, оставив небольшое отверстие (для поступления кислорода). Сами наденьте респиратор. Таким дымом окуривайте деревья и кустарники. Тля погибнет через 15 мин.

Наполните ведро теплой водой и влейте в него стакан растительного масла. Опрыскайте этой водой те участки деревьев и кустарников, которые оккупировала тля. Тли не будет. Обязательно время от времени встряхивайте баллон с опрыскивателем.

На капусте. Развести 1 ст л уксусной эссенции в 1 л воды и опрыскать растения.

Привет от Золотой Орды

Коллекция Музея археологии Оренбургского государственного педагогического университета пополнилась уникальным экспонатом. Историки получили для изучения шлем воина XIII-XIV вв.

Высота золотоордынского наголовья 20 см, диаметр 23-25 см. Коррозия «съела» небольшой фрагмент. В целом шлем сохранился на 80%.

Предмет воинского обмундирования обнаружен студентами исторического факультета ОГПУ во время очередной археологической экспедиции. Причем не глубоко в земле, а на поверхности - в куче мусора, прибитого к берегу рекой Каргалкой в Оренбургском районе.

Ребята сразу предположили, что ржавый кусок железа сферической формы - не что иное, как воинский шлем. Догадку подтвердили сотрудники археологической лаборатории педагогического университета. При детальном изучении артефакта ученые пришли к выводу, что шлем принадлежал знатному воину времен Золотой Орды.

СОМНЕНИЙ НЕТ

- Никакой материальной ценности для кладоискателей этот предмет не имеет, так как выполнен из железа. Но его научная значимость велика, - объясняет сотрудник археологической лаборатории ОГПУ Павел Харламов.

Подобные находки случаются крайне редко, так как в средние века шлемы имелись только у профессиональных воинов. А в случае смерти или гибели хозяина вместе с оружием и другими элементами снаряжения передавались наследнику, так как стоили очень дорого.

Форма шлема, который теперь изучают оренбургские историки, традиционна для Золотой Орды. Об этом свидетельствуют сфероконическая форма с вырезами для глаз, кузнечная ковка и монолитная конструкция. Шлем изготовлен из одного куска металла, что не свойственно русским мастерам. Известно, что на Южном Урале в средние века шлемы ковались из трех частей и назывались трехчастными.

РЕДКИЙ ЭКЗЕМПЛЯР

Элемент воинского снаряжения пролежал в земле несколько веков и подвергся коррозии, однако состояние артефакта оценивается как хорошее. В Оренбургской области такой экспонат появился впервые. Похожий шлем во время экспедиции в восточных районах нашего региона находили башкирские археологи. Потому он хранится в одном из музеев соседней республики. Еще один шлем, обнаруженный при раскопках погребения золотоордынского воина, был найден на Кавказе. Больше подобных свидетельств присутствия Золотой Орды на территории России в нашей стране нет.

ГДЕ ХОЗЯИН?

При обследовании места находки шлема археологи обнаружили кости лошади. Человеческих останков не оказалось. Потому сейчас ученые ищут ответы на множество вопросов. Как шлем очутился в земле? Он был утерян или его принесло водой? Кто хозяин доспеха? В настоящее время историки создают эскиз шлема в натуральную величину. После этого артефакт будет передан на реставрацию специалистам из Ростова-на-Дону. Потом он вернется в Оренбург и займет свое место в археологическом музее педагогического университета.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

ЖЕНСКИЙ ВЗГЛЯД

О пользе вредных привычек

Не всех… Нет! Есть вещи, которые и вредными привычками-то не назовешь: корысть, тунеядство, лицемерие… Это - пороки. А вот то, что «леди и джентльмены» частенько считают вредным, на самом деле порой бывает очень даже полезным и зачастую способным изменить жизнь человека к лучшему. Да. И открытия ученых это подтверждают. Например, периодическое валяние в постели в выходные (если ваша фамилия не Обломов) положительно сказывается на состоянии нервной системы. А вранье, ну, или назовем это сказительством и приукрашиванием, зачастую психологически бывает более полезным, чем жестокая правда.

Вот, к примеру, я - среднестатистический (извините за нескромность) интеллигент. Выросший в среднестатистической интеллигентной среде, где всегда было принято подавать к столу на праздники «красненькое». О том, какие бывают вина, к каким блюдам их подают и в какие бокалы наливают, я знала с детства. Был у нас буфет, который бабушке за хорошую работу на барской кухне подарила семья раскулаченных немцев. В нем рядочком стояли графинчики, лафитники, стопки, конусовидные синие хрустальные фужеры для шампанского и тончайшие, как паутинка, - для вина. Ну разве можно было, слушая истории взрослых, узнавая и дегустируя хорошие напитки, не влюбиться в алкоголь?! Поэтому я не считаю употребление качественного спиртного в умеренных количествах вредной привычкой.

Или, к примеру, ну очень «вредная» для многих любовь к сладкому. И, что мне теперь удавиться, если я уже не могу влезть в 44-й размер? А за плюшку с корицей или штрудель с грушей я рассказала бы все секреты Минобороны, если бы знала…

Или еще пример «вредной» привычки, от которой надо бы избавиться… Я - хулиганка! Ну не в смысле - «привлекалась», а просто активна чрезмерно.

В яслях меня привязывали к стулу, чтоб не мешала воспитателям проводить занятия, в детском саду в тихий час запирали в кладовке, чтоб другие дети спокойно спали. А в школе директор в назидание другим водил меня по коридору на переменах, положив мне руку на плечо, чтоб объяснить всем, что хулиганить нельзя. За этим последовали «неуды» за поведение и институт, где я писала лекции, сидя в коридоре.

С годами я, конечно, немного поутихла. Хотя недавно снова вызвала сотрудников полиции к подозрительному черному пакету на остановке. Наряд прибыл. Павильон оцепили. Пакет «обезвредили». Он оказался обычным мусорным мешком, который какой-то разгильдяй не донес до бака и положил под скамейку на остановке. Ох и шуму я наделала! А по-другому не могу. Вдруг бомба?

В общем, я продолжаю активно жить. Может быть, потому и выгляжу намного моложе своего биологического возраста. И не беда, что во мне нет ни капли «степенности». Зато внучка говорит, что со мной веселее, чем с мамой. Да и вообще, я уверена, что «важность» сокращает жизнь лет на 20. А быть «ЛЕДИ» такая скукотища! Я ж никому не мешаю. И моя активность не антиобщественна…

На старости лет решила пристраститься еще к одному растлевающему душу занятию - азартным играм. Но ни ума не нажила, ни денег. А жаль! Повеселилась бы… Может быть…

В итоге, пройдя большую половину жизни, я поняла, что «хороший человек» в принципе не становится «плохим» из-за того, что сгрызет, например, прилюдно пару ногтей или проспит пару раз на работу. Так ведь?

Галина ШИРОНИНА.

Если ежедневно уделять каллиграфическому письму по 20-30 минут, то уже через месяц можно получить гарантированный результат и подписать открытку необычным шрифтом - русской вязью.

ПРОЕКТ

Что написано пером...

В областном музее изобразительных искусств открыты курсы по каллиграфии «Магия русской вязи». Все желающие могут научиться писать острым пером.

Первыми участниками необычного проекта стали десятилетний Алеша Иванов и его мама Ольга.

- Учиться чему-то новому нужно обязательно вдвоем, чтобы потом обмениваться впечатлениями, приобретенными умениями. Мы уже познакомились с разными видами перьев, узнали азы работы с пером и чернилами и попробовали писать, - рассказывает Ольга Иванова.

Женщина уверена, что занятия по каллиграфии сделают почерк ее сына красивым и правильным.

Алеша тоже надеется на то, что совсем скоро учитель в школе перестанет снижать ему оценки за корявые буквы и неровные строчки.

Следует отметить, что перо подчинилось мальчику довольно быстро. После нескольких строчек палочек и крючочков Алеша приступил к написанию букв.

- Я заметил, что даже через полчаса письма рука не устала. А от шариковой ручки пальцы устают быстро, зарядку приходится делать, - рассказывает Алеша. Феномен «легкой» руки преподаватель каллиграфии Динара Туйсина объясняет особенностью перьевого письма, которое называется отрывным: после каждых двух-трех штрихов перо в чернильницу обмакивать надо, в это время напряжение с пальцев снимается.

Каллиграфическое письмо - новое веяние моды у нас в стране. Жители Москвы и Санкт-Петербурга готовы платить немалые деньги за овладение декоративным шрифтом русской вязи. Стоимость мастер-класса продолжительностью 45 минут в столицах доходит до 5 000 рублей.

В Оренбурге подобного ажиотажа пока не наблюдается. Потому посетителям занятий в областном музее изобразительных искусств достаточно купить тушь за 60-80 рублей, три-четыре пера по 20-30 рублей и держатели для них за 50-70 рублей. Вот и все расходы.

- Каллиграфией полезно заниматься в любом возрасте. И уровень подготовки абсолютно неважен. А вот польза от письма пером очевидна. Этот процесс сродни медитации. Во время письма человек расслабляется и достигает внутренней гармонии. Кроме того, занятия вырабатывают усидчивость, развивают внимание и воображение, - объясняет старший преподаватель кафедры дизайна ОГУ Динара Туйсина.

Кстати, владение русской вязью может приносить неплохой доход. Ведь ни в одной компьютерной программе такого шрифта нет. А спрос на него растет.

Аля ВИКТОРОВА.

ПО ПРИМЕРУ ЯПОНЦЕВ

В Японии рекомендовано ввести курсы по каллиграфии во всех школах и вузах, независимо от специализации образовательного учреждения. Это необходимо для формирования профессиональных качеств у будущих специалистов в области инновационных технологий. Крупные японские компании уже давно приглашают в обеденный перерыв учителей, которые по полчаса в день занимаются с сотрудниками каллиграфией. Руководители компаний считают это занятие полезным не только для здоровья, но и для развития творческого потенциала специалистов.

Нашу дорогую Веру Михайловну Тащилину поздравляем со 100-летним юбилеем!

Серьезная дата, большой юбилей,
Мы Вас от души поздравляем,
Сто лет Вам исполнилось, наш Вам поклон,
Вам только здоровья желаем!
Для всех нас всегда и во всем Вы пример,
За век повидали так много,
Желаем прожить Вам еще много лет,
Попросим об этом мы Бога!

Сын, сноха, внуки, правнуки, с. Краснохолм.

НАЛОГОВАЯ СООБЩАЕТ

Минимизировать риск при выборе партнера поможет электронный сервис

Ведение бизнеса в современных реалиях требует от его владельца постоянной осмотрительности при выборе контрагентов, путем сбора всей возможной информации.

Для тех налогоплательщиков, кто желает избежать возможных рисков при выборе делового партнера, будет полезен сервис «Риски бизнеса: проверь себя и контрагента» на сайте ФНС России www.nalog.ru.

Здесь можно получить сведения о дисквалифицированных лицах и юридических лицах, где дисквалифицированные лица входят в состав исполнительных органов, о юридических лицах, связь с которыми по зарегистрированному адресу отсутствует, а также об организациях, имеющих налоговую задолженность. В сервисе сведения актуализируются ежедневно.

Межрайонная ИФНС России №10 по Оренбургской области.

Пояснения – только в электронном виде

С 1 января 2017 года налогоплательщики, обязанные представлять декларацию по налогу на добавленную стоимость в электронной форме, пояснения при проведении камеральной налоговой проверки такой декларации направляют в налоговый орган также в электронном виде по телекоммуникационным каналам связи через оператора электронного документооборота.

Дни открытых дверей

Традиционно в период декларационной кампании во всех налоговых органах России проводятся дни открытых дверей для физических лиц.

На днях открытых дверей 23-24 марта и 23-24 апреля каждый гражданин сможет уточнить, должен ли он подавать декларацию, получить консультацию о порядке ее заполнения, помощь в заполнении декларации, ознакомиться с электронными сервисами налоговой службы, получить информацию о наличии задолженности либо переплате, задать любые вопросы по налогообложению.

Зарегистрировавшись в личном кабинете, не забудьте поменять первичный пароль!

Подключившись к личному кабинету, многие пользователи забывают сменить первичный пароль, действующий в течение одного календарного месяца, после чего учетная запись блокируется, и налогоплательщикам приходится снова обращаться в инспекцию для активации сервиса.

Чтобы предотвратить утрату или блокировку пароля в дальнейшем, достаточно предварительно выбрать способ его восстановления с помощью электронной почты. Для этого в разделе «Профиль» личного кабинета необходимо указать свой номер телефона, подтвержденный адрес электронной почты, задать контрольное слово (длиной до 24 знаков) и сохранить изменения. Воспользоваться данным способом восстановления утраченного пароля пользователь сервиса может в любое удобное время.

Личный кабинет налогоплательщика – самый простой способ контакта с налоговой службой

Все больше граждан предпочитают работу с интернет-сервисом «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц».

Если накопилась задолженность или есть необходимость получить уведомление на уплату налогов, к примеру, до отъезда в отпуск, нет времени для визита в налоговый орган, чтобы получить ответы на актуальные вопросы, касающиеся налогообложения, или даже просто необходимо заявить о праве на льготу, уточнить объекты налогообложения - сервис всегда поможет.

Подробно обо всех возможностях можно узнать в любом налоговом органе и сайте ФНС России www.nalog.ru.

Безбумажный способ общения

Представлять налоговую и бухгалтерскую отчетность, а также получать документы от налогового органа проще и быстрее можно, подключившись к системе электронного документооборота.

ИФНС России по Дзержинскому району г. Оренбурга.

Конкурс стал триумфом

С успехом выступили в Оренбурге на III Международном конкурсе творчества и искусства «Арт-Триумф» воспитанники Детской школы искусств с. Нежинка Оренбургского района.

Воспитанники Детской школы искусств с. Нежинка уже в который раз с достоинством представили свое село.

Конкурс собрал участников со всех уголков Оренбургской области и ближайших регионов. Помимо конкурсной программы по вокалу, хореографии, инструментальному исполнительству и многим другим номинациям, в стенах ДК «Эспресс» проходили творческие мастер-классы ведущих педагогов.

Впервые на конкурсе такого высокого уровня выступили воспитанники ДШИ по классу фортепиано из с. Нежинка Оренбургского района. Валерия Дегтярева, учащаяся 2-го класса, завоевала диплом лауреата первой степени, третьеклассница Дарья Пацаева стала дипломантом первой степени. А вот ансамбль «Созвездие» под руководством Т. Ф. Першиной вновь показал свой профессионализм, став трижды лауреатом первой степени и получив один диплом лауреата второй степени.

Не остались в стороне представители вокального отделения. Арина Дегтярева завоевала диплом лауреата первой степени, а вот Ангелина Мамедова и Евгения Жидкова вернулись с дипломами лауреатов третьей степени.

Огромную благодарность коллектив Детской школы искусств выражает родителям за моральную и финансовую помощь, за понимание и теплые отношения. Поздравляем преподавателей и учащихся Детской школы искусств с победой!

Марина ДЕГТЯРЕВА.

Восьмилетняя Валерия Дегтярева и ее преподаватель Наталья Шевченко неоднократно занимали призовые места. Месяц назад на Международном конкурсе они играли дуэтом и стали лауреатами второй степени, а преподаватель получил звание лучшего педагога-концертмейстера и заслуженную медаль.

КОНКУРС

Скоро будет новоселье!

В нашем детском саду проходил смотр-конкурс «Лучшая дуплянка», «Лучшая кормушка» и «Лучший скворечник».

Дети и их родители, педагоги приняли самое активное участие в конкурсе. В результате совместного труда были созданы разнообразные неповторимые кормушки, скворечники, дуплянки. Фантазии не было границ: деревянные дворцы, коробки от новогодних подарков, разнообразный природный материал. При своей оригинальности наши участники старались не забывать и об удобстве кормушек, дуплянок и скворечников для пернатых. Дети с радостью показывали друг другу свои работы, рассматривали и сравнивали их. Оценить представленные экспонаты смогли и дети, и родители, и сотрудники дошкольной организации, опуская жетон с понравившимся лотом в урну для голосования. Такая совместная работа погружает в творческий процесс, учит созидать.

В наше время, когда люди привыкли лишь потреблять, очень важно научить детей творить.

Благодаря этому конкурсу, для наших пернатых друзей на территории детского сада в апреле появится комфортный и уютный «Птицеград».

Людмила ЖЕРЕБЦОВА.

СМОТР

Что за чудо эти сказки!

На базе МДОАУ «Детский сад №141» прошло заседание методического объединения музыкальных руководителей Северного административного округа Оренбурга, на котором педагоги делились опытом с коллегами.

Одним из вопросов данной встречи был просмотр развлечения с элементами нетрадиционных методов на тему: «Что за чудо эти сказки!». Разработали и провели данное мероприятие музыкальный руководитель МДОАУ №141 Н. П. Котова и учитель-логопед С. В. Быкова.

Сценарий развлечения был придуман и построен в соответствии с требованиями ФГОС и интеграцией различных областей деятельности детей. Яркое, современное оборудование и безупречная игра актеров поддерживали интерес дошкольников на протяжении всего праздника.

Дети продемонстрировали знания русских народных сказок, способность принимать решения и выстраивать стратегию действий, умение читать, петь, рассуждать, ориентироваться в пространстве, успешно справились с элементами психогимнастики. А передвигаться детворе по сказкам пришлось на пушечных ядрах, сапогах-скороходах и машине времени.

Данное мероприятие получило высокую оценку коллег и показало, как можно нестандартно, современно провести традиционное развлечение для дошкольников.

Музыкальный руководитель Н. П. КОТОВА, учитель-логопед С. В. БЫКОВА.

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

► Дом деревянный S 52 м² (2-комн., санузел, гор/хол. вода). Уч-к 10 соток. В с. Никольском Сакмарского р-на. Все в собственности. Т. 8-922-883-22-60. (237*)

► Квартиру S 70 м² в 2-квартирном доме в п. Новосергиевка. Рассмотрим обмен на г. Оренбург. Т. 8-932-530-56-73. (249*)

► Меняю 2-этажный дом в п. Красный Коммунар (черновая отделка), газ, свет, вода, погреб, гараж, на квартиру в Оренбурге. Т.: 8-987-856-30-85, 8-922-531-61-39. (242*)

► Дом S 81,4 м² в центре микрорайона п. Переволоцка или обменяю на квартиру в Оренбурге с доплатой. Имеются гараж, баня, сарай, погреб. Участок 13 соток. Рядом школа, аптека, ж/д вокзал. Т. 8-922-825-84-67.(250*)

► Земельный участок с ветхим домом S 24 м² в с. Кардаилово за 320 т. р. Т. 8-906-832-84-02. (247*)

► Дом S 47 м² (вода, туалет в доме) в с. Краснохолм, ул. России, д. 62. Есть большая летняя кухня. На огороде колонка. Цена 1 млн руб. Т.: 8-912-842-04-29 (Дмитрий), 8-905-840-58-40 (Анна). (482*)

► Дом с удобствами и надворными постройками в с. Подстепки. Участок 10 соток. Т. 8-950-189-41-55. (261*)

► Срочно, недорого дом S 54 м² частично с мебелью в с. Зубочистка Вторая. В доме вода, слив, счетчики. Есть баня, хозпостройки. Документы готовы. Т. 8-932-846-01-14. (272*)

► Участок земли 17 соток в с. Сакмара. Т. 8-906-838-13-16. (273*)

► 2-комн. кв-ру в Переволоцке. Отопление свое, застекленный балкон, санузел раздельный, дому 5 лет. Т. 8-919-851-75-37 (324*)

► 3-комн. кв-ру S 60 м² в 2-квартирном доме в с. Благодарное Тюльганского р-на. В доме водопровод, канализация, газовое отопление. Имеются хозпостройки. Т. 8-922-856-85-37. (346*)

► Большой дом в с. Подстепки за материнский капитал. Большой участок, все надворные постройки, летняя кухня. Т. 8-922-835-96-97. (377*)

► Дом S 42 м² с удобствами на два хозяина в с. Платовка Новосергиевского р-на за 650 т. р. Т.: 8-919-850-61-21, 8-922-874-18-44. (382*)

► Дом за материнский капитал в с. Кардаилово. Т. 8-909-604-64-30 (464*)

► Кв-ру S 70 м² со всеми удобствами в 2-кв-ном доме в с. Рождественка Беляевского р-на (55 км от Оренбурга). Имеются гараж, баня, летняя кухня, хозпостройки. Т.: 8-987-197-63-17, 8-922-881-60-03. (466*)

► Срочно. Дом S 140 м², частично с мебелью в с. Сакмара. В доме вода, слив, газовое отопление, баня. Есть надворные постройки, гараж. Земля 10 соток. Недалеко лес, река. Т.: 8-932-858-99-33, 8-922-894-14-47. (469*)

► 1-комн. кв-ру S 34 м² в п. Переволоцком в новом доме на ул. Нефтяников или обменивается на 2-, 3-комн. с доплатой в п. Переволоцком. Т. 8-932-557-40-98. (483*)

► Действующий магазин S 56 м² в с. Покровка Новосергиевского р-на. Обращаться по т. 8-922-835-94-32. (463*)

► Капитальный гараж S 17 м² по адресу ул. Красная, 23 (напротив маг. «Стройландия») за 320 т. р. Торг уместен. Т. 8-912-348-74-01. (69*)

► Дом новый S 80 м² со всеми удобствами в с. Петровском Саракташского р-на. Имеются новые гараж, баня, погребка. Есть скважина для полива. В селе средняя школа, д/сад. Работает колхоз. Т. 8-987-852-14-95. (92)

► Дом деревянный в с. Григорьевка Сакмарского р-на (70 км от Оренбурга), S 60 м² (газ, вода, канализация). 7 соток земли. Имеются хозпостройки. Документы готовы. Т. 8-922-820-04-50. (102*)

► Дом S 57 м² в с. Тугустемир (в доме туалет, гор. и хол. вода, телефон, Интернет). Рядом речка. Земли 38 соток. Имеются баня, гараж, сарай. Т.: 8-922-281-59-66, 8-927-351-71-27. (104*)

СНИМУ

► Частный дом в Оренбурге. Порядок и своевременную оплату гарантирую. Без посредников. Т. 8-903-399-24-97. (411*)

СДАЮ

► 3-комн. кв-ру в центре города со всеми коммунальными удобствами и телефоном. Желательно семье, но возможны и др. варианты. Т. 76-61-64. (438*)

РАЗНОЕ

► **1 апреля 2018 г. с 10.00 до 13.00 состоится собрание уполномоченных СНТ «Ракета» по адресу: ул. Туркестанская, 14. Правление. (99)**

► Считать недействительным аттестат 56 ББ 0028803, выданный СОШ с. В. Платовка в 2008 г. на имя Елены Сергеевны Литвиновой, в связи с утерей. (103).

► Считать недействительным удостоверение «Ветеран труда Оренбургской области», выданное 25.07.2016 г. на имя Клары Батыргараевны Мингазовой, в связи с утерей. (101)

► Требуется женщина для ухода за больной, с проживанием. Т. 43-78-81. (107)

КУПЛЮ

► Иконы, награды, фарфор, бронзу. Т. 69-14-49. (7)

► Иномарки, ВАЗ. Срочный выкуп. Выезд в область. Дорого. Т.: 8(3532) 55-65-66, 8-902-365-65-66. (8)

ПРОДАЮ

► Ассенизационную машину (бочка 3,75 куба, на базе автомобиля ГАЗ. Дизель.) Год выпуска 2014-й, состояние отличное. В эксплуатации недолго. Цена 850 тыс. руб. (торг). Т. 8-903-366-72-96. (3*)

УСЛУГИ

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

► **Ремонт стиральных машин-автоматов. Выезд на дом. Гарантия на ремонт. Недорого. Т. 611-610.** (13)

► **Ремонт бытовой техники: стиральных машин, холодильников, телевизоров, пылесосов, микроволновок и др. мелкой техники. Пр. Дзержинского, 14. Т. 60-60-10**. (14)

► **Ремонт автоматических стиральных машин с выездом на дом. Гарантия. Т.: 8-903-365-34-91, 21-24-91.** (2)

► Ремонт стиральных машин-автоматов. Выезд на дом. Гарантия. Т. 29-11-57. (1)

► Ремонт телевизоров любых моделей. Гарантия. Т.: 55-06-03, 64-53-72. (24)

► Ремонт телевизоров без выходных. Пенсионерам скидки. Т. 55-75-20. (4)

► Ремонт швейных машин. Гарантия. Т. 61-39-03. (28)

► ТСК «Климат 56» проводит ремонт самой разной бытовой техники. Адрес: г. Оренбург, ул. Салмышская, 6. Т. 29-69-59. (22)

► Ремонт холодильников, морозильников на дому. Гарантия. Без выходных. Т. 60-55-08. (59)

► Ремонт компьютеров, мониторов у вас дома. Т.: 55-06-03, 64-53-72. (25)

МЕБЕЛЬ

► Аккуратная перетяжка. Изготовим диваны, кресла, кухни, шкафы и т. д. Скидки от 15%. Т. 237-282. Александр. (16)

► **РЕМОНТ, ПЕРЕТЯЖКА МЯГКОЙ МЕБЕЛИ. ИЗМЕНЕНИЕ ФОРМЫ. СКИДКА 15%. Т. 21-58-54.** (23)

► Ремонт, перетяжка мягкой мебели. Пенсионерам скидки. Качество, доставка. Изготовление диванов - от 14 тыс руб. Т.: 60-54-64, 8-922-550-10-15. (11)

► Перетяжка мягкой мебели, замена пружинных блоков, обивки. Скидка. Изготовление пуфов. Т. 69-37-12. (34)

► Перетяжка мягкой мебели. Пенсионерам скидка - 15%. Гарантия качества. Подушки в подарок. Т. 21-12-73. (6)

► **Перетяжка и ремонт мягкой мебели. Изменение формы. Изготовление корпусной мебели: кухни, шкафы-купе, спальни, детские, офисная мебель. Т.: 29-67-80, 690-616.** (5)

САНТЕХНИКИ

► Установка водопровода, отопления, канализации. **Прочистка канализации.** Без выходных. **Т. 25-18-64.** (18)

► Установка душевых кабин. Кафель. Водопровод. Сантехника. Панели. Т. 27-50-81, www oren-vanna.ru (105)

РАЗНОЕ

► **Натяжные потолки. Недорого. Т.: 90-19-17, 8-919-842-40-89.** (41)

► Качественные металлические двери, ворота, решетки, заборы, навесы, тамбуры, кладовки, оградки, печи, любые кованые изделия на заказ. Сайт: www.orenkovka56.ru. Т.: 25-50-52, 23-70-80. (33)

► Изготовим металлические заборы, ворота, двери, решетки, оградки, козырьки, печи для бань и др. Качественно. Недорого. Т.: 61-43-41, 96-26-32. (66)

► **СВАХА ДЛЯ ВСЕХ. Т. 8-922-846-27-31.** (36)

► Частный приходящий санитар оказываю уход при затруднениях в движении, парализации, урологических недугах. Забираю постельное и нательное белье на стирку и глажку. Работаю официально. Т. 8-987-196-08-35. (53)

► Замена электропроводки, вводного эл. кабеля в домах и кв-рах. Т. 255-383. (67)

► Грузчики + «газели». Т. 60-39-82. (12)

► Ремонт TV. Любых. Т. 55-75-20. (95)

► Алмазная резка. Отбойные работы. Т. 60-91-20, www oren-vanna.ru (106)

РАБОТА

► Администратор на ресепшн, до 28 т. р. Т. 971-811. (359)

► Диспетчер в оптовый отдел, 21 т. р. Т. 971-811. (360)

► Подработка на полдня. 15 т. р. Т. 611-834. (404)

► **БИБЛИОТЕКАРЬ, 16 т. р. Т. 61-18-34.** (405)

► Склад-менеджер. 19 т. р. Т. 90-85-99. (441)

► Вахтер в офис. Г/гр., 17 т. р. Т. 90-85-99. (442)

► **Вахтер 5/2, 17 т. р. Т. 61-18-34.** (406)

► Менеджер по персоналу, диспетчер на телефон, офисно-складской работник. Полный соцпакет. Трудоустройство официальное (можно и по договору). Возможно совмещение. Своевременная оплата, доход до 25 т. р. Т. 8-922-886-95-04. (29)

► Библиотекарь в офис, без опыта. 17 т. р. Т. 8-953-837-76-65. (486)

► Администратор-секретарь, архивариус. Полный соцпакет. Гибкий график. Доход до 35 т. р. Т.: 90-37-02, 8-922-829-37-02, 8-953-837-76-51. (30)

► Вахтер-диспетчер 5/2, 3/2, 3/3. Курьер (гибкий график), оператор ПК. Полный соцпакет. Доход до 28 т. р. Т. 90-68-07. (31)

► Кладовщик (гибкий график), охранник, помощник в архив. Рассмотрим без опыта. Доход от 20 т. р. Т. 8-922-886-29-07. (32)

► **АРХИВИСТ, 17 т. р. Т. 611-834.** (407)

► Требуются работники на склад на 4 часа. Т. 904-406. (56)

► Требуется охранник Б/Л. 17 т. р. Т. 692-937. (70)

► В МБДОУ «Детский сад №174» г. Оренбурга (ул. Гусева, 16) требуются воспитатель и помощник воспитателя. Т. 74-29-79.

► Подработка в офисе. Т. 455-835. (55)

► Требуется молодой охранник, 21 000 руб. Гибкий график 2/2, 3/3. Без опыта работы. Т. 60-19-21. (90)

► В ООО «Покровский завод многогранных опор» требуется специалист по охране труда. З/п от 20 000 руб. Т. (3532) 301-333. (94)

► В ООО «Покровский завод металлических конструкций» требуется инженер-конструктор I категории с опытом работы и высшим техническим образованием. З/п от 30 000 руб. Жилье предоставляется. Т. (3532) 301-333. (100)

ЗНАКОМСТВА

► **МОЛОДОЙ** человек познакомится с девушкой, женщиной от 18 до 45 лет с хорошим бюстом и стройной фигурой для тесного общения. Можно с южанкой, азиаткой. Т.: 65-07-00 (дом), 29-77-93 (сот). Спросить Андрея.

► **МУЖЧИНА**, 50 лет. Хочу женщину рядом без проблем. Т. 8-932-850-07-93.

► **ЖЕНЩИНА**. Хочу познакомиться с добрым, внимательным, заботливым мужчиной от 65 до 70 лет. Живу одна в частном доме. Т. 8-922-836-64-68.

► **МУЖЧИНА**, 71 год. Живу в Оренбурге. Есть все необходимое для жизни. Я простой, жизнелюб, без вредных привычек. Познакомлюсь с женщиной, которая ищет себе надежного друга и спутника жизни. Заранее благодарю за письмо о себе. Писать: 460001, г. Оренбург-1, а/я № 958.

► **ЖЕНЩИНА**, 60 лет, 155/72. Надежная, верная, симпатичная. Познакомлюсь с надежным, заботливым, внимательным, уважительным мужчиной без вредных привычек для создания семьи. Т. 8-919-841-27-55.

БЛАГОДАРНОСТЬ

Спасибо за сострадание и помощь!

10 марта исполнилось сорок дней, как рядом нет нашей дорогой и любимой сестры, дочери, жены, друга и просто удивительного человека с большим сердцем Сысоевой Елены Васильевны.

Она жила в этом мире рядом с нами, любила, вела здоровый образ жизни, отдавала всю себя работе, очень любила своих учеников, дарила радость окружающим… Бог наделил ее всеми качествами, которые присущи порядочному человеку: совестью, добротой, преданностью, состраданием к другим.

«Она была хорошим человеком, настоящим учителем. Спасибо вам за такого прекрасного человека, спасибо за дочку, за то, что вы ее так воспитали», - со слезами на глазах говорили маме многие люди, которые пришли попрощаться с Леной.

Лена часто отправляла деньги на лечение детям, больным онкологией. И никогда не думала, что именно эта болезнь постигнет ее…

В моменты скорби особо остро ощущаешь нелепость и суетность многих мирских вещей. Давит в груди, ноет сердце. И приходит понимание того, что невозможно было бы пережить горе без поддержки окружающих.

Хочется сказать самые искренние слова благодарности за поддержку во время болезни и теплое отношение к Лене ее коллегам, всему коллективу школы №37 во главе с директором Л. В. Кабановой. Не остался в стороне от беды и коллектив мужа Лены во главе с А. А. Урядовым. И руководитель, и коллеги всегда относились с пониманием и отпускали его с работы.

Большую поддержку оказали семьи Щукиных, Герман, Солотовых, Климушкиных, Хотеновых, Шмелевых, Кузнецовых, Карповых, Бурлаковых, Саломатиных, Горюновых, Э. Г. Габидулина и Р. А. Варкова.

Спасибо ученикам 4-го класса и их родителям за то, что искренне любили Лену и молились за нее.

Низкий поклон батюшке Ростиславу, всем родным, близким, друзьям, жителям нашего поселка, которые приходили в церковь и молились за жизнь Лены.

Десятки людей помогали ей бороться с недугом, но, наверное, у Бога свой промысел о каждом из нас…

Благодарим всех, кто пришел на похороны, кто не остался равнодушным к нашему горю, кто скорбит вместе с нами!

От имени всех родных и близких, родная сестра покойной Валя ДОРОШ.

ОМК
ОРЕНБУРГСКАЯ МЕМОРИАЛЬНАЯ КОМПАНИЯ
ПАМЯТНИКИ
(гранит, мрамор)
ЦЕНА мраморного памятника с изготовлением (высота - 1 м) - 8 665 руб. с установкой - 13 265 руб.
Льготникам - без оплаты
г. Оренбург, ул. Комсомольская, 36
Тел. 8-987-849-24-34

С днем рождения!

Владимира Ершова,
Любовь Кумину,
Алексея Манихина,
Клавдию Чеботареву,
Ольгу Колобовникову,
Светлану Бубликову,
Таисию Голоктионову,
Галину Хуснутдинову,
Дарью Петрову,
Галину Оршит,
Елену Паршину,
Дмитрия Золотова,
Валентину Смирнову,
Валентину Зобнину,
Владимира Осина,
Любовь Троянскую,
Ирину Скавинскую,
Татьяну Тулупову,
Инну Осипову,
Сергея Васильева,
Елену Гурову,
Татьяну Филатову,
Аллу Верещагину,
Наталью Филимонову,
Татьяну Шувалову,
Татьяну Барабанщикову,
Юлию Иванову,
Анну Черных,
Людмилу Овсянникову,
Галину Мачневу,
Бориса Мануилова,
Тамару Маслову,
Аллу Климову,
Зою Гамалу,
Анатолия Артамонова,
Алису Горячеву,
Татьяну Антропову,
Раису Томилину,
Татьяну Терновскую,
Алсу Каримову,
Наталью Крылову,
Юрия Назина,
Анну Демидову,
Андрея Демидова,
Владимира Осина,
Павла Осина!

Желаем крепкого здоровья,
Чтобы сбывались все мечты!
Улыбок чтобы было море,
Тепла и света, доброты!

РЕДАКЦИЯ «ОС».

Вы хотите, чтобы в списке именинников оказалась и ваша фамилия?
Тогда звоните по тел. (3532)77-30-87.
Мы с удовольствием поздравим вас!

Нашего дорогого Эльвира Ранилевича Рахматуллина поздравляем с юбилеем!

Тебе сегодня двадцать пять,
В рассвете лет и сил мужчина.
Все пожелания тебе,
Ведь юбилей тому причина!
Будь счастлив, радостен, любим,
Иди вперед и не сдавайся,
Ведь ты для нас незаменим.
Таким и дальше оставайся!

Родители, бабушки, дедушки и многочисленные родственники.

Поздравляю работников с профессиональным праздником ООО «ЖКХ «Южное»!

Заслуги ваши ценны в полной мере:
Хоть на дворе уж двадцать первый век -
Без ЖКХ, как в каменной пещере,
В своей квартире жил бы человек!
Нелегкую решаете задачу;
Чтоб в доме были свет, тепло, вода,
Так пусть здоровье, счастье и удача
Сопровождают в жизни вас всегда!

Директор Ф. Г. Мустафин.

Нашу милую Эльнару Минзафарову поздравляем с днем рождения!

15 лет… Как ты прекрасна!
Пусть сбудутся твои мечты,
Пусть слез не будет понапрасну,
Лишь для тебя цветут цветы.
Пусть что задумано - случится!
Здоровья, радости, тепла,
И дней счастливых вереницу,
Пусть будет жизнь твоя светла!

Дедушка, бабушка, родители, сестра, братик, с. Зубочистка Вторая.

Дорогую нашу Магмуру Лутфулловну Мурсалимову поздравляем с днем рождения!

Пусть солнце тебе освещает дорогу,
Событий чтоб радостных было бы много,
Всегда чтоб сбывались твои все мечты,
Была чтоб здорова и счастлива ты!

Муж, дети, внуки, с. Зубочистка Вторая.

Хотите поздравить близких?
Базовая цена размещения поздравлений:
- 8 строк стихотворного текста
(не включая обозначения адресата) - 200 руб;
- 8 строк + фото - 250 руб.
При количестве строк более 8 каждая следующая строка - 30 руб.
Наценка за срочность -100%.
Внимание! При публикации поздравления для одного человека от разных поздравителей фамилия и имя именинника указываются только один раз.
Телефон для справок 77-68-42.

Поздравляем уважаемую Альфию Фаритовну Савгабаеву с юбилеем!

В 40 лет мы пожелаем:
Еще больше по жизни побед,
Быть счастливой, здоровой, прекрасной,
Украшая собой белый свет.
Не встречаться с печалью и грустью,
Не познать, что такое беда,
Этой жизнью сполна наслаждаться,
И такой оставаться всегда!

Родители и учащиеся Мустаевской школы.

Дорогого папу, дедушку и мужа Анатолия Александровича Долгалева поздравляем с юбилеем!

Года, как капельки дождя,
Так долгожданны, быстротечны.
Пусть будет долгой жизнь твоя
И идеальной, словно вечность.
Мы поздравляем с днем рождения,
Желаем счастья и добра,
Цени счастливые мгновения
И станет сказкой жизнь твоя!

Жена, дети, внуки и правнук, с. Нижняя Павловка.

Поздравляем Ильдара Эдуардовича Зарипова с днем рождения!

Желаем Вам большого счастья.
Семейной радости, тепла,
Пусть не затронет Вас ненастье,
Пусть солнце светит Вам всегда.
Пусть будет жизнь такой, какой хотелось
В самых дивных снах,
Пусть в сердце будет навсегда любовь,
А на душе - весна!

Коллектив д/сада №156, г. Оренбург.

Дорогую Светлану Дюгаеву поздравляем с 40-летием!

Мы желаем оставаться
Оптимисткою всегда,
Никогда чтобы не бояться,
Что летят опять года.
Пожелаем просто счастья,
Чистой, преданной любви,
На друзей чтоб опираться
Тебе на жизненном пути!

Семья Сафаровых.

Поздравляем дорогую Залию Дамировну Аитову с днем рождения!

С праздником прекрасным,
Светлым, добрым, нежным!
Мы желаем счастья,
Веры и надежды!
Всего хорошего тебе,
Не только в день рождения,
Пусть праздники в твоей судьбе
Поднимут настроение!

Семья Исимбетовых.

Поздравляем с 50-летием замечательную женщину, инструктора по физической культуре Мадину Александровну Иванову!

Роскошной женщине в красивый юбилей
Желаем много искреннего счастья,
Пусть на губах улыбка будет часто,
И любят близкие с годами все сильней!
Пусть принесет хороших перемен
Пятидесятый этот день рожденья,
Больших успехов Вам на каждый день,
Во всех делах удачи и везенья!

Коллектив МДОАУ «Детский сад №141».

Дорогую подругу и одноклассницу Марвар Равилевну Кутлубаеву поздравляю с юбилеем!

Сегодня самый лучший день,
Ведь у подруги юбилей!
Спешу поздравить от души:
Пусть будут годы хороши,
Пусть счастье льется через край,
А жизнь - как пышный каравай,
Пусть нашу дружбу никогда
Не разобьют печаль, беда!

Муршида, с. Имангулово-2.

Дорогую Люзу Асхатовну Адельшину поздравляем с днем рождения!

Желаем красоты, добра, гармонии,
Веселья, очень крепкого здоровья,
Желаем быть уверенной и сильной,
Успешной, уважаемой, любимой!

Коллектив ООО «ЖКХ «Южное».

Дорогого племянника Алексея Александровича Бузина поздравляем с днем рождения!

Будь счастлив, дорогой, всех благ тебе!
Пусть сложится все, как ты пожелаешь,
Пускай в твоей размеренной судьбе
Не будет места горю и печали.
Здоровье не подводит пусть, а ты с годами
Будешь лишь активней и моложе,
Пускай сбываются все сокровенные мечты,
И рядом будут те, кто всех дороже!

Тетя, крестная, Карнеевы.

Любимую, дорогую мамочку Актынке Давлетовну Бикбау поздравляем с днем рождения!

Ты чудо-хозяйка, бабуля и мама,
Забота в крови - ты любовью полна,
Красивой и умной на свет рождена!
За доброту твою и руки золотые,
За материнский твой совет
Спасибо, родная, ты наш оберег!
В любую погоду, в жару, в слякоть, в снег
Ты солнышко наше, ты наш амулет!

Дети, внуки, правнуки.

Поздравляем уважаемую Екатерину Александровну Павлову с днем рождения!

Пусть праздник украшает солнце
И теплый ветерок резвится,
Букет цветов благоухает,
Мелодий хоровод кружится!
Пусть счастье в воздухе витает
И дарит красоту и нежность!
Пусть никогда не покидают
Здоровье, силы, шарм и свежесть!

Коллектив д/сада №156, г. Оренбург.

Поздравляю дорогую Анастасию Сидельникову с днем рождения!

Твои года еще не старость,
Еще на свете жить да жить,
А жизнь - она всегда прекрасна,
И ею надо дорожить!
От души желаю только счастья,
Много долгих-долгих лет,
Ну а главное - здоровья,
Его дороже в жизни нет!

Кума, с. Нижняя Павловка.

Поздравляем прекрасную женщину, педагога-психолога Любовь Ивановну Василенко с 55-летием!

Юбилейная дата особая эта:
В ней пятерки одни, как ни крути.
Каждый день пусть встречает Вас лучик рассвета,
А на сон провожает багрянец зари.
Пусть здоровье для Вас будет преданным другом,
Поскорее свершатся все Ваши мечты,
Меньше будет в душе сомнений и смуты,
И Вы будете веселы и молоды!

Коллектив МДОАУ «Детский сад №141».

Уважаемую Марину Евгеньевну Ибрагимову поздравляем с днем рождения!

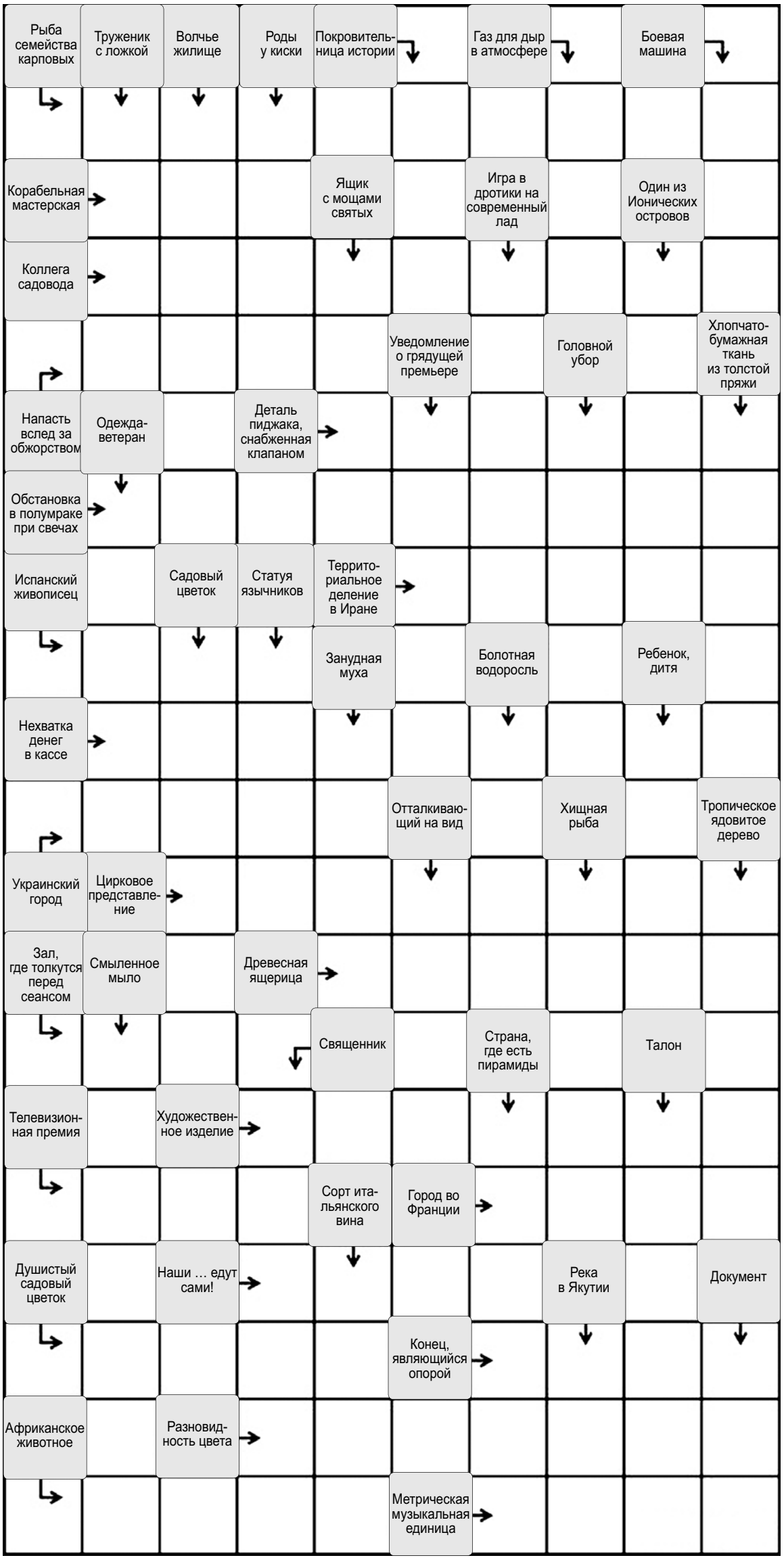
Пусть день рожденья тонет
В цветочных ароматах,
В глазах сияет радость
От симпатичной даты.
Пусть счастье брызжет смехом,
И радость бьет фонтаном,
Желаем скоро сбыться
Всем мечтам и планам!

Коллектив д/сада №156, г. Оренбург.

Уважаемого Равиля Насибуллиевича Мадьярова поздравляем с днем рождения!

Пусть на подарки судьба не скупится,
Все, что задумал - осуществится,
В твой день рождения желаем тебе
Многие годы прожить на земле!

Коллектив ООО «ЖКХ «Южное».



ХА! ХА! ХА!

* * *

Сегодня понял, что спорт - это не мое, полез на турник и сломал его на фиг.

* * *

- Дорогой, кто звонил?
- Я так и не понял. Какой-то мужик, синоптик что ли…
- А с чего ты так решил?
- Вопрос странный прозвучал: «Ну что, солнце, горизонт уже чист?»

* * *

- Сема, шо ты делаешь?
- Я тянусь к звездам!
- Но ты тянешься к полке с коньяком.
- Розочка, я так и сказал!

* * *

- Папа, а как разговаривает змея?
Папа смотрит на тещу:
- Ну, что же мы молчим, Любовь Сергеевна? Ребенок интересуется.

* * *

- Муж сказал, что между нами нет искры. Купила электрошокер. Очнется - спрошу еще раз.

* * *

- Вован, вот ты сколько можешь поднять?
- Легко - 126 кг. Каждое утро поднимаю.
- Качаешься каждое утро?
- Нет, просто встаю.

Гороскоп на неделю с 20 по 26 марта

Овен

Не жертвуйте временем, и не тратьте силы на решение чужих проблем. Вам придется налаживать отношения с деловыми партнерами. Вторая половина недели хороша для загородных семейных путешествий, а выходные подходят для новых знакомств и романтических встреч.

Телец

Главное на этой неделе - никаких конфликтов и выяснения отношений. Вам придется быть мастерами компромисса, вашу нервную систему без конца будут испытывать на прочность. К концу недели вам пригодится интуиция. Эти выходные лучше провести дома, не стройте грандиозных планов.

Близнецы

В этот период многие сумеют воплотить свои идеи. Но афишировать эти планы нежелательно. Для решения финансовых вопросов больше всего подходит четверг - мгновенного превращения в богачей звезды не обещают, но денежная ситуация улучшится. Подумайте о выгодных вложениях средств.

Рак

На этой неделе вам придется заниматься несколькими делами одновременно. Учитесь планировать время, и не отвлекайтесь на пустые разговоры. Хорошее время для налаживания личных отношений, особенно повезет одиноким представителям знака. И обязательно выкройте денек для походов в гости.

Лев

Сейчас сложатся удачные условия для реализации идей и планов. Период хорош для официальных встреч и переговоров - ваши деловые качества и природное обаяние творят чудеса. Период экономии подходит к концу, появится возможность пожить на широкую ногу.

Дева

Доверяйте интуиции и не бойтесь провала - не ошибается, как известно, тот, кто ничего не делает. Эта неделя благоприятна для кропотливой работы, требующей внимания и тщательности исполнения. В эти весенние выходные неплохо организовать семейный отдых вдали от дома.

Весы

Ищите обходные пути - в этот период некоторые дела начнут буксовать. Ничего серьезного, но поддержка друзей и сослуживцев вам не помешает. В пятницу будьте готовы к визиту гостей - выходные пройдут ярко и весело, но запланированные посиделки с друзьями придется отложить.

Скорпион

На этой неделе ожидаются и взлеты, и падения. Пригодятся дипломатические таланты - не исключены разногласия с коллегами и руководством. На любовном фронте перемен не предвидится, но для свободных представителей знака Купидон сделает исключение.

Стрелец

Ожидается много непростых ситуаций, связанных с финансами. Но постарайтесь обойтись без сторонних займов. В эти выходные желательно сконцентрироваться на решении семейных проблем. Будьте внимательнее к родственникам, и чаще балуйте их маленькими сюрпризами.

Козерог

Не бойтесь рисковать - ваши творческие планы достойны воплощения. Вы сможете гордиться своей прозорливостью и находчивостью. В выходные вам придется проявить инициативу в сфере любовных взаимоотношений.

Водолей

Не пытайтесь оказаться в нескольких местах одновременно, и учитесь отдыхать - это главный совет на неделю. В целом этот период будет благоприятным. Но будьте бдительны, и не верьте многим обещаниям. Займитесь обустройством домашнего очага и решением семейных проблем.

Рыбы

Почти вся неделя пройдет в активном деловом режиме - это отличный период для заработка и для решения карьерных вопросов. Но звезды рекомендуют оставаться в тени, и реже рассказывать о своих планах. Выходные принесут удачу в сфере семьи и любовных отношений.

Ответы на сканворд из №10

По горизонтали: Нара. Мойва. Нутрия. Ода. Трико. Номер. Ика. Агент. Юмор. Вале. Пал. Илот. Нива. Пиза. Желоб. Париж. Карп. Виток. Лоток. Плач. Ара. Бали. Сюжет. Диско. Аск. Ось. Танта.

По вертикали: Аноним. Авокадо. Рудокоп. Лис. Катамаран. Живопись. Личи. Ежик. Митра. Зал. Осот. Дояр. Гвиана. Окоп. Идеал. Баклажан. Звук. Нло. Арест. Октет. Опечатка.

ПАМЯТНИКИ
Мрамор - от 3 500 руб.
Гранит - от 10 000 руб.
АКЦИЯ: до 20 мая скидка на стандартную установку -50%
Стела
ГРАНИТНАЯ МАСТЕРСКАЯ
г. Оренбург, ул. Транспортная, д. 4
Тел. 91-50-50
www.стела56.рф
Предъявителю купона - скидка 5%.

Любовь, водка и незнакомец

Отношения между мужчиной и женщиной всегда сложны. Иногда они приносят боль и разочарования. Но все это стоит рассматривать как испытание любви. Выдержит ли?

Я сидел в баре, допивая уже четвертую рюмку водки. Очередная ссора с женой настолько разозлила меня, что уже через пятнадцать минут я находился в ближайшем к дому баре и заказывал первую рюмку. В голове по-прежнему звучал голос: «Ты меня не любишь! Ты мне изменяешь! Ты! Ты! Ты!» Она выгнала меня из дома и сказала, что не желает видеть. В тот момент на ее глазах появились слезы. Черт! Как же я ненавижу женские слезы. Я пытался поговорить с ней, успокоить, но Женя захлопнула дверь у меня перед носом. И все это из-за того, что учуяла запах чужих духов на моем пиджаке. Видимо, это очень сильный женский аргумент. А то, что в офисе, где я работаю, многие девицы перебарщивают с духами - это, извините, ничего не значит...

- Бармен! Еще водки!

Многие будут осуждать меня за то, что я заливаю проблему алкоголем, но, черт побери! Что мне делать? Стоять у нее под окнами днями и ночами? Купить ей цветы и какое-нибудь кольцо и просто сказать: «Извини»? Или бросить ее и жить спокойно? Не могу я ее бросить. Просто не могу. Я люблю Женю еще со старших классов и никогда не засматривался на других. Мы многое пережили вместе, и вряд ли разрыв исправит все к лучшему. Когда она сказала: «Саша, я люблю тебя больше всего на свете», я был готов кричать от радости. Тот день я запомню навсегда. Мы не отрывали друг от друга губ даже ночью. Проснулись вечером следующего дня. Вместо завтрака в постель мне пришлось принести ей ужин. Спустя месяц на моей правой руке красовалось обручальное кольцо. Мы тогда были самой счастливой парой на земле. А сейчас… Я понимаю, что Женя любит меня, но ее ревность иногда переходит все границы.

Когда я только устроился на работу, она каждый день приносила мне обед. Но вкусная домашняя еда всегда была приправлена порцией ревности. Сначала Женя говорила об этом с улыбкой, но потом начала закатывать сцены, подобные сегодняшней. А сегодня сказала: «Проваливай!» со слезами на глазах…

Я допил пятую рюмку. Алкоголь уже действовал на меня, но тем не менее я решил ненадолго прерваться. В этот момент дверь бара открылась, и в зал вошел молодой парень с широкой улыбкой на лице.

- Бармен, всем дорогого коньяка! - радостно крикнул он. Повсюду послышались радостные возгласы. Один я сидел и мрачно пялился на пустую рюмку, которую бармен заполнял коньяком. Этот парень сел рядом со мной. Глядя на него, можно было подумать, что он выиграл в лотерею, настолько радостным он был.

- Что, счастливчик, сорвал банк? - с иронией спросил я.

- Нет, лучше! - все с той же широкой улыбкой ответил он. - Я женюсь!

- Поздравляю, - сказал я и вновь стал мрачно смотреть на уже полную коньяка рюмку.

- А ты почему такой угрюмый, друг? - спросил парень.

- Проблемы с женой. Не радуйся, скоро и ты будешь сидеть здесь и напиваться в одиночестве.

- Эй, друг, давай рассказывай. В чем дело?

Меня не надо было уговаривать. Алкоголь подействовал. Я рассказал ему все: о Жене, о ее ревности, о моей любви к ней. Он сидел и молча слушал. Мне надо было выговориться.

- Ее ревность меня убивает, - говорил я. - Я не знаю, что делать. Бросить ее я не могу, но эта любовь сейчас приносит мне только боль.

- Любовь всегда будет приносить боль! - сказал мне незнакомый парень. - Всегда что-то хорошее несет за собой что-то плохое.

- Так зачем же ты тогда женишься? - спросил я.

- Женюсь я, потому что люблю, - ответил он. - Такие проблемы, как у тебя, надо преодолевать, а не бежать от них. Думаешь, у меня с моей девушкой не было ссор? Еще как были! Одна закончилась тем, что мы расстались на несколько недель. Но в итоге поняли, что не можем друг без друга.

- И как же эти проблемы преодолеть?

- Попробуйте найти компромисс. Если надо чем-то пожертвовать - жертвуй! Любовь, она как красота - всегда требует жертв.

Компромисс… Какой же компромисс возможен в моей ситуации? Прокрутив в голове все наши ссоры, я увидел одну общую составляющую - моя работа. Так как Женя работает на дому, мы стали реже видеться по будням. Я уходил раньше, чем она просыпалась, а приходил уже поздним вечером. Она боится потерять меня, и ее страх превратился в ревность. Что ж, я, кажется, знаю, что надо делать. Я встал из-за стойки и отправился к выходу, но остановился и посмотрел на моего собеседника.

- Спасибо за помощь, - сказал я. - Как тебя зовут?

- Стас, - ответил он. - А тебя?

- Александр. Спасибо, Стас.

- Удачи, друг.

Я покинул бар и посмотрел на часы. Понял, что прошло два часа, как я ушел от Жени. Я добрался до дома и вставил ключ в дверной проем. Препятствий нет. Я испугался, что жена собрала вещи и ушла навсегда. Открыв дверь, я сразу посмотрел в спальню. Женя сидела на кровати, опустив голову и обняв колени. На ее глазах все еще были слезы. Я подошел к ней и встал на колени у кровати.

- Женя, любимая моя, - тихо сказал я, взяв ее за руку. - Я люблю тебя.

Она посмотрела на меня. Слезы снова покатились по ее щекам. Она обняла меня за шею и начала целовать мое лицо.

- Саша, прости меня, - рыдала она. - Прости меня. Я очень сильно люблю тебя.

- И я тебя, Женя. Этой ночью мы словно вернулись назад в прошлое. Наша страсть загорелась новым, ярким огнем. Наутро мы, лежа в постели, все обсудили. Она обещала больше доверять мне, а я в свою очередь пообещал найти другую работу. И мне это удалось. Я нашел аналогичную, только с одним отличием - я мог работать на дому. Мы с Женей стали больше времени проводить вместе. Ссоры прекратились, и наша жизнь стала похожа на сказку. Тут можно было бы и закончить, но я забыл об одной важной детали.

Однажды нам пришло приглашение на свадьбу от одной из подруг Жени. Я не знал ни ее знакомую, ни жениха, но все же супруга уговорила меня поехать.

Когда церемония началась, и молодожены вошли в зал регистрации брака, я не поверил своим глазам.

Женихом был Стас. Тот самый парень из бара, который, не побоюсь этого слова, спас мою семью. Невестой была белокурая красавица, примерно одного возраста с ним.

Я искренне счастлив за него и за его будущую жену. А еще больше радовался за нас с Женей. Кто знает, что было бы, если бы Стас не помог мне тогда. Об этом даже думать не хочется.

Александр ЛАВРУШКИН, г. Орск.

КРИК ДУШИ

Соседский беспредел

Вчера опять под вечер остались всем домом без воды и удобств. А виной всему очумелые ручки соседа. То ли из-за экономии, то ли из-за недоверия другим он делает все дома сам. Беда только в том, что все способы благоустроить жилище оканчиваются проблемами для целого дома, да еще какими. Трижды после попыток соседа самостоятельно прочистить канализацию, мы уплывали все, утопая сами понимаете в чем. Каждый раз работники ЖКХ ему объясняют, чтобы он никуда не лез, а он все равно не отступает и не останавливается на достигнутом. Сколько его уговаривали соседи не вредить дому, но он упорно не сдается. Причем своей вины не признает. Наоборот, всех обвиняет. Он-то живет на последнем этаже, а страдают все, кто живет ниже.

Когда случается авария, он даже не удосуживается вызвать мастера и предупредить жильцов. Только ходит и на всех покрикивает. Да еще и делает все назло. Например, когда мастера просят не открывать воду и не сливать ничего в туалет, он непременно поступает наоборот. Он ликует, а мы успевай с пола воду собирать. И никакие слова до него не доходят. Придет с работы, вооружится молотком и начинает что-то в стены вколачивать. Однажды, отбивая как-то плитку, он спьяну в стене дырку пробил к соседям. Тем, конечно, такое отверстие явно не понравилось. Хозяин решил разобраться с виновником, да только не рассчитал силы и вышиб ему дверь, за что получил пять суток. А сосед еще жалобу на него в прокуратуру написал.

Вот так весело живется у нас в доме. Казалось бы, что пора бы горе-мастеру сделать выводы и остепениться. Но не тут-то было. Теперь он переключил свое внимание на электричество. Вот теперь живем и гадаем, запасаясь фонарями и свечами, когда он нас без света оставит...

Елена ОКОЛЕСОВА, г. Оренбург.

МЫСЛИ ВСЛУХ

Идеальных мужчин не бывает!

Есть у меня близкая подруга Марина. Когда мы познакомились, она пришла к нам работать экономистом и сразу произвела на меня хорошее впечатление: веселая, интересная и примерно моего возраста. Я решила, что нам непременно нужно стать подругами. Оказалось, что она не замужем и находится в активном поиске будущего мужа. На тот момент ей был 31 год. Самое время заводить детей, пока еще, как говорится, не ушел поезд.

Мне всегда нравился ее задор и то, как она относится к жизни в целом: не унывает, хотя не замужем и нет детей в таком возрасте, нет своего жилья. Денег тоже нет - зарплата просто смешная, такая, чтоб только с голоду не помереть. У меня хоть и было все то, о чем мечтает в наше время любая женщина, но таким оптимистическим настроем и взглядом на жизнь я никогда не могла похвастаться. И если честно, не очень верила, что женщина после тридцати может выйти замуж.

Марина же свято надеялась на то, что непременно будет счастлива с каким-нибудь высоким, красивым, заботливым, умным, добрым, некурящим и непьющим, а далее по списку. Причем список требований к будущему мужу, надо заметить, был огромный и умещался только на лист формата А4 мелким почерком. Я не раз советовала Марине поумерить свой пыл - таких мужчин на свете просто не существует. Рекомендовала сбавить обороты, понизить планку. Но Марина категорически меня не слушала. Полюбить - так короля, на меньшее она не согласна.

Мужчинам Марина нравилась: красивая, ухоженная, со вкусом одетая. Пару раз она даже получала предложение руки и сердца, но брезгливо отказывала ухажерам. Попросила отойти в сторону и не мешать искать принца. Неидеальные какие-то мужчины ей все попадались: то не очень красивый, то полноватый, то какой-то непонятный, то просто охранник…

Тем временем годы шли, даже не шли, а бежали… И вот моей подруге Марине уже сорок два исполнилось. Короля она так и не нашла, детей не родила, веселости заметно поубавилось, как и былого задора, и все, что сейчас у нее есть, так это несколько закадычных подруг да нелюбимая работа, на которую она ходит как на каторгу. Короче, тоска. И теперь по прошествии времени она мне сама говорит: «Вот дура была, слов нет. Предлагали замуж, идти надо было. Без мужика одной совсем тяжело, да и без детей как-то невесело».

Марина, конечно, не унывает, надеется познакомиться с кем-нибудь, выйти замуж и быть счастливой, но про детей уже и не помышляет. Какие дети в ее возрасте? Их же надо успеть воспитать и поставить на ноги.

Марине, да и всем женщинам, желающим выйти замуж, хочу напомнить, что идеальных мужчин нет, не было и не будет, природа их не создала и вряд ли когда-нибудь создаст. Поэтому мужчин надо принимать и любить такими, какие они есть: с недостатками, изъянами и слабыми местами. А они в ответ будут любить вас, таких несовершенных и далеких от идеала.

Ольга, г. Оренбург.

Дорогого, любимого мужа, папу, дедушку Сергея Николаевича Голышева поздравляем с юбилеем!

Сколько прожито лет,
Их не надо считать.
В юбилейный твой день
Мы хотим пожелать:
Не болеть, не стареть,
Не грустить, не скучать,
И еще много лет
День рожденья встречать!

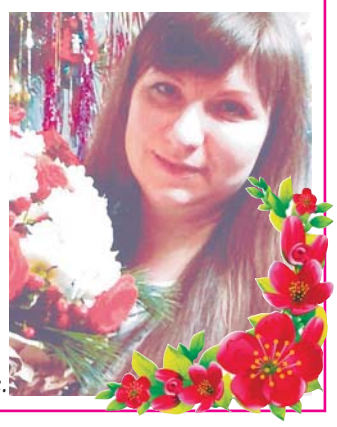
Жена, дети, внуки, с. Подстепки.

Уважаемых Шмита Газизовича Бакирова и Юрия Назимовича Аблязова поздравляем с юбилеями!

Вы в восемьдесят лет полны здоровья,
Энергии, и бодрости, и сил!
Желаем вам душевного покоя,
Чтоб каждый день лишь радость приносил!
Для внуков вы пример для подражанья,
И для детей любимый человек,
Вы от души примите пожеланье:
Пусть будет долгим ваш счастливый век!

Совет ветеранов, с. Чесноковка.

Поздравляем с юбилеем нашу любимую доченьку Светлану Юрьевну Сагайдак!



30 лет назад мы счастье
В дом из роддома принесли.
Вместе из тобою, дочка,
Развивались и росли.
В юбилей такой красивый
Слезы счастья на глазах.
Очень мы тобой гордимся,
Ты у нас девчонка-ах!
Будь счастливою, родная,
Пусть сбываются мечты,
Мама с папой всегда рядом,
Хоть сама уж мама ты!

Папа и мама, г. Оренбург.

Телефон рекламной службы 77-68-42

Поздравляю с юбилеем дорогого брата Габдельсаляма Жакиевича Чуртанова!

С юбилеем, дорогой мой брат!
Как-то быстро молодость умчалась, и тебе сегодня 60,
Только память светлая осталась.
Все же незачем сегодня нам грустить,
Пожелать хочу тебе я счастья,
Быть успешным, крепким, долго жить,
И всегда собою оставаться!

Сестра Айман, Сакмарский р-н.

Частные объявления в газету «Оренбургская сударыня» вы можете подать по адресу: ул. Юн. Ленинцев, 8 (Горсправка) с 10.00 до 19.00. Без выходных. Тел.: 69-21-60, 8- 953-832-51-00.

Если вы лечите насморк «морской» водой... Эвалар

Выбирайте солевой спрей АкваМастер от компании Эвалар, который сэкономит ваш семейный бюджет.

Выбирая АкваМастер, вы получите два в одном - спрей для лечения насморка и удобный прибор для промывания носа.

В отличие от обычных спреев, АкваМастер имеет съемную насадку-распылитель, что позволяет использовать его многократно, заново заполняя свежим раствором морской соли, прилагаемой в **ПОДАРОК** - 10 пакетиков. Показания: **риниты, гаймориты, ОРВИ и грипп, аденоиды**[2]. Взрослым и детям с 1 года.

www.evalar.ru apteka.ru При отсутствии товара в аптеках, за дополнительной информацией обращайтесь по тел: **8-800-200-52-52.**

Спрашивайте во всех аптеках, а также: Данафарм: 55-77-76; **ОренЛек:** 45-18-27, 78-07-80

Сравнение цен приведено по данным ЗАО «Группа ДСМ» (средняя цена за 2017 год). Аналог для сравнения выбран по действующим компонентам.
[1]По сравнению с лекарственным средством АкваМастер без подарка.
[2]В комплексной терапии. Совместно с изделием медицинского назначения АкваМастер.

В 10 раз выгоднее.[1]

РЕКЛАМА. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Ликбез для начинающего садовода

В последние годы газеты, журналы, Интернет буквально завалены рекламой о чудо-фруктах и ягодах. Попробуем разобраться, какие сорта и садовые культуры, а также новые технологии выращивания являются на сегодняшний день наиболее современными и надежными для нашего климата.

МАЛИНА. Настоящим прорывом в выращивании малины стало появление новых ремонтантных сортов и совершенно новой технологии ее выращивания в однолетней культуре. Уход за малиной существенно облегчился. Вся надземная часть малины ежегодно поздно осенью срезается на уровне земли. На следующий год очень весомый урожай вырастает на однолетнем приросте. Сбор ягоды обычно продолжается до поздней осени, а затем все побеги опять срезаются. Лучшие сорта Августовское чудо и Золотая осень.

СМОРОДИНА. Современные сорта черной смородины должны соответствовать основным требованиям: вкусные сладкие ягоды средним весом 2 г, а крупные - до 6 г, устойчивость к мучнистой росе. Им соответствуют, например, сорта Вологда и Пигмей. В последние годы в связи с аномальной жарой у многих смородина пропадает, особенно если посажена на открытом солнечном месте. Уберечь смородину можно используя притенение и химобработки от корневых гнилей.

КРЫЖОВНИК. Пора отказываться от колючек. Лучшие слабошипые сорта, которые идеально подходят к нашим климатическим условиям, это Берилл с зелеными и Кооператор с ягодами темно-красного цвета размером до 8 г.

ЖИМОЛОСТЬ, ГОЛУБИКА, КЛЮКВА. Кто еще не знает, что такое жимолость съедобная, обязательно посадите - не прогадаете. Ягода - кладезь витаминов, очень вкусная, к тому же поспевает на две недели раньше земляники. Что же касается других северных культур, таких, как клюква и голубика, то им нужна кислая почва, которая бывает в болотистых местностях. У нас ее вырастить сложно.

ЕЖЕВИКА. Тех, кто собирал дикорастущую ежевику, продираясь через колючие заросли по берегам рек, восторгаются, увидев плодоносящие кусты садовой ежевики, полностью лишенные шипов и сплошь увешанные крупными черными блестящими ягодами весом около 10 г. Наиболее надежные сорта Торнфри и Арапахо имеют неповторимый, превосходящий малину вкус. Технология выращивания ежевики в нашем климате хорошо отработана и гарантирует ежегодное получение высоких урожаев.

ЯБЛОНЯ. В мире существует огромное количество сортов. Нам подходят только наиболее зимостойкие. Никаких саженцев из Средней Азии! Покупайте только у проверенных продавцов или непосредственно в питомнике. Яблони на абсолютно надежном для нашего климата полукарликовом подвое Урал-5 принесут вам первые плоды уже на третий год и затем более 20 лет будут давать высокие урожаи.

ГРУША. Все, что касается зимостойкости яблони, в той же мере относится и к груше. Грушу выращивают как на карликовом подвое, так и на сильнорослом. Карликовые груши, так же, как и карликовые яблони, сажают в 2,5 м друг от друга, и на третий год они начинают плодоносить.

СЛИВА. Из множества сортов сливы лишь некоторые выдерживают наши зимы. Например, такие сорта, как красная слива Генеральная и Надежда, с синими плодами, получили популярность благодаря абсолютной зимостойкости в наших климатических условиях. А слива Царская, с янтарно-желтыми плодами, благодаря великолепному вкусу. Наиболее ценными являются сливы, привитые на клоновые подвои, которые не дают прикорневой поросли.

АБРИКОС, ЧЕРЕШНЯ. Благодаря хорошему микроклимату абрикос удается в Орске, Энергетике, постепенно завоевывает сады Оренбурга. В холодных районах зачастую подмерзает. Черешня - еще менее зимостойкая культура, поэтому получить урожай, даже посадив самые надежные сорта, удается не всем.

Для успешного выращивания в нашем климате различных плодово-ягодных культур нужен очень тщательный подбор сортов, использование современных технологий и немного желания.

Садовод Ф. Долбня, Кувандыкский р-н.

ПИТОМНИК ДОЛБНЯ

РЕАЛИЗУЕТ САЖЕНЦЫ
- карликовых яблонь и груш,
- привитой сливы, не дающей поросли,
- крупноплодной малины,
- жимолости,
- ежевики,
- слабошипого крыжовника,
- крупноплодной смородины,
- декоративных культур, в т. ч. для живой изгороди

Принимаем заказы на БЕСПЛАТНУЮ доставку в Оренбург и Орск

Подробности на сайте www.pitomnik-dolbnya.ru.

Тел. 8-3536-137-898

Реализация в питомнике с 1 апреля по адресу: д. Гумарово Кувандыкского р-на.

ФОТОКОНКУРС

Здорово живем!

Тему очередного фотоконкурса подсказали нам читатели. Фотографы-любители предлагают «коллегам» поделиться забавными и серьезными снимками, которые отражают самые разные события, объединенные одной фразой: «Здорово живем». Причем при выборе фотографий для конкурса можно ставить ударение как на первый, так и на второй слоги. «ЗдОрово живем!» или «ЗдорОво живем!» - оба выражения одинаково хороши и важны. Так что ждем фоторассказов о вашей здоровой здоровской жизни, уважаемые читатели!

Свои работы присылайте по электронной почте orsud@yandex.ru или по адресу редакции: г. Оренбург, ул. Володарского, 11. Пометка «На фотоконкурс» обязательна.

Телефон рекламной службы 77-68-42

Спрашивайте газету «Оренбургская сударыня» в магазинах «Магнит»

УЧРЕДИТЕЛЬ/ИЗДАТЕЛЬ - ООО «Редакция газеты «Оренбургская сударыня».
Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Оренбургской области.
Регистрационный номер ПИ №ТУ56-00691.

РЕДАКТОР - Стукалова С. П.
ИНДЕКС П3096. ПОДПИСКА С ЛЮБОГО МЕСЯЦА.
Отпускная цена за 1 экземпляр - 12 руб.
Адрес редакции/издателя:
460000, г. Оренбург, ул. Володарского, 11.
Электронная почта: orsud@yandex.ru
Телефон/факс: 77-30-87, 77-68-42.

Газета издается при участии Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям РФ.
Номер отпечатан в ООО «ОрскПресс» (460024, г. Оренбург, ул. Пороховая, 2).
Объем 8 п.л. Тираж 17 000 экз. Заказ №11/252.
Время подписания в печать по графику - 19 марта в 23.00.
Фактическое время подписания в печать - 19 марта в 23.00.