11 (1 237) 19.03.2019

ОРЕНБУРГСКАЯ
Сударыня
ЖЕНЩИНА, СЕМЬЯ, МАТЕРИНСТВО, ДЕТСТВО

стр. 5

Все награды – педагогам

Кому ждать потопа?

стр. 8

Как живется чужеземцу?

стр. 17

Заканчивается **досрочная** подписка на газету

«ОРЕНБУРГСКАЯ СУДАРЫНЯ»

на второе полугодие 2019 года

по ценам первого полугодия

Спешите на почту!

Эвалар

Левокарнил: управление здоровьем в зрелом возрасте

Популярность Левокарнила Эвалар с каждым годом растет[1], и не только среди спортсменов. Его важная роль в процессе расщепления жира и выработки энергии позволяет применять его и как лекарство для борьбы с заболеваниями людей зрелого возраста.

Левокарнил улучшает здоровье в разных направлениях:

Энергия. Увеличивает энергетические ресурсы организма, заряжая его энергией, бодростью и силой. Он повышает работоспособность и выносливость, уменьшает утомляемость и мышечную слабость, помогая стать физически более активными. Улучшает качество жизни.

Работа сердца. Поддерживает работу сердечной мышцы, снижает риск повышения уровня холестерина, так как превращает излишки жира в энергию, препятствуя их отложению на стенках сосудов. Тем самым Левокарнил улучшает здоровье людей, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Нервная система. Применяется при сосудистых нарушениях головного мозга и защищает от многих заболеваний нервной системы, связанных с возрастом. Левокарнил улучшает когнитивные способности, память, повышает умственную активность.

Иммунитет. Укрепляет иммунитет и обеспечивает более быстрое восстановление организма после перенесенных заболеваний, в том числе респираторных инфекций, операций и травм, так как ускоряет регенерацию тканей.

Принимайте Левокарнил Эвалар - лекарство для управления вашим здоровьем!

www.evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок). apteka.ru

Спрашивайте во всех аптеках, а также: Данафарм: 55-77-76; 72-56-51

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

[1] По данным маркетингового агентства ЗАО «Группа ДСМ» уровень продаж бренда «Левокарнил» производства компании «Эвалар» за период с 2015 г. по 2018 г. ежегодно растет в стоимостном и натуральном выражении.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

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

№11 (1 237) 19.03.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

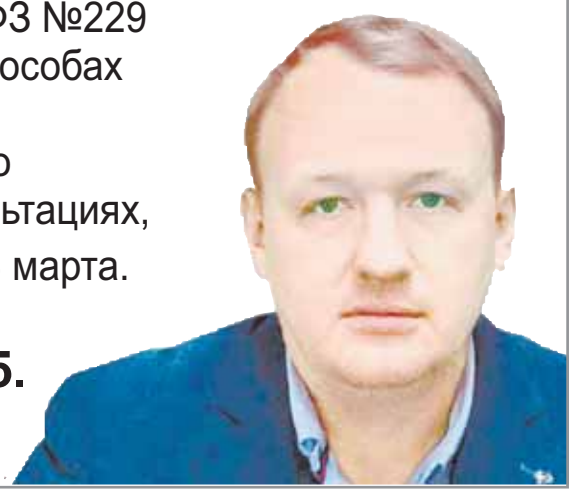
Как жителям Оренбурга уменьшить платеж по кредиту?

Немногие знают, что в России есть законный способ **уменьшить платежи по кредитам** до 50% на основании законов ФЗ №229 и ФЗ №151, а также узнать о способах **полного списания долгов.**

Подробную информацию можно получить на бесплатных консультациях, которые пройдут 25, 26, 27 и 28 марта.

Предварительная запись по тел. 46-45-25.

Федеральная компания «Полезный юрист».



ИННОВАЦИИ

Для удобства пациентов

Илекская районная больница первой в регионе внедряет дистанционный мониторинг артериального давления. На средства ОМС медицинским учреждением приобретено 10 тонометров с функцией передачи данных по GSM-каналам.

Новая медицинская техника позволяет автоматически, с помощью SIM-карты местного оператора, передавать данные об уровне артериального давления пациента на компьютер диспетчера районной службы скорой и неотложной медицинской помощи.

Нововведение очень удобно для пациентов. У них появилась возможность чаще измерять артериальное давление без посещения поликлиники. Это разгрузило участковых терапевтов. При необходимости - в случае скачка артериального давления или отсутствия эффекта от применяемых лекарств - диспетчер может оперативно направить к пациенту бригаду неотложной или скорой медицинской помощи.

В дальнейшем, для продвижения проекта во все населенные пункты, в Илекском районе планируется оснастить современными тонометрами все врачебные амбулатории и ФАПы. Сейчас ведется разработка компьютерной программы для передачи данных напрямую в электронную карту пациента.

Инга ПРОХОРОВА.

ПРОИСШЕСТВИЯ

Разыскивается похититель «Апостола»

У коллекционера из Оренбурга украдено издание «Апостола» 1640 года выпуска. К розыску подключился Интерпол.

В фолианте около 100-120 страниц первопечатного текста. На нескольких страницах буквы не пропечатаны, а дописаны от руки. Размер раритета - 29,5х16 см. Срез книжного блока темно-розового цвета, переплетные крышки выполнены из дерева и обтянуты рифленой кожей темно-коричневого цвета. На переплетной крышке - застежки с защелками, сделанные из кожи и бронзы.

На форзаце чернилами от руки написано: «Сия книга принадлежит Анциферовой Марие (Марине) Петровне». Внизу страниц надписи - фамилии предположительных владельцев книги.

С «Апостола» началась история книгопечатания в России. Самый первый экземпляр книги был издан в 1564 году. Он использовался на богослужениях при подготовке священников и для обучения грамоте в церковно-приходских школах. Фолиант в хорошем состоянии стоит 50-100 тысяч рублей.

ПРАВОСУДИЕ

За решеткой - алиментщик

В Новотроицке вынесено обвинение мужчине, который задолжал своему 12-летнему сыну более 200 тыс рублей.

Постоянного места работы у осужденного не было, на учете как безработный он не состоял. Никаких действий для погашения задолженности мужчина не предпринимал, воспитанием ребенка не занимался.

Суд приговорил нерадивого отца к семи месяцам лишения свободы в колонии строгого режима.

Ангелина МАЛИНИНА.

Сертификат - весной, овощи - осенью

Урожай картофеля и других овощей на следующую зиму в необходимом количестве можно запланировать еще весной и гарантированно получить осенью. Поможет в этом продовольственная программа фермерского хозяйства Владимира Хомутского из с. Кичкасс Переволоцкого района. К проекту подключились уже 2 000 жителей Переволоцкого и Новосергиевского районов и Оренбурга.

Вячеслав Капустин из п. Переволоцкого точно знает, что для семьи с тремя детьми на зиму ему необходимо не менее 300 кг картофеля. Собственного огорода у супругов не имеется. Да и нет никакой гарантии, что, посадив картофель весной, осенью соберешь большой урожай.

И вот уже более 10 лет Вячеслав Викторович весной вкладывает деньги не в посадочный материал и удобрения для картофеля, а в продовольственные сертификаты фермерского хозяйства Хомутского. Проще говоря, покупает картошку на зиму по фиксированной цене. Уже несколько лет она минимальная - 12,5 руб/кг.

Это вложение семья Капустиных считает самым выгодным: урожай не зависит от погодных условий, а на стоимость не влияют ни скачки курса доллара и евро, ни экономический кризис и антироссийские санкции. При этом не нужно прикладывать усилий. Посадка, полив, прополка, уборка - все это дело фермерского хозяйства. Обладатели сертификатов просто забирают необходимое им количество овощей после сбора урожая.

- В прошлом году брал картофель сорта Бурен. Отличная картошка! Попробовал и новый сорт - Сильвана. Тоже понравился. В нем мало крахмала, что подходит для диетического питания, радует и отменный вкус. До сих пор в погребе лежит, не прорастает, не гниет, - делится Владимир Капустин.

Жительница Новосергиевки Людмила Балашевская выкупает продовольственные сертификаты одной из первых.

- Мы с мужем на заслуженном отдыхе, пенсия небольшая, но деньги на продукцию хозяйства Владимира Хомутского находим всегда. Весной заплатили - и все лето спокойны, - говорит Людмила Петровна. - Как только узнаю, что продажа сертификатов началась, обзваниваю всех своих родственников. И бегом за сертификатами, чтобы успеть, ведь количество ограничено. Раньше в Переволоцкий ездили, а теперь сертификаты можно и в Новосергиевке приобрести, а картофель в фирменном магазине забрать.

ГДЕ ОФОРМИТЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ СЕРТИФИКАТ?

П. НОВОСЕРГИЕВКА
- *пр. Калинина, 204*

П. ПЕРЕВОЛОЦКИЙ
- база-склад КФХ «Хомутский» *ул. Вокзальная, 32*
- м-н «Самара», *место №56, отдел «У Антонины»*
- м-н «Тавуш», *ул. Ленинская, 96*

КРЕСТЬЯНСКОЕ ФЕРМЕРСКОЕ ХОЗЯЙСТВО
ХОМУТСКИЙ В.И.
8-932-554-24-16 (п. Переволоцкий),
8-922-548-90-41 (п. Новосергиевка)

ЗАКАЗ НА 200 ТОНН КАРТОФЕЛЯ

В прошлом году КФХ Хомутского реализовало в Переволоцком и Новсергиевском районах продуктовые сертификаты на сумму более 2,8 млн руб. Осенью их владельцы получили около 200 тонн картофеля, 21 тонну репчатого лука, 10,5 тонны моркови и 4 тонны капусты. Весь урожай по цене 12,5 руб/кг, в то время как средняя стоимость картофеля в сентябре-ноябре 2018 года, по данным Федеральной службы государственной статистики, составляла 19,2 руб/кг, моркови - 24,8 руб/кг, капусты - 18,8 руб/кг, репчатого лука - 19,2 руб/кг.

КАЧЕСТВО ГАРАНТИРОВАНО

Фиксированная цена - не единственная причина, по которой покупатели отдают предпочтение овощам производства кичкасского крестьянского фермерского хозяйства. 27 лет безупречной работы в области овощеводства, передовые технологии, элитные сорта картофеля - вот что отличает переволоцкое КФХ. Имя Владимира Хомутского давно стало брендом и гарантией продукции высокого качества, подтвержденного многочисленными наградами сельскохозяйственных выставок областного и российского уровней. А в прошлом году и сам глава хозяйства указом президента России В. Путина был удостоен высокого звания «Заслуженный работник сельского хозяйства РФ».

Востребованностью продукции КФХ Хомутского пользуются и недобросовестные продавцы, выдавая за переволоцкий привозной картофель невысокого качества.

ПОКУПАЙТЕ СЕЙЧАС

Только с 11 марта до 31 мая у всех оренбуржцев есть возможность приобрести овощную продукцию будущего урожая от КФХ «Хомутский В.И.» по продовольственным сертификатам. Цена на все овощи - 12,5 руб за килограмм. У покупателей есть возможность не только определить необходимое количество урожая, но даже выбрать сорт. Только картофель предлагается пяти сортов: Удача, Сильвана, Гала, Барна и Бурен. Кроме того, каждый покупатель дополнительно получит подарочный сертификат. Забрать овощи можно будет после 20 сентября согласно графику.

Овощи КФХ Хомутского по сертификатам - гарантия качественной продукции по фиксированной цене!

Надежда ТЕРЕХИНА.

Прогноз погоды

	СРЕДА, 20.03	ЧЕТВЕРГ, 21.03	ПЯТНИЦА, 22.03	СУББОТА, 23.03	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 24.03	ПОНЕДЕЛЬНИК, 25.03	ВТОРНИК, 26.03
Бузулук	-5...+4	-5...+2	-3...+2	-2...+2	0...+5	-8...+4	-5...+5
Оренбург	0...+3	-6...+1	+1...+4	-2...+2	+1...+8	0...+3	-4...+1
Орск	-3...0	-5...0	-1...+2	-2...+3	+1...+5	-3...+4	-2...+5

Кража без контакта

Хищение денег с банковской карты - довольно распространенный вид мошенничества. С введением в оборот бесконтактных карт количество преступлений в этой сфере увеличилось.

В России известны случаи, когда преступники, используя специальную аппаратуру, считывают данные с бесконтактной карты, находящейся в сумке или в кармане. На территории Оренбургской области таких фактов не зафиксировано.

В этом году в Оренбуржье уже возбуждено 33 уголовных дела, связанных с использованием банковских карт. Ранее подобные преступления квалифицировались в общий раздел «кражи», а с середины прошлого года стали рассматриваться как отдельный вид мошенничества.

- Чаще всего хищение денег с бесконтактной карты совершается, когда потерпевший теряет карту. Ведь при расчете такой картой в магазине не нужно вводить ПИН-код. Достаточно просто приложить карту к терминалу. От крупных хищений спасает лишь ограничение суммы для бесконтактной оплаты. Без введения ПИН-кода с карты можно списать только 1 000 рублей, - рассказывает начальник отдела по раскрытию преступлений против собственности уголовного розыска УМВД России по Оренбургской области Антон Карягин.

Многие оренбуржцы переживают, что мошенники могут бесконтактным способом украсть деньги с карты в общественном транспорте, приложив терминал к сумке или карману, где лежит кредитка. Сотрудники полиции поясняют, что сделать это достаточно трудно. Стандартные приборы для бесконтактной оплаты работают на очень маленьком расстоянии. Считывающее устройство должно быть поднесено практически вплотную к карте. Сложно представить, что пассажир в общественном транспорте допустит, чтобы к его карманам прикладывали сканер. Если в кошельке у человека находятся две бесконтактные банковские карты или более, списать средства с них при помощи терминала не получится даже на максимально близком расстоянии.

Одним словом, все слухи о преступниках, которые перемещаются в автобусах с терминалами и бесконтактным образом воруют средства из кошельков честных граждан, не более чем слухи.

Самой распространенной схемой хищения денег с банковских карт, в том числе и с бесконтактных, остается получение доступа к чужим платежным картам посредством завладения контрольной информацией.

В Оренбуржье раскрыто уже несколько преступлений, в ходе которых мошенники заполучали у жертв пароли и ПИН-коды, представляясь по телефону сотрудниками банков. Знание контрольной информации клиентов позволяло им «привязывать» чужие карты к своим мобильным телефонам и беспрепятственно проводить операции в торгово-сервисных предприятиях.

Чтобы не стать жертвой мошенников, достаточно соблюдать элементарные меры безопасности: не сообщать ПИН-код и иную контрольную информацию посторонним людям, не оставлять карту в общественных местах.

Ирина ФООС.

ИЗ ЖИЗНИ ОБЛАСТИ

Лечебное учреждение преображается

В поликлинике областной больницы №1 завершен демонтаж старых конструкций. К зданию подводятся коммуникации. Ежедневно на объекте работают 150 человек.

Капитальный ремонт поликлиники - первый этап глобальных преобразований областной больницы. С начала года на 75% выполнены электромонтажные работы, на 70% смонтированы системы водоснабжения и водоотведения.

В ближайшее время начнется отделка помещений. Параллельно ведутся наружные работы по облицовке здания. С наступлением благоприятных погодных условий рабочие приступят к ремонту кровли.

На проведение реконструкции поликлиники направлено 200 млн руб. Есть предварительная договоренность со спонсорами о выделении еще 200 млн руб на приобретение медицинского оборудования.

Фермеры ждут поддержки

Завершен прием документов на конкурс по отбору хозяйств на получение грантов. Всего зарегистрировано 188 заявок.

Более 90% фермеров претендуют на поддержку в развитии мясного и молочного скотоводства. Остальные осваивают новые направления деятельности. Например, глава крестьянско-фермерского хозяйства из Красногвардейского района представил на рассмотрение конкурсной комиссии проект по развитию пчелорепродуктора, а предприниматель из Оренбургского района намерен перерабатывать мясо птицы. Заявки на участие в конкурсе поступили практически из всех муниципальных образований региона. С большим отрывом лидирует Акбулакский район с 15 проектами. На втором месте по количеству поданных заявок - Матвеевский и Александровский районы.

Защита проектов состоится с 9 по 12 апреля. В 2019 году на поддержку начинающих фермеров, развитие семейных животноводческих ферм и сельскохозяйственных потребительских кооперативов из бюджетов всех уровней будет выделено 425,4 млн руб.

Поисковики получили поддержку

Губернатор Юрий Берг вручил десяти поисковым отрядам региона специальные приборы, инструменты и снаряжение для работы. На приобретение навигаторов, палаток, спальных мешков и другого инвентаря было потрачено 2 млн руб из областного бюджета.

В Оренбургской области поисковое движение действует почти 30 лет. Ежегодно около 150 бойцов поисковых объединений нашего региона выезжают на места сражений Великой Отечественной войны. За все время участия в экспедициях обнаружены и захоронены останки 2 198 солдат и офицеров, погибших в годы войны. Установлены имена 105 воинов Красной армии, в том числе 33 оренбуржцев.

Поисковики Оренбургской области дважды признаны лучшими на слете поисковых отрядов Приволжского федерального округа «Никто не забыт».

Инга ПРОХОРОВА.

ОПРОС

Что делать с бродячими животными?

Сообщения о сворах бездомных животных в районе жилых домов и о нападении собак на людей появляются все чаще. Один из недавних случаев: уличный пес напал на ребенка возле школы в поселке Переволоцком. Мы спросили у оренбуржцев, как можно решить проблему бездомных собак в городах и селах и кто должен этим заниматься.

Татьяна БАЙДАНОВА, декоратор, г. Оренбург:
- Бездомные животные - большая проблема. На мой взгляд, решить ее поможет чипирование. Люди перестанут выбрасывать животных на улицу, зная, что об их поступке станет известно окружающим. Снизить число бродячих кошек и собак поможет и стерилизация.

Ирина МАРТЬЯНОВА, пенсионерка, г. Оренбург:
- Я живу в частном секторе. Здесь бродячих собак очень много. И совсем не видно, чтобы кто-то занимался их отловом. Своры полуголодных псов очень опасны. И защитить население от них должна местная власть. При этом чипировать собак совершенно не обязательно.

Амансулу АЛЬДИКЕЕВА, студентка, г. Орск:
- С бездомными животными сталкиваться приходится часто. Особенно много их в районе школы №6. Думаю, борцы за права животных должны заняться отловом бродячих псов и кошек. Их следует помещать в приюты, строить и содержать которые обязана администрация города.

Елена ЩЕПКО, пенсионерка, г. Оренбург:
- В Оренбурге бродячие собаки встречаются везде, и мне известны случаи нападения четвероногих на людей. Но убивать бездомных животных все равно нельзя, это негуманно. Лучший выход - чипирование как домашних собак, так и беспризорных. Организовать работу должны органы власти.

Алина ДЕРЕВЕНСКОВА, сотрудник детского сада, Переволоцкий район:
- У нас в селе много бездомных животных. Очень часто собаки приходят и во двор детского сада. Я, например, боюсь за своего ребенка. Необходимо срочно принять меры по отлову животных и их дальнейшему устройству. А вот чипировать домашних собак или нет, должен решать хозяин.

Алина ХЛЕВИНА, предприниматель, г. Оренбург:
- Бездомных животных необходимо отлавливать и стерилизовать. Проблема эта животрепещущая, поэтому власть, волонтеры и жители города должны ее решать вместе. Власть, например, может предоставить питомник и обеспечивать ветеринарную помощь, волонтеры - искать новых хозяев для животных.

Подготовила Ксения КОРНИЛОВА.

№11 (1 237) 19.03.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ИЗ ПЕРВЫХ УСТ

Онлайн-касса нужна всем!

Налоговые органы продолжают разъяснять особенности перехода на новый порядок применения ККТ. О том, кто и когда должен поставить онлайн-кассу, где ее нужно зарегистрировать, а также о многом другом рассказывает и. о. начальника ИФНС России по Промышленному району г. Оренбурга Наталья Барченкова.

- Законом предусмотрен поэтапный переход на применение ККТ, передающей информацию о расчетах, осуществленных с использованием наличных денежных средств и электронных средств платежа, через оператора фискальных данных в адрес налоговых органов в электронном виде.

В соответствии с новым порядком применения ККТ, передача данных о наличных денежных расчетах в адрес налоговых органов будет направляться в режиме реального времени, что позволит создать автоматизированную систему полного учета выручки и контроля за применением ККТ, а также сократить объем «теневого» оборота наличных денежных средств.

С 1 июля 2019 года применять контрольно-кассовую технику нового образца обязаны следующие категории налогоплательщиков:

- организации и индивидуальные предприниматели при любом режиме налогообложения, выполняющие работы или оказывающие услуги населению;

- индивидуальные предприниматели, применяющие систему налогообложения в виде ЕНВД и патентную систему налогообложения, работающие в сфере торговли или общепита без наемных работников;

- индивидуальные предприниматели без наемных работников, осуществляющие торговлю с использованием торговых автоматов;

- организации и ИП при осуществлении расчетов с физическими лицами в безналичном порядке;

- организации и ИП при продаже в салоне транспортного средства проездных документов (билетов) и талонов для проезда в общественном транспорте.

Сама установка онлайн-кассы не требует больших вложений. Необходимо просто купить подходящее оборудование, выбрать оператора фискальных данных, приобрести электронную цифровую подпись, провести процедуру подключения кассы к платформе ОФД и встать на учет в ФНС.

Преимущества перехода на новый порядок применения ККТ для бизнеса очевидны. Он дает возможность регистрации контрольно-кассовой техники в режиме онлайн без визита в налоговый орган, что существенно экономит время и деньги, позволяет отказаться от обязательного ведения форм первичной учетной документации, сокращает издержки за счет отказа от обязательного технического обслуживания и увеличивает срок службы фискального накопителя.

Онлайн-касса способна предоставить полную аналитику оборота товара. С ее помощью предприниматель сможет отследить и оценить результаты продаж.

В соответствии с Федеральным законом №349-ФЗ от 27.11.2017 г., индивидуальные предприниматели, применяющие ЕНВД и (или) ПСН, вправе уменьшить расходы на приобретение ККТ из суммы исчисленного налога при соблюдении определенных условий. Максимальный налоговый вычет на приобретение ККТ составляет 18 тыс рублей на каждую единицу техники.

Использование вычета позволяет снизить финансовую нагрузку на предпринимателей, возросшую в связи с необходимостью приобретения и применения онлайн-касс.

Хочется обратить внимание налогоплательщиков на то, что за неприменение ККТ в установленных законом случаях предусмотрено наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от 1/4 до одного размера суммы расчета, осуществленного без применения контрольно-кассовой техники, но не менее 10 000 рублей, на юридических лиц - от 3/4 до одного размера суммы расчета, осуществленного с использованием наличных денежных средств и (или) электронных средств платежа без применения ККТ, но не менее 30 000 рублей.

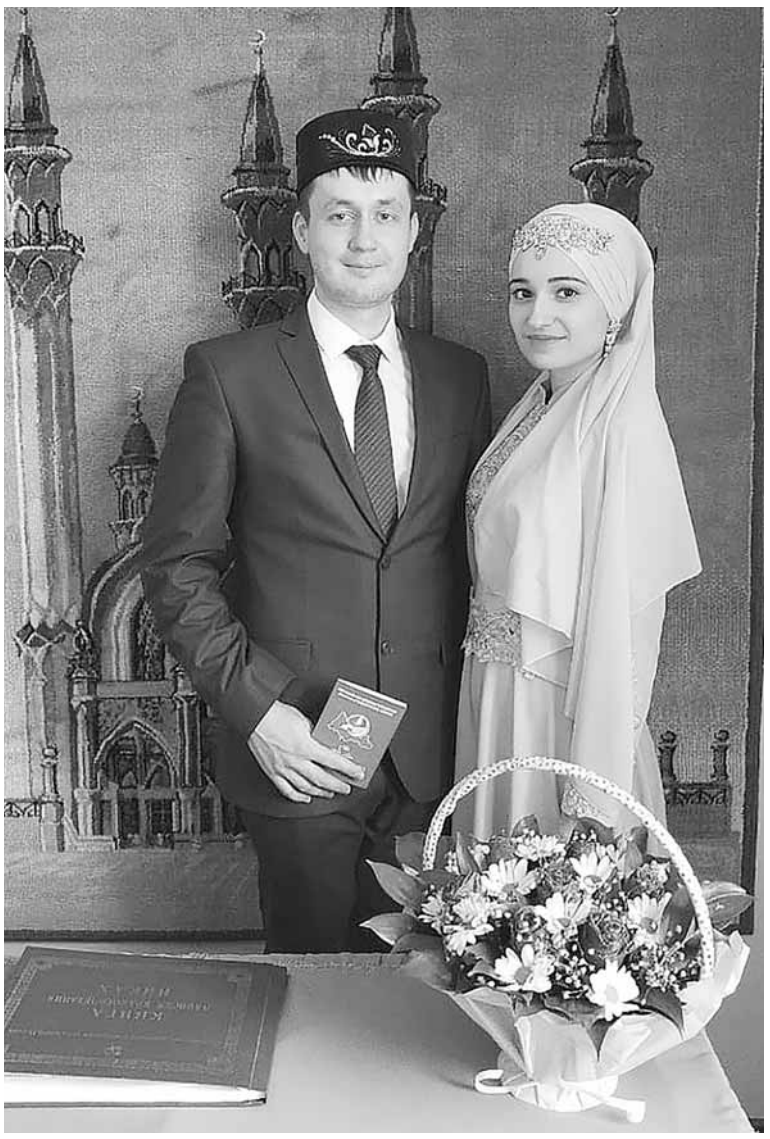
Получить необходимую консультацию и ответы на все интересующие вопросы можно на обучающих семинарах, которые еженедельно проводятся во всех налоговых органах.

В ИФНС России по Промышленному району г. Оренбурга занятия проходят каждую среду в 11.00. С вопросами можно обращаться по бесплатному телефону контакт-центра 8-800-222-22-22.

Подготовила Инга ПРОХОРОВА.

Под покровительством Всевышнего

В Оренбуржье набирает популярность заключение брака по мусульманским обычаям - никах. Только в Центральной мечети Оренбурга еженедельно проводится не менее пяти церемоний.



В связи с возросшим интересом населения к проведению никаха, в мечети пришлось благоустроить помещение для проведения торжественной церемонии и украсить интерьер для фотосессий молодоженов.

Бракосочетание в мечети в основном проходит в пятницу, субботу или воскресенье в период от утреннего до вечернего намаза. Ограничений на совершение никаха нет даже в месяцы строгого поста.

Анастасия Горланова и Дмитрий Бекетов решили создать семью после года знакомства. Молодые люди встретились на работе и полюбили друг друга. Оба врачи. Дмитрий по специальности хирург, Анастасия - анестезиолог-реаниматолог. У молодых людей общие не только интересы и профессия, но и взгляды на жизнь.

Дмитрий - мусульманин из верующей семьи, проживающей в Тюльганском районе. У него есть и второе имя, данное муллой, - Рамазан.

- Я считаю, что верить во Всевышнего надо, и все, что совершается в жизни человека, должно быть освящено именем Аллаха. Потому передо мной никогда не стоял вопрос, быть или не быть никаху, - рассказывает Дмитрий.

Анастасия - девушка православная, однако, полюбив мусульманина и решив выйти за него замуж, согласилась на проведение никаха. Невеста признается, что даже мусульманскую веру принять хотела, но после беседы с муллой поняла, что этого делать не нужно.

В мечети девушке объяснили, что не следует менять веру. Главное - любить друг друга, а Бог един для всех.

Специально для никаха Анастасия купила свадебный наряд мусульманки - платье голубого цвета ручной работы и платок с нарядной заколкой.

К костюму жениха особых требований не предъявляется. Главное украшение новобрачного - расшитая тюбетейка. Обязательный атрибут никаха - махр. Это подарок невесте. Дмитрий преподнес Анастасии золотое колечко. На церемонии заключения брака в мечети обычно присутствуют только самые близкие родственники молодоженов. Специально для невесты и ее гостей мулла сначала произнес проповедь на русском языке, а потом приступил к молитвам на арабском.

- Трогательно и очень просто. Слова напутствия и наставления хазрата воспринимаются не как нравоучение, а как добрые житейские советы. Любовь действительно взращивается в теплоте, доверии и заботе друг о друге, - делятся впечатлениями молодожены.

Светская свадьба с белым платьем, богатым застольем и торжественной регистрацией в загсе у Анастасии и Дмитрия состоится спустя три месяца после никаха, в День семьи, любви и верности.

- Совершение никаха в мечети - богоугодное дело, ведь мечеть является благословенным местом. Значит, и семья, которая в ней зародилась, получает благословение Всевышнего, - объясняет хазрат Жалиль Бикитеев.

В последнее время свои семьи в мечети скрепляет не только молодежь, но и люди старшего возраста, много лет прожившие в светском браке. Недавно благословения у Всевышнего попросили супруги, прожившие вместе более полувека. Жениху на момент совершения никаха исполнилось 76 лет, а невесте - 74 года.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

ИЗ ГЛУБИНЫ ВЕКОВ

На праздничном столе по случаю никаха запрещены спиртные напитки. Есть специальный набор традиционных блюд, которые нужно поставить на стол.

На первое подается суп с домашней лапшой. На второе - отварное мясо с картофелем и заправкой из поджаренной моркови и лука и бэлиш (пирог с начинкой из картошки и мяса). Татарская кухня известна своими блюдами из теста, и в связи с этим на праздничном столе обязательно должна быть разнообразная выпечка.

Это может быть губадия - пирог с изюмом, рисом, курагой и сладким выпаренным творогом. Атрибутами свадебного стола также являются чак-чак, треугольники с мясом и картошкой и мед.

Со стороны жениха обязателен гостинец в виде пары фаршированных запеченных гусей, одного из которых во время трапезы должен разделать отец жениха, а другого, согласно обычаю, родственники жениха уносят с собой.

Эти два гуся символизируют образовавшуюся пару.

Лучшая из двадцати пяти

Впервые за много лет в пятерку финалистов областного конкурса «Учитель Оренбуржья» вошли только представительницы прекрасного пола.

Каждого участника конкурса поддерживала команда болельщиков.

На протяжении трех дней 25 участников конкурса жили в напряженном графике: проводили мастер-классы, давали открытые уроки для незнакомых школьников, делились методическими разработками и представляли свои образовательные проекты.

Компетентное жюри, в составе которого работали педагоги из разных муниципальных образований, представители вузов, родительской и детской общественности, допустило до финала только пятерых участников из Бугуруслана, Бузулука, Гайского городского округа, Грачевского и Тоцкого районов.

ВЛЮБЛЕННАЯ В ПРОФЕССИЮ

Победителей определило финальное испытание - «Разговор с министром». Лучшие результаты в нем показала учитель английского языка Бузулукской средней школы №10 Татьяна Черноусова. Второе место заняла учитель истории и обществознания из Гая Юлия Тарасова. Третьей стала учитель начальных классов Грачевской средней школы Наталья Урюпина.

Специальный приз детского жюри получила учитель английского языка средней школы п. Голубой Факел Домбаровского района Марина Иванкова.

- Я очень долго шла к этой победе! Самым трудным испытанием стало представление собственного образовательного проекта. Участие в конкурсе повысило мою самооценку, я получила колоссальный опыт, - делится впечатлениями победитель конкурса Татьяна Черноусова.

Интерес к углубленному изучению английского языка возник у нее с первых школьных уроков. Татьяна буквально влюбилась в свою учительницу, старалась быть похожей на нее во всем, даже прическу такую же сделала. Именно тогда и определилась с будущей профессией. И вот уже 15 лет ведет английский язык у учеников 2-11 классов.

В ЧИСЛЕ ПРИЗЕРОВ

Серебряный призер конкурса Юлия Тарасова признается, что очень волновалась, разговаривая с и. о. министра образования Оренбургской области Галиной Сафоновой.

- Подобные конкурсы очень важны, потому что они помогают развиваться и являются стимулом для дальнейших достижений, - считает Юлия Тарасова.

Наталья Урюпина, удостоенная почетного третьего места, не скрывает радости от результатов конкурса. Она учит ребятишек уже 20 лет. Профессию выбрала под впечатлением от книги советского писателя Алексея Горбачева «Сельская учительница».

- Мне хотелось стать именно сельской учительницей! Рядом родители, друзья и близкие, с которыми вместе росла. Все они внесли свой вклад в мой успех. Мы - одна большая семья, в которой царит очень теплая и творческая атмосфера, - говорит Наталья.

Все конкурсанты получили дипломы, а победитель и призеры - денежные сертификаты.

ПОВОД ДЛЯ ГОРДОСТИ

Конкурс «Учитель Оренбуржья» проводится с 1994 года. В нем принимают участие педагогические работники общеобразовательных, дошкольных, профессиональных организаций и интернатных учреждений. Первым победителем областного конкурса стала учитель истории оренбургской гимназии №1 Ольга Гуркалова.

Бузулучанке Татьяне Черноусовой предстоит защищать честь Оренбургской области на финальном этапе в Москве.

С тех пор наши педагоги участвуют в конкурсном движении очень активно. Их профессионализм отмечен не только на региональном, но и на российском уровне. В разные годы учитель музыки оренбургского лицея №3 Сергей Краснушкин и учитель физики оренбургской гимназии №1 Марина Перунова были в числе 15 лучших учителей России. Учитель русского языка и литературы Дубровской средней школы Шарлыкского района Вера Краснова в 2008 году стала обладателем сразу двух специальных призов всероссийского конкурса - от «Учительской газеты» и от профсоюза работников народного образования и науки Российской Федерации.

В 2010 году на всероссийском этапе конкурса учитель информатики губернаторского многопрофильного лицея-интерната для одаренных детей Екатерина Латыпова вошла в пятерку лучших.

Ирина ФООС.

ОБРАЗОВАНИЕ

Впереди у региона – большая стройка

В Оренбуржье стартовал очередной строительный сезон. Его результатом станут 19 детских садов и три школы.

Новые дошкольные учреждения в этом году появятся в Оренбурге, Бузулуке, Абдулино, Соль-Илецке, а также в селах Оренбургского, Беляевского, Бузулукского, Саракташского, Тоцкого и Домбаровского районов.

О начале масштабной стройки в Оренбургской области объявлено на видеоконференции с участием глав городов и районов, представителей различных министерств и ведомств, журналистов и общественности.

- На моей памяти не было такого, чтобы в одном муниципальном образовании за один год построили сразу девять новых объектов. В 2019 году у нас появится 400 дополнительных мест в детских садах. С нетерпением ждем и школы в Ивановке, которая рассчитана на 264 учащихся, - рассказывает глава Оренбургского района Василий Шмарин.

На строительство новой школы в Ивановке отведено восемь месяцев. Официальный старт работ назначен на 1 апреля. Дошкольные учреждения появятся в поселках Перовском, Южном Урале, Пригородном и других. Их открытие запланировано на конец текущего года.

На сегодняшний день в большинстве муниципальных образований земельные участки под строительство образовательных учреждений выделены, договоры с инвесторами заключены, проектная документация находится на завершающей стадии утверждения. А вот в поселке Тоцкое-2 Тоцкого района детский сад на 75 мест уже готов на 85%. До сдачи осталось установить сантехнику, провести монтаж вентиляции и внутренние отделочные работы, благоустроить прилегающую территорию. Пуск объекта в эксплуатацию запланирован на конец мая.

Строительство школ и детских садов в районах и городах Оренбургской области реализуется в рамках национальных проектов «Демография» и «Образование». Куратором грандиозного проекта выступает федеральное учреждение «Дирекция «Школа-2025». Предметом деятельности дирекции являются координация, организационно-техническое, аналитическое сопровождение программ и проектов в сфере образования, федерального проекта «Создание в субъектах РФ дополнительных мест для детей в возрасте от двух месяцев до трех лет в организациях, реализующих программы дошкольного образования на 2018-2020 годы». Работы на объектах осуществляются в соответствии с «дорожной картой». Пошаговое исполнение контролируют региональные министерства образования и строительства.

- Этот год для региона будет напряженным. На возведение образовательных учреждений в Оренбургскую область поступит федеральная субсидия в размере более одного миллиарда рублей. Софинансирование составит примерно столько же, - отмечает губернатор Оренбуржья Юрий Берг.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

№11 (1 237) 19.03.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

«Быть в Оренбурге губернии...»

15 марта Оренбургская губерния отметила 275 лет со дня своего образования. Здесь, в самом сердце Евразии, зарождались традиции экономического сотрудничества, налаживались новые дипломатические связи. О днях минувших и нынешних мы беседуем с академиком Российской академии наук, вице-президентом Русского географического общества, доктором географических наук, профессором, научным руководителем Института степи УрО РАН Александром Чибилевым.

В истории Оренбуржья было немало великих и трагических событий. Наш край пережил Пугачевский бунт и Гражданскую войну, стал линией трудового фронта в годы Великой Отечественной войны, сельскохозяйственной и промышленной базой страны в годы расцвета советской власти. Но всегда оставался и до сих пор является одним из крупнейших многонациональных регионов, сокровищницей земных богатств и уникальных природных ресурсов, форпостом России на границе Европы и Азии.

Символично, что академик Александр Чибилев, посвятивший всю свою жизнь изучению нашего края, в дни празднования юбилея Оренбургской губернии отмечает свой 70-й день рождения. Редакция присоединяется к поздравлениям и желает Александру Александровичу крепкого здоровья, реализации всех задуманных проектов и новых интересных открытий.

- Александр Александрович, история любого края начинается с освоения территории. Поэтому интересно заглянуть в глубь веков. Что представляла собой территория Оренбургской губернии почти три столетия назад? Как она зарождалась?

- XVIII век стал для нашей страны временем исследований и великих открытий. Идея освоения нашего края появилась даже не 275 лет назад, а гораздо раньше, благодаря ученому и государственному деятелю, известному географу Ивану Кирилловичу Кириллову. В 1734 году по поручению императрицы Анны Иоанновны он подготовил проект закладки города Оренбурга на реке Урал в районе нынешнего Орска. Оренбургский край охватывал тогда огромное пространство. Здесь столкнулись интересы трех мировых империй: Британской, Китайской и Российской. Еще Петр I предвидел, что с утверждением власти России на юго-востоке должна развиться торговля с Индией и Средней Азией. Поэтому было решено по рекам Самара и Яик (Урал) строить крепости-форты и главный город новой губернии - Оренбург. Исполнение его планов началось, однако, лишь при Анне Иоанновне.

В 1730 году хан казахского Младшего жуза обратился к верховной власти Российской империи с просьбой о принятии в подданство. Это поставило перед правительством новые задачи. С целью укрепления влияния в Зауралье была направлена экспедиция, которая завершилась постройкой в 1735 году крепости Оренбург. Губерния создавалась не на пустом месте: на ее землях проживали степные народы, так называемые осколки Золотой Орды. Последней была Ногайская Орда, которая владела всем нижним течением Урала. В конце XV - начале XVI века сюда откочевал из Крыма ногайский хан Басман, который спасал свой народ от эпидемии чумы. Он основал ряд городов, в том числе и поселение Актобе, или «Белое стойбище», которое существовало на месте современного Оренбурга. Кстати, на месте современного Бузулука тоже был город ногайских татар - Аулган.

- Как менялись границы территории Оренбургской губернии?

- 15 марта 1744 года распоряжением сената была учреждена Оренбургская губерния: «Быть в Оренбурге губернии и именоваться Оренбургская губерния...». В состав новой губернии были включены Исетская и Уфимская провинции Казанской губернии и Оренбургская комиссия Астраханской губернии. В 1752 году был присоединен от Астраханской губернии Гурьев городок, а в 1773 году от Казанской - город Самара. К 1744 году Оренбургская губерния занимала территорию современных Свердловской, Курганской и Пермской областей. А после разгрома Китаем государства джунгар в Центральной Азии к России присоединился казахский Средний жуз, и площадь Оренбургской губернии увеличилась до 2 млн км^2. В последующем границы продолжали меняться. Выгодное геополитическое положение и деловая активность предприимчивого купечества сделали Оренбуржье связующим звеном цивилизаций Востока и Запада. Азиатские купцы пригоняли в Оренбург домашний скот, привозили верблюжью шерсть, овчину, шкуры диких животных, парчу, драгоценные камни, индийский шелк, золото и серебро. В обмен Россия поставляла в Азию зерно, шерстяные и хлопчатобумажные ткани, одежду, металлы и минералы, мед, соль, рыбу и другие товары.

Однако к концу XIX века Оренбург постепенно утрачивает функции военной столицы обширного края, и в 1881 году Оренбургское генерал-губернаторство упраздняется. К 1917 году губерния занимала территорию, протянувшуюся с юго-запада на северо-восток - от верховьев реки Самары до среднего течения реки Тобол. В состав губернии входили Оренбургский, Орский, Верхнеуральский, Троицкий и Челябинский уезды. Накануне революции Оренбуржье было своеобразным русским коридором между тюркскими народами Казахстана на юге и башкирами и татарами на севере. Западная часть вместе с Сорочинском и Бузулуком относилась к Самарской губернии.

В 1920 году Оренбург стал первой столицей Киргизской АССР, нынешнего Казахстана. И сохранял этот статус на протяжении пяти лет. Осенью 1925 года столица Казахстана была перенесена в Кзыл-Орду, а затем в Алма-Ату. С 1925 по 1934 год Оренбург не имел статуса губернского города и был обычным уездным центром огромного средневолжского края - от Пензы и Самары до Кустаная в Казахстане. 7 декабря 1934 года была основана Оренбургская область.

- Как выбирали главный город новой губернии?

- Известно, что Оренбург закладывался трижды. Впервые это событие произошло в апреле 1735 года на месте нынешнего Орска у слияния рек Яик и Орь. Но спустя несколько лет стало понятно, что место для города выбрано неудачно. Лесов нет - вокруг только степи. А значит, не из чего строить дома и укрепления, нечем топить печи. Весной город заливали талые воды, а от торговых путей он был далек. Руководитель Оренбургской комиссии Василий Татищев предложил перенести город на 150 верст ниже по течению Яика - на Красную гору. Однако и это место оказалось непригодным. И в 1743 году генерал-губернатор Иван Неплюев с разрешения сената распорядился переименовать Оренбург №1 в Орск, Красную гору оставить и начать строить столицу губернии при впадении Сакмары в Яик, на том месте, где сейчас и находится Оренбург.

- Что можно сказать о природе и ландшафте Оренбургской губернии? Какие изменения произошли за три столетия?

- Изменения начались еще с кочевников, когда преобладало пастбищное скотоводство. Земледелие развивалось поначалу только в западной части современной Оренбургской области. Вырубались леса, истреблялись дикие копытные животные. Первые поселенцы еще застали тарпана - дикую лошадь, которая исчезла с территории нашего края в конце XIX века. В начале XX-го века на грани исчезновения оказались и сайгаки. Река Урал когда-то считалась рыбной рекой и давала треть мировой добычи осетровых и производства черной икры. Казаки до революции даже запрещали судоходство, поскольку механическая техника мешала разведению рыбы. Но главные изменения природы и ландшафта связаны с освоением целины. В 50-е годы прошлого века были распаханы все пригодные и непригодные для пашни угодья, вырублены последние старовозрастные дубравы Общего Сырта, перестали встречаться на околицах сел стрепет и дрофа, а мощные бульдозеры запрудили все малые и не очень реки. В те годы землепашество переросло все допустимые пределы и изувечило сотни тысяч гектаров солонцов, песков, склоновых земель, веками служивших человеку как прекрасные пастбища и сенокосные угодья. Пашня вплотную подошла к руслам рек и степным островным лесам, а безрассудное использование химикатов превратило степные ландшафты в безжизненные пустыни. Поэтому сейчас особую ценность имеют заповедники и другие особо охраняемые территории, составляющие природное богатство Оренбургской области.

Вообще природа нашего края отличается исключительным разнообразием и удивительными контрастами. На территории Оренбургской области граничат, а нередко и сочетаются природные комплексы лесостепной средней полосы России, степей Юго-Востока, песчаных и солончаковых пустынь Среднего Прикаспия и Тургая, лесистых низкогорий Южного Урала, сосново-березового лесостепья Зауралья и Западной Сибири. На юге области, в Соль-Илецком районе, - настоящая пустыня с курящимися барханами, а через три часа езды на автомобиле в северном направлении - свежая прохлада тюльганских горных дубрав со студеными ручьями. В пойме Илека растет тамариск - кустарник с роскошными кистями розовых цветков, а в Бузулукском бору можно увидеть таежно-болотную росянку и полярную пушицу.

Такими уникальными сочетаниями может похвастаться далеко не каждый регион нашей страны.

Беседовала Ирина ФООС.

Не проходите мимо ямы!

Каждый год с приходом весны вопрос состояния дорог встает наиболее остро. О том, какие участки в нашем регионе требуют немедленного внимания и как добиться ремонта, корреспондент «ОС» беседует с координатором проекта ОНФ «Карта убитых дорог» Ириной Моргуновой.

Ирина Моргунова: «Благодаря работе проекта «Карта убитых дорог», за два года в Оренбургской области удалось отремонтировать 85 участков протяженностью 235 километров».

– Ирина Викторовна, интерактивная карта работает уже два года. Насколько активно жители Оренбургской области отмечают на ней проблемные дорожные участки?

- За два года оренбуржцы сообщили о 394 аварийных участках общей протяженностью более 115 километров. Голоса за ремонт того или иного участка оставили более 10 тысяч человек. Наиболее активно выступают жители Оренбурга, Орска и Бузулука. Немало сообщений на сайт dorogi-onf.ru поступает и от сельских жителей. Среди сельчан лидируют жители Оренбургского, Илекского, Ташлинского и Саракташского районов.

- С приходом весны количество новых пометок на интерактивной карте убитых дорог увеличивается?

- Да, активность граждан возрастает, как только снег начинает сходить. В числе первых этой весной о своих проблемах заявили жители Нижней Павловки Оренбургского района. Они обозначили сразу два участка на улице Мирной. О выбоинах и ямах на улице Озеленителей уже сообщили и жители зауральной части Оренбурга. И это только начало...

- Какие участки дорог в Оренбургской области считаются самыми убитыми?

- В соответствии с правилами проекта, самыми убитыми мы считаем те дороги, за ремонт которых оставлено большее количество голосов. Например, в Оренбурге среди всех проблемных участков лидирует улица Уральская. За необходимость немедленно отремонтировать ее на сайте оставлено почти две сотни голосов. Людей беспокоит не только качество дорожного покрытия, но и отсутствие здесь пешеходных переходов и светофоров. В прямом смысле слова кричат о своих проблемах жители поселка Заречье Оренбургского района. Они отметили на карте 21 участок. Дорог в Заречье практически нет. Весной и осенью населенный пункт плавает. К людям не могут проехать ни скорая помощь, ни пожарная машина…

Капитального и ямочного ремонта требуют также дороги на улицах Лесозащитной, Шоссейной и Терешковой. Орчане жалуются на состояние дорог на улицах Станиславского, Народной стройки, Новосибирской и Беляева. Жители Бузулука ждут ремонта улиц Котовского, Кустанайской, Донбасской и Заречной. Новотроицк за ремонт улицы Свистунова, Гай - за улицу Садовую, Соль Илецк - за Цвиллинга, а жители поселка Южный Урал Оренбургского района голосуют за ремонт улицы Братской.

- Какова вероятность, что перечисленные участки попадут в список ремонтируемых?

- В список дорог, которые нужно ремонтировать в первую очередь, обычно попадают те участки, за которые проголосовало большее число граждан. Потому задача неравнодушных автолюбителей - не только поставить пометку на карте и описать суть повреждений, но и привлечь общественность к голосованию за отмеченный участок. Для ремонта дороги в городе объект должен набрать не менее 50 голосов, в сельском населенном пункте - не менее 15. Задача непростая, но выполнимая. Доказательство тому - ремонт дороги в поселке Нижнесакмарском, которого люди 15 лет ждали.

- Каков механизм взаимодействия Общероссийского народного фронта с органами власти?

- Мы составляем список участков, которые набрали наибольшее количество голосов и нуждаются в срочном ремонте, и направляем этот список в местные администрации и губернатору Оренбургской области. Практика показывает, что примерно 80% дорог из представленного списка ремонтируются. Остальные 20% возвращаются на карту, вновь собирают голоса и ждут своей очереди.

Подготовила
Марина СЕНЧЕНКО.

ОБРАЗОВАНИЕ

Из вуза – в научную роту

Выпускники технических направлений подготовки Оренбургского государственного университета имеют неплохие шансы на то, чтобы после получения диплома пройти срочную службу в научной роте.

Главными условиями для распределения в элитное армейское подразделение являются диплом с высоким средним баллом (более 4,0) и заинтересованность в продолжении научной деятельности.

В научных ротах для ребят созданы более комфортные бытовые условия, чем у обычных солдат-срочников. Кроме того, «научники» имеют возможность поработать в тесном взаимодействии с ведущими предприятиями оборонно-промышленного комплекса в лабораториях, оснащенных по последнему слову техники.

После завершения срочной службы желающие могут продолжить службу по контракту.

На сегодняшний день в России действуют 16 научных рот. В одной из них уже служат два выпускника факультета математики и информационных технологий ОГУ. Ребята зарекомендовали себя как профессионалы высокого уровня.

В этом году выпускники ОГУ могут претендовать на одно из 20 мест в 6-й научной роте КВВУ им. С. М. Штеменко и на одно из 10 мест в военном инновационном технополисе «ЭРА» в Анапе. Вакантные места имеются также в научно-исследовательском центре Краснодарского высшего военного училища.

Инга ПРОХОРОВА.

ЖЕНСКИЙ ВЗГЛЯД

Сколько стоит импульсивность?

«Ты совершенно непоследовательна! - твердит мне регулярно подруга. - Все твои действия импульсивны и необдуманны!»

Ну что же делать мне теперь? Вот такая я звезда-пульсар! Мои мысли скачут, как шальные антилопы, а планы роятся в голове, жужжат и кусают меня, не давая отдыха. Вот, например, каждый год даю себе обещание не сажать огород. Приятнее же отдыхать среди цветников, которых у меня на участке, например, аж целых 12 штук, а не вредителей с картошки обирать. К тому же наша деревенька на северо-западе области - типичная страна вечнозеленых помидоров…

Но я же непоследовательная и с упорством барана каждый сезон вновь и вновь сажаю редис, огурцы, помидоры, капусту, перец и т. д. Одно не всходит, другое вымерзает, третье сжирают гусеницы и блошки. Да, стоимость овощей на оптовых рынках - мизер.

- А твои помидоры - «золотые»! - выносит окончательный приговор подруга.

Скорее всего, она права, и овощи-фрукты в сезон дешевле купить, чем вырастить. В общем, решила я подсчитать затраты.

Во-первых, учла личное время как составляющую себестоимости овощей. Сегодняшний мой день (исходя из размера пенсии) стоит 447 рублей. На посадку, два окучивания и выкапывание картошки я трачу 4 дня. Значит, цена моей экологически чистой бульбы - 1 788 рублей. И правда, «золотая». Но когда не ходишь на работу, времени катастрофически много. И этот ресурс нужно обязательно осваивать. Иначе он «освоит» тебя и превратит в больную и толстую бабу.

Еще из нематериального - силы. На мой взгляд, лучше жить на земле, а не авралить, как горожане, в выходные. Вышел по холодку - и маши мотыгой. И грядки отплатят не только урожаем, но и подтянутыми ягодичными мышцами.

А дальше реальные денежные затраты. На что приходится потратиться? Во-первых, на полив. У нас на участке собственная скважина, но чтобы насос качал воду, необходимо регулярно оплачивать электроэнергию. Один кВт/ч в селе стоит 2 рубля 9 копеек. Летом я поливаю два раза в день по два часа, то есть ежемесячно трачу на полив 250 рублей 80 копеек. Не великие деньги.

Еще одна статья расходов - приобретение семян, тары, грунта и удобрений. Сразу вызову гнев многих: я на всем этом беспощадно экономлю. Никогда не беру яркие пакеты и не выписываю разрекламированные бренды по каталогам! Собираю в кулечки все, что вызревает на грядках. То есть живу по совету И. В. Мичурина - «изо рта в землю». Чем проще, тем лучше! Никогда не убираю отцветшие однолетники. Падалица всходит на следующий год прекрасно! Экономим дальше. Стаканчики для рассады меня научила крутить из бумаги гардеробщица в музее (дай Бог ей здоровья), землю я набираю осенью в лесу, а в качестве удобрений использую «бесплатную» органику: крапивный настой, коровьи лепехи, опилки с соседней пилорамы, золу из бани.

А вот затраты на обработку от всякой «нечисти» каждый сезон немалые. Наш участок расположен в лесу, здесь дефицита вредителей нет! Два года подряд, например, листовертка деревья «крутила». Ничего не помогло, а истратили рублей 500, не меньше!

Самая главная финансовая затрата - покупка садового инвентаря. Вспоминая пословицу про скупого, знаю, что инструменты за 100-300 рублей не доживут и до конца сезона. Я не поскупилась. И вот уже несколько лет пользуюсь лопатой за 850 рублей, секатором за 450 и кусторезом за 1 300 рублей. 12 лет назад купили газонокосилку за 17 000 рублей. За все эти годы чинили два раза. По 2 000 каждый раз платили. Нож точим сами. Шланги, ведра, лейки, пленку для парника, укрывной материал и разную мелочь приходится, конечно, обновлять каждый сезон. В 2 000 - 3 000 рублей укладываемся.

Абсолютно все затраты отследить тяжело, но, думаю, наш огород однозначно «в плюсе»! Хватает самим, угощаем городских. Пока еще никто из них, кстати, от наших гостинцев не отказывался. Я посмеиваюсь, когда гости уплетают салат из «невыгодных» овощей с запеченной молодой картошкой и нахваливают.

Галина ШИРОНИНА.

Наверное, я могла бы быть прагматичнее, больше думать об отдыхе, гулять по лесу и сидеть на веранде с книгой… Но не получается у меня, как у подруги: много размышлять и 34 года на одном месте проработать. Кстати, она еще не знает, что мой очередной импульс уже дал плоды: через месяц у меня в сарае появятся перепела.

№11 (1 237) 19.03.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ЗДОРОВЬЕ

Родинки оказались опасными

Результаты дня открытых дверей в областном онкологическом диспансере неутешительны. Злокачественные новообразования диагностированы у 15 граждан. Консультацию за один день получили 213 горожан и 35 сельских жителей. У 199 пациентов выявлены доброкачественные новообразования кожи, им даны необходимые рекомендации. Все, у кого обнаружена онкология, направлены на дообследование.

Ранняя диагностика и безотлагательное лечение в таких случаях крайне важны. Эффективность лечения рака кожи, выявленного на ранней стадии, составляет 98%. Поэтому очень важно обратиться к врачу при первых подозрениях.

Региональный проект «Борьба с онкологическими заболеваниями» направлен на совершенствование помощи и снижение потерь от онкологических заболеваний. В рамках этого проекта будет введен в эксплуатацию второй корпус орского онкодиспансера, откроются 17 центров амбулаторной онкологической помощи на базе многопрофильных больниц, расширятся возможности лекарственной терапии, хирургического и лучевого лечения.

Инга ПРОХОРОВА.

Мусор пока вывозится в долг

В феврале жители Оренбургской области получили первые квитанции за вывоз мусора. По данным регионального оператора ООО «Природа», оплачено менее половины счетов.

Анализ показывает, что в Оренбургской области ситуация с оплатой вывоза мусора лучше, чем в других регионах страны. В среднем по России новую услугу оплатили менее 30% граждан.

Причин массовых отказов от оплаты услуги по вывозу мусора у населения оказалось много. Одна из главных - квитанции с ошибками, в которых указаны некорректные данные о количестве зарегистрированных граждан либо о жилом фонде. Другая причина игнорирования оплаты - категорическое неприятие «мусорной реформы». Многие возмущены размерами тарифов и уверены, что все цифры взяты «с потолка». Большинство сельских жителей отказаться от оплаты новой коммунальной услуги заставило отсутствие у них твердых бытовых отходов по причине утилизации их в печах. Те, то имеет необходимость в выносе отходов, жалуются на отсутствие в населенных пунктах мусорных контейнеров…

- Ситуация вполне предсказуемая. Все новое у людей всегда вызывает недовольство и протест. Достаточно вспомнить введение платы за капитальный ремонт, когда выставленные счета оплачивало только 25% населения, - отмечает генеральный директор ООО «Природа» Виктор Доценко.

По прогнозам регионального оператора, на стабилизацию платежной дисциплины в Оренбуржье понадобится от трех месяцев до полугода. За это время планируется учесть все недочеты, допущенные в расчетах оплаты.

А вот улучшить качество работы по вывозу мусора в сложившейся ситуации довольно сложно. Ведь средства, недоплаченные населением, должны были быть направлены на оплату труда коммунальных работников, приобретение горючего и другие транспортные расходы, перечислены полигонам за хранение мусора и т. д.

Боком выйдет нарушение платежной дисциплины и клиентам. Ведь уже с 1 апреля за несвоевременную оплату начнут начисляться пени, а непогашенная задолженность повлечет за собой судебные разбирательства и принудительное взыскание.

- Отказаться от оплаты услуги по вывозу мусора невозможно. Разве что в другое государство переехать, где мусор пока еще бесплатно вывозят. В России закон придется исполнять всем без исключения, - отмечают специалисты по защите прав потребителей.

Марина СЕНЧЕНКО.

ПАВОДОК

Готовимся к большой воде

В Оренбургской области началась активная подготовка к весеннему половодью. По подсчетам специалистов, в зоне подтопления могут оказаться около 1 500 домов в 227 населенных пунктах.

Прохождение предстоящего паводка могут смягчить лишь низкий уровень промерзания грунта и недостаточное количество влаги, которое почва получила осенью. Это позволяет надеяться на то, что земля впитает воду и не даст ей затопить населенные пункты.

По прогнозам синоптиков, настоящая весна в этом году придет раньше обычного примерно на неделю. Устойчивый переход температуры выше нулевой отметки в южных районах региона будет отмечаться уже после 23 марта, во всех остальных районах - после 27 марта.

Первой ото льда освободится река Бузулук. Это произойдет с 29 марта по 3 апреля. С 31 марта по 5 апреля вскроется Большой Кинель. Ледоход на Урале около Оренбурга ожидается 8 апреля при норме 12 апреля. С остальных рек лед также уйдет в первой декаде апреля.

Несмотря на то, что половодье ожидается в пределах среднемноголетних норм, в некоторых районах допускается введение чрезвычайного положения. К примеру, на Урале у Орска вода может подняться на 400 см, на Салмыше около села Буланово - на 500 см, на Сакмаре около Кувандыка - на 400 см. Наиболее высоких отметок достигнет река Самара около Бузулука. Уровень воды поднимется до 600 см.

На особом контроле специалисты рекомендуют держать всю северо-западную часть области. Запасы снега здесь уже превышают норму почти в полтора раза. Март добавил тревоги. В первую половину месяца в Бузулукском, Бугурусланском, Первомайском и других районах выпала двухмесячная норма осадков.

- С учетом имеющихся данных по наличию снега на полях, в лесонасаждениях, в населенных пунктах, в поймах рек, а также с учетом прогноза погоды на март-апрель становится ясно, что паводок будет непростым. И мы готовимся к самому неблагоприятному сценарию, - сообщает первый вице-губернатор Оренбургской области Сергей Балыкин.

В настоящее время проведение противопаводковых мероприятий в каждом отдельном районе и каждом населенном пункте находится на строгом контроле. Главам муниципальных образований поручено активизировать уборку от снега и льда улиц и придомовых территорий, организовать расчистку ливневок, водостоков и водоотводов в населенных пунктах. В зонах возможного подтопления уже проводится разъяснительная работа с населением, пополняются запасы продуктов первой необходимости, питьевой воды и медикаментов. Прорабатываются вопросы эвакуации людей и животных из опасных зон, готовятся места временного размещения.

В ближайшее время с территорий, которым грозит паводок, будут вывезены 24 женщины на поздних сроках беременности, более ста маломобильных инвалидов с хроническими заболеваниями и двое граждан, находящихся на гемодиализе. Техника и средства спасения на воде, гидротехнические сооружения и плотины приводятся в состояние полной готовности.

Елена АКИНЯЕВА.

ФИНАНСЫ

Коллекторы продолжают бесчинствовать

Закон, ограничивающий действия коллекторов, вступивший в силу в 2017 году, не сделал жизнь оренбуржцев спокойнее. Это доказывают результаты работы горячей линии службы судебных приставов.

За два дня на горячий телефон поступило более 50 обращений граждан, пострадавших от действий назойливых взыскателей.

Жительница Оренбурга пожаловалась приставам на то, что представители коллекторского агентства измучили ее звонками, круглосуточными текстовыми и голосовыми сообщениями. При этом пострадавшая не имеет никакого отношения к обязательствам должника. Она оказалась всего лишь его коллегой. Своего согласия на взаимодействие с коллекторами женщина не давала и вообще была не в курсе того, что кто-то указал ее номер телефона при оформлении займа в микрофинансовой организации.

В большинстве случаев в числе нарушителей закона оказываются так называемые серые коллекторы, т. е. юридические лица, не включенные в государственный реестр. Именно они звонят на все имеющиеся в базе данных телефоны круглосуточно, присылают сообщения с оскорблениями и угрозами. Зачастую такие «выбивалы» долгов осуществляют взаимодействие с третьими лицами, распространяют сведения, не соответствующие действительности, требуют оплаты задолженности от тех, кто не имеет к ней никакого отношения.

- Социальная напряженность связана как с расширением сферы кредитования, так и с увеличением числа граждан, не рассчитавших свои силы и не справившихся с объемов долговых обязательств. В результате количество пострадавших от незаконных действий коллекторов с каждым годом только увеличивается, - поясняют судебные приставы.

За 2018 год в УФССП России по Оренбургской области поступило 895 обращений с жалобами на действия взыскателей, что на 9% больше, чем в 2017 году. При этом увеличилось и количество тех, кто привлечен к ответственности за незаконные действия.

В прошлом году суд рассмотрел 64 дела и оштрафовал нарушителей на общую сумму более 4 млн рублей.

Основную проблему в борьбе с незаконно действующими коллекторскими агентствами судебные приставы видят в том, что пострадавшие от них должники, поручители и третьи лица, написав заявление, зачастую не идут на дальнейший контакт с надзорными органами и не предоставляют обоснования своей жалобе. Подтверждениями могут служить копия договора просроченного займа, скриншоты СМС-сообщений, присланных коллекторами, детализация и аудиозапись звонков.

Марина ЕЛИСТРАТОВА.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ольга Ачкасова: «МНЕ ПОМОГАЕТ ИПЛИКАТОР»

- Несколько лет назад мы создали в селе свой женский клуб здоровья. Сначала занятия вела я, теперь каждая делится своими знаниями, показывает новые упражнения. В общем, мы тренируем друг друга. Это для поддержания здоровья. А от многих болезней у меня есть прекрасное средство - ипликатор Кузнецова. Бывает, что набегаешься за день: спина болит, ноги гудят, чувствуется сильная усталость... А вечером еще мероприятия! Минут на пять ложусь на ипликатор или потопчусь по иголочкам - и снова как новенькая.

НАРОДНЫЙ РЕЦЕПТ

ЧИСТИМ СОСУДЫ

Настойка из лимона, меда, корицы и чеснока. Лимон - это продукт, богатый витамином С, который является антиоксидантом, повышающим эластичность сосудов и способствующим их очищению от холестерина. Потребуются: 3 лимона, 200 г чеснока, 50 г меда, 1 ч л корицы. Лимон (с кожурой) и очищенный чеснок измельчить блендером или на мясорубке. Перемешать компоненты, заправить медом и добавить корицу. Принимать при сердечно-сосудистых патологиях по 1 ч л 3 раза в день перед едой. Курс - 1,5 месяца.

Отвар из сосновых шишек. Содержащиеся в шишках вещества улучшают кровоток, активизируют обменные процессы, обогащают кровь кислородом и препятствуют застойным явлениям. Для приготовления отвара потребуются: 500 мл кипятка, 200 г молодых шишек. Шишки залить некрутым кипятком и держать на водяной бане 10-15 мин. Лекарство охладить, процедить. Хранить в холодильнике. Принимать 3 раза в день по 1/3 ст в теплом виде.

Хотите и вы стать героиней рубрики «Хозяюшка советует»? Рассказывайте о себе и присылайте фотографии по адресу редакции orsud@yandex.ru

ОТИТ: ОТ ЧЕГО ВОЗНИКАЕТ И КАК ЕГО ЛЕЧИТЬ?

«Продуло!» - жалуются многие, страдая от стреляющей боли в ухе. Другие, чтобы не заболеть, утепляют уши. Поможет ли это?

Чтобы заболеть отитом, вовсе не обязательно, чтобы ухо «продул» холодный ветер, как ошибочно думают многие. Причиной заболевания всегда становится инфекция. Вялотекущий инфекционный процесс может обостриться - например, после того как вы сильно замерзли, прогулялись по холоду без головного убора или недолечились после простуды или гриппа.

По статистике, осложнение на среднее ухо (отит среднего уха) - одно из самых частых осложнений после гриппа и ОРВИ. Так как уши и нос сообщаются, через нос инфекция может попасть в слуховую трубу, а оттуда - в среднее ухо. По локализации отит бывает наружным (воспаление кожи наружного слухового прохода), средним (воспаление барабанной полости) или внутренним (лабиринтит, отит внутреннего уха). Самый частый и опасный - именно средний отит.

Среднее ухо - это полость, которая находится внутри височной кости, она имеет только один вход - слуховую трубу, другое костное отверстие прикрыто барабанной перепонкой. Когда в среднее ухо попадает инфекция, начинается воспаление, скапливается гной, который давит на барабанную перепонку, вызывая боль в ухе. Именно сильная, резкая, очень часто стреляющая боль - самый характерный симптом среднего отита. Боль в ухе практически невозможно терпеть, поэтому заболевший человек сразу бежит к врачу, и запущенных случаев (как, например, при гайморите) бывает немного.

Обычно температура при отите субфебрильная - до 37,4°С. А вот чувство заложенности ушей при отите бывает всегда - уши закладывает, примерно как в самолете при взлете и посадке. Еще одним характерным симптомом отита является снижение слуха. Если произошла перфорация барабанной перепонки, обычно появляются выделения из уха (серозные, кровянистые, гнойные).

Отиты лечит только лор-врач, не терапевт. Осмотр пациента проводится с помощью специального прибора - отоскопа, и на основании жалоб и результатов обследования ставится диагноз и назначается лечение. Как правило, это антибиотики, секретолитики (препараты, разжижающие секрет барабанной полости), ушные антибактериальные капли. Уже на второй-третий день лечения становится легче, боль проходит, но заложенность уха может сохраняться еще 2-3 недели. После часто назначается физиотерапия, которая помогает быстрее убрать последствия воспаления.

Недолеченный отит среднего уха, протекающий без острой боли, может перейти в хронический отит, а хронический очаг воспаления, в свою очередь, привести к постепенной потере слуха. Особенно опасен средний отит, возникший вследствие заболевания гриппом. Вирус гриппа очень токсичен, он может вызвать неврит слухового нерва (кохлеарный неврит) или сенсоневральную тугоухость, при которой поражаются слуховые рецепторы. А это уже более серьезные проблемы, которые, если не начать в течение 1-2 недель адекватное лечение, могут закончиться частичной или полной потерей слуха.

НАУКА

КАК РАБОТАЮТ ВАШИ БИОЛОГИЧЕСКИЕ ЧАСЫ?

Почему некоторые люди всю жизнь обходятся без будильника и никогда не просыпают работу? Американские ученые выяснили, что за подобную «пунктуальность» отвечает специальный ген. Под его воздействием в организме начинает вырабатываться фермент, дающий всем клеткам сигнал к пробуждению.

Если же с этим геном что-то не в порядке, выработка фермента уменьшается, а вместе с этим возникает десинхронизация других генов, называемых учеными часовыми. Отсюда бессонница, различные нарушения суточного ритма, проблемы со здоровьем. «Наш организм - это целая коллекция своеобразных «часов». И неисправность любых из них ускоряет старение и вызывает хронические болезни», - объясняют исследователи.

Сложи и сохрани

Хозяюшка
Сударыня Оренбургская
№11 (1237) 19.03.19

ХРАНИТЕЛЬНИЦА ОЧАГА КУЛЬТУРЫ

Почти 16 лет Ольга Ачкасова заведует сельским клубом. Теперь это единственный очаг культуры и образования в небольшом селе из 70 дворов. И Ольга Алексеевна бережно хранит этот очаг, вкладывая душу, отдавая сердце людям и любимой работе.

ОЛЬГА АЧКАСОВА, п. Айдырлинск Адамовского района

Отом, чтобы связать свою жизнь с культурой и искусством, Ольга Алексеевна никогда и не думала. В детстве мечтала работать в школе. Как-то в первом классе сказала о будущей профессии учительнице, а та заявила: «У тебя не получится!» Эти слова так больно резанули по маленькому сердечку, что о педагогике Ольга и думать забыла и после школы выбрала для себя специальность швеи.

Впрочем, с детьми работала всегда. Учась в школе, организовывала различные мероприятия. Всем хотелось на танцы, но их разрешали проводить только после литературных и тематических вечеров. Вот Ольга и готовила их. И сама с малых лет выходила на сцену петь.

Красивый голос и идеальный слух достались ей от родителей. Мать и отец были поющими. Отец так еще и на гармони хорошо играл.

Когда Ольге Ачкасовой предложили возглавить сельский клуб и взять на себя ответственность за культурную жизнь поселка, она не раздумывая согласилась. А зашла в клуб - и ахнула. Двери настежь и днем и ночью, везде мусор и грязь, из мебели - только кресла в зрительном зале. Да и само здание находилось в аварийном состоянии.

Ольга Алексеевна добилась и ремонта, и выделения средств на мебель и коекакую технику. Пока шла реставрация клуба, проводила репетиции в школе, администрации и даже у себя дома. В собственном дворе устраивала концерты и организовывала дискотеки для молодежи. Преподавала детям и сама получала образование в областном колледже культуры и искусств.

А когда открыли клуб после ремонта, как хорошая хозяйка, стала обустраивать его. Теперь в учреждении культуры - чистота и порядок, повсюду цветы. И жизнь кипит. Дети поют в вокальном кружке «Домисолька» и занимаются танцами, взрослые организовали вокальную группу и клуб здоровья.

На праздники и концерты в клубе собирается весь поселок. Мероприятия проходят по-домашнему - за чашкой чая с угощениями.

На каникулах в клубе работает детская площадка. Ольга Алексеевна проводит для ребятни различные мероприятия, устраивает экскурсии, знакомит с интересными людьми, проживающими в родном поселке и в районе.

- Сбылась моя мечта. Я работаю с детьми и занимаюсь любимым делом, - признается Ольга Ачкасова. - Времени хватает и на увлечение. В районном ДК «Целинник» пою в народном хоре, в вокальном коллективе «Рябинушка» и в вокальной казачьей группе.

21 марта в клубе снова соберется весь поселок. Будут встречать весну с печеными жаворонками, песнями, стихами и танцами. А еще поздравят Ольгу Алексеевну. Ведь в этот день у заведующей клубом - день рождения!

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:
Детская — ВОСПИТЫВАЕМ ГЕНИЯ
Красота — ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ШЕЙНОГО ПЛАТКА
Урожайные сотки — ПОМИДОРЫ - ПРЯМО В ГРЯДКУ

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ольга Ачкасова:

«ОБОЖАЮ ФИАЛКИ»

- Моя слабость и мое увлечение - цветы. Особенно нравятся мне фиалки. Их у меня более ста видов. И дома, и в клубе. Вы бы только видели, какая это красота! Зося, Морозная вишня, Голубой дракон, Невеста, Бабье лето… Просто глаз не отвести. Девчата говорят, что у меня рука легкая: если даже палку воткну - зацветет. Вот и растения у меня все быстро приживаются. Посадишь листочек в землю, а через некоторое время любуешься кустиком с прекрасными цветами. Сажаю фиалки в землю с огорода, смешанную с торфом (на 3 части земли, 1 - торфа). Внизу горшка обязателен дренаж из керамзита. И место для цветка нужно правильно выбрать. Фиалка не любит солнечную сторону, на листьях сразу появляются ожоги. Раз в неделю поливаю цветы специальным удобрением. Только в декабре-январе избегаю подкормок. Это период покоя для фиалок.

СТИРКУ
перо-пуховых подушек
и одеял,
а также пледов и покрывал
производит фирма
«ЗОЛУШКА».
Стирка нового пера.

Время работы:
с 10.00 до 19.00 без перерыва,
в субботу до 15.00. Выходной - воскресенье.
Адрес: г. Оренбург, пр. Победы, 114
(гостиница «Виктория»).

Т.: 45-59-13, 59-29-11.

ВНИМАНИЕ!
Никаких филиалов «Золушка» не имеет!

РАСТЕНИЯ НЕ ДЛЯ СПАЛЬНИ

Качественный ночной отдых - залог продуктивного дня и здоровья в целом. Мы тратимся на ортопедические матрасы, проветриваем спальню, но чувствуем себя неважно. Корень зла может скрываться в обычных комнатных растениях.

ОЛЕАНДР

Аромат цветущего растения достаточно сильный и уже через пару-тройку часов может вызвать головные боли, головокружение и общее ухудшение состояния. Кроме того, сок олеандра ядовит в случае повреждения цветка. Он даже может вызвать слепоту при попадании внутрь.

КОМНАТНАЯ ЛИЛИЯ

Ее терпкий запах может вызвать расстройство сна, вплоть до бессонницы. Цветок обладает еще одним удивительным свойством: наравне с вами он поглощает кислород и выделяет углекислый газ. По поглощению кислорода с лилией схож папоротник, обратите внимание.

ПРИМУЛА

Когда растение цветет, оно выделяет в воздух токсины. Эти вредные вещества - причина необъяснимых мигреней и тошноты. Ворсинки на нежных листьях примулы могут вызывать на коже жжение и аллергические реакции.

АЗАЛИЯ

Цветки, стебли и листья азалии содержат яд. Даже при малом попадании на кожу он вызывает серьезные раздражения. Растение способно выделять в воздух вещества, сходные с наркотическими. Отсюда головокружения, аллергии и даже судороги.

ОРХИДЕЯ

Если вы поклонница экзотики, лучше определите ей место в гостиной или кабинете. Орхидеи обладают свойством возбуждать нервную систему, что ведет к нарушениям сна и даже к ночным кошмарам. Еще от нее бывают упадок физических сил, появление тревожности и необъяснимое беспокойство.

* * *

К числу растений, которые не стоит держать в спальне, можно отнести все, чей сок ядовит. Среди таковых диффенбахия, аглаонема, молочай, сциндапсус, рододендрон, гортензия, кливия, цикас, глориоза, кротон и пр.

ДОМОВОДСТВО

АСПИРИН - НЕ ТОЛЬКО ЛЕКАРСТВО

Аспирин можно использовать не только в медицинских целях. Он пригодится также в уходе за собой и за домом.

Итак, с помощью аспирина можно:

- **Оживить цвет окрашенных волос.** Оттенок окрашенных волос со временем тускнеет. Вернуть ему былую насыщенность поможет маска с аспирином. Две таблетки аспирина растворите в 1 ст теплой воды. Нанесите этот раствор на сухие или влажные волосы по всей длине на 10-15 мин, затем промойте водой.
- **Укрепить ногти.** Ванночка с аспирином поможет укрепить ногтевые пластины и очистить их от желтого налета. Для приготовления такой ванночки растворите 2 таблетки аспирина в 1 ст теплой воды, добавьте 1 ст л соли (лучше морской) и при желании немного лимонного сока или любимого эфирного масла. В полученный раствор опустите пальцы на 10-15 мин.
- **Продлить срок годности продуктов.** Собираетесь на пикник или в поход, где нет холодильника? Сохранить свежесть лимонада или другого сока, компота, морса в течение нескольких дней без холодильника поможет таблетка аспирина.
- **Вылечить укус насекомого.** Быстро снять боль, зуд и воспаление от укуса насекомого поможет паста из толченой таблетки аспирина, смешанной с небольшим количеством воды.
- **Удалить пятна от пота с одежды.** Пот оставляет на одежде трудновыводимые пятна. Справиться с ними поможет аспирин. Измельчите таблетку обычного аспирина (500 мг) и растворите в 1/2 ст теплой воды. Смочите этим раствором пятна и оставьте на 2-3 часа. С помощью аспирина можно удалить и другие сложные пятна с одежды, например яичное пятно или пятно от сырого мяса или крови (помните также, что эти пятна нужно смывать только холодной водой).
- **Продлить жизнь срезанным цветам.** Для того чтобы букет цветов простоял в вазе дольше, добавьте предварительно в воду таблетку аспирина.
- **Реанимировать севший автомобильный аккумулятор.** Если сел аккумулятор в автомобиле, две таблетки аспирина, добавленные в электролит, дадут аккумулятору последний импульс, достаточный для того, чтобы завести машину и доехать до ближайшей станции техобслуживания.

Сложи и сохрани

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ШЕЙНОГО ПЛАТКА

Как выбрать платок на шею? Это зависит от нескольких моментов - возраста, повода, ну и конечно, особенностей остального наряда, который вы собираетесь украсить.

При выборе шейных текстильных аксессуаров есть одна хитрость: примеряя их, обязательно посмотрите, как выглядит каждый шарф или платок на вас при дневном освещении. Только так можно понять, идет он вам или нет.

Тонкий шарфик из шелка или небольшой платок (размером не больше 59х59 см) подходит практически всем. Обладательницы высокой шеи могут плотно обернуть его вокруг нее и завязать на маленький узелок. Если шея не слишком длинная, то можно с помощью такого платка или шарфа зрительно удлинить ее, сформировав с помощью низкого галстучного узла V-образный вырез. Что касается цвета, то здесь всего два правила: к однотонному наряду можно повязать шарф или платок абсолютно любого цвета и рисунка, который хорошо оттеняет цвет вашего лица. А вот к цветному платью лучше всего выбирать аксессуар, цвет которого повторяет один из цветов наряда или цвет другой детали гардероба (обуви, сумки, браслета и пр).

Палантин из шелкового жаккарда, особенно на подкладке - чрезвычайно удобная вещь. Это очень выразительный элемент образа, который полностью «оттянет» на себя все внимание. Поэтому, если у вас нет времени тщательно наряжаться, то используйте такую «тяжелую артиллерию». Жаккардовый палантин можно просто накинуть на плечи, как шаль, а можно свободно намотать вокруг шеи. По особо торжественному поводу можно заколоть палантин большой, подходящей по цвету брошью.

Большие шали - шелковые, шерстяные, вязаные - добавляют возраст. Иногда это хорошо: допустим, вам при каких-то обстоятельствах стоит выглядеть солиднее, чем вы есть на самом деле. Несколько «снизить пафос» шали можно, если носить ее с джинсами и облегающими свитерами, водолазками, футболками.

Как выбрать цвет «к лицу»? Самые коварные оттенки - зеленые, синие, желтые и фиолетовые. Для того, чтобы позволить себе такое текстильное украшение, нужно иметь оливковый оттенок кожи или хороший бронзовый загар. Светлая кожа, особенно с красноватым оттенком, рядом с холодной сине-зеленой гаммой будет выглядеть просто красной, а рядом с желто-оранжевой - болезненно бледной. Оптимальный выбор для светлокожих - белые, розовые, персиковые, коралловые и шоколадные тона шарфов и платков. Очень пестрые и контрастные шейные платки требуют четко прорисованного макияжа.

ПАРИКМАХЕРСКАЯ

СЕКРЕТЫ ОКРАШИВАНИЯ ВОЛОС

Чтобы окрашивать волосы самой, не обязательно быть парикмахером! Главное - соблюдать основные правила.

1. Если вы используете краску новой марки, за сутки до окрашивания обязательно проведите кожный тест. Нанесите немного вещества из тюбика с красителем на внутренний сгиб локтя. Если в течение дня кожа в этой зоне покраснеет или на ней появится раздражение - краска вам не подходит.

2. Окрашивание химическими красителями делается на немытые волосы. Однако если шевелюра очень грязная, краска плохо впитается. В идеале перед окрашиванием волосы нужно не мыть 1-2 дня, не более. Растительные краски на основе хны или басмы обычно наносятся на чистые волосы.

3. Перед нанесением краски расчешите волосы и слегка сбрызните их водой из пульверизатора: краска впитается лучше и цвет получится ярче. На линию роста волос возле лба и висков нанесите толстый слой вазелина или жирного крема, он предохранит кожу от окрашивания.

4. Если подкрашиваете отросшие корни, то нанесите краску сначала на них, выждите положенное по инструкции время (обычно это 20-35 мин), а затем сбрызните волосы из пульверизатора и прочешите краску на всю их длину. Оставьте ее на волосах еще примерно на 5-7 мин. Этого времени будет достаточно, чтобы обновить оттенок по всей длине.

5. Не жалейте краски. Одной упаковки хватает только для коротких волос, волосам до плеч и ниже краски требуется больше. И наносите ее как можно быстрее, иначе волосы прокрасятся неравномерно.

6. Точно соблюдайте время выдержки краски. Лишние 5-10 мин не сделают цвет ярче, а вот на состоянии волос такая передержка скажется мгновенно и не лучшим образом.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ольга Ачкасова:

«РАБОТНИКИ КУЛЬТУРЫ - ЛИЦО ПОСЕЛКА»

- Директор Централизованной клубной системы Адамовского района Сауле Нагашибаевна Аманжулова всегда говорит нам, что мы - лицо своего поселка, а потому выглядеть должны на отлично. Кожа требует ухода, а значит, кремы, маски и хорошая декоративная косметика обязательны. В обычной жизни делаю неброский макияж, а для сцены нужен яркий образ: выразительные глаза и губы. И непременно изысканный аромат, который я выбираю из своего парфюмерного гардероба по настроению и к наряду.

В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

ОПЕРАЦИЯ «АНТИЦЕЛЛЮЛИТ»

Кофейный скраб. Один из самых простых и доступных антицеллюлитных скрабов - кофейная гуща. Приняв душ, нанесите ее на проблемные зоны, помассируйте и оставьте на 5 мин. Кофеин стимулирует расщепление подкожного жира, тонизирует кожу и выводит излишки жидкости из тканей.

Медовый массаж. На проблемные зоны наносится мед, после чего ваша задача - с силой прижимать ладони к коже и отрывать их. И так 10-15 мин, пока мед не превратится в бело-серую клейкую массу. Затем можно принять душ.
Такой антицеллюлитный массаж весьма болезненный, оставляет синяки, делать его самой себе достаточно сложно, особенно поначалу. Но это очень эффективный способ борьбы с целлюлитом. Противопоказания - аллергия на мед, беременность, варикоз, тромбофлебит.

Баночный массаж. Если вы хоть раз ставили кому-то банки, делать баночный антицеллюлитный массаж вам не составит труда, принцип тот же. Под действием вакуума разбиваются плотные образования подкожного жира, улучшается циркуляция крови и лимфы в проблемных зонах. Эффективность этой процедуры достаточно высокая. Но у такого массажа достаточно много противопоказаний, в первую очередь это нарушения кровообращения.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.20 «Сегодня 25 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!». (16+)
12.15, 17.00, 18.25 «Время покажет». (16+)
14.00 «Наедине со всеми». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «А у нас во дворе». (16+)
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Познер». (16+)
01.30 Т/с «Убойная сила». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.25 «Утро России».
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Вести Оренбуржья».
11.45 «Судьба человека». (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут». (12+)
14.45 «Кто против?». (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Годунов. Продолжение». (16+)
23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Морозова». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, 20.05 «Правила жизни».
07.35 Д/с «Маленькие секреты великих картин».
08.05 Т/с «Сита и Рама».
08.50 «Мировые сокровища».
09.10 Х/ф «Пикассо». (16+)
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 01.40 Д/ф «Голос памяти. Анатолий Папанов».
12.10 Цвет времени.
12.20, 18.45, 00.40 Власть факта.
13.00 Дороги старых мастеров.
13.10 «Линия жизни».
14.05 Д/с «Мечты о будущем».
15.10 «На этой неделе... 100 лет назад».
15.35 «Агора».
16.40 Т/с «День за днем».
17.40 Р. Штраус. Фантастические вариации «Дон Кихот».
18.35 Цвет времени.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.50 Д/ф «Три Пьеты Микеланджело».
21.40 «Сати. Нескучная классика...».
22.20 «Монолог в 4-х частях. Александр Калягин».
22.45 Х/ф «Пикассо». (16+)
00.00 Мастерская Сергея Женовача.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00 «Акценты». (12+)
06.40, 12.00, 15.50, 18.10, 22.40 «Видеоблокнот». (12+)
07.00 «Национальный аспект». (16+)
08.00 «Полчаса о вере». (16+)
08.40, 15.10, 20.00 «Туристический рецепт». (12+)
09.00, 19.30 «Начинаем следствие». (16+)
09.20, 12.10 Т/с «Примадонна». (12+)
13.00 Х/ф «Милый друг давно забытых лет». (12+)
15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.40 «Новости дня». (12+)
16.00 Т/с «Домработница». (16+)
17.20 Д/ф «Великая война не окончена». (16+)
18.20 Д/ф «Почему я». (12+)
21.00 Т/с «Остров ненужных людей». (16+)
23.00 Д/ф «Медицинская правда». (12+)
00.00 Х/ф «Опасное погружение». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00, 08.00 «Эхо недели». (16+)
07.30, 12.30 «Круглый стол». (16+)
08.30, 16.30, 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 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00, 19.30, 23.02 «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Хеллбой: Герой из пекла». (16+)
22.20 «Водить по-русски». (16+)
01.00 Х/ф «Нечего терять». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «Мальцева». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, 16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.50 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины». (16+)
23.00 «Изменить нельзя». (16+)
00.10 «Поздняков». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.45 М/ф «Дорога на Эльдорадо». (6+)
08.30 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.30 «Уральские пельмени». (16+)
11.05 Х/ф «Тор-2. Царство тьмы». (12+)
13.25 Х/ф «Тор. Рагнарек». (16+)
15.50 Т/с «Воронины». (16+)
20.00 Т/с «Девяностые. Весело и громко». (16+)
21.00 Х/ф «Крепкий орешек». (16+)
23.45 «Кино в деталях». (18+)
00.45 Х/ф «Убрать перископ». (0+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 «Туристический рецепт». (12+)
07.30 «6 кадров». (16+)
07.50 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.50 «Давай разведемся!». (16+)
09.50 «Тест на отцовство». (16+)
10.55 Т/с «Агенты справедливости». (16+)
11.55 «Реальная мистика». (16+)
12.55 «Понять. Простить». (16+)
14.05 Х/ф «Дом с сюрпризом». (16+)
18.00, 18.50, 20.00, 22.30, 23.05, 23.50 «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.10, 22.40 «Тайный город». (16+)
18.20 «Включайся». (12+)
18.35 «Оренбург.Ru». (16+)
18.40 «Архитектурные сюжеты». (16+)
19.00 Х/ф «Возвращение домой». (16+)
20.15 «Будуар». (16+)
20.30 Х/ф «Возвращение домой». (16+)
22.50 «Нефронтовые будни». (16+)
23.15 «Поехали на курорт». (16+)
00.00 «6 кадров». (16+)
00.30 Х/ф «Подкидыши». (16+)
02.25 «Понять. Простить». (16+)

МАТЧ

08.00 Профессиональный бокс.
09.00, 10.55, 12.30, 13.30, 16.05, 18.10, 21.15, 23.55 Новости.
09.05, 13.35, 18.15, 21.20, 02.40 Все на Матч!
11.00 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
11.30 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины. (0+)
12.35 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Мужчины. (0+)
14.05 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Северная Ирландия - Белоруссия. (0+)
16.10 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Кипр - Бельгия. (0+)
18.55 «Казахстан - Россия. Live». (12+)
19.15 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Уэльс - Словакия. (0+)
21.55 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Турция - Молдова.
00.00 Тотальный футбол.

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.05 Х/ф «Неоконченная повесть». (0+)
10.05 Д/ф «Скобцева - Бондарчук. Одна судьба». (12+)
10.55 Городское собрание. (12+)
11.30, 14.30, 19.40, 22.00, 00.00 События.
11.50 Т/с «Чисто английское убийство». (12+)
13.40 «Мой герой. Андрей Бурковский». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Анна-детективъ». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 Т/с «Чисто московские убийства». (12+)
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «Прэзідент-шоу». (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.35 «Прощание. Виталий Соломин». (16+)
01.25 Д/ф «Подслушай и хватай». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.20 «Известия».
05.20 Т/с «Счастливый билет». (16+)
09.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
12.30, 13.25 Т/с «Дикий». (16+)
19.00 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.25 Т/с «След». (16+)
01.10 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Best». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Спаси свою любовь». (16+)
13.30 «Песни». (16+)
15.30 Т/с «Ольга». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
20.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
21.00 «Где логика?». (16+)
22.00 Т/с «Адаптация». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Спаси свою любовь». (16+)
01.50, 05.30, 05.40, 05.50, 05.50 «Тайный город». (16+)
02.00, 02.15, 02.30, 04.15, 04.30, 04.45 «Маленькие истории большой степи». (16+)
02.45, 05.00 «Вперед в прошлое». (16+)
03.00, 05.15 «Преступление века». (16+)
03.15, 03.30, 03.45, 04.00 «Нефронтовые будни». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00, 21.15 Новости дня.
08.15 «Военная приемка». (6+)
09.05, 18.10 «Не факт!». (6+)
10.00 Т/с «Бомба». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
12.05, 16.05 Т/с «Бомба». (16+)
Т/с «Бомба». (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Боевой надводный флот Отчизны». (12+)
19.40 «Скрытые угрозы». (12+)
20.25 Д/с «Загадки века». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем». (12+)
23.30 Х/ф «Дружба особого назначения». (16+)
01.35 Т/с «Случай в аэропорту». (12+)

ТВ-вторник 26 марта

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.20 «Сегодня 26 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!». (16+)
12.15, 17.00, 18.25 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «А у нас во дворе». (16+)
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Вечерний Ургант». (16+)
01.10 Т/с «Убойная сила». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.25 «Утро России».
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Вести Оренбуржья».
11.45 «Судьба человека». (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут». (12+)
14.45 «Кто против?». (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Годунов. Продолжение». (16+)
23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Морозова». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
06.35 «Пешком...». Москва купеческая.
07.05, 20.05 «Правила жизни».
07.35 «Театральная летопись».
08.05 Т/с «Сита и Рама».
08.50 «Мировые сокровища».
09.05 Х/ф «Пикассо». (16+)
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 01.25 Д/ф «Вороне где-то бог...», «Трамвай идет по городу».
12.05 «Мировые сокровища».
12.20, 18.40, 00.40 «Тем временем. Смыслы».
13.10 Д/с «Первые в мире».
13.25 «Мы - грамотеи!».
14.10 Д/ф «Три Пьеты Микеланджело».
15.10 «Пятое измерение».
15.40 «Белая студия».
16.25 Т/с «День за днем».
17.40 Международный фестиваль Мстислава Ростроповича.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.50 Д/ф «Сады наслаждений Древних Помпеев».
21.40 Искусственный отбор.
22.20 «Монолог в 4-х частях. Александр Калягин».
22.45 Х/ф «Пикассо». (16+)
00.00 Мастерская Валерия Фокина.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.25 «Новости дня». (12+)
06.20 «Начинаем следствие». (16+)
07.25 М/ф.
07.50, 11.20, 15.50, 18.10, 22.40 «Видеоблокнот». (12+)
08.40 «Туристический рецепт». (12+)
09.20 Т/с «Остров ненужных людей». (16+)
11.30, 13.35 Х/ф «Во бору брусника». (16+)
13.00 «Национальный аспект». (16+)
16.00 Т/с «Домработница». (16+)
17.20 Д/ф «Естественный отбор». (12+)
18.20 Д/ф «Медицинская правда». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.30 «Обратная связь». (12+)
20.20 «Планета творчества». (0+)
21.00 Т/с «Остров ненужных людей». (16+)
23.00 Д/ф «Почему я». (12+)
23.55 Х/ф «Алло, Варшава». (16+)
01.50 Т/с «Домработница». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.32, 08.02, 12.32, 18.00, 19.30, 23.02 «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
08.30, 16.30, 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 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Хеллбой 2: Золотая армия». (16+)
22.20 «Водить по-русски». (16+)
01.00 Х/ф «Самолет президента». (16+)

НТВ

04.55 Т/с «Шелест». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «Мальцева». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, 16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.50 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины». (16+)
23.00 «Изменить нельзя». (16+)
00.10 Т/с «Новая жизнь сыщика Гурова. Продолжение». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.40 М/с «Команда Турбо». (0+)
07.30 М/с «Три кота». (0+)
07.45 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.30 «Уральские пельмени». (16+)
10.20 Х/ф «Убрать перископ». (0+)
12.10 Х/ф «Крепкий орешек». (16+)
14.50 Т/с «Воронины». (16+)
19.00 Т/с «Девяностые. Весело и громко». (16+)
21.00 Х/ф «Крепкий орешек-2». (16+)
23.30 Х/ф «Доспехи бога». (12+)
01.15 Х/ф «Ангелы Чарли». (0+)
02.55 Х/ф «Ангелы Чарли-2». (12+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.30 «6 кадров». (16+)
07.50 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.50 «Давай разведемся!». (16+)
09.50 «Тест на отцовство». (16+)
10.55 Т/с «Агенты справедливости». (16+)
11.55 «Реальная мистика». (16+)
12.55 «Понять. Простить». (16+)
14.05 Х/ф «Горизонты любви». (16+)
18.00, 18.50, 20.00, 22.30, 23.05, 23.50 «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.10, 22.40 «Тайный город». (16+)
18.20 «Преступление века». (16+)
18.35 «Оренбург.Ru». (16+)
18.40 «Архитектурные сюжеты». (16+)
19.00 Х/ф «Судьба по имени Любовь». (16+)
20.15 «Клуб». (16+)
20.30 Х/ф «Судьба по имени Любовь». (16+)
22.50 «Нефронтовые будни». (16+)
23.15 «Поехали на курорт». (16+)
00.00 «6 кадров». (16+)
00.30 Х/ф «Подкидыши». (16+)
02.25 «Понять. Простить». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Украденная победа». (16+)
09.00, 10.55, 14.00, 16.35, 19.10, 21.00 Новости.
09.05, 14.05, 16.40, 21.05, 02.40 Все на Матч!
11.00 «Гонки в стране Оз: Формула-1 в Австралии». (12+)
11.20 Тотальный футбол. (12+)
12.00 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир (0+)
14.35 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Черногория – Англия. (0+)
17.10 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Португалия - Сербия. (0+)
19.15 Профессиональный бокс. (16+)
21.55 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Армения - Финляндия.
23.55 Все на футбол!
00.40 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Италия - Лихтенштейн.

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Максим Перепелица». (0+)
10.35 Д/ф «Жанна Болотова. Девушка с характером». (12+)
11.30, 14.30, 19.40, 22.00 События.
11.50 Т/с «Чисто английское убийство». (12+)
13.40 «Мой герой. Арина Шарапова». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Анна-детективъ». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 Т/с «Чисто московские убийства». (12+)
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «Осторожно, мошенники! Смертельные сети». (16+)
23.05 Д/ф «Апокалипсис завтра». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 «Удар властью. Семибанкирщина». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.25 «Известия».
05.20 Т/с «Счастливый билет». (16+)
09.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
12.25, 13.25 Т/с «Дикий». (16+)
19.00, 00.25 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
01.10 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Best». (16+)
09.00, 23.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Спаси свою любовь». (16+)
13.25 «Большой завтрак». (16+)
14.00 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.30 Т/с «Ольга». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
20.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
21.00 «Импровизация 5 сезон». (16+)
22.00 Т/с «Адаптация». (16+)
01.00 «Спаси свою любовь». (16+)
01.50, 04.15, 04.25, 04.35 «Тайный город». (16+)
02.00, 04.45 «Вперед в прошлое». (16+)
02.15 «Преступление века». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00, 21.15 Новости дня.
08.15 «Военная приемка». (6+)
09.05, 18.10 «Не факт!». (6+)
10.00 Т/с «Слепой-2». (12+)
12.00, 16.00 Военные новости.
12.05, 16.05 Т/с «Слепой-2». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Боевой надводный флот Отчизны». (12+)
19.40 «Легенды армии». (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (16+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем». (12+)
23.30 Т/с «Слепой-2». (12+)
03.10 Х/ф «Пропавшие среди живых». (12+)

№11 (1 237) 19.03.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.20 «Сегодня 27 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!». (16+)
12.15, 17.00, 18.25 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «А у нас во дворе». (16+)
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Вечерний Ургант». (16+)
01.10 Т/с «Убойная сила». (16+)
03.05 «Убойная сила». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.25 «Утро России».
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Вести Оренбуржья».
11.45 «Судьба человека». (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут». (12+)
14.45 «Кто против?». (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Годунов. Продолжение». (16+)
23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Морозова». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, 20.05 «Правила жизни».
07.35 «Театральная летопись».
08.05 Т/с «Сита и Рама».
08.50 «Мировые сокровища».
09.10 Х/ф «Пикассо». (16+)
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 01.25 Д/ф «Где мой театр? Роман Виктюк».
12.20, 18.40, 00.40 «Что делать?».
13.10 Д/с «Первые в мире».
13.25 Искусственный отбор.
14.10 Д/ф «Сады наслаждений Древних Помпеев».
15.10 Библейский сюжет.
15.40 «Сати. Нескучная классика...».
16.25 Т/с «День за днем».
17.40 Международный фестиваль Мстислава Ростроповича.
18.20 «Мировые сокровища».
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 Д/ф «Несокрушимый небесный замок Мон-Сен-Мишель».
21.40 «Абсолютный слух».
22.20 «Монолог в 4-х частях. Александр Калягин».
22.45 Х/ф «Пикассо». (16+)
00.00 Мастерская Алексея Бородина.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.55 «Новости дня». (12+)
06.20 «Полчаса о вере». (16+)
07.20 М/ф.
07.50, 12.40, 15.50, 18.10, 22.40 «Видеоблокнот». (12+)
08.40, 15.10 «Туристический рецепт». (12+)
09.20, 21.00 Т/с «Остров ненужных людей». (16+)
11.00 Х/ф «Опасное погружение». (16+)
13.00, 19.30 «Обратная связь». (12+)
14.10 Д/ф «Великая война не окончена». (16+)
16.00 Т/с «Домработница». (16+)
17.20 Д/ф «Без обмана». (16+)
18.20 Д/ф «Люди РФ». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
23.00 Д/ф «С миру по нитке». (12+)
00.00 Х/ф «Параллельные миры». (16+)
02.25 Т/с «Домработница». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.32, 08.02, 12.32, 18.00, 19.30, 23.02 «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
08.30, 16.30, 23.30 «Новости». (16+)
09.00 «Территория заблуждений». (16+)
12.00, 16.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00, 23.55 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.10 «Точка зрения ЛДПР». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Джон Картер». (12+)
22.30 «Смотреть всем!». (16+)
01.00 Х/ф «После заката». (16+)
02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

НТВ

04.55 Т/с «Шелест». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «Мальцева». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, 16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.50 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины». (16+)
23.00 «Изменить нельзя». (16+)
00.10 Т/с «Новая жизнь сыщика Гурова. Продолжение». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.40 М/с «Команда Турбо». (0+)
07.30 М/с «Три кота». (0+)
07.45 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.30 «Уральские пельмени». (16+)
10.05 Х/ф «Доспехи бога». (12+)
11.55 Х/ф «Крепкий орешек-2». (16+)
14.20 Т/с «Воронины». (16+)
17.55 Т/с «Девяностые. Весело и громко». (16+)
21.00 Х/ф «Крепкий орешек. Возмездие». (16+)
23.35 Х/ф «Доспехи бога-2. Операция «Ястреб». (12+)
01.45 Х/ф «Ангелы Чарли-2». (12+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00, 00.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.00 «Давай разведемся!». (16+)
09.00 «Тест на отцовство». (16+)
10.05 Т/с «Агенты справедливости». (16+)
11.05 «Реальная мистика». (16+)
12.05 «Понять. Простить». (16+)
13.15 Х/ф «Стрекоза». (16+)
18.00, 18.50, 20.00, 22.30, 23.05, 23.50 «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.10, 22.40 «Тайный город». (16+)
18.20 «Почемучка». (12+)
18.35 «Оренбург.Ru». (16+)
18.40 «Архитектурные сюжеты». (16+)
19.00 Х/ф «Другая я». (16+)
20.15 «Будуар». (16+)
20.30 Х/ф «Другая я». (16+)
22.50 «Нефронтовые будни». (16+)
23.15 «Преступление века». (16+)
23.30 «Маленькие истории большой степи». (16+)
00.10 «Начинаем следствие». (16+)
00.30 Х/ф «Подкидыши». (16+)
02.25 «Понять. Простить». (16+)
02.55 «Реальная мистика». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Украденная победа». (16+)
09.00, 10.55, 13.00, 15.35, 17.40, 20.25, 23.15 Новости.
09.05, 13.05, 17.45, 00.55 Все на Матч!
11.00 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Босния и Герцеговина - Греция. (0+)
13.35 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Норвегия - Швеция. (0+)
15.40 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Швейцария – Дания. (0+)
18.25 Футбол. Товарищеский матч. Чехия - Бразилия. (0+)
20.30 Волейбол. Кубок Вызова. Мужчины. Финал. «Белогорье» (Россия) - «Монца» (Италия).
23.25 Д/ф «Красноярск 2019. Из Сибири с любовью». (12+)
00.25 «На пути к Евро-2020». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.20 «Доктор И...». (16+)
08.55 Х/ф «Непобедимый». (0+)
10.20 Д/ф «Вахтанг Кикабидзе. Диагноз - грузин». (12+)
11.30, 14.30, 19.40, 22.00 События.
11.50 Т/с «Чисто английское убийство». (12+)
13.40 «Мой герой. Ян Гэ». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Анна-детективъ». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 Т/с «Чисто московские убийства». (12+)
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 Линия защиты. (16+)
23.05 «Прощание. Муслим Магомаев». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 Д/ф «Роковые знаки звезд». (16+)
01.25 Д/ф «Юрий Андропов. Детство Председателя». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.20 «Известия».
05.20 Д/ф «Калина красная. Последний фильм Шукшина». (16+)
06.05, 09.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
12.25, 13.25 Т/с «Чума». (16+)
19.00, 00.25 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
01.10 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Best». (16+)
09.00, 23.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.30 Т/с «Ольга». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
20.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
21.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 Т/с «Адаптация». (16+)
01.00 «Спаси свою любовь». (16+)
01.50, 05.30, 05.40, 05.50 «Тайный город». (16+)
02.00, 02.15, 02.30, 04.15, 04.30, 04.45 «Маленькие истории большой степи». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00, 21.15 Новости дня.
08.15 «Военная приемка». (6+)
09.05 «Специальный репортаж». (12+)
09.30, 12.05, 16.05 Т/с «Снег и пепел». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
18.10 «Не факт!». (6+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Боевой надводный флот Отчизны». (12+)
19.40 «Последний день». (12+)
20.25 Д/с «Секретная папка». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем». (12+)
23.30 Т/с «Слепой-2». (12+)
03.10 Х/ф «Шел четвертый год войны...». (12+)

ТВ-четверг 28 марта

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.25 «Сегодня 28 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!». (16+)
12.15, 17.00, 18.25 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «А у нас во дворе». (16+)
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Вечерний Ургант». (16+)
01.10 Т/с «Убойная сила». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.25 «Утро России».
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Вести Оренбуржья».
11.45 «Судьба человека». (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут». (12+)
14.45 «Кто против?». (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Годунов. Продолжение». (16+)
23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Морозова». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, 20.05 «Правила жизни».
07.35 «Театральная летопись».
08.05 Т/с «Сита и Рама».
08.50, 18.30 «Мировые сокровища».
09.05 Х/ф «Пикассо». (16+)
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 01.25 «Слушайте, если хотите... Людмила Зыкина».
12.00 «Мировые сокровища».
12.20, 18.45, 00.40 «Игра в бисер». «Патрик Зюскинд. «Парфюмер».
13.05 Д/с «Первые в мире».
13.20 «Абсолютный слух».
14.05 Д/ф «Несокрушимый небесный замок Мон-Сен-Мишель».
15.10 Пряничный домик.
15.40 «2 Верник 2».
16.20 Т/с «День за днем».
17.40 Международный фестиваль Мстислава Ростроповича.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 Д/ф «Тайны собора Санта-Мария-дель-Фьоре».
21.40 «Энигма. Маттиас Наске».
22.20 «Монолог в 4-х частях. Александр Калягин».
22.45 Х/ф «Пикассо». (16+)
00.00 Мастерская Дмитрия Крымова.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.25 «Новости дня». (12+)
06.20, 13.00 «Обратная связь». (12+)
07.25 М/ф.
07.50, 12.30, 15.50, 18.10, 22.40 «Видеоблокнот». (12+)
08.25 «Национальный аспект». (16+)
09.20, 21.00 Т/с «Остров ненужных людей». (16+)
11.00 Х/ф «Алло, Варшава». (16+)
14.10 Д/ф «Естественный отбор». (12+)
15.10, 19.30, 23.00 «Туристический рецепт». (12+)
16.00 Т/с «Домработница». (16+)
17.20 Д/ф «Тайны космоса». (12+)
18.20 Д/ф «С миру по нитке». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.50 «Планета творчества». (0+)
23.15 «Начинаем следствие». (16+)
00.00 Х/ф «Мерседес уходит от погони». (12+)
01.55 Т/с «Домработница». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 09.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.32, 08.02, 12.30, 19.30, 23.02 «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
08.30, 16.30, 23.30 «Новости». (16+)
12.00, 18.00 «Круглый стол». (16+)
13.00, 23.55 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Слезы солнца». (16+)
22.20 «Смотреть всем!». (16+)
01.00 Х/ф «Темная вода». (16+)

НТВ

04.55 Т/с «Шелест». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «Мальцева». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, 16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.50 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины». (16+)
23.00 «Изменить нельзя». (16+)
00.10 Т/с «Новая жизнь сыщика Гурова. Продолжение». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.40 М/с «Команда Турбо». (0+)
07.30 М/с «Три кота». (0+)
07.45 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.30 «Уральские пельмени». (16+)
10.05 Х/ф «Доспехи бога-2. Операция «Ястреб». (12+)
12.20 Х/ф «Крепкий орешек. Возмездие». (16+)
14.50 Т/с «Воронины». (16+)
16.55 Т/с «Девяностые. Весело и громко». (16+)
21.00 Х/ф «Крепкий орешек-4». (16+)
23.45 Х/ф «Крепкий орешек. Хороший день, чтобы умереть». (18+)
01.30 Х/ф «Антураж». (18+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00, 00.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.30 «Давай разведемся!». (16+)
09.30 «Тест на отцовство». (16+)
10.35 Т/с «Агенты справедливости». (16+)
11.35 «Реальная мистика». (16+)
12.35, 02.25 «Понять. Простить». (16+)
13.45 Х/ф «Другая я». (16+)
18.00, 18.50, 20.00, 22.30, 23.05, 23.50 «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.10, 22.40 «Тайный город». (16+)
18.20, 23.15 «Преступление века». (16+)
18.35 «Оренбург.Ru». (16+)
18.40 «Архитектурные сюжеты». (16+)
19.00 Х/ф «Какой она была». (16+)
20.15 «Будуар». (16+)
20.30 Х/ф «Какой она была». (16+)
22.50 «Нефронтовые будни». (16+)
23.30 «Маленькие истории большой степи». (16+)
00.10 «Туристический рецепт». (12+)
00.30 Х/ф «Подкидыши». (16+)
02.55 «Реальная мистика». (16+)
03.40 «Тест на отцовство». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Украденная победа». (16+)
09.00, 10.55, 12.00, 13.45, 16.45, 00.05 Новости.
09.05, 13.50, 16.50, 20.40, 00.30 Все на Матч!
11.00 Д/ф «Красноярск 2019. Из Сибири с любовью». (12+)
12.05, 17.40 Профессиональный бокс. (16+)
14.35 «Тренерский штаб». (12+)
15.05 Смешанные единоборства. (16+)
19.40 «Профессиональный бокс-2019. Новые герои». (16+)
20.10 «На пути к Евро-2020». (12+)
21.00 Хоккей. КХЛ. Финал конференции «Запад».
00.10 «КХЛ. Восток - Запад». (12+)
01.30 Х/ф «Бой без правил». (16+)
03.30 Смешанные единоборства. (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «В полосе прибоя». (0+)
10.30 Д/ф «Вячеслав Тихонов. До последнего мгновения». (12+)
11.30, 14.30, 19.40, 22.00 События.
11.50 Т/с «Чисто английское убийство». (12+)
13.40 «Мой герой. Кирилл Гребенщиков». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Анна-детективъ». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 Т/с «Чисто московские убийства». (12+)
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «10 самых... Браки королев красоты». (16+)
23.05 Д/ф «Трудные дети звездных родителей». (12+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 Т/с «Хроники московского быта». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.20 «Известия».
05.20 Т/с «Чума». (16+)
08.35 «День ангела».
09.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
12.30, 13.25 Т/с «Чума». (16+)
19.00 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.25 Т/с «След». (16+)
01.10 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Best». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.30 Т/с «Ольга». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
20.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
21.00 «Шоу «Студия Союз». (16+)
22.00 Т/с «Адаптация». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Спаси свою любовь». (16+)
01.55, 06.00 «Оренбург.Ru». (16+)
02.00, 02.15, 02.30, 02.45, 04.15, 04.30, 04.45, 05.00 «Нефронтовые будни». (16+)
03.00, 05.15 «Преступление века». (16+)
03.15, 03.30, 03.45 «Маленькие истории большой степи». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00, 21.15 Новости дня.
08.15, 18.10 «Не факт!». (6+)
09.10 Т/с «Гетеры майора Соколова». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
12.05, 16.05 Т/с «Гетеры майора Соколова». (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Боевой надводный флот Отчизны». (12+)
19.40 «Легенды кино». (6+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем». (12+)
23.30 Х/ф «Мираж». (16+)
01.15 Т/с «Дорогая». (16+)
04.20 Х/ф «В добрый час!». (0+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, 12.00 Новости.
09.20 «Сегодня 29 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!». (16+)
12.15, 17.00, 18.25 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.50 «Человек и закон». (16+)
19.55 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время».
21.30 «Голос. Дети». (0+)
23.20 «Вечерний Ургант». (16+)
00.15 «Стинг». (16+)
01.25 Х/ф «Вторая жизнь Уве». (16+)
03.35 «Модный приговор». (6+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.25 «Утро России».
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести.
09.55 «О самом главном». (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Вести Оренбуржья».
11.45 «Судьба человека». (12+)
12.50 «60 Минут». (12+)
14.45 «Кто против?». (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 Минут». (12+)
21.00 Т/с «Годунов. Продолжение». (16+)
23.20 Х/ф «Мой любимый гений». (12+)
03.10 Т/с «Морозова». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05 «Правила жизни».
07.35 «Театральная летопись».
08.05 Т/с «Сита и Рама».
08.50 «Мировые сокровища».
09.05 Т/с «Пикассо». (16+)
10.20 Х/ф «Сильва». (0+)
11.55 Д/с «Первые в мире».
12.10 «Людмила Лядова. Ее тональность - оптимизм». Концерт.
12.45 Черные дыры. Белые пятна.
13.25 «Эпизоды».
14.05 Д/ф «Тайны собора Санта-Мария-дель-Фьоре».
15.10 «Письма из провинции».
15.40 «Энигма. Маттиас Наске».
16.25 Т/с «День за днем».
17.50 Международный фестиваль Мстислава Ростроповича.
19.45 «Искатели».
20.35 Х/ф «Осенние свадьбы». (0+)
21.50 «Линия жизни».
22.45 Т/с «Пикассо». (16+)
00.00 Мастерская Льва Додина.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 02.35 «Новости дня». (12+)
06.20 «Обратная связь». (12+)
07.25 М/ф.
07.50, 13.40, 15.50, 18.10, 19.50 «Видеоблокнот». (12+)
08.40, 15.10 «Туристический рецепт». (12+)
09.20 Т/с «Остров ненужных людей». (16+)
11.00 Х/ф «Параллельные миры». (16+)
13.00 «Полчаса о вере». (16+)
13.50, 18.30 «Планета творчества». (0+)
14.10 Д/ф «Без обмана». (16+)
16.00 Т/с «Домработница». (16+)
17.20 Д/ф «Выживание в дикой природе». (12+)
18.20 «Начинаем следствие». (16+)
20.00, 23.25 «Погода на неделю». (0+)
20.05 «На родной земле». (12+)
20.55 Х/ф «Андерсен. Жизнь без любви». (16+)
23.55 Х/ф «Лекарь. Ученик Авиценны». (12+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.32, 08.02, 12.30, 19.30, 23.00 «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
08.30, 16.30 «Новости». (16+)
12.00 «Круглый стол». (16+)
12.25, 23.25 «Погода на неделю». (12+)
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 «Мошенники: как дурят нашего брата?». (16+)
21.00 «Жизнь на дороге». (16+)
23.30 Х/ф «Обитель зла 4: Жизнь после смерти». (18+)
01.30 Х/ф «Человек человеку волк». (18+)
03.00 Х/ф «Мертвая тишина». (16+)

НТВ

04.55 Т/с «Шелест». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, 16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.10 «Жди меня». (12+)
19.50 Х/ф «Проверка на прочность». (16+)
23.50 «ЧП. Расследование». (16+)
00.30 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
00.55 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.55 «Квартирный вопрос». (0+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.40 М/с «Команда Турбо». (0+)
07.30 М/с «Три кота». (0+)
07.45 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00 «Уральские пельмени». (16+)
10.00 Х/ф «S.W.A.T. Спецназ города ангелов». (12+)
12.20 Х/ф «Крепкий орешек-4». (16+)
15.00 «Уральские пельмени». (16+)
20.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
23.00 Х/ф «В активном поиске». (18+)
01.05 Х/ф «Леон». (18+)
03.00 Х/ф «О чем еще говорят мужчины». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00, 18.00, 00.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.30 «Давай разведемся!». (16+)
09.30 «Тест на отцовство». (16+)
10.35 Т/с «Агенты справедливости». (16+)
11.35 «Реальная мистика». (16+)
12.30 «Понять. Простить». (16+)
14.15 Х/ф «Какой она была». (16+)
18.10 «Начинаем следствие». (16+)
18.35 «Планета творчества». (0+)
18.50 «Старые письма о главном». (0+)
19.00 Х/ф «Вторая жизнь». (16+)
22.45 Х/ф «Женский доктор - 3». (16+)
23.50 «6 кадров». (16+)
00.10 «Туристический рецепт». (12+)
00.30 Х/ф «Благословите женщину». (16+)
02.45 «Понять. Простить». (16+)
03.40 «Реальная мистика». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Украденная победа». (16+)
09.00, 10.55, 13.10, 15.50, 17.35 Новости.
09.05, 13.15, 17.40, 23.55, 02.40 Все на Матч!
11.00 Профессиональный бокс. (16+)
12.40 «Профессиональный бокс-2019. Новые герои». (16+)
14.05 «КХЛ. Восток - Запад». (12+)
14.25 Смешанные единоборства. (16+)
15.55 Формула-1. Гран-при Бахрейна. Свободная практика.
18.25 «Тает лед». (12+)
18.55 Все на футбол! (12+)
19.55 «Тренерский штаб». (12+)
20.25 Футбол. Российская Премьер-лига.
22.25 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Химки» (Россия) - ЦСКА (Россия).
00.40 Футбол. Чемпионат Франции. «Ренн» - «Лион».

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 Х/ф «Сказ про то, как царь Петр арапа женил». (12+)
10.10 Х/ф «Анатомия убийства». (12+)
11.30, 14.30, 19.40 События.
11.50, 12.30 Х/ф «Анатомия убийства». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 «Смех с доставкой на дом». (12+)
16.00 Х/ф «Сицилианская защита». (12+)
17.45 Х/ф «Возвращение». (16+)
20.00 Х/ф «Темная сторона света». (12+)
22.00 «В центре событий». (16+)
23.10 «Приют комедиантов». (12+)
01.05 Д/ф «Юрий Богатырев. Украденная жизнь». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00 «Известия».
05.20 Т/с «Чума». (16+)
09.25, 13.25 Т/с «Спецназ по-русски-2». (16+)
17.45 Т/с «След». (16+)
01.05 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Best». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.30 Т/с «Ольга». (16+)
17.30 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 «Comedy Woman». (16+)
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «Comedy Баттл». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Такое кино!». (16+)
01.25 «Спаси свою любовь». (16+)
02.35, 05.30, 05.40, 05.50 «Тайный город». (16+)
02.45, 03.00, 04.45, 05.00, 05.15 «Маленькие истории большой степи». (16+)
03.15 «Вперед в прошлое». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Д/с «Москва фронту». (12+)
06.50 Х/ф «Карьера Димы Горина». (0+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.15 Х/ф «Карьера Димы Горина». (0+)
09.20 Х/ф «Екатерина Воронина». (12+)
11.40 Т/с «Государственная граница». (12+)
12.00, 16.00 Военные новости.
12.05, 16.05, 21.25 Т/с «Государственная граница». (12+)
23.55 Х/ф «Кодовое название «Южный гром». (12+)
02.25 Х/ф «Капкан для киллера». (16+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, 10.00 Новости.
06.10 Т/с «Штрафник». (16+)
08.10 «Играй, гармонь любимая!». (12+)
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.15 «Татьяна Буланова. «Не плачь!». (12+)
11.10 «Теория заговора». (16+)
12.00 Новости.
12.15 «Идеальный ремонт». (6+)
13.10 «Живая жизнь». (12+)
14.40 Праздничный концерт к Дню войск национальной гвардии РФ. (12+)
16.20 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
17.50 «Эксклюзив». (16+)
19.30 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время».
21.20 «Сегодня вечером». (16+)
23.00 «Легенды «Ретро FM». (12+)
01.00 Х/ф «Хуже, чем ложь». (16+)
03.00 «Модный приговор». (6+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00 «Утро России. Суббота».
08.40 Местное время. Суббота. (12+)
09.20 «Пятеро на одного».
10.10 «Сто к одному».
11.00 Вести.
11.20 «Вести Оренбуржья».
11.40 Х/ф «Блестящей жизни лепесток». (12+)
13.40 Х/ф «Одиночество». (12+)
17.30 «Привет, Андрей!». (12+)
20.00 Вести в субботу.
20.45 «Ну-ка, все вместе!». (12+)
22.55 Х/ф «Мать за сына». (12+)
03.05 «Выход в люди». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30 М/ф.
07.15 Х/ф «Одинокая женщина желает познакомиться». (0+)
08.40 Т/с «Сита и Рама».
10.10 Телескоп.
10.40 Большой балет.
12.55 Х/ф «Тайна золотой горы».
14.05 Д/ф «Его назвали Гением. Геннадий Юхтин».
14.45 Земля людей.
15.15 «Пятое измерение».
15.40 Д/с «Энциклопедия загадок».
16.10 Великие реки России.
16.55 Д/ф «Мосфильм» на ветрах истории».
19.15 Х/ф «Июльский дождь». (0+)
21.00 «Агора».
22.00 Х/ф «Конец прекрасной эпохи». (16+)
23.35 Д/ф «О фильме и не только». Конец прекрасной эпохи». (12+)
00.00 Чучо Вальдес и его ансамбль на джазовом фестивале во Вьенне.
01.00 Х/ф «Осенние свадьбы». (0+)

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 19.35 «Туристический рецепт». (12+)
06.20 Х/ф «Мерседес уходит от погони». (12+)
07.50 Х/ф «Параллельные миры». (16+)
09.50, 12.05, 16.35, 18.50 «Видеоблокнот». (12+)
10.00, 19.00, 00.00 «Акценты». (12+)
10.35, 12.00, 14.50, 16.30, 18.45, 21.20 «Погода на неделю». (0+)
10.40, 21.10 «Планета творчества». (0+)
11.00 Д/ф «Поехали». (12+)
12.15 Д/ф «Без обмана». (16+)
13.00 Д/ф «Тайны космоса». (12+)
13.50 Д/ф «Выживание в дикой природе». (12+)
15.00 Д/ф «Люди РФ». (12+)
15.30 Д/ф «С миру по нитке». (12+)
16.00 «Бремя обеда». (12+)
16.45 Х/ф «Удивительная находка, или Самые обыкновенные чудеса». (0+)
18.00 «Национальный аспект». (16+)
19.50, 21.25 Х/ф «Будни и праздники Серафимы Глюкиной». (16+)
22.45 Д/ф «Жена. История любви». (16+)
00.30 Т/с «Тут». (16+)
02.50 Х/ф «Мерседес уходит от погони». (12+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.50 Х/ф «Последний киногерой». (12+)
09.15 «Минтранс». (16+)
10.15 «Самая полезная программа». (16+)
11.15 «Военная тайна». (16+)
16.20 «Территория заблуждений». (16+)
18.30 «Засекреченные списки. Не буди во мне зверя!». (16+)
20.40 Х/ф «Принц Персии: Пески времени». (12+)
22.45 Х/ф «Ной». (12+)
01.30 Х/ф «Викинги». (16+)
03.00 «Территория заблуждений». (16+)

НТВ

05.00 «ЧП. Расследование». (16+)
05.35 Х/ф «Петровка, 38». (0+)
07.25 «Смотр». (0+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня».
08.20 «Зарядись удачей!». (12+)
09.25 «Готовим с Алексеем Зиминым». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Еда живая и мертвая». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Поедем, поедим!». (0+)
14.00 «Крутая история». (12+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 «Однажды...». (16+)
17.00 «Секрет на миллион». (16+)
19.00 «Центральное телевидение».
20.40 «Звезды сошлись». (16+)
22.15 «Ты не поверишь!». (16+)
23.20 «Международная пилорама». (18+)
00.15 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
01.30 «Фоменко фейк». (16+)
01.55 «Дачный ответ». (0+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.40 М/с «Три кота». (0+)
08.05 М/с «Том и Джерри». (0+)
08.30 «Уральские пельмени». (16+)
09.30 «Просто кухня». (12+)
10.30 «Рогов. Студия 24». (16+)
11.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
12.05 Х/ф «Шанхайский полдень». (12+)
14.15 Х/ф «Вокруг света за 80 дней». (12+)
16.40 Х/ф «Риддик». (16+)
19.05 М/ф «Монстры на каникулах-3. Море зовет». (6+)
21.00 Х/ф «Отряд самоубийц». (16+)
23.30 Х/ф «S.W.A.T. Спецназ города ангелов». (12+)
01.40 Х/ф «Крепкий орешек. Хороший день, чтобы умереть». (18+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.55, 08.40, 09.30 «Оренбург. Ru». (16+)
07.00 «Маленькие истории большой степи». (16+)
07.15 «Преступление века». (16+)
07.30 «Вперед в прошлое». (16+)
07.45 «Нефронтовые будни». (16+)
08.00, 09.00 «Архитектурные сюжеты». (16+)
08.10 «Тайный город». (16+)
08.20? 09.20 «Телетекст. Биржа труда». (16+)
08.30 «Будуар». (16+)
08.45 «Включайся». (12+)
09.10 «Клуб». (16+)
09.40 Х/ф «Дом без выхода». (16+)
12.15 «Полезно и вкусно». (16+)
12.20 Х/ф «Дом без выхода». (16+)
13.40 «Кукушка». (16+)
17.45 «Про здоровье». (16+)
18.00 «Акценты». (12+)
18.35 Видеоблокнот. (12+)
18.50 «Старые письма о главном». (0+)
19.00 Х/ф «Девушка с персиками». (16+)
23.05 Д/с «Предсказания: 2019». (16+)
00.00 «6 кадров». (16+)
00.30 Х/ф «Настоящая любовь». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Утомленные славой». (16+)
09.00 Профессиональный бокс. (16+)
11.00 «Профессиональный бокс-2019. Новые герои». (16+)
11.30 Футбол. Чемпионат Испании. «Жирона» - «Атлетик» (Бильбао). (0+)
13.20, 16.00, 18.55, 22.55 Новости.
13.30 Все на футбол! Афиша. (12+)
14.30 Д/ф «Красноярск 2019. Из Сибири с любовью». (12+)
15.30 «Тренерский штаб». (12+)
16.05, 19.00, 23.00 Все на Матч!
16.55 Футбол. Чемпионат Испании. «Хетафе» - «Леганес».
19.55 формула-1. Гран-при Бахрейна. Квалификация.
21.00 Футбол. Российская Премьер-лига. «Ростов» - «Урал» (Екатеринбург).
00.00 Смешанные единоборства.

ТВЦ

05.55 Марш-бросок (12+)
06.35 АБВГДейка. (0+)
07.00 Х/ф «Человек с бульвара Капуцинов». (0+)
09.00 Православная энциклопедия. (6+)
09.30 Х/ф «Темная сторона света». (12+)
11.30, 14.30, 23.40 События.
11.45 Петровка, 38. (16+)
11.55 «Улыбайтесь, господа!». (12+)
13.00, 14.45 Х/ф «С небес на землю». (12+)
17.00 Х/ф «Женская версия. Дедушкина внучка». (12+)
21.00 «Постскриптум».
22.10 «Право знать!». (16+)
23.55 «Право голоса». (16+)
03.05 «Прэзідент-шоу». (16+)
03.40 «Прощание. Муслим Магомаев». (16+)
04.25 «Удар властью. Семибанкирщина». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Детективы». (16+)
10.45 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Главное».
00.55 Т/с «Северный ветер». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Best». (16+)
08.00 «ТНТ music». (16+)
08.30 «ТНТ. Best». (16+)
09.00? 23.00 «Дом-2». (16+)
11.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.50 Х/ф «Секс по дружбе». (16+)
19.00 «Комеди Клаб». (16+)
20.00 «Песни». (16+)
22.00 «Концерт Руслана Белого». (16+)
01.00 Х/ф «Секс по дружбе». (16+)
02.45 «ТНТ music». (16+)
03.10 «Открытый микрофон». (16+)

ЗВЕЗДА

05.40 Х/ф «Старики-разбойники». (0+)
07.25 Х/ф «После дождичка, в четверг...». (0+)
09.00, 13.00, 18.00 Новости дня.
09.10 «Морской бой». (6+)
10.15 «Легенды музыки». (6+)
10.40 «Не факт!». (6+)
11.15 «Улика из прошлого». (16+)
12.05 Д/с «Загадки века». (12+)
13.15 «Последний день». (12+)
14.00 «Десять фотографий». (6+)
15.05 «Специальный репортаж». (12+)
15.40 «Страна Советов. Забытые вожди». (12+)
18.10 «Задело!».
18.25 «Страна Советов. Забытые вожди». (12+)
20.40 Х/ф «Неуловимые мстители». (6+)
22.15 Х/ф «Новые приключения неуловимых». (6+)
23.55 Х/ф «Корона Российской империи, или Снова неуловимые». (6+)
02.30 Х/ф «Даурия». (6+)

За возможные изменения в программе редакция ответственности не несет.

№11 (1 237) 19.03.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.25 Т/с «Штрафник». (16+)
06.00, 10.00 Новости.
06.10 «Штрафник». (16+)
07.45 «Часовой». (12+)
08.15 «Здоровье». (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
10.10 «Жизнь других». (12+)
11.10 «Теория заговора». (16+)
12.00 Новости.
12.15 «Главная роль». (12+)
14.00 «Русский керлинг». (12+)
15.00 «Три аккорда». (16+)
16.55 «Ледниковый период. Дети». (0+)
19.25 «Лучше всех!». (0+)
21.00 «Толстой. Воскресенье».
22.30 «КВН». (16+)
00.45 Х/ф «Банда». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

04.30 Т/с «Сваты». (12+)
06.35 «Сам себе режиссер».
07.30 «Смехопанорама Евгения Петросяна».
08.00 «Утренняя почта».
08.40 Местное время. Воскресенье.
09.20 «Когда все дома».
10.10 «Сто к одному».
11.00 Вести.
11.20 «Смеяться разрешается».
13.40 «Далекие близкие». (12+)
15.15 Х/ф «Я подарю тебе рассвет». (12+)
20.00 Вести недели.
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
01.30 «Далекие близкие». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 02.35 М/ф.
06.55 Т/с «Сита и Рама».
09.10 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым».
09.40 «Мы - грамотеи!».
10.20 Х/ф «Каникулы господина Юло». (12+)
11.45 «Научный стенд-ап».
12.25 «Письма из провинции».
12.55, 01.10 Диалоги о животных.
13.35 «Первый ряд».
14.15 Х/ф «Три встречи». (0+)
15.50 «Больше, чем любовь».
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком».
17.10 «Пешком...».
17.35 «Ближний круг Дмитрия Вдовина».
18.30 «Романтика романса».
19.30 Новости культуры.
20.10 Х/ф «Одинокая женщина желает познакомиться». (0+)
21.35 «Белая студия».
22.15 Открытие X Международного фестиваля Мстислава Ростроповича.
00.00 Х/ф «Тайна золотой горы».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.25 Д/ф «Выживание в дикой природе». (12+)
07.25 Т/с «Тут». (16+)
09.45, 10.55, 14.45, 18.45, 20.50, 23.00 «Погода на неделю». (0+)
09.50, 11.50, 15.50, 18.50 «Видеоблокнот». (12+)
10.00 «Полчаса о вере». (16+)
10.35 «Начинаем следствие». (16+)
11.35 «Туристический рецепт». (12+)
12.00 Д/ф «Жена. История любви». (16+)
13.20 Д/ф «Игорь крутой. Мой путь». (12+)
14.50 Д/ф «Почему я». (12+)
15.20 Д/ф «Медицинская правда». (12+)
16.00 Х/ф «Будни и праздники Серафимы Глюкиной». (16+)
19.00 «Национальный аспект». (16+)
19.40 «Планета творчества». (0+)
19.50, 00.00 «Погода». (0+)
19.55 Т/с «Примадонна». (12+)
20.55 «Человеческий фактор». (12+)
21.10, 23.05 Т/с «Примадонна». (12+)
00.05 Х/ф «Ярослав. Тысячу лет назад». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
08.30 Х/ф «Сокровище Гранд-Каньона». (16+)
10.20 Х/ф «Викинги». (16+)
12.15 Х/ф «Ной». (12+)
15.00 Х/ф «Принц Персии: Пески времени». (12+)
17.20 Х/ф «Библиотекарь». (16+)
19.15 Х/ф «Библиотекарь 2: Возвращение к копям царя Соломона». (16+)
21.10 Х/ф «Библиотекарь 3: Проклятие Иудовой чаши». (16+)
23.00 «Добров в эфире». (16+)
00.00 «Военная тайна». (16+)

НТВ

04.45 «Звезды сошлись». (16+)
06.20 «Центральное телевидение». (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня».
08.20 «Их нравы». (0+)
08.35 «Кто в доме хозяин?». (12+)
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+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 «Следствие вели...». (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели».
20.10 «Ты супер!». (6+)
22.45 Х/ф «Зимняя вишня». (0+)
00.35 «Брэйн ринг». (12+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.40 М/с «Три кота». (0+)
08.05 М/с «Царевны». (0+)
09.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.30 «Hello! #Звезды». (16+)
10.00 Х/ф «Приключения Паддингтона». (6+)
11.55 Х/ф «Приключения Паддингтона-2». (6+)
13.55 М/ф «Монстры на каникулах-3. Море зовет». (6+)
15.45 Х/ф «Отряд самоубийц». (16+)
18.10 Х/ф «Валериан и город тысячи планет». (16+)
21.00 Х/ф «Чудо-женщина». (16+)
23.50 Х/ф «Риддик». (16+)
02.05 Х/ф «Шанхайский полдень». (12+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 «Планета творчества». (0+)
07.30 «6 кадров». (16+)
08.10 Х/ф «Благословите женщину». (16+)
10.35 Х/ф «Три полуграции». (16+)
14.15 Х/ф «Вторая жизнь». (16+)
18.00, 18.50, 23.15, 23.50 «Телетекст. Биржа труда». (16+)
18.10 «Оренбург.Ru». (16+)
18.20, 23.40 «Тайный город». (16+)
18.30 «Вперед в прошлое». (16+)
19.00 Х/ф «Случайных встреч не бывает». (16+)
23.25 «Нефронтовые будни». (16+)
00.00 «Будуар». (16+)

МАТЧ

08.00 Футбол. Чемпионат Италии. «Сампдория» - «Милан». (0+)
09.50 Футбол. Чемпионат Англии. (0+)
11.50, 13.50, 15.15 Новости.
12.00 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)
13.55 «Капитаны». (12+)
14.25 «Биатлон. Опять перемены...?». (12+)
14.45 «Тренерский штаб». (12+)
15.20, 01.25 Все на Матч!
16.00 Гандбол. Кубок России. Женщины. «Финал 4-х». Финал.
18.25 Футбол. Российская Премьер-лига.
20.25 формула-1. Гран-при Бахрейна.
22.15 После футбола.
23.25 Футбол. Чемпионат Италии. «Интер» - «Лацио».
02.00 Футбол. Чемпионат Шотландии. (0+)

ТВЦ

06.10 Х/ф «В полосе прибоя». (0+)
07.55 «Фактор жизни». (12+)
08.30 Х/ф «Семь стариков и одна девушка». (0+)
10.10 Д/ф «Актерские судьбы. Алексей Локтев и Светлана Савелова». (12+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!». (12+)
11.30, 23.55 События.
11.45 Х/ф «Сицилианская защита». (12+)
13.35 «Смех с доставкой на дом». (12+)
14.30 Московская неделя.
15.00 «Свадьба и развод. Александр Абдулов и Ирина Алферова». (16+)
15.55 «90-е. Горько!». (16+)
16.40 «Прощание. Марис Лиепа». (16+)
17.35 Х/ф «Женщина без чувства юмора». (12+)
21.05, 00.15 Х/ф «Арена для убийства». (12+)
01.15 Х/ф «С небес на землю». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Северный ветер». (16+)
06.20 «Загадки подсознания. Интуиция». (12+)
07.10 «Светская хроника». (16+)
08.05 Д/ф «Моя правда.». (16+)
10.00 «Светская хроника». (16+)
11.00 «Вся правда об... Индустрии красоты». (12+)
12.00 «Неспроста. Дети». (12+)
13.00 «Загадки подсознания. Марафон желаний». (12+)
14.05 «Сваха». (16+)
14.55 Т/с «Дикий». (16+)
18.40 Т/с «Дикий-2». (16+)
02.05 Т/с «Спецназ по-русски-2». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Best». (16+)
09.00, 23.00 «Дом-2». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
12.00 «Большой завтрак». (16+)
12.40 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
22.00 «Stand Up». (16+)
01.00 «Такое кино!». (16+)
01.30 Х/ф «Мальчишник». (16+)
03.10 «ТНТ music». (16+)

ЗВЕЗДА

06.20 Х/ф «Кодовое название «Южный гром». (12+)
09.00 Новости недели.
09.25 Служу России!
09.55 «Военная приемка». (6+)
10.40 «Код доступа». (12+)
11.30 «Скрытые угрозы». (12+)
12.15 Д/ф «Легенды госбезопасности. Полковник Медведев. Рейд особого назначения». (16+)
13.00 Новости дня.
13.15 «Специальный репортаж». (12+)
13.30 Т/с «Ладога». (12+)
18.00 Новости. Главное.
18.45 Д/с «Легенды советского сыска» (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 Х/ф «Лекарство против страха». (12+)
01.40 Х/ф «Матрос Чижик». (0+)
03.10 Х/ф «Не забудь... Станция Луговая». (0+)

В ООО «ПОКРОВСКИЙ ЗАВОД МНОГОГРАННЫХ ОПОР»

ТРЕБУЮТСЯ:

- комплектовщики, з/п - 16 тыс руб;
- инженер-конструктор I категории (ведущий инженер с опытом работы), знанием офисных программ, программы Kompas 3D, разработки раздела КМД, умением подсчитывать объем сырья для производства, з/п - 46 тыс руб;
- руководитель службы охраны труда (опыт работы), з/п от 26 тыс руб.

Тел.: 8 (3532) 301-333, 8-922-837-00-46.

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.

ОРЕНБУРГ ЭНЕРГОСБЫТ

УВАЖАЕМЫЕ КЛИЕНТЫ!

Оренбургский филиал АО «ЭнергосбыТ Плюс» доводит до вашего сведения, что в связи с техническим сбоем в некоторых февральских квитанциях не отразились платежи за январь по услуге «Обращение с ТКО».

Если вы своевременно произвели оплату январского счета за обращение с ТКО в феврале 2019 года, но в квитанциях за февраль, которую вы получили в марте, по этой услуге числится долг, просто произведите оплату за февраль.

В следующей квитанции все платежи будут отражены корректно, дополнительных обращений в офисы компании не требуется.

В базах данных касс и офисов обслуживания АО «ЭнергосбыТ Плюс», а также платежных агентов - Сбербанк, «Система Город» и др. - информация о платежах за январь учтена.

Приносим свои извинения за вынужденные неудобства.

АКАДЕМИЯ СЛУХА: УСЛЫШАТЬ ЛЮБИМЫХ!

Проблемы со слухом - это невидимая болезнь, которая высасывает радость жизни и удовольствие от общения с близкими. Но можно остановить ее развитие - услышать любимых детей и внуков! Нужен только правильный слуховой аппарат.

Как понять, что слух действительно падает?

Вы слышите звон в ушах, регулярно недослышивате в разговорах, родные жалуются на слишком громкий звук телевизора или радио? Все это может свидетельствовать о проблемах со слухом. Если у вас возникли сомнения, мы рекомендуем сделать тест слуха в специализированном центре.

Что же делать, если слух испортился?

Не нужно паниковать! Современная медицина позволяет компенсировать слух за счет правильного слухового аппарата.

Хороший слуховой аппарат поможет вам:

- лучше слышать в шумной и многолюдной обстановке, уберет звон в ушах и снизит влияние шума в целом - технологии позволяют усилить громкость речи, отделив ее от посторонних звуков. При этом такие важные сигналы, как вой сигнализации, гудок автомобиля, никуда не денутся.

- индивидуально восполнить вашу потерю слуха за счет настройки аппарата. Мы рекомендуем слуховой аппарат с четырьмя и более каналами - это даст возможность более точной настройки и более естественный звук. Слуховой аппарат с одним каналом или тем более усилитель звука, даже очень хорошего качества, не сможет дать вам такой результат и такую разборчивость речи, как многоканальный слуховой аппарат!

Такой аппарат должен быть заметным? Сейчас прохладно, с шапкой носить неудобно, холод технике вредит, да и видно другим…

Современные технологии позволяют уместить весь функционал обычного слухового аппарата в очень маленький внутриушной - его носят прямо в ушной раковине, поэтому вас не будет беспокоить ни холод, ни излишнее внимание окружающих.

Но ведь эти аппараты очень дорогие...

Время, проведенное с родными и близкими, мы не сможем вернуть ни за какие деньги. Именно поэтому стоит начать носить слуховой аппарат как можно скорее.

А чтобы решиться на это было легче, **«АКАДЕМИЯ СЛУХА» ПРЕДЛАГАЕТ:**
- скидки до 40% на обычные заушные и внутриушные многоканальные слуховые аппараты,
- социальную рассрочку для пенсионеров и инвалидов на 12 месяцев, без первоначального взноса, переплат и участия банков.

Мы продлеваем **АКЦИЮ ДО КОНЦА МАРТА -**
НЕ УПУСТИТЕ МОМЕНТ И УСЛЫШЬТЕ ЛЮБИМЫХ ПРЯМО СЕЙЧАС!

Узнать подробности акции и записаться на прием можно по адресу и телефонам наших центров: +7 (3532) 37-30-33, 8-800-500-93-94, г. Оренбург, ул. Терешковой, 27, пом. 2

Рассрочка предоставляется ИП Панов Г. И. Рассрочка с первоначальным взносом в 30% доступна при предъявлении пенсионного или удостоверения инвалида, в противном случае первоначальный взнос - 50%. Срок рассрочки до 12 месяцев. Услуга предоставляется при покупке аппарата стоимостью от 23 000 рублей (сроком до 6 месяцев) и от 39 000 рублей (сроком до 12 месяцев).

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ольга Ачкасова:

«МЕЧТАЛА ОБ ИДЕАЛЬНЫХ МУЖЧИНАХ»

- С мужем я развелась давно и воспитанием сыновей занималась сама. Мне очень хотелось воспитать в них те качества, которые, на мой взгляд, должны быть в идеальном мужчине. Прежде всего, это трудолюбие. Мальчишки с детства помогали мне управляться с хозяйством, огородом, научились готовить. Второе необходимое качество - доброта и уважение к старшим, к женщине, к людям. Постоянно добивалась этого от сыновей. В-третьих, умение брать на себя ответственность за семью, за женщину. Я считаю, что жена должна быть по-настоящему ЗА мужем. Надеюсь, воспитала детей правильно. Старший сын Игорь женился, он прекрасный муж и отец, у него подрастают две дочки - Ангелина и София. Я благодарю Бога за них. А его супруга Раушан - любимая моя дочка. Младший - Константин - пока в поисках спутницы жизни, но, думаю, и он станет хорошим мужем.

НАУКА

ДЕТИ РАЗБИРАЮТСЯ В ДЕНЬГАХ!

Дети способны понять и оценить важность денег в 10-летнем возрасте - к такому выводу пришли исследователи из Великобритании. Большинство родителей, принимавших участие в исследовании, отметили, что к 10-летнему возрасту их дети осознали, что деньги не бесконечны, они не достаются их родителям просто так и их не стоит тратить на пустяки.

Впрочем, 7% опрошенных отметили, что их дети осознали концепцию денег в 5-летнем возрасте. Также, исходя из результатов опроса, следует, что мальчики больше, чем девочки, склонны к накоплению: 89% мальчиков и 77% девочек ответили, что им нравится откладывать деньги на будущее. В опросе приняли участие 500 семейных пар с детьми.

ВОСПИТЫВАЕМ ГЕНИЯ

Всем родителям хочется видеть своего ребенка успешным. Но некоторые мыслят масштабно и пытаются вырастить вундеркинда. Тем, кто ждет по-настоящему ошеломительных детских достижений, психологи рекомендуют придерживаться следующих правил.

• САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ - ЗАЛОГ УСПЕХА. Ребенок должен понимать, что успех приходит к тем, кто делает все сам. В этом случае он не будет надеяться на людей со стороны и будет понимать, что все зависит только от него.

• С ПЕРВОГО РАЗА МОЖЕТ И НЕ ПОЛУЧИТЬСЯ. Будьте готовы, что ваше чадо будет ошибаться, ведь не делает ошибок тот, кто вообще не пытается. Важно поддержать ребенка, даже если результат не совсем такой, как вы ожидали. Хвалите за любое проявление активности, ведь это поможет ему стать конкурентоспособным в будущем.

• ДОВЕРЯЙТЕ. Очень ценным в глазах ребенка будет ваше доверие. Он почувствует, что достиг немалого, раз взрослые так серьезно к нему относятся и доверяют.

• НЕ РУГАЙТЕ ЗА МЕЛКИЙ БЕСПОРЯДОК. Довольно редко можно встретить ребенка, который постоянно следует правилам. Да и случиться в детском мире может что угодно: ребенок может что-то пролить, измазаться фломастерами и много чего еще. Приучайте детей к порядку мягко и не давите.

• ВЫХОД ЭНЕРГИИ ДОЛЖЕН БЫТЬ! Взрослые обязаны ограждать детей от потенциальной опасности, но контролировать каждое действие не стоит. Отправляясь с ребенком на прогулку, дайте ему свободу действий: пусть залезет на дерево, побегает по площадке с другими детьми... Одним словом, выдохнется. Ведь во взрослом возрасте ему нужно будет сосредоточиться в какой-то одной области, а не выплеснутая в детстве энергия может сильно помешать этой концентрации.

• ЧУТЬ БОЛЬШЕ СВОБОДЫ. Не нужно постоянно одергивать ребенка, тем самым развивая в нем комплексы. Однако если вы видите, что он грубит другим членам семьи, плохо с ними обращается, резко пресекайте это. Как бы вы ни любили ребенка, нельзя прощать ему наглое поведение. Не нужно применять физическую силу, просто научите его уважительному отношению к старшим. Иначе это сделают окружающие его люди, но этот урок будет более жестким.

• ГЛАВНЫЕ В СЕМЬЕ - РОДИТЕЛИ! Чтобы выстроить в голове ребенка четкое представление о семейной иерархии, нужно объяснить ему, что родители - это главные члены семьи. Именно они несут ответственность и принимают все важные решения. Ребенок должен понимать, что он не может управлять взрослыми, потому что не имеет опыта и знаний о мире. А место младшего члена иерархии в семье отнюдь не означает, что с ребенком не считаются, его унижают или игнорируют его потребности.

ОБУЧЕНИЕ

ТРЕНИРУЕМ ПАМЯТЬ

Эти простые советы помогут вашему малышу запомнить максимум полезной и интересной информации!

★Подача информации должна быть интересной. Ребенок может отказаться запоминать то, что ему неинтересно. Подумайте о том, как мотивировать ребенка к изучению чего-либо. Оптические иллюзии и простые фокусы помогут вам сделать процесс обучения увлекательным и наполненным познавательными сюрпризами.

★Снижайте уровень стрессов. Ребенок без труда может запомнить довольно большое количество новой информации, но только в том случае, если из образовательного процесса исключить стрессовые факторы (сравнения со сверстниками, крики, упреки). Отвлекающие факторы (работающий телевизор, постоянно звонящий телефон) также снижают уровень восприятия малышом новой информации.

★Приемы, которые облегчают запоминание. Всевозможные скороговорки и рифмы помогают ребенку проще освоиться в большом объеме новой информации. Что-то вы можете самостоятельно зарифмовать в короткие двустишия, а где-то уместны и более длинные стихи. Карикатуры, забавные истории в картинках и комиксы также повышают детскую способность к концентрации и запоминанию.

★Чувствуйте меру и дозируйте информацию. Чем младше ребенок, тем менее продолжительными должны быть познавательные занятия. 10-15 минут вполне достаточно для того, чтобы малыш усвоил очередную порцию новой информации и не переутомился.

В течение дня вы можете вернуться к обсуждаемому вопросу, это еще больше закрепит эффект запоминания. Помните, что малышу необходимо иметь время для осознания полученной информации.

★Поиграйте в «выступление». Ваш ребенок робеет в ситуации, когда ему нужно прочитать стихотворение на публике, а от волнения забывает слова? Самое время поиграть в домашний театр, где ваш ребенок будет звездой и исполнителем главной роли. Вам же предстоит стать восторженным зрителем, не скупящимся на овации и небольшие подарки за удачное выступление.

Сложи и сохрани

КАК ПРАВИЛЬНО БЕЗДЕЛЬНИЧАТЬ?

К ответственному занятию - безделью - тоже следует подойти основательно! Для тех, кто забыл или никогда и не знал секретов ничегонеделания, есть простые правила.

• НЕ СТРОЙТЕ ПЛАНЫ НА ДЕНЬ. Самое главное в отдыхе - поддаться настроению. Если хотите провести его с пользой - забудьте о планах и делайте только то, что вам хочется в этот конкретный день, в эту конкретную минуту.

• ВСПОМНИТЕ, ЧЕГО ДАВНО ХОТЕЛОСЬ. Хороший отдых - это не обязательно абсолютное безделье на диване. Для того, чтобы хорошенько расслабиться, иногда надо просто сменить вид деятельности. На любимое хобби никогда не хватает времени - тогда сейчас тот самый момент, когда вы смело можете отправиться на рыбалку, достать кисти и краски или освоить новый рецепт пирога.

• РАСТЯГИВАЙТЕ УДОВОЛЬСТВИЕ. Отключите будильник, забудьте о часах. Исключите их вообще из списка необходимых вещей, поскольку это элемент контроля вашей свободы действий. Пусть время идет своим чередом и вас никто не торопит. Окунитесь с головой в любимое дело, наслаждайтесь свободным временем, музыкой, фильмом, книгой...

• РАССЛАБЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ. Для этого совсем необязательно посещать спа-салон. Побалуйте себя дома пенной ванной, ароматическими свечами и приятной музыкой. Такие мелочи, казалось бы, а расслабляют как надо. После процедуры вы непременно почувствуете, что будто заново родились.

• ТВОРЧЕСКИЙ ПОРЯДОК. Для тех, кто ну совсем не может сидеть без дела, можно рекомендовать уникальную процедуру, совмещающую в себе отдых и работу. И называется это наведением творческого порядка! Нет-нет, ничего общего с генеральной уборкой это не имеет. Тут все гораздо прозаичнее: навести порядок в шкафу одновременно с примеркой давно забытых любимых платьев или сделать небольшую перестановку. Внесите в свое пространство что-то новенькое, что будет радовать глаз и добавит чувство новизны.

• ДЕНЬ ДУРАКАВАЛЯНИЯ. Такой день лучше всего устраивать в кругу самых близких друзей. Количество тут роли не играет. Главное, собрать хорошую компанию у себя дома. Без повода, просто для того, чтобы провести время вместе, устроить пижамную вечеринку или вечер дружеского хохота. Тут даже сценария придумывать не надо. Лучшие друзья и спонтанность - вот простой рецепт идеального веселого вечера.

• ПОДДАЙТЕСЬ ЛЕНИ. Между прочим, лень частенько бывает защитной реакцией организма на переутомление. Организм понимает, что ему пора отдохнуть, а его хозяин ему этого не дает. Тогда организм начинает работать с вами в разнобой и ленью сигнализирует о том, что пора уже расслабиться! Не надо на это состояние отвечать раздражением и чувством вины за унылое безделье, просто поддайтесь этому течению на какое-то время, сделайте паузу перед очередным крестовым походом.

КАРЬЕРА

КАК БОРОТЬСЯ С ШЕСТЕРКАМИ?

Такие карты, как шестерки, есть в каждой колоде. А, значит, работая даже в самом дружном коллективе, нужно проявлять осторожность и предусмотрительность.

1. Старайтесь работать без ошибок, чтобы не давать повода своим врагам или серым кардиналам для военных действий. Увы, в действительности это практически невозможно, ведь каждому свойственно ошибаться.

2. Помалкивайте. Если вам нужно убежать с работы на 40 минут раньше, лучше никому не говорить, куда вы идете, или придумать легальный повод уйти пораньше, отпросившись.

3. Если вы серьезно опасаетесь выпадов против вас, **готовьте компромат** точно так же, как это делают ваши недоброжелатели. Конечно, для этого вам придется включиться в их игру, т. е. навострить уши и проявлять интерес ко всему, что происходит в коллективе. Зато если ваш враг начнет наступление, вы используете ответный удар.

4. Ищите ходы для отступления. Не секрет, что каждый человек в большей или меньшей мере злоупотребляет служебным положением или занимается на работе личными делами. Кто-то сидит в Интернете, кто-то сливает бензин, а кто-то использует служебные связи для развития своего личного бизнеса. Если вы применяете «нечестные» способы работы или просто те или иные хитрости, нужно обдумать, как вы будете объяснять их начальству в случае, если вас выведут на чистую воду.

Сложи и сохрани

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ольга Ачкасова:

«ЗНАЮ, ЧТО ВСЕ ПРОЙДЕТ»

- Однажды одна пожилая женщина сказала мне: «Оля, не переживай. Вода в речке течет - и утечет. Все пройдет, все переменится». Эти слова я часто повторяю женщинам, которые приходят ко мне поделиться своей бедой. Выслушаю, поддержу, скажу, что после ненастья всегда будет солнышко. И это работает. Проверила на себе. А если вдруг у меня самой бывает тяжко на душе, стараюсь с головой погрузиться в работу - и печали проходят.

ОТКРЫТИЕ

У КАРЕГЛАЗЫХ ДЕПРЕССИЯ ЧАЩЕ

Голубоглазые и сероглазые люди менее подвержены сезонному аффективному расстройству (то есть сезонной депрессии), чем темноглазые, выяснили ученые.

Сезонное аффективное расстройство возникает у 1-10% людей в мире ежегодно в одно и то же время, чаще зимой. Сопоставив множество данных, полученных из анкет и опросов участников исследования, ученые обнаружили, что люди с серыми и голубыми глазами страдают от сезонных изменений реже, чем люди с темными глазами. Вероятно, это связано с количеством света, которое может воспринять глаз человека. Ведь светлая радужка не поглощает свет так сильно, как темная, более чувствительная. В результате у светлоглазых людей развивается некоторая устойчивость к сезонным депрессиям.

Однако цвет глаз, конечно, не единственный фактор. Люди, которые проводят слишком много времени в помещении, тоже становятся более восприимчивыми к депрессии. Поэтому чаще выходите на улицу и больше гуляйте, особенно в солнечные дни.

Сударыня Оренбургская №11 (1237) 19.03.19

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ольга Ачкасова:

«БАЛУЮ СЕМЬЮ ПЕЧЕНОЧНЫМ ТОРТИКОМ»

- Вся наша семья очень любит печеночный торт. Примерно полкило печени (можно использовать любую) прокрутить на мясорубке, добавить 1 ст молока, соду на кончике ножа, 1 яйцо. Посолить и поперчить по вкусу. Смазать сковороду растительным маслом и испечь блинчики. Морковь и лук обжарить на растительном масле. Печеночный блин смазать майонезом с чесноком, сверху положить слой моркови с луком, потом снова блин и т.д. Верхний блин и бока тортика смазать майонезом с чесноком.

К ЧАЮ

МЯГКИЙ ПИРОГ НА КЕФИРЕ

2 ст муки, 10 г разрыхлителя, 1 ст кефира, 2 яйца, 1 ст сахара, 100 г изюма, 1 ст л сливочного масла, ванилин.

Яйца с сахаром и кефиром взбить блендером. Постепенно добавить муку, разрыхлитель, ванилин и изюм. Все хорошо перемешать и вылить тесто в форму, смазанную маслом. Выпекать пирог в духовке при 180°С в течение 30-35 мин.

КОКОСОВОЕ ПЕЧЕНЬЕ

180 г сливочного масла, 150 г сахара, 3 яйца, 200 г кокосовой стружки (белой или цветной), 2 ч л разрыхлителя, 300-350 г муки.

Масло растереть с сахаром, добавить яйца, кокосовую стружку, перемешать. Всыпать разрыхлитель и муку, замесить не очень крутое тесто. Противень застелить бумагой для выпечки. Из теста сформовать небольшие шарики, выложить их на противень. Выпекать 15-20 мин в разогретой до 180°С духовке.

ТРЕСКА «АМАНДИН»

400 г филе трески, 50 г миндальных лепестков, 1 яйцо, 1 ст л молотой паприки, соль, 30 г сливочного масла, 30 мл растительного масла, 3 ст л муки.

Муку смешать с солью, яйцо взбить, миндальные лепестки смешать с паприкой. Рыбу обвалять в муке, обмакнуть в яйце и запанировать в миндальных лепестках. Сливочное масло растопить на сковороде, добавить растительное. Выложить рыбу, пожарить 5-7 мин с одной стороны, перевернуть и еще столько же жарить с другой стороны. Подавать с картофелем и помидорами.

САЛАТ С АВОКАДО, ЯБЛОКОМ И КУРИНЫМ ФИЛЕ

300 г куриного филе, 2 авокадо, 1 яблоко (лучше кислое или кисло-сладкое), зеленый салат, сок половины лайма (или лимона), соль, растительное масло.

Филе отварить до готовности, остудить, нарезать кубиками. Авокадо почистить, удалить косточку, мякоть нарезать кубиками и сбрызнуть соком лайма. Яблоко почистить, нарезать кубиками и также сбрызнуть соком лайма. Зеленый салат порвать руками, добавить филе, авокадо, яблоко, посолить, перемешать и заправить растительным маслом.

ОМЛЕТ С КРЕВЕТКАМИ

3 яйца, 200 г креветок (отваренных и очищенных), 100 мл молока, соль, перец.

Яйца взбить, немного посолить, поперчить, влить молоко, добавить креветки, перемешать. Выложить все в форму. Запекать 25-30 мин в духовке при 180°С.

СВИНИНА, ЖАРЕННАЯ СО СТРУЧКОВОЙ ФАСОЛЬЮ И КУНЖУТОМ

500 г свинины, 400 г стручковой фасоли, 150 г лука, 100 мл соевого соуса, 15 г кунжутного семени, соль, перец, растительное масло.

Лук нарезать полукольцами, мясо - соломкой. На растительном масле обжарить лук, добавить мясо, жарить в течение 20 мин. Влить соевый соус, поперчить, готовить еще 25 мин, затем посыпать кунжутом, перемешать. Стручковую фасоль опустить в кипящую подсоленную воду на 8-10 мин, переложить к мясу, перемешать. При необходимости досолить. На гарнир - рис или картофель.

ПОСТНЫЙ СТОЛ

ГОТОВИМ КОТЛЕТЫ

КАПУСТНЫЕ

1 кг капусты, 1 луковица, 100 г манки, 100 г муки, 2-3 зубчика чеснока, соль, специи, зелень, панировочные сухари по вкусу.

Кочан капусты разрезать на 4 части и отварить в кипящей подсоленной воде в течение 8-10 мин, откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода, и пропустить через мясорубку. Жидкость отжать. Лук натереть на терке, чеснок пропустить через пресс, зелень измельчить и смешать все с капустой. Добавить муку, манку, соль, специи и хорошо перемешать. Сформовать котлеты, обвалять в панировочных сухарях и обжарить на растительном масле.

МОРКОВНЫЕ

1 кг моркови, 1/2 ст манной крупы, 1/2 ст воды, 1 луковица, 1 ч л сладкой паприки, соль, перец по вкусу.

Морковь нарезать ломтиками и потушить с водой до мягкости. Посыпать морковь манной крупой, хорошо перемешать и проварить еще 7-10 мин. Лук нарезать мелко, обжарить на растительном масле до золотистого цвета и добавить к моркови с манкой. Массу остудить, сформовать котлеты и обжарить.

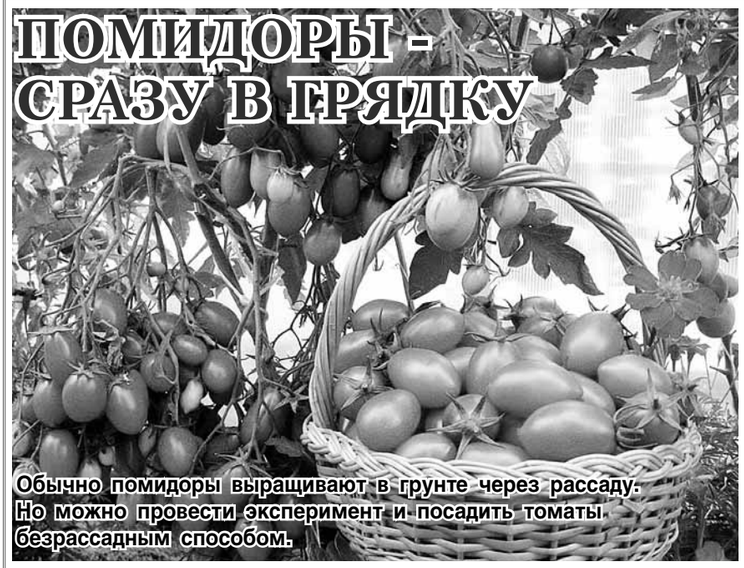
РИСОВЫЕ

1 ст вареного риса, 4-5 некрупных вареных картофелин, 1 луковица, 1 морковь, соль, черный молотый перец по вкусу.

Лук нашинковать, морковь натереть на терке. Овощи пассеровать на растительном масле до золотистого цвета. Соединить с вареным рисом, тертой картошкой, посолить и поперчить. Перемешать и сделать котлеты. Обжарить на растительном масле. Котлеты можно запанировать в сухарях.

Сложи и сохрани

ПОМИДОРЫ - СРАЗУ В ГРЯДКУ



Обычно помидоры выращивают в грунте через рассаду. Но можно провести эксперимент и посадить томаты безрассадным способом.

Такие томаты сеют сухими семенами прямо в грунт на глубину 1 см в начале мая под укрывной нетканый материал. Лучше взять уже хорошо показавший себя сорт среднего срока созревания, стабильно дающий неплохие урожаи вкусных плодов. Посевы мульчируют торфом и поливают. Если погода прохладная, то лучше использовать теплую воду.

Грядки стоит открывать только для полива - почву нужно поддерживать влажной.

Если все идет по плану, уже в середине мая появятся первые всходы. Всхожесть будет хуже, чем у рассады в теплой квартире, и это нормально.

Как только ростки немного окрепнут, их прореживают, оставив промежутки между растениями около 3-4 см. Когда всходы достигнут 2-3 см, их аккуратно окучивают. Вдоль рядков стоит сделать канавки и поливать только по ним, а не под корень растения.

В начале июня может понадобиться еще одно прореживание подрастающих томатов - оставляют растения на расстоянии где-то 15 см друг от друга. Третье прореживание - в середине июня. Укрывное полотно снимают и прореживают томаты так, чтобы между кустами было 30-35 см.

Ухаживают за безрассадными помидорами, как за обычными: подвязывают, поливают, рыхлят почву, окучивают и удаляют с грядки сорняки.

Подкормку можно сделать один раз за лето раствором жидкого куриного помета - 1:15.

Уже в июле помидоры будут цвести. А в середине августа появится первый долгожданный красный помидорчик, выращенный безрассадным способом. На вкус он будет ничуть не хуже своих собратьев того же сорта, выращенных из рассады. Последние плоды, выращенные таким образом, созреют в середине сентября.

Безрассадные помидоры созревают в среднем на 2-3 недели позже аналогичного сорта, посаженного через рассаду. Это отличный способ растянуть плодоношение одного сорта.

ИЗ ОПЫТА

ПЛАНИРУЕМ ГРЯДКИ

Правильное планирование огорода позволит получить хороший урожай. А значит, время и усилия, затраченные на посадку и уход, не пропадут даром.

Обдумайте план огорода сначала на бумаге, а потом на местности. Грядки располагайте так, чтобы на них максимально попадал солнечный свет. Идеально, когда плодовые деревья закрывают огород от холодного ветра с северной стороны. Старым деревьям обрежьте верхние ветки так, чтобы солнце проходило сквозь кроны.

Если огород находится в низине, оформляйте высокие грядки. Проходы между грядками должны быть удобными.

Грядки размещайте с севера на юг. Если огород расположен под уклоном, то посадки должны быть проведены поперек холма, чтобы земля не сходила вниз во время ветра и дождя.

Сразу предусмотрите место для компостной кучи. Туда будут складываться сорняки и другие остатки, чтобы все перепрело, а затем получилось отличное органическое удобрение для грядок. К куче должен быть удобный проход через огород.

Нельзя сажать одни и те же растения два года подряд на одно место. При планировании грядок учитывайте предшественников новых посадок. Развитие растений зависит от того, какие питательные вещества остались в почве.

Учитывайте, какие растения будут располагаться на соседних грядках. Посадки могут сами охранять себя от вредителей, а могут плохо действовать на рост и созревание друг друга.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ольга Ачкасова:

«РАССАДУ НАДО ПОДКАРМЛИВАТЬ»

- Рассаду всегда выращиваю сама. Чтобы она была более крепкой, раз в месяц подкармливаю ее. Навоз или птичий помет следует на сутки замочить, потом разбавить водой в соотношении 1:20 и поливать этим раствором растения.

НА ЗАМЕТКУ

НЕ ВЫБРАСЫВАЙТЕ ЯИЧНУЮ СКОРЛУПУ

Она пригодится для огорода. Как ее правильно применять?

Яичная скорлупа содержит до 95% усваиваемого кальция, а также калий, кремний, фосфор и магний. Эти микроэлементы особенно нужны клематисам, груше, вишне, сливе и другим косточковым культурам. К тому же яичная скорлупа поможет восстановить кислую почву.

Правда, есть исключения. К примеру, таким растениям, как гортензия, земляника и рододендрон, скорлупа только навредит - они нормально себя чувствуют как раз в кислой почве.

Скорлупа помогает избавиться на участке от кротов и медведки.

Яичную скорлупу промывают под проточной водой, просушивают в течение суток, измельчают и хранят в сухом месте.

Чтобы избавить почву от кислотности, скорлупу вносят при перекопке участка из расчета 500 г на 1 м².

Если же нужно подкормить растение, то перемолотую скорлупу заливают водой (100 г на 1 л), накрывают емкость крышкой и дают настояться в течение 7 дней. А далее разводят жидкость в пропорции 1:3 чистой водой и поливают растения.

Холодно, трудно, но интересно...

Несколько месяцев до окончания вуза осталось студенту финансово-экономического факультета ОГУ, приехавшему в Оренбург из Экваториальной Гвинеи. Криссанто Витеге поделился с корреспондентом «ОС» своими впечатлениями о жизни в степном регионе.

Впереди у Криссанто Витеге защита диплома. Молодым специалистом он планирует вернуться на родину и мечтает работать по специальности «финансы и кредит».

В этом году Криссанто заканчивает обучение. Молодой человек вполне сносно владеет русским языком и с юмором рассказывает о том, как начиналась его жизнь в Оренбурге пять лет назад.

Он приехал учиться в Россию в 2014 году и практически ничего не знал о нашей стране. В первые два года его частенько одолевало желание бросить все и уехать домой, где среднегодовая температура около 30 градусов выше нуля и плещется Атлантический океан, где остались мама, папа и младший брат.

Население столицы Экваториальной Гвинеи - города Малабо, в котором живет семья Криссанто Витеге, - почти в 50 раз меньше, чем в Оренбурге. Отец российского студента - дипломат, мать - пенсионерка. Она вышла на пенсию досрочно. Сейчас женщине 48 лет, и ее главное занятие - посещение магазинов. Следить за домом и готовить еду гвинейской пенсионерке помогает домработница.

- Только в выходные мама сама встает к плите, потому что папа считает ее блюда вкуснее. Я с его мнением полностью согласен, хотя в еде неприхотлив и сам готовить умею, - рассказывает Крисс.

Любимое блюдо в его семье - плов с мясом или морепродуктами. Свежие креветки и мидии вечером можно купить у рыбаков очень дешево. А вот в Оренбурге побаловать себя пловом с креветками Криссанто не может - слишком дорого, да и невкусно из-за того, что замороженный продукт теряет свои качества.

ПО ПРОТОРЕННОЙ ДОРОЖКЕ

О России и возможностях учиться в нашей стране Криссанто Витеге узнал от своего двоюродного брата, который получал образование в Санкт-Петербурге, и от друга Рубена, который поступил в ОГУ.

Родители не хотели отпускать сына в чужую страну, но он убедил их, что в крайнем случае вернуться никогда не поздно.

К началу подготовительного курса Криссанто Витеге не успел приехать в Оренбург. Его не выпустили из страны из-за распространившегося там вируса Эбола. Карантин был снят только в декабре. Так что четыре месяца своего учебного года Крисс вынужденно прогулял.

НЕПОНЯТНО ВСЕ!

Русскую речь житель Гвинеи впервые услышал в аэропорту. Там же осознал, что не готов к российской зиме. В тонкой рубашке, брюках и сандалях на босу ногу он замерз сразу. И понял удивление иностранцев, несколько раз за время полета переспросивших его, точно ли парню из жаркой Африки надо учиться в России.

- Самолет приземлился. Смотрю: пассажиры куртки надевают, некоторые даже переобуваются. А я и не представлял, что меня ждет на улице. Думал, что холодно - это как под кондиционером, - вспоминает Криссанто.

Первыми покупками в Оренбурге стали куртка, шапка-ушанка, перчатки, шарф. Он укутывался так, что одни глаза оставались. А однокурсники все звали в снежки играть...

Первый год гвинеец старательно изучал русский язык. Сначала научился говорить «Здравствуйте», потом «Привет». В университет и в магазины ходил только в сопровождении друга Рубена.

- Однажды я попробовал добраться до вуза самостоятельно и уехал на конечную остановку. На улице темно. Я в автобусе один. Водитель что-то мне говорит, я его не понимаю. Он меня тоже. Потом догадался студенческий билет показать. Так водитель автобуса и привел меня в общежитие, - рассказывает Криссанто.

Теперь при встрече они ведут себя как хорошие знакомые. Криссу даже за проезд позволено не платить. Хотя студент из Экваториальной Гвинеи уже свободно передвигается по Оренбургу, несколько раз ездил в Казань, Москву, Питер, Чебоксары.

ДЕФИЦИТ ОБЩЕНИЯ

Свой первый учебный день в ОГУ Криссанто тоже вспоминает со смехом. Он не смог ответить на вопросы самостоятельной работы ни письменно, ни устно.

- Мне преподаватель на русском объясняет, я не понимаю. Ее речь словно дождь по крыше бьет. Я пытаюсь с ней говорить на английском, на испанском - она меня не понимает. В ситуацию вмешался парень из Вьетнама. Он на английском языке рассказал, что от меня требуется. Но от этого ничего не изменилось, - рассказывает Крисс.

Парень просидел без дела до звонка и сам себе напоминал собаку, которая в церковь зашла: сидит, слушает, но ничего не понимает.

Погрузившись в русскую среду и научившись понимать и говорить на чужом наречии на бытовом уровне, через полгода Крисс стал первокурсником. Но из первой лекции понял лишь три слова: «здравствуйте», «экономика» и «до свидания». И снова захотел вернуться домой.

Родители почувствовали настроение сына и предложили ему продолжить обучение в Испании или во Франции, но он отказался. Решающими стали слова друга Рубена: «Братан, я тоже так начинал! Ты же пацан, давай дальше!»

Для начала Крисс сел за первую парту, чтобы не пропускать ни одного слова преподавателей и запоминать произношение. Завел отдельную тетрадь и записывал в нее все новое, что слышал впервые. Сейчас в этой тетрадке более трехсот слов. Немного полегче стало только к концу второго курса. В зачетке даже четверки стали появляться. Сейчас Крисс учится без троек.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

Оренбургские вузы ежегодно принимают на обучение иностранных граждан. В крупнейшем университете области - ОГУ - в настоящее время учатся более 1 000 иностранцев. В основном это ребята из стран бывших союзных республик: Казахстана, Таджикистана и Туркменистана. В медицинском университете получают высшее образование около 500 студентов из Индии.

ОБРАЗОВАНИЕ

Кто хочет в ГИТИС?

23 апреля в Новотроицке состоится первый этап региональных прослушиваний среди выпускников школ для поступления на факультет музыкального театра Российского института театрального искусства.

Прослушивания проведут представители приемной комиссии вуза: старший преподаватель, заместитель заведующего кафедрой вокального искусства, доцент Константин Иванов и заслуженная артистка РФ, лауреат премии «Золотая маска», солистка московского театра «Геликон-опера», педагог Татьяна Куинджи.

Прослушивание в Оренбургской области будет организовано впервые. Для участия необходимо получить электронный билет, заполнить анкету на сайте культурной платформы «АРТ-ОКНО» и подготовить к исполнению наизусть не менее двух литературных произведений: басню, стихотворение, прозу, монолог.

После успешного прохождения прослушивания абитуриенты смогут принять участие во втором и третьем турах вступительных испытаний в Москве. Для зачисления необходимо успешно сдать остальные экзамены.

Российский институт театрального искусства ГИТИС является самым крупным театральным вузом в России и Европе. На данный момент более 1 500 студентов из разных стран обучаются там на восьми факультетах.

Елена АКИНЯЕВА.

ТЕРРИТОРИАЛЬНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО АГЕНТСТВА ПО УПРАВЛЕНИЮ ГОСУДАРСТВЕННЫМ ИМУЩЕСТВОМ В ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ В ЛИЦЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ - ОБЩЕСТВА С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ КФ «БАЗИС» (ООО КФ «БАЗИС») -

в соответствии со ст. 87 Федерального закона от 02.10.2007 № 229-ФЗ «Об исполнительном производстве» сообщает о реализации арестованного имущества путем проведения торгов.
Торги будут проводиться 19 апреля 2019 года в 11.00 по местному времени по адресу: г. Орск, ул. Новосибирская, д. 78.
Имущество принадлежит должникам: ООО «Орский прицеп», Зуеву Руслану Александровичу, Мулюкову Руслану Ринадовичу.

ЛОТ №1. Дебиторская задолженность в сумме 5 530 724,28 руб (дебитор - ООО «Орские прицепы»).
Начальная цена: 1 640 500,00 (один миллион шестьсот сорок тысяч пятьсот) руб 00 коп.
Сумма задатка: 164 050, 00 (сто шестьдесят четыре тысячи пятьдесят) руб 00 коп.

ЛОТ №2. Дебиторская задолженность в сумме 3 449 232,29 руб (дебитор - ООО «Орские прицепы»).
Начальная цена: 1 023 400,00 (один миллион двадцать три тысячи четыреста) руб 00 коп.
Сумма задатка: 102 340, 00 (сто две тысячи триста сорок) руб 00 коп.

ЛОТ №3. Автомобиль LEXUS RX350, VIN: JTJHK31U302021135, год выпуска: 2006, двигатель №A092391, № кузова JTJHK31U302021135, государственный регистрационный знак: Н056НЕ56, ПТС: 77 ТТ 971147.
Начальная цена: 461 550 ,00 (четыреста шестьдесят одна тысяча пятьсот пятьдесят) руб 00 коп.
Сумма задатка: 46 155,00 (сорок шесть тысяч сто пятьдесят пять) руб 00 коп.

ЛОТ №4. Автомобиль ЗАЗ CHANCE TF698P, VIN: Y6DTF698PA0229724, год выпуска: 2010, двигатель № A0767624, № кузова: Y6DTF698PA0229724, государственный регистрационный знак: С649ВВ56, ПТС: 61УЕ 706469.
Начальная цена: 69 000,00 (шестьдесят девять тысяч) руб 00 коп.
Сумма задатка: 3 450,00 (три тысячи четыреста пятьдесят) руб 00 коп.

На имущество по лотам №1, 2 имеется ограничение (обременение) права: арест.
На имущество по лоту №4 имеется ограничение (обременение) права: залог, арест, запрет на совершение регистрационных действий, арест суда.
На имущество по лоту №3 имеется ограничение (обременение) права: арест, запрет на совершение регистрационных действий, арест суда.

С формами документов для участия в торгах, условиями договора, извещением о проведении торгов по продаже арестованного имущества можно ознакомиться на сайте http://tu56.rosim.ru, на сайте Российской Федерации в информационно-телекоммуникационной сети Интернет для размещения информации о проведении торгов: www.torgi.gov.ru (180319/30422018/01).

Получить дополнительную информацию о торгах и правилах их проведения, записаться для ознакомления с документацией, характеризующей предмет торгов, а также для заключения договора о задатке можно по адресу: Оренбургская область, г. Орск, ул. Новосибирская, д.78, тел. 8 (3537) 21-58-45, в рабочее время.

№94

Дорогого, любимого Владимира Александровича Осина поздравляем с юбилеем!

Шестьдесят - всего лишь середина,
Много предстоит еще пройти.
Шестьдесят - для грусти не причина,
Лучшее все только впереди.
С этой круглой датой поздравляем!
С ней пусть в жизнь войдут добро и смех.
Счастья безразмерного желаем,
Пусть во всем сопутствует успех!

Мама, дети, внук, Алимовы, Безукладовы, Васильченко.

Любимую, дорогую Зинаиду Семеновну Самаркину поздравляем с днем рождения!

Милая, нежная, светлая, чистая,
Пусть в этот день, когда ты родилась,
Счастье тебе улыбнется лучистое,
Бед и печалей минует напасть.
Пусть никогда, никогда не кончается
Вера твоя в наступленье весны,
Пусть все мечты и надежды сбываются,
Явью становятся сказки и сны...

Дети, внуки, правнуки, с. Краснохолм.

Поздравляем с 70-летием замечательного человека, члена Совета старейшин Оренбурга Людмилу Тимофеевну Бочарову!

С 70-летием Вас, с юбилеем!
Пусть ждет вас путь еще ярче, длиннее -
С минутками счастья и чуткой заботой,
С приливами блага и радостной нотой.
Самого крепкого здоровья и сил,
Чтобы Вам свет лучезарный светил.
Пусть в теплом доме и в сердце всегда
Властвуют мир, любовь, доброта!

Оренбургский городской Совет женщин.

Дорогую, любимую Веру Михайловну Тащилину поздравляем с днем рождения!

Аромат букетов пышных
Пусть наполнит в праздник дом,
Каждый миг любовью дышит,
Светлой радостью, теплом.
С днем рожденья! Слов красивых,
Нежных чувств и доброты,
Волшебства минут счастливых,
Исполнения мечты!

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

Уважаемого крестника Павла Федоровича Назарова поздравляем с днем рождения!

От крестной, милый мой, прими
В прекрасный праздник поздравления.
Большого счастья и добра
Тебе желаю в день рождения!
Пусть добрый ангел твой хранитель
Ведет за руку за мечтой,
Пускай по всем дорожкам жизни
Всегда он топает с тобой!

Твоя крестная, с. Мустаево.

Дорогую дочку Галину Сергеевну Приезжеву поздравляю с днем рождения!

Пусть в душе всегда цветет весна, а в сердце живет ожидание чудес и песен. Будь, как всегда, удивительна, неповторима и обаятельна.
А еще хочу пожелать в семье уюта и покоя, любви, здоровья, денег. И проблем вообще не знать!

С любовью, мама.

Любимую Анну Ивановну Бондаренко поздравляем с днем рождения!

Всех цветов на свете будет мало,
Чтоб тебя поздравить с днем рожденья.
Ты еще на год мудрее стала,
Так прими от сердца поздравленья.
Мы хотим, чтоб ты была счастливой,
Позабыла о былых проблемах,
Чтобы искренне тебя любили,
Рядом шли успех, удача, вера!

Муж, дети, внуки, с. Краснохолм.

Уважаемую Раису Васильевну Рахматуллину поздравляем с 65-летием!

Не верьте датам, это заблуждение,
Пусть не пугает цифра 65!
Примите лучше наши поздравления,
Которые спешим Вам передать.
Чтоб Вы сердцем не старели,
В душе чтоб молодость цвела,
Чтоб что хотели - то имели,
И ждали Вас счастливые года!

Оренбургский городской Совет женщин.

БЛАГОДАРНОСТЬ

Спасибо за сострадание!

Выражаем сердечную благодарность имам-хатыбу Ахмату Абузярову, главе администрации Ранилю Юсупову, Фархату Курамшину, Венере Исенбетовой, Гульчире Мухамеджановой, семье Батршеных, соседям и односельчанам за помощь, оказанную в организации похорон Бикитеева Рината Ибатовича.

Отдельно хотим поблагодарить наших фельдшеров Зульфию Минзафарову и Фариду Адельшину за чуткость и профессионализм.

Всем низкий поклон! Здоровья, мира, добра и благополучия.

Фарида АСАНОВА, Луиза АБЛЯЗОВА, с. Зубочистка Вторая Переволоцкого района.

ПРОФИЛАКТИКА

Пора привиться от клещей

Случаи заболевания клещевым энцефалитом регистрируются в нашем регионе ежегодно. В преддверии весны важно помнить об основных мерах профилактики этого опасного заболевания.

Клещевой энцефалит - острая нейровирусная инфекция, характеризующаяся внезапным началом, лихорадкой, выраженным поражением нервной системы.

Основным источником и переносчиком вируса клещевого энцефалита в природе являются иксодовые клещи. Они особенно активны с апреля по октябрь.

Клещи прикрепляются к одежде человека при посещении леса, на садовых загородных участках и в черте города. Клещи присасываются не только в условиях открытой природы. Оставшись на одежде, на вещах, вынесенных из леса, они могут перейти на человека и через несколько дней после посещения леса или прогулки в городском парке.

РАЗВИТИЕ БОЛЕЗНИ

С момента попадания клеща на одежду человека до начала кровососания проходит около 1-2 часов. Все это время клещ тщательно выбирает себе лакомое место. У человека клещ присасывается чаще всего в области шеи, груди, подмышечных впадин, паховых складок, т. е. в местах с тонкой кожей и обильным кровоснабжением. У детей клещ довольно часто прикрепляется в волосистой части головы. Ощущение раздражения и зуда на месте присасывания возникает лишь спустя 6-12 часов, так как в состав слюны насекомого входят анестезирующие и сосудорасширяющие вещества.

Скрытый период при клещевом энцефалите длится от 3 суток до 21 дня. Болезнь начинается остро, с озноба и повышения температуры тела до 38-39 градусов. Затем появляются общее недомогание, резкая головная боль, тошнота и рвота, разбитость, утомляемость и нарушение сна. Острый период продолжается 6-8 дней. После этого довольно часто общее состояние улучшается, а через 7-14 дней начинается вторая лихорадочная волна с симптомами поражения центральной нервной системы. Лечение заболевания длительное, при несвоевременном обращении и позднем начале лечения все может закончиться летальным исходом.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

К простейшим индивидуальным мерам защиты относится одежда. Рукава рубашки и воротник должны плотно прилегать к телу, брюки нужно заправить в носки. Обязателен головной убор. Кроме того, при выходе в лес желательно обрабатывать одежду специальными химическими препаратами. Их можно приобрести в аптеках и в магазинах.

Само- и взаимоосмотры нужно проводить каждые два часа и обязательно при выходе из леса. Обнаруженный клещ должен быть немедленно удален. Если он уже присосался, необходимо обратиться в лечебное учреждение за квалифицированной помощью.

Эффективной мерой профилактики является вакцинация против клещевого энцефалита. Прививкам подлежат дети с трехлетнего возраста и взрослые. Особое внимание иммунизации должны уделять лица, чья профессия связана с пребыванием в лесу: лесники, сезонные работники по заготовке древесины и сена, охотники и пр.

Прививку против клещевого энцефалита можно сделать в лечебном учреждении по месту жительства.

Оптимальными сроками вакцинации являются март-апрель. Вакцинация состоит из двух прививок, которые делаются с интервалом 5-7 месяцев. Первая ревакцинация проводится через год, последующие - через 3 года.

Ольга БОРОДИНА, старшая медицинская сестра детской поликлиники №7 ГКБ №5 г. Оренбурга.

ПРОФЕССИОНАЛЫ

«Наш детсад – лучший!»

Выражаем огромную благодарность заведующей нашим детским садом Наталье Филатовой, ее заместителю Наталье Алексеевне Черновой, инструктору по физкультуре Галине Алексеевне Гуреевой, любимым воспитателям Марие Асылбаевне Анисимовой и Татьяне Николаевне Ермоленко, учителю-дефектологу Нине Петровне Безруковой и помощнику воспитателя Галине Ивановне Климентьевой. Эти люди всю душу вкладывают в свою работу, согревают наших деток теплом и заботой. Спасибо им за нелегкий труд, за терпение, за то, что наши дети развиваются и растут.

Мы желаем педагогам и их помощникам семейного счастья, добра, понимания, благополучия, здоровья, всех земных благ и мирного неба над головой. Оставайтесь такими же веселыми и позитивными!

Родители воспитанников 12 группы МБДОУ №102.

ОПЫТ

Весенний букет от волонтеров

Удивительные ребята учатся в Оренбургском областном медицинском колледже - очень активные, деятельные и творческие!

Уже не первый год добровольцы под руководством воспитателя общежития Гульрайхан Ибрагимовой приходят к нам в гости. И всякий раз их визит - это интересное общение и увлекательные творческие занятия.

12 марта они подарили нашим воспитанникам интересное мероприятие «Весенний букет». Сначала поиграли с ребятами, а потом предложили каждому сделать букет цветов из бумаги.

Дети увлеченно разгадывали загадки, водили хороводы и соревновались в конкурсах.

Спасибо нашим друзьям за внимание и доброту!

Лариса БАТАЛОВА, РЦ «Проталинка», г. Оренбург.

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

▶ Газифицированный дом 64 м² в с. Новоникольском Шарлыкского р-на. Цена договорная. Т. 8-912-348-86-26. (228*)

▶ 2-комн. кв-ру 45 м² после ремонта на 2-м этаже 16-квартирного дома в с. Городище. Есть земля 2 сотки, вода, гараж с погребом. Т. 8-922-830-29-66. (276*)

▶ Срочно квартиру 70 м² со всеми удобствами в с. Рождественка (55 км от Оренбурга). Имеются летняя кухня, баня, гараж, хозпостройки. Т. 8-987-197-63-17. (278*)

▶ СРОЧНО! 2-комн. кв-ру 41,6 м² в 2-этажн. доме на втором этаже в с. Краснохолм. Недорого. Т. 8-906-835-41-58. (313*)

▶ Дом 57 м² с удобствами, в доме хол. и гор. вода, Интернет. Имеются надворные постройки, гараж, баня. Цена договорная. В с. Тугустемир Тюльганского р-на. Т.: 8-929-281-59-66, 8-927-351-71-27. (320*)

▶ Дом 24,5 м², зем. уч-к 10 соток в с. Кардаилово. Цена - 320 т. р. Т. 8-906-832-84-02. (334*)

▶ Дом 110 м² со всеми удобствами, в с. Кардаилово. Цена - 1,5 млн руб. Т. 8-987-884-69-54. (351*)

▶ Дом рубленый и земельный участок 732 м² в Оренбурге на ул. Фрунзе, 17. Есть гараж, сарай, погреб, баня. Т. 56-18-52. (367*)

▶ Комнату 12,6 м², 1/4-этажн. 4-квартирного кирпичного дома на ул. Челюскинцев, 17б. Цена - 600 000 руб. Т. 8-987-789-17-70. (368*)

▶ 2-комн. кв-ру в с. Городище, ул. Больничная, 4, кв.17 (2-й этаж). После ремонта. Участок 2 сотки, вода. Гараж с погребом. Цена - 1 млн руб. Т. 8-922-830-29-66. (409*)

▶ Дом 66 м², смешанной постройки, со всеми удобствами, в с. Сакмара. Гараж, сарай, баня - новые. Участок 10 соток. Возможен обмен на кв-ру в Оренбурге. Т. 8-932-844-21-97. (175*)

▶ 1-комн. кв-ру на 1/2-этажн. дома в п. Нижнесакмарском (10 км от города). Мебель и бытовая техника в подарок. Есть земельный участок. В шаговой доступности д/сад, школа, магазины, ФАП. Электричка, автобус каждый час. Т. 8-922-551-95-85. (431*)

▶ 2-комн. кв-ру в п. Переволоцком. Т. 8-922-550-39-87. (432*)

▶ Дом со всеми удобствами в с. Благодарном Тюльганского р-на. Жилая площадь 55 м², общая - 120 м², участок 40 соток. Имеются надворные постройки. Т. 8-922-803-99-77. (46*)

▶ Жилой дом 60 м² в с. Благодарном Тюльганского р-на, земельный участок 10 соток. Есть баня, сарай. Отопление газовое. В доме водопровод, санузел. Т. 8-987-893-54-41. (65)

▶ 1-комн. кв-ру, 30 м², 9/9, за магазином «Чайка» (пр. Гагарина). Т. 77-77-04. (82)

▶ Срочно дом со всеми удобствами (142 м²) в с. Сакмара. Есть баня, погреб, земельный участок 10 сот., надворные постройки и гараж. Т. 8-922-894-14-47. (84*)

▶ Дом в Сакмарском районе, с. Первая Григорьевка, ул. Победы, 1/2, (центр). S 35,1 м². Участок 15 соток, имеются гараж, насаждения. В шаговой доступности детсад, школа, магазин. Т. 8-922-538-21-44. (92*)

РАЗНОЕ

▶ Инвалид-колясочник возьмет в дар ручную швейную машинку и тумбочку на кухню. Т. 8-912-843-80-01. (319*)

▶ Пенсионерка из Оренбурга приглашает работающую женщину-пенсионерку для совместного проживания и помощи по дому. Т. 8-922-555-04-20. (434*)

КУПЛЮ

▶ Автовыкуп. Срочно. Быстро. Покупаем автомобили любых марок, в т. ч. кредитные, можно с дефектом кузова. Расчет сразу. Порядочность и профессионализм. Т.: 8 (3532) 67-97-65, 8-961-947-97-65. (43)

▶ Иконы, награды, фарфор, бронзу. Т. 69-14-49. (4)

▶ Антиквариат. Покупка, оценка, продажа. Ул. Советская, 52. Т.: 60-53-02, 8-905-898-99-45. (31)

▶ Иконы, медали, фарфор. Дорого. Т. 8-905-898-99-45. (62)

▶ Выкуп авто: аварийных, требующих ремонта и т. д. Выезд, эвакуатор - бесплатно. Т.: 8(3532)55-65-66, 8-902-365-65-66 (Viber, WhatsApp). (61)

ПРОДАЮ

▶ Ассенизационную машину. Бочка 3,75 м³, на базе автомобиля ГАЗ. Дизель. 2014 г/в., сост. отл., в эксплуатации недолго. Цена договорная. Т. 8-903-366-72-96. (3*)

▶ Швейную электрическую машинку с тумбой в рабочем состоянии. Т. 33-99-38. (53*)

МЕНЯЮ

▶ Мужские коньки с ботинками 39 р-ра на 36 р-р. Т. 38-62-75. (80*)

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; ул. Туркестанская, 17. Т. 60-60-10**. (14)

▶ **Ремонт автоматических стиральных машин и пылесосов 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 без выходных. Пенсионерам скидки. Т. 55-75-20. (12)

▶ Ремонт телевизоров любых моделей. Гарантия. Т.: 55-06-03, 64-53-72. (15)

▶ Ремонт холодильников, морозильников на дому. Гарантия. Без выходных. Т. 60-55-08. (8)

▶ Ремонт компьютеров, мониторов у вас дома. Т.: 55-06-03, 64-53-72. (16)

▶ Ремонт электроплит, СВЧ, ПММ, духовок, пылесосов. Т. 8-987-845-66-21. (64)

▶ Ремонт швейных машин. Гарантия. Т. 61-39-03. (67)

САНТЕХНИКИ

▶ **Водопровод**, отопление, земляные работы, **прочистка канализации**. Натяжные потолки. Без выходных. **Т. 25-18-64.** (18)

▶ **ОТОПЛЕНИЕ, ВОДОПРОВОД, КАНАЛИЗАЦИЯ. ОПЫТ РАБОТЫ. Т. 45-75-32.** (34)

ЭЛЕКТРИКА

▶ Замена электропроводки в квартирах, домах. Гар. Дог. Т. 8-903-395-53-83. (86)

МЕБЕЛЬ

▶ **РЕМОНТ, ПЕРЕТЯЖКА МЯГКОЙ МЕБЕЛИ. ИЗМЕНЕНИЕ ФОРМЫ. СКИДКА 15%. Т. 21-58-54.** (5)

▶ Перетяжка мягкой мебели, замена пружинных блоков, обивки. Скидка. Изготовление пуфов. Т. 69-37-12. (19)

▶ Ремонт, перетяжка мягкой мебели. Пенсионерам скидки. Качество, доставка. Изготовление диванов - от 14 тыс. руб. Т.: 60-54-64, 8-922-836-22-14. (11)

РАЗНОЕ

▶ **Натяжные потолки. Недорого. Т.: 90-19-17, 8-919-842-40-89.** (7)

▶ Грузчики + «газель». Т. 23-64-35. (17)

▶ 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. (6)

▶ Изготовим металлические заборы, ворота, двери, решетки, оградки, козырьки, печи для бань и др. Качественно. Недорого. Т.: 61-43-41, 96-26-32. (9)

▶ **Изготовим стальные двери, ворота, печи для бань, козырьки и другие конструкции. Т. 8-903-366-68-23. (36)**

▶ Шоу от Светланы. Баян. Домра. Гитара. Свадьбы. Юбилеи. Домашние торжества. Т.: 8-912-349-74-64, 64-09-68. (23)

▶ Заказ «газели», грузчики, вывоз мусора. Т. 222-880. (54)

▶ Частный санитар. Оказываю уход по необходимости: поднимаю, переодеваю, купаю, кормлю, помогаю выполнять упражнения и ходить. Обслуживание в Оренбурге, Благославенке, Крючковке. Работаю официально. Т. 8-987-196-08-35. (28)

▶ Ведущая компания «Грузилкин» («Возим-Грузим») качественно окажет транспортные услуги. Квартирные и офисные переезды, иногородние переезды, услуги опытных грузчиков и мебельщиков в удобное для вас время. Организуем перевозку попутным транспортом. Любая форма оплаты. Т. 8(3532)925-892. (83)

▶ Мастер на час. Т. 8-922-833-49-91. (87)

▶ Ремонт квартир под ключ, мелкий ремонт. Любые отделочные, строительные работы. Т. 8-922-627-10-54. (89)

▶ Помощь в получении ипотеки. Ипотека от 6%. Без первоначального взноса. Консультации бесплатно. Т.: 23-20-10, 8-905-819-20-10. (93)

▶ Выведу тараканов 100%. Т. 8-922-833-49-91. (88)

РАБОТА

▶ Срочно требуются два воспитателя в детский сад №150 по адресу: г. Оренбург, ул. Братская, 3/1. С высшим педагогическим образованием, педагогическое среднее специальное образование обязательно. Т.: 43-15-55, 36-76-22. (321*)

▶ Оператор на телефон, охранник, вахтер-диспетчер, 18-26 т. р., соцпакет. Своевременная оплата. Т. 8-932-544-77-67. (20)

▶ Администратор офиса, диспетчер, оператор, делопроизводитель (архивариус), пом. бухгалтера. 16-28 т. р. Т. 8-905-815-27-21. (21)

▶ **Пом. библиотекаря, 17 т. р. Т. 57-81-83.** (70)

▶ **На склад, 1 350 р. Т. 57-81-83.** (71)

▶ **Диспетчер, 19 000 р. Т. 57-81-83.** (72)

▶ **Снабженец, 31 000 р. Т. 92-07-50.** (74)

▶ Мед. работник. Оформление по ТК РФ. 20 000 - 25 000 р. Т. 60-14-50. (77)

▶ **Зам. по АХЧ, 25 000 - 30 000 р. Т. 55-42-03.** (78)

▶ Помощник руководителя, 26 000 р. Т. 92-07-50. (75)

▶ Бухгалтер (первичка), 30 000 р + премия. Т. 60-45-77. (79)

▶ Офис-менеджер, 25 000 р. Т. 92-07-50. (76)

▶ Сортировщик документов, 17 000 руб, вахтер на полдня, оплата - 11 000 руб. Т. 8-953-835-30-15. (85)

▶ Пенсионерам, 4 ч/д, 15 т. р. Т. 61-47-07. (90)

▶ Помощник в архив, 17 т. р. Т. 8-922-854-13-32. (91)

▶ **Сотрудник на склад, 19 000 р. Документовед, 26 000 р. Зам. руководителя, 38 000 р. Т. 60-22-90.** (93)

▶ **Во взрослую поликлинику ГБУЗ «ГКБ №5» г. Оренбурга на постоянное место работы требуются:**

1. **Врач-хирург** - 1 чел.: высшее образование, наличие действующего сертификата по специальности «хирургия». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.
2. **Врач-оториноларинголог** - 2 чел.: высшее образование - специалитет по одной из специальностей «лечебное дело», наличие действующего сертификата по специальности «оториноларингология». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.
3. **Врач-терапевт участковый** - 2 чел.: наличие действующего сертификата по специальности «терапия», усовершенствование по циклу «терапия». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.
4. **Администратор** - 3 чел. Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.
5. **Уборщик служебных помещений** - 6 чел. Работа посменно.
6. **Врач-кардиолог** - 2 чел.: высшее образование, наличие действующего сертификата. Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.
7. **Врач-офтальмолог** - 1 чел.: высшее образование, наличие действующего сертификата. Работа по графику, обеспечен соцпакет, з/п договорная.
8. **Медсестра участковая** - 2 чел. Наличие действующего сертификата по специальности «сестринское дело в терапии». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.

Обращаться по адресу: г. Оренбург, ул. Салмышская, 13, отдел кадров. Т. 62-98-72. (49*)

ЗНАКОМСТВА

▶ **МУЖЧИНА**, 49 лет. Для создания семьи познакомлюсь с татаркой от 45 до 48 лет, можно с инвалидностью, без вредных привычек. Т. 8-922-853-00-83.

▶ **ОДИНОКИЙ КАЗАХ**, 47 лет. Познакомлюсь с одинокой стройной казашкой 42-50 лет, доброй, не пьющей и не курящей, с пригорода или Оренбурга. Я не пью, не курю, образование высшее, работаю в сфере торговли, добрый, простой, общительный, выгляжу намного моложе. Живу в маленьком домике, строю дом. В свободное время читаю и люблю готовить. Писать по адресу: 460051, до востребования, удостоверение №3325.

▶ **АЛЕКСАНДР**. Хотелось бы встретить старость с хорошей, умной женщиной не старше 57 лет, не обремененной заботами. Большая просьба к халявщицам, разутым и раздетым, желающим переоформить на себя дом на третий день знакомства, не тратить ни свое, ни мое время. Мне 59 лет, живу в пригороде. Без долгов и обязательств. Остальное по телефону. Звонить после 20.30. Обещаю всем ответить. Т. 8-996-925-92-33.

▶ **ТАТАРИН**, 65 лет, 170/78, без вредных привычек. Живу в Оренбурге, работаю, образование высшее. Познакомлюсь с татаркой приятной внешности 50-60 лет для встреч на моей территории и далее для серьезных отношений. Т. 8-987-891-12-54.

▶ **МУЖЧИНА**, 49 лет, рост 167 см, по гороскопу Близнецы. Работаю. Познакомлюсь с женщиной от 40 до 50 лет, можно с ребенком, для серьезных отношений. Подробности по т. 8-919-861-04-59.

▶ **ЖЕНЩИНА**, 63 года, 164/60. Для серьезных отношений познакомлюсь с мужчиной без вредных привычек, добрым, нежадным, без материальных и жилищных проблем. Подробности по т. 8-922-850-77-90, 8-919-855-63-61.

▶ **МУЖЧИНА**, 36 лет, рост 190 см, без вредных привычек. Познакомлюсь с девушкой до 35 лет, без детей, желательно стоматологом. О себе расскажу по т. 8-912-343-60-83.

ОМК
ОРЕНБУРГСКАЯ МЕМОРИАЛЬНАЯ КОМПАНИЯ
ПАМЯТНИКИ
(гранит, мрамор)
ЦЕНА мраморного памятника с изготовлением (высота - 95 см) - 6 865 руб, с установкой - 10 715 руб.
Льготникам - без оплаты
г. Оренбург, ул. Комсомольская, 36
Тел. 8-987-849-24-34.

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.

№11 (1 237) 19.03.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

С днем рождения!

**Светлану Бубликову,
Виталия Криволапова,
Ольгу Криволапову,
Александра Богатырева,
Людмилу Искандерову,
Владимира Ершова,
Любовь Кумину,
Алексея Манихина,
Надежду Кузнецову,
Ольгу Климову,
Геннадия Орищенко,
Ирину Богданову,
Зою Петрову,
Валентину Смирнову,
Валентину Зобнину,
Владимира Осина,
Юлию Трякину,
Светлану Дарьину,
Любовь Троянскую,
Надежду Лим,
Рукию Исмаилову,
Татьяну Репину,
Инну Осипову,
Елену Гурову,
Елену Азикову,
Татьяну Петрову,
Наталью Филимонову,
Юлию Иванову,
Лидию Квасову,
Валентину Шакирову,
Владимира Ловыгина,
Анну Черных,
Людмилу Овсянникову,
Галину Мачневу,
Бориса Манулова,
Тамару Маслову,
Аллу Климову,
Зою Гамалу,
Анатолия Артамонова,
Алису Горячеву,
Татьяну Антропову,
Татьяну Терновскую,
Алсу Каримову,
Антонину Новикову!**

**Здоровы будьте и удачливы без меры!
Желаем вам успехов, светлой веры.
И пусть вам путеводная звезда
Жизнь освещает ярко и всегда!**

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!

Дорогого Анатолия Александровича Долгалева поздравляем с днем рождения!

**Заботливый муж, прекрасный отец,
Везде и во всем ты большой молодец!
Тебя с днем рождения мы поздравляем,
Всегда молодым оставаться желаем.
Пусть будут здоровье, надежда, любовь,
Пусть липнет удача к тебе вновь и вновь!
Мы любим и ценим тебя, наш родной,
Мы верим в тебя и гордимся тобой!**

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

Дорогого Гиззата Гизамовича Байгулова поздравляем с юбилеем!

**Шестьдесят пять - прекрасный юбилей,
Не зря же на пороге твои гости!
И радость для родных и для друзей,
Честь и хвала тебе, дары и тосты!
Будь счастлив, пусть судьба тебя хранит,
Даруя силы вновь и вдохновение.
Притягивай удачу, как магнит,
Пусть радуют прекрасные мгновения!**

Жена Ракия, дети, снохи, с. Зубочистка Первая.

Поздравляем с 30-летием дорогого Александра Александровича Фуксова!

**Спасибо, любимый, за нашу семью,
Любовь, теплоту и нежность
твою.
На свете ты лучший папа, супруг!
Тебе желаем быть здоровым,
Богатым, щедрым, образцовым.
В печаль иль в радость и всегда,
С тобою мы - твоя семья!**

С любовью, жена, дети, с. Архангеловка.

Уважаемую Екатерину Львовну Ковалеву поздравляем с днем рождения!

**Мы хотим коллективом
поздравить
С днем рождения искренне Вас,
И заслуги Ваши прославить,
И желанья озвучить сейчас.
Спасибо Вам за помощь и советы,
За опыт, что передаете нам,
За добрые рабочие моменты,
Которые удается сделать Вам!**

Коллектив СОШ, с. Мустаево.

Уважаемую Надежду Евгеньевну Гончарову поздравляем с юбилеем!

**Желаем, чтобы в этот юбилей
Открылось много новых перспектив,
Желаем море красочных идей
И дней, что принесут лишь позитив!
Пускай осуществится та мечта,
Что душу много лет уже манит.
Цветет пусть вечно красота,
А в сердце пусть гармония царит!**

Коллектив ГБУСОН «СРЦН «Гармония», г. Оренбург.

Уважаемого Алексея Николаевича Новохатского поздравляем с днем рождения!

**От коллектива мы нашего дружного
Вам все желаем для жизни лишь нужного:
Личного счастья, стабильной зарплаты,
Здоровье всегда чтобы было что надо!
Ничто для Вас пусть не станет помехой,
Всегда и во всем добиваться успеха,
Еще пожелать мы хотим в день рождения,
Чтоб все исполнялись мечты и стремления!**

Коллектив ГБУСОН «СРЦН «Гармония», г. Оренбург.

Дорогих, любимых Игоря Николаевича и Олега Николаевича Хохловых поздравляем с днями рождения!

**У вас сегодня праздник - день рожденья!
Улыбки, поздравленья - все для вас,
Вы в радужном, веселом настроеньи,
Лучится счастьем каждый миг и час!
Не знайте огорчений и печали,
Пусть стороной обходит вас беда,
А радостные, солнечные дали
Пред вами простираются всегда!**

Все родственники, с. Краснохолм.

Дорогую доченьку Юлию Александровну Черных поздравляем с юбилеем!

**Нет тебя для нас красивей,
Веселее и умней,
Стань же самою счастливой
В свой прекрасный юбилей!
Где б ты ни была на свете,
Мы душой всегда с тобой.
И всегда готовы встретить
Праздник твой очередной!**

Родители, с. Мустаево.

Дорогую дочку Юлию Ивановну Майсурадзе поздравляю с днем рождения и с рождением дочки Арины!

**Ты такая милая и славная
И достойна восхищенья!
Нежна, находчива, умна,
Никем не заменима!
Купайся в море комплиментов,
Сияй, блистай и удивляй.
И никогда не унывай!**

С любовью, мама.

Дорогую, уважаемую в селе и коллективе медицинскую сестру Кумыс Тагужбаевну Нургалиеву поздравляем с юбилеем!

**Ты излучаешь лишь тепло,
С тобою дышится легко,
Добро души вложила ты
В заботы и дела свои.
Ты бесконечно дорога
Всем, с кем тебя свела судьба.
Ты так бодра не погодам
И без унынья и проблем
Нужна всегда и всем!**

Все близкие и коллеги.

Дорогого Ивана Владимировича Мязова поздравляем с днем рождения!

**Что настоящему мужчине
В день рождения желать?
Чтобы не было причины
Грустить, скучать и унывать.
Пусть в жизни будет все, как нужно,
Пусть счастье льется через край,
Семья жила чтоб очень дружно.
Люби, мечтай и процветай!**

Мама, папа, бабушка Аня, Мязовы, Гоголевы, Князевы, с. Покровка Новосергиевского р-на.

Дорогую Фариду Лутфрахмановну Адельшину поздравляем с днем рождения!

**Поздравляем тебя с праздником чудесным.
В день рожденья ты красива, как всегда!
Много слов и комплиментов очень лестных...
Ты сегодня и сверкаешь, как звезда!
Мы тебе желаем радости душевной,
Много счастья и здоровых долгих лет,
Удовольствия от жизни ежедневно
И, конечно же, везенья и побед!**

Мама, муж, дети, внучка, Женсовет, с. Зубочистка Вторая.

Дорогих Гафура Фаткеловича и Филюзу Галимулловну Азнабаевых поздравляем с 45-летием совместной жизни!

**Вы наше все: надежда и опора,
Пример, как надо искренне любить.
Год сорок пятый прилетел так скоро,
Но это счастья золотая нить.
Пусть ровным полотном лежит дорога,
А жизнь полна заботы и тепла.
И быть вам вместе очень-очень много,
Чтобы любовь, как сад весной, цвела!**

С любовью, дети, внуки, с. Кариновка Переволоцкого р-на.

Дорогую Светлану Александровну Князеву поздравляем с юбилеем!

**Тебе сегодня сорок пять,
Ты, как всегда, просто прекрасна!
Умеешь всех нас удивлять,
Быть неожиданной и разной!
Пускай же будет жизнь твоя
Красивой, яркой, многогранной,
Живи, улыбки не тая,
Струится счастье пусть фонтаном!**

Муж, дети, зять, бабуля, свекровь, сват, Гоголевы, Мязовы, с. Покровка Новосергиевского р-на.

Дорогого Владимира Васильевича Голубева поздравляем с днем рождения!

**Годы летят, они не вернутся,
Но душа, как прежде, молода,
Соловьи еще не все пропели,
Утекла еще не вся вода!
День рожденья - праздничный и светлый,
И грустить не время, не пора,
Долгих лет тебе, здоровья,
Счастья, радости, добра!**

Мама, бабуля Аня, Картины, Мязовы, Гоголевы, Князевы, с. Покровка Новосергиевского р-на.

Дорогую, уважаемую Магмуру Лутфулловну Мурсалимову поздравляем с днем рождения!

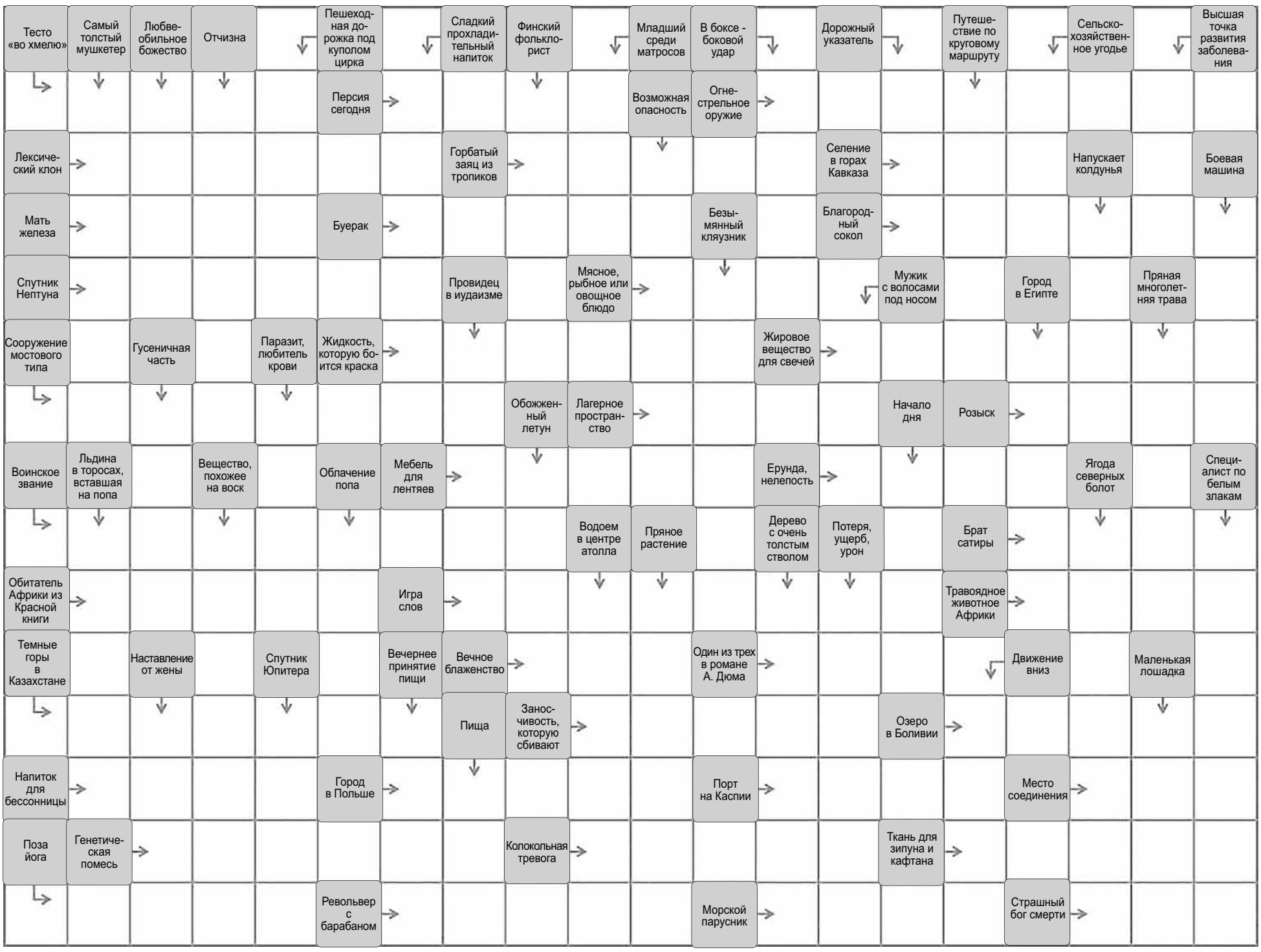
**Хотим поздравить с чудным днем рожденья!
Пусть интересной будет твоя жизнь
И помогают вера, вдохновенье
Заветные мечты осуществить!
Пускай твой путь удача освещает,
Успех готовит щедрая судьба.
Желаем, чтоб всегда ты оставалась
Счастливой самой. Радости, добра!**

Муж, дети, внуки, Совет ветеранов, с. Зубочистка Вторая.

**Хотите поздравить близких?
Телефон для справок:
77-30-87.**

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.



Астрологический прогноз с 19 по 25 марта

Овен

Ваша пассивность на этой неделе не позволит рассчитывать на серьезный успех. Не слушайте советов со стороны. Вы сами знаете, что вам необходимо в первую очередь. Внутренний голос и опыт помогут избежать ошибок. Хорошее время для перспективных деловых знакомств.

Телец

Домашние дела поглотят все свободное время. Но у вас окажется достаточно сил, чтобы выполнить задуманное. Обучение, работа с документацией, налаживание деловых связей - все будет спориться у вас в руках. Не помешает вспомнить и о здоровье.

Близнецы

«Тише едешь - дальше будешь». Именно такого принципа советуют придерживаться звезды в решении любых вопросов. Особенно, если вы не совсем уверены в своей компетентности. Аккуратно работайте с режущими предметами и электроприборами.

Рак

Учитесь доверять себе и прислушивайтесь к собственному мнению. Но дельные советы принимайте к сведению. Заранее планируйте свои шаги: грамотная последовательность в действиях поможет вам быстрее получить желаемое.

Лев

Ваше обаяние поможет вам завоевать симпатии окружающих. На работе, в дружеском и семейном кругу общение с вами будет доставлять людям радость. Можно планировать крупные покупки и решать вопросы, связанные с оформлением документов.

Дева

На этой неделе возрастает вероятность неожиданных травм и внезапных недомоганий. Относитесь серьезно ко всему, что происходит с вашим здоровьем, сейчас это самое главное. Ближе к выходным возможны конфликты в семье, связанные с деньгами.

Весы

В этот период делайте только то, что невозможно отложить. Не ввязывайтесь в авантюры и вообще избегайте любого риска. Это чревато большими неприятностями для вас. Будьте добры к окружающим - помогите тем, кто нуждается в вашем участии.

Скорпион

Положитесь на свое деловое чутье - оно не подведет. Отношения в семье будут очень непростыми. Вполне возможно, что кого-то из близких, старших по возрасту, могут очернить в ваших глазах. Не доверяйте слухам.

Стрелец

Вам следует избегать людных мероприятий и чрезмерного общения. Сейчас для вас важнее разобраться в себе. Не конфликтуйте с детьми и пожилыми членами семьи. Ссоры и ругань - не самое лучшее времяпрепровождение. Вдобавок их последствия могут вскоре аукнуться.

Козерог

Постарайтесь не упустить свою удачу. Трезво взвесьте все шансы, которые вам дарит судьба, и выберите самые перспективные, на ваш взгляд. Звезды обещают вам карьерный рост, а также улучшение материального благосостояния. В любом случае вы обижены не будете.

Водолей

Непростой период для вас и вашей любви - судьбоносный. Вы можете встретить человека, который перевернет вашу жизнь с ног на голову, а вы - его. Так что серьезно отнеситесь к новым отношениям и симпатиям. Не берите и не одалживайте денег.

Рыбы

Не бойтесь новых дел. Ваша активность на этой неделе поможет справиться с возникшими проблемами, но важно выделять время на полноценный отдых. Собирались начать жизнь с чистого листа? Можете смело приступать!

ХА! ХА! ХА!

Раньше шикарная машина была признаком богатства, а теперь она указывает, что ее владелец - кредитный раб на 5-10 лет.

* * *

Каждый день на берег моря выходит чукча и кричит в сторону Америки:
- Нищие! Вы нищие!
Друзья спрашивают:
- Почему нищие, когда они неплохо живут?
- Аляску купили, а на Чукотку денег не хватило.

* * *

- Я вчера бабушке дрова наколол!
- Ты тимуровец?
- Нет, татуировщик!

* * *

Говорят, Бог создал каждой твари по паре. Стесняюсь спросить, мою тварь никто не видел?

* * *

Иногда так хочется прибить своего мужа... Но нельзя! Я за него отвечаю. Мне же его в загсе под роспись выдали.

* * *

«Еще два блинчика, и расходимся!» - шептали Ленке швы на юбке.

* * *

- Мама, поздравь меня. Сара согласилась стать моей женой. Какое счастье свалилось мне на голову!
- Думаешь, оно таки свалилось на голову, а не уселось на шею?

* * *

Вовочка поздравляет бабушку:
- Бабушка, поздравляю тебя с 8 Марта!
Задумался. Она ему помогает:
- И желаешь...
- Желаю суп с фрикадельками! Приготовишь?

Ответы на сканворд из №10

По горизонтали: Парафраз. Вино. Отара. Леон. Маркер. Уродство. Рукав. Итака. Абака. Мусс. Репортаж. Хлопоты. Стадион. Ерик. Овьедо. Макака. Аре. Папа. Пропуск. Беда. Ату. Спор. Катет. Каракал. Тетива. Большак. Анклав. Окоп. Алье. Отплата. Отрада.

По вертикали: Лавра. Лемур. Аба. Обжора. Остол. Жажда. Пикап. Ель. Склока. Устье. Трата. Кис. Дыба. Какао. Взлом. Такт. Тур. Ворс. Аал. Минус. Такна. Акт. Комар. Ялла. Аверс. Торжество. Токио. Аве. Тетрадь. Пастор. Арат. Иена. Пика. Катод. Провод. Гараж. Нора. Рапа.

ПАМЯТНИКИ
Мрамор - от 3 700 р
Гранит - от 12 600р
цены на установку - от 3000р
Предоставляем документы на компенсацию участникам и инвалидам ВОВ, ветеранам ВС и БД
Стела
ГРАНИТНАЯ МАСТЕРСКАЯ
РАССРОЧКА до 6 месяцев
СКИДКИ пенсионерам
www.стела56.рф
91-50-50
СКИДКА 5% предъявителю купона

№11 (1 237) 19.03.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Что скрывает татуаж?

Самое большое горе для родителей - неблагодарность детей. Эту боль ни запить, ни заесть, ни временем излечить не получается. И не думают дети, что когда-то и они окажутся ненужными тем, за кого жизнь готовы отдать.

Еду в плацкартном вагоне, у меня нижняя полка, напротив лежит женщина лет 65, довольно симпатичная, но очень уж грустная. Отмечаю, что у нее ухоженное лицо, но больше всего меня поразил татуаж на ее бровях и веках! Рисунок линий очень тонкий, видно, что над лицом потрудился хороший мастер. Ай да женщина!

Честно говоря, когда это все «рисование» только вошло в моду, я тоже решилась на татуаж бровей. Для тех, кто не знает, что это такое, поясняю. Это когда родные брови с неудачной формой слегка корректируются особой краской, которая держится довольно продолжительный срок. Очень болезненная процедура! Зато модницам не страшно потом и в бассейне купаться - краска не расползается по лицу, и можно надеяться, что всегда будешь выглядеть ухоженно. Так вот, для меня татуаж бровей показался подвигом, а моя соседка умудрилась сделать тату еще и на веках. Вот это бабушка! Ей даже как-то и не пристало ехать с нами в плацкартном вагоне, с пассажирами простыми и непритязательными! Впрочем, и определение «бабушка» ей тоже не подходит, ее можно назвать женщиной в годах.

Дорога долгая, и мы, как водится, разговорились с ней. И, как это обычно бывает, она рассказала мне о своей жизни. Как знать, может эта история станет для кого-то поучительной…

Нина Петровна ехала от дочери. Вот ее рассказ.

***

«Поругалась с дочерью и со всем ее семейством, обида меня захлестывает так, что не могу ни спать толком, ни есть. Думала, под старость лет буду жить вместе с дочерью, у нее большой дом возле самого Байкала.

Полгода назад я к ней приехала из Бузулука, и уже через два дня дочь меня устроила на работу вахтером в салон красоты. Ее решению я очень тогда удивилась, ведь я еще и с дороги как следует не отошла. Ну, думаю, ладно, раз так все сложилось, буду деньги зарабатывать. Платили мне немного, но ведь деньги лишними никогда не бывают.

Кстати, к дочери я приехала не с пустыми руками, привезла приличную сумму: подкопила за несколько лет. Когда начала работать, решилась слегка себе лицо омолодить, чтобы не совсем старухой выглядеть. Брови мне мастера нарисовали да глаза повыразительнее сделали. С меня и деньги за эту красоту очень маленькие взяли. С хорошими девчонками я там работала. Я бы раньше на такое не решилась, а тут вот взяла и преобразилась. Для меня ведь, как мне казалось, новая жизнь началась. Мне сначала все по душе было. Дочка рядом, внучка - тоже, я работаю, за собой ухаживаю... Ну как же не радоваться?! И вот что произошло потом.

Пока деньги были у меня, все было хорошо, а как закончились, началось недовольство. То что-то не так сделаю, то что-то не туда положу… Куда ни повернись - везде не права. Дальше - больше. Я полюбила следить за собой. Побегу из дома, к примеру, белье на веревку развешать, возьму в прихожей духи и капельку на себя брызну, а то внучкиной помадой губы себе оживлю. У них в прихожей на полочке очень много разных флакончиков стояло. Ну как-то дочь и увидела, что я себя духами дорогими надушила. Как тут они с внучкой налетели, как взвились! Все, что у них в душе накопилось, выплеснули, да с такой злобой…

- Ты что же, мама, делаешь, это же французские духи! Они же дорогие, а ты их просто так на себя брызгаешь! Это ведь Париж!

А я чуть не заплакала, так мне обидно стало. Ведь я все для дочери когда-то делала, ничего не жалела. Учила ее и растила одна, без мужа, а потом, когда она училась заочно, я и с внучкой месяцами сидела, и деньгами помогала. Я ведь всю жизнь на нескольких работах трудилась, производство было тяжелое. Мне не до себя было, дорогих-то духов у меня никогда еще и не было, я в них сильно и не понимаю.

С жильем тоже дочке помогла много лет назад: квартиру купила, а она ее потом на дом поменяла. Она у меня теперь очень большим начальником работает, поэтому и со мной, видимо, особо церемониться не стала.

А еще меня больше всего обижало то, что на выходные поедут они отдыхать всей семьей куда-нибудь на источники, а меня даже не зовут. Мне ведь тоже хотелось поехать на природу, по лесу погулять.

С каждым днем становилось мне жить у дочери все тяжелее. Я себя все время корила: может, сама в чем виновата, хоть и старалась во всем им угодить. Но даже внучка стала на сторону матери, а внучке моей 20 лет. Добил меня последний скандал. Уехали они опять в выходные на природу, меня не взяли с собой. Так еще и свет отключили, чтобы я по телефону сестре не звонила. Как-то упрекнули меня, что я много по межгороду наговорила. Просидела я весь день одна в пустом и темном доме: ни чаю согреть, ни телевизор посмотреть. Тогда уже твердо решила, что пора мне уезжать. Попросила зятя билет купить, но он все ссылался на то, что билетов на поезд не достать, нижнего места все не было. То ли он наказ какой от дочери получил, то ли денег жалели, хотели, чтобы я сама билет взяла. На днях упросила зятя довезти меня до вокзала. Оказалось, и билеты есть, и нижнее место. Попросила его дать мне денег, да у него не оказалось, пришлось за расчетом на работу ехать. Опять вернулись с зятем на вокзал, купили билет, а у меня на сердце так нехорошо. Ох, думаю, не умереть бы мне от отчаяния.

В ночь перед отъездом совсем не спала. Все ждала, может, дочь ко мне придет, поговорит по душам хоть перед разлукой. Но она только заглянула ко мне, посмотрела, сплю ли. На другой день на поезд зять меня повез, больше никто не провожал. Внучка не стала отпрашиваться с занятий, она в институте учится. У дочери на службе тоже вроде как много дел. А мне кажется, она все это придумала. Стыдно, наверное, было смотреть мне в глаза. Только на сотовый позвонила, просила не обижаться на нее. А чего мне уже обижаться?.. Теперь вот думаю, хорошо, что не успела я продать свою квартиру в Бузулуке, а то осталась бы без крыши над головой. А ведь я так и собиралась сделать, но потом передумала, решила на разведку сперва съездить. Если уживусь, тогда и продам, да вот не ужилась! В Бузулуке у меня все предки похоронены и сестра живет, так что буду там доживать. Пенсия у меня тоже там идет, а квартиру все эти полгода, что у дочери жила, я одной девушке сдавала, так что уже какая-то копейка мне на жизнь скопилась. Вот еще к сыну в Оренбург заеду, Пасху у него справлю и поеду домой. Уж как-нибудь теперь без «Парижу» обойдусь… Это ж надо, духи мне пожалели! Радовались бы, что мать еще брови да губы красит. В свое-то время мне этим некогда было заниматься, да и духов было не достать».

***

Нина Петровна прервала свой грустный рассказ, и мы стали с ней пить чай. Потихоньку женщина отошла от своих переживаний, а я как могла развлекала ее.

За окном поезда мелькали станции, кое-где снег еще не растаял и лежал серыми проплешинами, портя и без того не очень-то выразительный пейзаж.

Незаметно пролетело время, и наше путешествие уже подходило к концу. Настроение Нины Петровны постепенно улучшилось, да и пассажиры не давали скучать: у каждого нашлась своя жизненная история.

В Оренбурге Нину Петровну должен был встречать сынок, она его так ласково все время называла. Везла в гостинец с Байкала ему коробку омуля.

Сын ждал мать на вокзале, причем по телефону он ей строго наказал спланировать приезд на выходные. Ему приходилось работать на строгого босса, у которого отпроситься в рабочие дни было просто невозможно. И вот теперь история про сынка.

***

«Я своего сынка в техникуме выучила, помогала чем могла. В армию его проводила. Он успел до этого жениться. Скоро и ребенок появился, сын еще служил в это время. Возила на свидания к нему невестку и внучка. Ох, и хлопот было с молодыми! Жилье невестка в Оренбурге снимала, а я за квартиру съемную платила. Тогда еще мне это по силам было. Возила внука к морю. Бывало, поеду в отпуск, у дочки внучку возьму, у сынка - мальчонку, и еду с двумя малышами на юг: как же своим детям не помочь? Потом сыну помогла купить участок в пригороде Оренбурга, деньгами подсобила. Строительство-то очень дорого обходится. Ну и на машину кое-что добавляла. Внука после института на год в армию забрали, так что сын с невесткой сейчас вдвоем пока живут. Работают, деньги зарабатывают».

***

Дорога была долгой, беседы - душевными, и я теперь уже ясно представляла сынка своей попутчицы, которого она очень нахваливала. По случаю попросила я соседку попросить сынка, чтобы он меня (за деньги, конечно) подбросил на своей машине в нужном мне направлении: им было со мной по пути.

Поезд пришел вовремя. Сын Нины Петровны встречал нас возле самого вагона. Мать потянулась к сыну, но он, словно застеснявшись показать свои чувства, отстранился от нее и лишь похлопал по плечу. Я стояла рядом, и Нина Петровна, воспользовавшись ситуацией, изложила мою просьбу, пообещав оплату. Похоже, этот фактор имел решающее значение, и он тут же согласился. Довольные друг другом, мы уселись в иномарку и помчались по не проснувшемуся еще Оренбургу.

Все было как у всех: мать о чем-то спрашивала, сын отвечал. Похоже, он уже знал о произошедшем, но своего отношения не высказывал. Когда сын вышел на заправке, Нина Петровна радостно обернулась ко мне:

- Вот видишь, встретил меня. Я знала, что встретит! Завтра Пасха, отмечу вместе с ними праздник, немного передохну и поеду к себе домой. Долго не буду гостить, они же все работают. Я полгода у них не была, соскучилась!

Пришел Юра. Нина Петровна сообщила ему о своих намерениях. А он в ответ только присвистнул.

- Мама, так я ж тебе билет купил уже до Бузулука.

- На какое число?

- На сегодня, на 16.45.

- Ну и хорошо, что купил. Значит, Пасху я дома встречать буду.

***

Я видела, как задрожал подбородок у бедной женщины, она как-то сразу поникла вся. Захлопали часто-часто ресницы. Мы подъехали к моему дому. Я отдала обещанные деньги. Нина Петровна вышла со мной попрощаться. Из глаз ее готовы были брызнуть слезы.

- Ты поняла? Я им совсем не нужна. Что же это творится на белом свете? Я ведь хотела у них всего-то на несколько дней остаться. Пасху хотела с детьми встретить, а они меня за порог тут же выставляют. Разве заслужила я такое? Ой, как же мне плакать хочется!

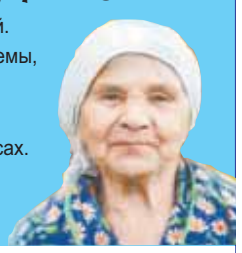
Сцена и для меня была очень тяжелой. Я постаралась успокоить женщину. Теперь она показалось мне очень старой и несчастной. Я похлопала ее по плечу, обняла, чтобы хоть как-то унять боль. Адресами мы почему-то обменяться не догадались. Случайно встретились и так же расстались. Несколько лет прошло с той встречи. А я каждую весну накануне Пасхи вспоминаю эту женщину. Как она тогда добралась до своего родного дома? Не стало ли ей плохо в дороге? Хоть бы уж с ней ничего плохого не случилось. Хотя что может быть хуже неласковых и неблагодарных детей?..

Наталья МИХАЙЛОВА.

Магазины «ТРИКОТАЖНЫЙ РАЙ» в Оренбурге:
пр. Гагарина, 29а, ТЦ «Чайка», 3-й эт.
ул. Беляевская, 19, ТЦ «Клондайк», 2-й эт.
Подробности акции и товары, участвующие в акции, уточняйте у продавцов

Бабушка Раиса, 76 лет

Ко мне обращаются с последней надеждой. Помогу решить семейные и личные проблемы, снять проклятие, порчу, сглаз, избавлю от вредных привычек. Помогу заговорами в избавлении от испуга и в половых вопросах.



Судьба - это не дело случая, а результат выбора.
На расстоянии.

8-961-534-50-56

Передавать показания за электроэнергию нужно вовремя!

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ ОБЛАСТИ!

АО «ЭнергосбыТ Плюс» напоминает о необходимости своевременной передачи показаний за электроэнергию до 25 числа каждого месяца.

Для вашего удобства существует несколько способов сделать это как лично при оплате счета в кассах АО «ЭнергосбыТ Плюс» или у любого платежного агента, так и удаленно:

- через **личный кабинет** или **форму обратной связи** на сайте ОАО «ЭнергосбыТ Плюс» (oren.esplus.ru);
- используя **мобильное приложение** для ОС Android и IOS 7.0;
- по адресу **электронной почты** (oren@esplus.ru);
- отправив **SMS** на номер +7-909-133-34-96 (стоимость SMS - согласно тарифам оператора мобильной связи).

Формат SMS: [номер лицевого счета][пробел][Эпоказания день][пробел][Эпоказания ночь][пробел][Хпоказания][пробел][Гпоказания].

Пример для двухтарифного прибора учета электроэнергии, прибора учета холодной и горячей воды: 1433167119 Э4159 Э1426 Х123 Г32;

- **по телефону контакт-центра**, указанному на квитанциях: через оператора (с 08.00 до 20.00) или в автоматическом режиме (круглосуточно).

Спрашивайте газету «Оренбургская сударыня» в магазинах «Магнит»

Я даже не узнаю себя больше. Это я 20 кило тому назад. Я уже примирилась с фактом, что буду толстой всю жизнь до тех пор, пока не попробовала Spirulina.

РЕВОЛЮЦИЯ 2017: СУПЕРБЫСТРОЕ ПОХУДЕНИЕ, 100% МОНОПРОДУКТ

+ 1 ВОДОРОСЛЬ, СЖИГАЕТ ЖИР

Таким образом я потеряла

ВЕСЬ ЛИШНИЙ ВЕС МЕНЕЕ ЧЕМ ЗА 1 МЕСЯЦ!

Легко и без усилий

(За год я не набрала ни одного килограмма)

Мария решила рассказать свою историю для всех женщин, которым никогда не удавалось похудеть или которые всегда набирали потерянный вес. Теперь Вы можете обрести надежду, потому что история этой 38-летней женщины и матери двух девочек, кажется, увенчалась успехом.

То, что получилось у Марии, получится и у Вас. Вы же хотите избавиться от своего лишнего веса, без диет, голоданий и страданий.

Мария Николаенко.

«После потери 20 килограммов моя жизнь полностью изменилась. Мой муж берет меня за руку, когда мы идем на прогулку вместе».

Я всегда имела избыточный вес

С подросткового возраста у меня всегда были большие проблемы с весом. Я всегда была «пухлой». Мои одноклассники смеялись надо мной. Я плохо себя чувствовала и часто плакала.

Я вышла замуж в 28 лет и хотела на свадьбе быть красивой. Я попробовала все виды диет и пыток... Я пробовала все: голодание и изнурительные упражнения... И я смогла похудеть на 10 килограммов! Я не была худой, зато была хорошо сложенной. Увы, после возвращения из медового месяца я набрала почти весь потерянный вес. Я сразу забеременела и поправилась на целых 20 килограммов, которые уже не смогла сбросить.

Мне не нравился мой образ

Когда я смотрела в зеркало, я не могла узнать себя. Я видела себя уродливой и бесформенной. Мне не нравился мой внешний вид, который видели другие люди и особенно мой муж, который не помогал мне, когда я постоянно сидела на диете. Я видела, что он смотрит на других женщин и считает ответственной меня за неудачные попытки похудеть. Он упрекал меня: «Сделай что-нибудь», «Действуй», «Ты толстеешь прямо на глазах»... Моя семья была дорога мне, поэтому я решила «действовать», чтобы наконец-то получить такое тело, которое я всегда хотела.

Я действительно попробовала все

Полная решимости, я начала пробовать разные методы, кремы, диеты... Худела на пару кило и снова толстела. Я потратила целое состояние без достижения каких-либо результатов. Я сходила с ума! Прошло уже больше года, а я по-прежнему весила 79 килограммов. Учитывая, что мой рост 160 см, я была похожа на мяч.

Потом я прочла статью, которая изменила мою жизнь

Однажды я листала журнал и нашла статью, в которой было несколько примеров счастливых женщин и мужчин, которые смогли потерять вес. Они все были в той же ситуации что и я: испробовали все, но не добились успеха, и в конце концов, они потеряли вес! А некоторые даже 16 килограммов в течение 4 недель, и все благодаря средству на основе всего одной морской водоросли. Я была настроена скептически, потому что свежи были в памяти прежние неудачи.

Однако это не стоило мне ничего

И все же я позвонила по указанному в статье номеру. Мне объяснили, что, пробуя, я не рискую ничем, так как, если я не получу желаемых результатов, получу возмещение. Так что я собралась с силами и заказала пастилки Spirulina. Достаточно было просто принимать по 3 пастилки в день независимо от еды. Я могла худеть незаметно для всех, продолжая кушать, как обычно. Это было замечательно! Так как не было необходимости следовать какой-либо особенной диете, я могла продолжать готовить и есть без раздумья.

5 килограммов менее чем за неделю

Я была поражена, когда очень быстро потеряла первый килограмм. Тогда я продолжала принимать по 3 пастилки в день, чтобы терять по килограмму в день. Я нормально ела и делала свою работу – все, как обычно. Но я начала «таять» на глазах! За неделю я потеряла 5 килограммов, ничего не меняя в моих привычках, без диет и изнурительных упражнений!

Мой муж не поверил. Я худела на его глазах!

Каждые два дня я взвешивалась и... удивлялась потере веса! Моя одежда стала слишком большой... Я уменьшилась на 2 размера. Представьте мою радость от того, что теперь я смогу носить новую и модную одежду, которая подчеркнет мою фигуру, вместо того чтобы скрывать мои недостатки.

Через 10 дней я уже потеряла 10 килограммов

Мой муж и все вокруг меня не могли поверить своим глазам. Все, что они видели, что я ела, как обычно, но заметно похудела. Однажды мне пришлось раскрыть свою тайну сестре... Она тоже хотела прийти в форму и заказала курс Spirulina немедленно. Она тоже потеряла лишние килограммы за четыре недели. На самом деле я потеряла 20 килограммов в течение одного месяца.

Менее 20 кг в месяц!

Первый, кто поздравил меня с результатом, был мой муж! Теперь я вижу, что он действительно горд и счастлив, что у него красивая жена. Я преобрела необычайную жизненную силу и новый интерес к жизни. Я часто напеваю в течение дня. Этого не случалось со мной в течение длительного времени, пока я была толстой!

Уже прошло более восьми месяцев, и я могу уверить вас, что не набрала ни одного килограмма. Мой вес полностью стабилизировался на уровне 60 килограммов, что соответствует моему идеальному весу. Я ем все, что хочу, и не набираю вес.

Вы тоже можете потерять до 400 граммов за 8 часов

Следуя тем же рекомендациям, что и я, вы тоже начнете быстро худеть.

Вы можете потерять до 5 килограммов в течение нескольких дней, пока не достигнете своего идеального веса. После чего вы не наберете вес, потому что ваш вес стабилизировался. Вы будете чувствовать себя более привлекательной и уверенной.

Можно достичь отличных результатов

Если вы останетесь недовольны покупкой, вы всегда можете отказаться от продукта и получить назад уплаченную сумму (исключая стоимость доставки и упаковки). Для этого вам необходимо отправить на наш адрес заявление о возврате денег, а также пустые (начатые) упаковки, за которые вы желаете получить возврат средств, заказным письмом с уведомлением о вручении в течение 30 дней после получения товара. После получения от вас заявления мы как можно быстрее сделаем возврат ваших денежных средств.

Ниже приведены три самых распространенных вопроса, которые задают нам про Spirulina

Вопрос: *Как может Spirulina помочь в потере веса, если я продолжаю обычное питание?*

Ответ: *Водоросль Spirulina известна своими способностями предотвращать осаждение жира на стенках, изгоняя и удаляя его день за днем. Отсюда происходит самая быстрая потеря веса, которую вы когда-либо могли наблюдать в сочетании с натуральными продуктами.*

Вопрос: *Как это работает?*

Ответ: *Выбрав подходящий курс, вам достаточно принимать по 3 пастилки ежедневно независимо от приема еды, чтобы потерять желаемый вес. При этом продолжайте есть обычную пищу, и уже за 8 часов вы сможете потерять более чем 400 г.*

Вопрос: *Каков точный состав данного продукта?*

Ответ: *Это монопродукт, который состоит исключительно из одного вида морской водоросли. Именно в таком виде он имеет эффективное действие, и вы увидите результат на бедрах, животе, лице!*

Это революционное средство дает вам гарантию, что Вы получите ваш идеальный вес и фигуру и вернете интерес к жизни!

Закажите по телефону:
8 (495) 781-42-14
Отправьте СМС* с заказом на номер:
+7 (925) 007-30-03
Заказ по СМС и электронной почте:
rusbetaprotect@gmail.com
просим присылать в следующем формате: *кол-во товара, код продукта, цена, фамилия, имя, почтовый индекс, область, район, город, улица, номер дома, квартиры.*
Заказ онлайн на сайте:
www.ru.betaprotect.com

КУПОН ЗАКАЗА

Заполните купон и отправьте по адресу: 115088, г. Москва, а/я №88, ООО «Лаборатория клинической иммунологии»

☐ **Да, пожалуйста, вышлите мне курс Spirulina, указанный ниже.**

☐ *Пастилки Spirulina, программа на 30 дней (3 упаковки).*
Цена: 2999 руб.
Код продукта: 187 22 145.

☐ *Пастилки Spirulina, программа на 20 дней (2 упаковки).*
Цена: 2299 руб.
Код продукта: 187 22 144.

☐ *Пастилки Spirulina, программа на 10 дней (1 упаковка).*
Цена: 1399 руб.
Код продукта: 187 22 143.

Ф._____
И._____
О._____
Индекс _____
Область_____
Район _____
Город/село _____
_____
Ул. _____
Дом_____кв._____
Моб. тел._____

*Перед применением проконсультируйтесь со специалистом. Юр. адрес: 115088, г. Москва, ул. 2-я Машиностроения, д.17, стр. 1, этаж 1, ком. 33. ОГРН 1127746143425. Протокол испытаний №030412/17 от 10.04.2017. Декларация о соответствии № ЕАЭС N RU Д-RU.AE09.B.01389 от 11.04.2017г. *Стоимость СМС согласно тарифам вашего оператора связи. Заказывая продукт, я согласно Закону РФ «О защите персональных данных» соглашаюсь предоставить свои персональные данные ООО «Лаборатория клинической иммунологии», а также предоставляю разрешение на обработку моих персональных данных и доступ к ним третьих лиц, в границах и с целью выполнения моего заказа. Реклама. Не является БАД и лекарственным средством.*

Бабушка Оля

- Снимет порчу, родовое проклятие.
- Соединит распавшуюся семью.
- Вернет мужскую силу и придаст уверенности в себе.
- Очистит ауру, избавит от алкогольной зависимости.

Опыт работы - более 40 лет

ИСПРАВЛЯЮ ОШИБКИ других магов и гадалок

8-909-466-23-50

Спрашивайте газету «Оренбургская сударыня» в магазинах «Магнит»

ВАША ОТЧЕТНОСТЬ - В ГАЗЕТЕ

Газета «Оренбургская сударыня» предлагает организациям публикацию

- информации о торгах,
- бухгалтерской отчетности,
- проектно-сметной документации,
- объявлений о собрании акционеров.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ!

Т. (3532) 77-68-42, orsud@yandex.ru

БАБУШКА ГАЛИНА

- Ко мне обращаются, когда не осталось надежды и все силы на исходе.
- Помогу снять родовое проклятие, порчу, сглаз и многие другие недуги.
- Заговорю от вредных привычек.
- Сниму венец безбрачия.
- Помогу заговорами от испуга.

Кто-то говорит, а я делаю. Работаю на расстоянии!

Судьба не дело случая, а результат выбора

8-962-853-28-99

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

БЫСТРО, КАЧЕСТВЕННО, В СРОК

ОБНОВИМ ВАШ ПОТОЛОК

Бабушка Надежда

- Снимет порчу, родовое проклятие.
- Соединит распавшуюся семью.
- Вернет мужскую силу и придаст уверенности в себе.
- Очистит ауру, избавит от алкогольной зависимости.
- Снимет детский испуг, поможет вам и вашим детям.

Опыт работы - более 40 лет

8-961-529-97-54

Судьба не дело случая, а результат выбора

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ТеплЭко

ОБОГРЕВАТЕЛЬ С ЭФФЕКТОМ ГОРЯЧЕГО КИРПИЧА

Современный вариант русской печи от завода «ТеплЭко»

В старину русская печь занимала половину избы, требовала внимания и заботы, а за тепло заставляла человека поработать. Зато в доме было тепло и комфортно. Современная система центрального отопления избавила нас от необходимости растапливать печь и подкидывать дрова, но многие все же не отказались бы обзавестись хотя бы «буржуйкой».

Что ж, мечты сбываются! Не «буржуйкой», а целой русской печью сегодня может обзавестись каждый, при этом займет новая печь всего около *1 м² на стене*, не потребует дров и вообще какого-либо внимания, ее всего лишь надо включить в розетку.

Речь идет об экономичном обогревателе **«ТеплЭко»**, который сочетает в себе лучшие теплоносные характеристики кирпича русской печки и современные технологии, сделавшие его компактным и экономным.

МЕЧТЫ О ТЕПЛЕ

Во многих квартирах батареи то греют, то не греют. Если в мае квартирную «печку» можно отключить, в сентябре ее не включишь, так как отопительный сезон не начался. А еще иногда батареи засоряются… А еще падает давление в системе… А еще… Да мало ли отговорок мы слышали о том, почему в квартире становится холодно. Послушав о причинах похолодания, мы достаем обогреватели: масляные, тепловентиляторы, калориферы. Одни сушат воздух, другие угрожают пожаром, к третьим нельзя подпускать детей. В общем, мороки с ними не меньше, чем с громадной русской печью. При этом они еще крайне «прожорливы»: счет за электроэнергию лучше оплачивать с закрытыми глазами!

Обогреватель **«ТеплЭко»** разом решает все эти проблемы. Он представляет собой декоративную панель, внутри которой спрятан хромоникелевый нагреватель, залитый составом из кварцевого песка. **«ТеплЭко»** можно использовать как отдельно, так и создавать отопительные системы - количество обогревателей зависит от площади. Один обогреватель устанавливается на 9 квадратных метров, при условии стандартной высоты потолков. До требуемой температуры такая панель нагревается за 10-15 минут, а остывает, как плотная кирпичная стена - несколько часов.

«ТеплЭко» не сушит воздух, не сжигает кислород, пожаробезопасен (*так как* поверхность не нагревается более чем до 98 *градусов*), и в четыре раза экономнее обычного чайника (даже за сутки работы одна панель потребляет всего 2,5 *кВт* (при использовании терморегулятора). Номинальная мощность обогревателя: 400 Вт, размер: 600 мм*350мм*25мм, вес: 12 кг.

АКЦИЯ!
Цена на обогреватель «ТЕПЛЭКО» до 2 апреля всего
~~3900 р.~~ **2400 р.**

НАДЕЖНОСТЬ! Срок службы обогревателя - до **50 лет!** Гарантия - 5 лет

БЕЗОПАСНОСТЬ! Обогреватель абсолютно безопасен с точки зрения возникновения пожара

ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Тепло - это инфракрасные лучи, но не все из них безопасны для человека, только те, которые находятся в диапазоне излучения человеческого тела - от 6 до 20 мкм. Внешнее излучение с такими длинами волн наш организм воспринимает как свое собственное и интенсивно его поглощает. За счет этого в организме активизируется микроциркуляция крови, ускоряется метаболизм, улучшается самочувствие, исчезает усталость. Природный источник длинноволновых инфракрасных лучей - это солнце, а бытовой - русская печь, излучающая тепло, комфортное для организма. Обогреватели **«ТеплЭко»** используют естественные свойства кварцевого песка накапливать тепло, а затем долгое время отдавать его в длинноволновом инфракрасном диапазоне по принципу горячего кирпича. В отличие от всех других обогревателей, **«ТеплЭко»** не только безвреден, но и оказывает благотворное влияние на здоровье человека.

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ И НАДЕЖНЫЙ

Главное преимущество обогревателя **«ТеплЭко»** - его самостоятельность. Оптимальную температуру, которую он должен поддерживать в комнате, можно задать с помощью терморегулятора. *И все. Он будет работать, создавая атмосферу настоящего домашнего, «обжитого» уюта - когда можно играть с детьми на полу, спокойно спать, ворочаясь и раскрываясь, какие бы морозы не трещали за окнами.* Еще обогреватель **«ТеплЭко»** идеально подходит для дачи, гаража и офиса. Несколько обогревателей способны полностью заменить центральное теплоснабжение.

Завод **«ТеплЭко»** является единственным в России производителем энергосберегающих обогревателей из кварцевого песка высокой степени очистки. Купить обогреватель вы можете в нашем фирменном магазине или заказать доставку по телефону. А для установки обогревателя потребуется минимум сил и сноровки, три самореза и отвертка.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ! За счет кварцевого песка обогреватель излучает тепло в течение длительного времени

ЭКОНОМИЧНОСТЬ! При мощности 400 Вт потребляет не более 2-3,5 кВт/ч в сутки при использовании терморегулятора, КПД - 98%

И пусть простота обогревателя не вызывает сомнений в его долговечности. Как известно, все гениальное устроено довольно просто. И обогреватель **«ТеплЭко»** может работать практически вечно, ведь его нагревательные элементы не контактируют с воздухом и не окисляются. Гарантия 5 лет, срок эксплуатации не ограничен.

КОНТАКТЫ

Телефон компании «ТеплЭко»
8-800-333-03-35
(бесплатно по России)
Единственный в Оренбурге фирменный магазин компании «ТеплЭко»
расположен по адресу:
г. Оренбург,
ул. Салмышская, 58/1, пом. 7.
8 (3532) 48-65-18
8-901-096-08-78
Режим работы: пн.- сб. 10.00-20.00
Без обеда, воскресенье: выходной
www.tepleko.ru

6+

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 - 13 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 14 000 экз. Заказ №11/303.
Время подписания в печать по графику - 18 марта в 23.00.
Фактическое время подписания в печать - 18 марта в 23.00.