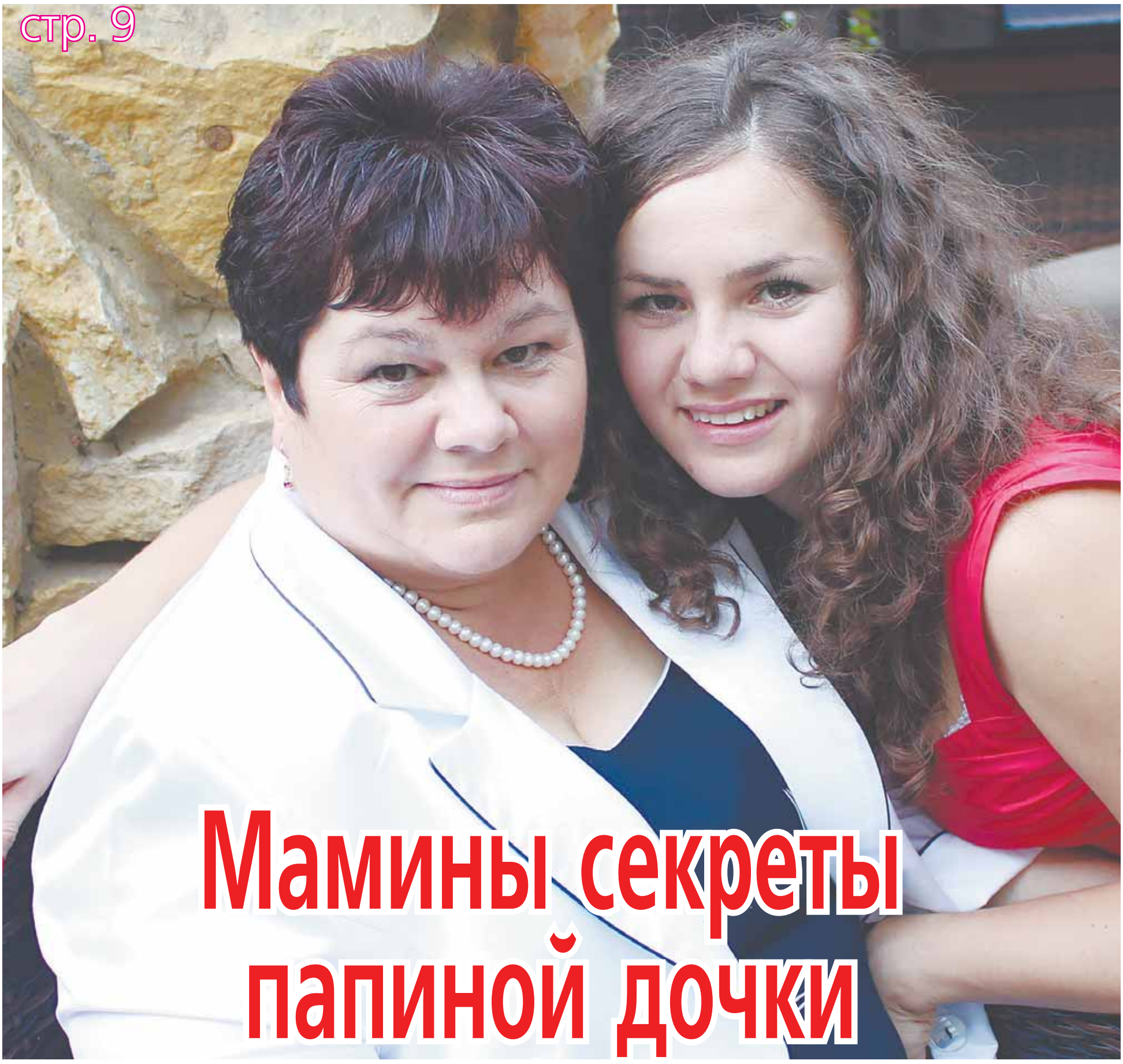
19 (1 245) 14.05.2019

ОРЕНБУРГСКАЯ
Сударыня
ЖЕНЩИНА, СЕМЬЯ, МАТЕРИНСТВО, ДЕТСТВО

стр. 9



Мамины секреты папиной дочки

Только с 16 по 26 мая стоимость подписки на газету
«ОРЕНБУРГСКАЯ СУДАРЫНЯ»
на II полугодие 2019 года снижена почти на 20%*
*Только в почтовых отделениях

МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ
* консультации по использованию
* полное юридическое сопровождение
944-664
100% одобрение Пенсионным фондом
Общество с ограниченной ответственностью «КРЕДИТГРУПП»

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 20, 21, 22, 23 мая.

Предварительная запись по тел. 46-45-25.

Федеральная компания «Полезный юрист».

ПРАЗДНИК

Защитники Родины получили деньги

По Указу Президента РФ Владимира Путина всем участникам Великой Отечественной войны полагается ежегодная выплата в размере 10 тысяч рублей.

В Оренбургской области в настоящее время проживают 696 участников и инвалидов ВОВ. Все они накануне 9 Мая получили материальную поддержку. Не остались без внимания и другие категории граждан, имеющих статус ветерана Великой Отечественной войны. Среди них 14 619 тружеников тыла, 4 089 вдов участников ВОВ, 146 бывших несовершеннолетних узников фашистских концлагерей. Всем им выплачено по 500 рублей из областного бюджета. Кроме того, ветеранам вручены памятные подарки и продуктовые наборы за счет средств муниципальных бюджетов или спонсорских денег.

В канун Дня Победы и фронтовиков, и тех, кто ковал победу в тылу, по традиции поздравил глава региона. Открытки за подписью Дениса Паслера виновникам торжества доставили работники учреждений социальной защиты.

Марина ПЕТРЕНКО.

Цветов будет больше

Клумбы на улицах Оренбурга начали заполняться декоративными растениями. Общее количество цветов в этом году увеличится примерно на 10-15 % по сравнению с прошлым годом.

Общая площадь цветочных насаждений в Оренбурге в этом году составит более 60 000 м². На ней будет высажено более миллиона различных декоративных растений.

Областной центр станет наряднее в основном за счет освоения новых зон. Впервые будут разбиты клумбы, например, на проезде Северном, на улице Донгузской под мостом, на пересечении проспекта Победы и улицы Полигонной и в других местах.

- Увеличение количества цветов произойдет и за счет изменения форм и площадей некоторых клумб. Кардинально изменятся и расширятся цветники на кольцевой развязке в районе улиц Маршала Жукова и Ленинской, на пересечении улиц Чкалова и Степана Разина, - рассказывает главный специалист отдела благоустройства администрации Южного округа Светлана Самарская.

Традиционно первыми на городских улицах расцвели тюльпаны. Но совсем скоро им на смену придет яркая петуния. Ближе к июню будут высажены декоративная капуста, колеус, виола, роза, пеларгония, бархатцы, цинния. Впервые в этом году на клумбах появится капризная бегония.

Значимой составляющей в оформлении города этим летом останутся около 3 000 вертикальных и горизонтальных кашпо и бетонных вазонов. Их уже начали устанавливать на пр. Победы и Дзержинского, на ул. Терешковой, Брестской, Родимцева, Салмышской и Цвиллинга.

Заставят удивиться горожан и новые дизайнерские находки типа цветочной композиции в виде дамы в кружевах, созданной по мотивам повести А. С. Пушкина «Капитанская дочка».

Помимо цветов, в Оренбурге планируется и глобальная высадка нескольких тысяч деревьев и кустарников. Причем не только привычных глазу, но и экзотических. Наряду с липами, березами, дубами и каштанами совсем скоро зеленеют кизил, туя, барбарис и абрикос.

Представители администрации Оренбурга и коммунальных служб просят горожан бережно относиться к насаждениям. Вандалов, срывающих и выкапывающих розы, в последние годы стало меньше, а вот число любителей украсить свой участок цветущим кашпо, к сожалению, увеличивается.

Марина СЕНЧЕНКО.

ПРОИСШЕСТВИЯ

Лжеминеры в ударе

Накануне Дня Победы в Оренбурге была остановлена работа нескольких крупных торговых центров.
Причина - сообщения о заложенных в местах массового скопления людей взрывных устройствах.
Эвакуировать людей пришлось из ТРЦ «Север», ТЦ «Кит», ТК «Три мартышки» и ТЦ «Любимый».
В ходе обследования зданий опасных веществ и предметов обнаружено не было.
8 мая волна лжеминирований в очередной раз прокатилась по всей России. Угрозы взрывов нигде не подтвердились. Виновные пока не выявлены.

Обвиняется декан

Суд Центрального района Оренбурга приговорил к наказанию декана исторического факультета педагогического университета.
Доказано 37 эпизодов преступления коррупционного характера.
Денежное вознаграждение декан получал от студентов за выставление оценок без сдачи экзаменов.
За это бывшему преподавателю предстоит провести 3,5 года в колонии с выплатой штрафа в размере одного миллиона рублей.

Пострадал ребенок

В Орске проводится проверка по факту травмирования двухлетней девочки.
Она была доставлена в больницу без указательного пальца левой руки. В ходе следствия установлено, что взрослые не уследили за ребенком. Малышка просунула руку через отверстие в заборе. Находившаяся в соседнем дворе собака откусила девочке указательный палец.

Ангелина МАЛИНИНА.

УСПЕХ

Татарский знаем лучше всех

Оренбургские школьницы стали призерами VII Международной олимпиады по татарскому языку и литературе.

Наш регион на мероприятии представляли восемь человек. Лучшие результаты показали ученица 11 класса школы села Татарская Каргала Сакмарского района Эльза Ибрагимова и девятиклассница Николькинской школы Абдулинского городского округа Светлана Каримова.

Эльза Ибрагимова с первого класса учится на отлично и каждый год принимает участие в олимпиадах по различным предметам. Является призером регионального этапа областной олимпиады школьников по татарскому языку и литературе в 2018 году. Кроме того, девочка на отлично окончила музыкальную школу, проявляет повышенный интерес к биологии, химии. Является губернаторской стипендиаткой 2017/2018 учебного года.

Подготовила призера учитель татарского языка и литературы Хафиза Ягфарова.

Светлана Каримова изучает родной татарский язык и историю Татарстана с большим желанием. Девочка бережно относится к национальным обычаям и традициям своего народа, играет в драматическом театре «Нур» села Абдрахманово. Увлекается русской и татарской литературой.

Светлана - отличница в школе. Ее девиз: «Чему бы ты ни училась, ты учишься для себя». Любит вязать цветы из разноцветных ниток, рисовать, увлекается сольным пением, играет на гитаре, танцует, возглавляет школьную волейбольную команду.

Светлана дважды становилась победителем муниципального этапа областной олимпиады школьников по татарскому языку и литературе, в 2018/2019 учебном году стала победителем областной и межрегиональной олимпиад по этому предмету.

Инга ПРОХОРОВА.

Прогноз погоды

	СРЕДА, 15.05	ЧЕТВЕРГ, 16.05	ПЯТНИЦА, 17.05	СУББОТА, 18.05	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19.05	ПОНЕДЕЛЬНИК, 20.05	ВТОРНИК, 21.05
Бузулук	+16...+26	+16...+27	+18...+32	+18...+30	+20...+32	+18...+27	+15...+19
Оренбург	+19...+26	+17...+26	+17...+28	+19...+29	+20...+31	+20...+30	+20...+26
Орск	+16...+26	+17...+26	+16...+24	+19...+29	+18...+32	+22...+34	+21...+28

Кому нужна страховка от клещей?

Во всех почтовых отделениях Оренбургской области поступили в продажу страховые полисы «Антиклещ». Их обладателями уже стали более 300 человек. Насколько оправданны подобные траты?

Страховые полисы «Антиклещ» не предусматривают денежных выплат пострадавшим. Они лишь гарантируют некоторые медицинские услуги, которые можно получить только на установленную сумму и только в конкретных учреждениях.

Полис добровольного страхования «Антиклещ» напоминает открытку. На наружной стороне - информация о том, что обладателю этого документа гарантированы амбулаторно-поликлиническая помощь при укусе клеща, неотложная и экстренная госпитализация в случае острого заболевания клещевым энцефалитом, а также реабилитационно-восстановительное лечение. Оформить полис можно не только на почтовом отделении, но и на дому. Стоимость годовой страховки - 390 рублей.

Программу «Антиклещ» активно рекламируют и страховые компании, работающие на территории Оренбургской области. Но медики не рекомендуют торопиться с оформлением.

- Приобретение любого полиса добровольного медицинского страхования - личное дело каждого. Как врач, я приветствую желание оренбуржцев получить дополнительные гарантии в определенных ситуациях. Однако затраты на страховую программу «Антиклещ» в нашем регионе вряд ли оправданны. Ведь практически весь необходимый перечень медицинских услуг при укусе клеща можно получить бесплатно в рамках ОМС. Наверное, данное предложение более актуально для жителей Сибири, где существует проблема дефицита противоклещевого иммуноглобулина, - рассуждает главный эпидемиолог Оренбургской области Галина Зебзеева.

Собственные средства в размере от 250 до 1 000 рублей оренбуржцам придется потратить лишь на исследование клеща. Оплата зависит от спектра инфекций, наличие или отсутствие которых устанавливает лаборатория. Следует помнить, что самый дешевый полис «Антиклещ» эти расходы также не покрывает.

- Многие страховые компании, продвигая свои услуги, сознательно вводят потребителей в заблуждение. Потому при оформлении договора добровольного медицинского страхования нужно внимательно читать все пункты и не стесняться уточнять, какую именно помощь гарантирует полис, - объясняют специалисты Управления Роспотребнадзора по Оренбургской области.

Марина СЕНЧЕНКО.

В Оренбургской области работает горячая линия по вопросам профилактики клещевого энцефалита. Консультирование осуществляется круглосуточно операторами Единого консультационного центра Роспотребнадзора по телефону 8 (800) 555-49-43 (звонок бесплатный). Телефон будет работать до 15 мая.
Всего с начала сезона от клещей уже пострадали более 700 жителей Оренбуржья, треть из них - дети. Более чем в половине случаев присасывание паразитов произошло во время отдыха на природе. Заболевших энцефалитом или боррелиозом в регионе пока нет. Однако в Бузулуке обнаружен первый зараженный энцефалитом клещ.

ИЗ ЖИЗНИ ОБЛАСТИ

История войны вызывает интерес

Участие во Всероссийской акции «Диктант Победы» приняли более 2 000 жителей Оренбургской области.

Региональным оргкомитетом были утверждены 43 площадки для проведения диктанта. Все они расположились в пунктах сдачи единого государственного экзамена. Самыми активными стали жители Октябрьского района, Сорочинского городского округа и Орска.

В акции приняли участие не только школьники и студенты, но и их родители, бабушки и дедушки.

Заполненные бланки сейчас сканируются в региональном центре обработки информации. Все бланки будут номерными и машиночитаемыми. Потом их введут в компьютерную систему, которая автоматически проверит ответы и подведет итоги.

Результаты «Диктанта Победы» станут известны накануне Дня России, 12 июня.

В Оренбуржье – нашествие вредителей

На территории нашего региона отмечается массовый лет бабочек капустной моли. Насекомое представляет опасность для многих сельскохозяйственных культур.

Сами бабочки вред растениям и их плодам не наносят. Поедает урожай их потомство, которое вылупляется из яиц. Появившись на свет, гусеницы (личинки) капустной моли начинают питаться листьями, завязями и почками. Обычно хватает пары дней, чтобы погубить растение. Нашествие гусениц ожидается во второй-третьей декаде мая. Они угрожают капусте и всем крестоцветным - турнепсу, рапсу, горчице, редису, редьке, брюкве.

Без своевременного уничтожения вредителя аграрии рискуют остаться без урожая.

Музей Ростроповичей возрождается

В 2018 году дом семьи Ростроповичей в Оренбурге на улице Зиминской, 25, приобрел статус областного и теперь является структурным подразделением Оренбургского областного музея изобразительных искусств.

В настоящее время ведется активная работа по наполнению фонда, совместно с архивариусом семьи Ростроповичей идет поиск информации для составления генеалогического древа именитой музыкальной династии, подбираются предметы интерьера.

Важный этап в формировании музейного пространства - разработка архитектурного проекта реконструкции самого дома Ростроповичей. Этой работой занимается дизайнерская компания из Москвы. Свое видение предлагают и оренбургские специалисты, в том числе преподаватели и студенты кафедры дизайна Оренбургского государственного университета.

В период реконструкции дома-музея Ростроповичей оренбуржцам представляются передвижные творческие проекты. Например, в фойе здания областной филармонии работает фотовыставка «Мстислав Ростропович - маэстро Евразии». С редкими кадрами из личного архива великого музыканта уже познакомились участники открытия проекта «Лето в парке» в Оренбурге.

Инга ПРОХОРОВА.

ОПРОС

Пользуетесь ли вы «Госуслугами»?

Система работы государственных структур по принципу одного окна работает в Оренбургской области ровно 10 лет. Мы спросили у читателей, зарегистрированы ли они на портале «Госуслуги», какими услугами пользуются и как оценивают работу сервиса.

Марина КАРШИГАЛИЕВА, пенсионерка, г. Оренбург:
- Читаю на «Госуслугах» вопросы и ответы. Дочка помогает с сайтом. Она активно им пользуется. Говорит, что очень удобно. Получает извещения о состоянии лицевого пенсионного счета, по электронному дневнику следит за успеваемостью ребенка. Слышала, с помощью портала можно даже сдать налоговую декларацию и записаться к врачу.

Виктория ГОРБУНОВА, предприниматель, с. Нижняя Павловка Оренбургского района:
- Зарегистрированы всей семьей. Очень удобно. Личная информация внесена, это экономит время при обращении в госучреждения. Мы меняли водительское удостоверение, регистрировали автомобиль, оформляли пенсии родителям, ведем контроль за начислением и уплатой налогов.

Илида КОПЫЛОВА, работающая пенсионерка, г. Оренбург:
- Попробовала зарегистрироваться на «Госуслугах». Мне нужно было для оформления пенсии. Оказалось, что надо еще подтвердить эту регистрацию. Пошла в налоговую, там сказали, что они ничего не подтверждают. Я и махнула рукой на все это. Когда действительно потребуется, придется в МФЦ идти подтверждать запись.

Алексей ФЕДУРИН, сборщик мебели, г. Оренбург:
- Я не зарегистрирован на «Госуслугах». Считаю, что это придумано, чтобы власть не выполняла свою работу. Всех добровольно-принудительно заставляют регистрироваться. У меня нет желания способствовать достижению красивых показателей. У нас вся страна так живет - от одного красивого и неправдивого отчета до другого такого же.

Марина КОРЧАК, воспитатель, г. Оренбург:
- Уже не раз пользовалась порталом госуслуг. Оформляла землю и дом, права водительские продлевала. Все отлично и быстро, с оплатой все очень четко поставлено. Девочкам, работающим на «Госуслугах», огромное спасибо! Очень умные, грамотные, настоящие профессионалы.

Лариса ИНОЗЕМЦЕВА, домохозяйка, г. Оренбург:
- Я только недавно зарегистрировалась, потому что паспорт нужно было менять. Вот только ничего с этим не вышло, так как я оформилась по истечении пяти дней со дня рождения. Оказывается, опоздала. Теперь не пользуюсь порталом. К врачам хожу редко, а дневники проверять уже не у кого.

Подготовила Ксения КОРНИЛОВА.

№19 (1 245) 14.05.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Каждое утро Евгения Рыбина с приветливой улыбкой встречает детей - такой ее знают и любят дошколята.

ПРОФЕССИОНАЛЫ

Лучший воспитатель живет в Соль-Илецке

Подведены итоги первой региональной олимпиады среди воспитателей «Лучший знаток дошкольного детства». Победителем этого необычного конкурса профмастерства стала Евгения Рыбина из Соль-Илецкого городского округа.

Евгения Рыбина работает в сфере образования шестой год. Четыре из них - в детском саду №12 «Звездочка». Главный секрет педагогического мастерства Евгения Викторовна поняла с первых дней работы: если хочешь, чтобы малыши тебя искренне любили, надо стать им другом. И у молодого педагога это получилось.

Работать с маленькими детьми Евгения мечтала, когда сама еще в школе училась. Потому и поступила в педагогический университет. После окончания вуза начала работать в социальном приюте для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Когда учреждение закрыли, Евгения Викторовна пришла в детский сад.

- С малышами очень интересно: они такие доверчивые, эмоциональные, искренние и открытые! Я прямо многодетной мамой себя чувствую, - улыбаясь, рассказывает Евгения Рыбина.

Педагог признается, что мысли о работе ее не покидают никогда. Дома она планирует новый день так, чтобы он запомнился детям. А дошколята наперебой делятся с любимым воспитателем своими проблемами, радостями и огорчениями.

Готовиться к конкурсу Евгении Викторовне помогал весь коллектив детского сада. И не напрасно. На муниципальном этапе воспитателя из «Звездочки» признали лучшей из 72 участников. Успешно выступила Евгения Рыбина и на зональном этапе в Октябрьском районе. Вошла в пятерку лучших и получила путевку в финал.

На заключительном этапе Евгении Рыбиной пришлось работать с подготовительной группой. Свое занятие она посвятила правилам дорожного движения и смогла удержать интерес детей на протяжении всего времени общения.

Результатом стали победа в конкурсе и приз зрительских симпатий.

- Такие конкурсы стимулируют, побуждают искать новые формы работы, - считает «лучший знаток дошкольного детства» Евгения Рыбина.

Ирина ФООС.

177 лет на двоих

Оренбурженка Нона Александровна Новохатская в феврале отметила свой 90-летний юбилей. Ее родная сестра Вена Александровна Кривицкая на два с половиной года младше. Своего возраста женщины не скрывают и охотно делятся секретами долголетия.

В настоящее время Нона Александровна Новохатская и Вена Александровна Кривицкая отдыхают в пансионате «Марсово поле». Читают, гуляют, посещают кружки, стараются не пропускать ни одной оздоровительной процедуры.

Необычные имена сестрам дал дед. В небольшом селе Дубовая роща Новосергиевского района документы в те далекие годы не оформляли, вот и съездил дед в район, сам девочек записал. Мама же, Мария Андреевна, всегда называла дочерей русскими именами: Нону - Валентиной, Вену - Верой.

На судьбу свою сестры никогда не роптали, хоть и несладко порой приходилось. Вместе со всей страной пережили голод 1932-1933 годов, выстояли в войну.

Отца, работавшего лесником, забрали на фронт в конце 1941-го. Уходил, попрощался с дочерьми да сыном и приказал жене его дожидаться, детей да лошадь беречь. И она дождалась. Больше полувека супруги вместе прожили.

- Мама у нас трудолюбивая, энергичная была. Успевала и с работой справляться, и хозяйство содержать. Хоть и не разрешали тогда скотину резать, мама втайне от всех заколола овцу, чтобы нас, детей, мясом иногда подкармливать. А мы и хлеб с картофельными очистками за обе щеки уплетали. От голода спасали огород, грибы да ягоды в лесу. Себе набирали и с соседями делились, - вспоминает Нона Александровна.

Работать Нона начала еще до войны. Каждое лето на колхозных полях свеклу полола. А когда мужчин в селе не осталось, вместе с другими детьми еще и на току приходилось работать. Молотилка одна была, простаивать ей не давали, а потому, меняясь, трудились днем и ночью. И самым счастливым для сестер Ноны и Вены, как и для всей страны, стал День Победы.

УЧЕНИЕ С УВЛЕЧЕНИЕМ

Ни плохонькая одежонка, ни старенькая обувка, ни холод, ни расстояния не могли отбить у девчонок жажду знаний. Их мама в селе считалась самой образованной, помогала учителям, бывшим школьницам, разобраться со сложными задачками. И детей своих приучила к чтению. Бережно передавали они друг другу в буквальном смысле слова зачитанные до дыр книжки, которые только удавалось достать. Учились в соседней Покровке и раз в две недели ходили домой за 15 км помыться в бане, а потом снова в школу. Не было тетрадок - писали на газетах между строк.

Нона и Вена учились хорошо, с легкостью поступили в педагогический институт в Оренбурге. Одна на факультет химии и естествознания, другая - на факультет географии и естествознания.

РАБОТА БЕЗ ОТДЫХА

После института Нона по распределению попала в Кувандык. Позже к ней приехала и сестра. Старшая работала учителем в школе, затем журналистом, младшая устроилась лаборантом на криолитовый завод. По деревенской привычке обе держали коров, сажали огороды.

- Главный секрет долголетия - физическая работа на свежем воздухе, - уверена Вена Александровна. - Один сенокос чего стоил! На весь год такую закалку давал.

Да и лето сестры предпочитали проводить не на юге, хотя и там бывали, а в гостях у мамы, которая дожила до 90 лет. Помогали ей с хозяйством управляться.

Позже Нона с мужем уехала в Оренбург, а Вена так и осталась с семьей в Кувандыке.

После выхода на пенсию Нона Александровна с Марленом Ефимовичем перебрались в деревню. Обзавелись большим хозяйством, занялись пчеловодством. И почти 16 лет получали настоящее удовольствие от сельского труда. Вернуться в Оренбург только болезнь Марлена Ефимовича заставила.

И сейчас, в свои 87 и 90 лет, сестры не позволяют себе расслабляться. Мужей уже обе похоронили, дети разъехались, а они вдвоем хлопочут по хозяйству. Походы за продуктами - за Веной, уборка - за Ноной. Готовят вместе или по очереди, как захочется. И услугами соцработников пока не пользуются. Вена Александровна успевает еще и правнуков понянчить при необходимости, и рассаду для семьи сына выращивает.

И о зарядке сестры не забывают. Каждый день в шесть утра начинают с гимнастики для рук, поворотов головы, разминки стоп, а потом уже к делам приступают. Стараются больше двигаться и считают, что сидеть без дела вредно.

НА СТОЛЕ – ПРОСТЫЕ БЛЮДА

С детства привыкшие к деревенской пище сестры-долгожители и сейчас заморским деликатесам предпочитают самые обычные блюда. В их рационе много овощей, хотя от мяса они совсем не отказываются. Очень любят творог и молоко, а уж без ряженки ни один вечер не обходится. По мнению Ноны Александровны, именно такая молочно-творожная диета помогает сохранить кости крепкими. Сколько раз падала в своей жизни - ни одного перелома не получила.

Особое место на столе мед занимает. Когда сами держали пасеку, свой мед ели, сейчас покупают. И едят его хоть с чаем, хоть с огурцом...

К ЛЮДЯМ – С ДОБРОМ

Одна из главных составляющих здоровья, по общему мнению сестер, - душевное спокойствие и добрые сердца.

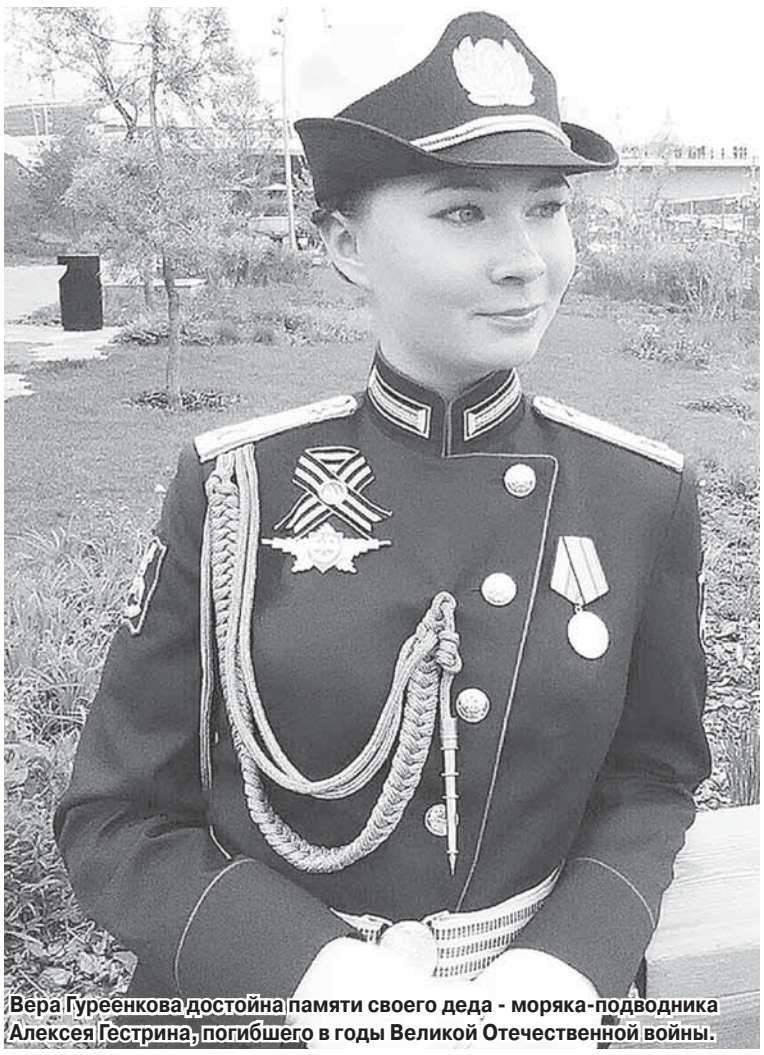
- Мы зла никогда ни на кого не держали, - признается Нона Александровна. - Я даже ругаться и шуметь не умею. Старикам всегда помогали. И сейчас, если о помощи кто просит, не отказываем.

- Видно, видит Бог наше отношение к людям и желание работать... И дает здоровье, - добавляет сестра.

Надежда ТЕРЕХИНА.

В парадном строю – оренбургские девчонки

Выпускница физико-математического лицея г. Оренбурга Вера Гуреенкова торжественным маршем прошла по Красной площади 9 мая. Такой чести девушка удостоена за успешную учебу в Тверской военно-космической академии.



Вера Гуреенкова достойна памяти своего деда - моряка-подводника Алексея Гестрина, погибшего в годы Великой Отечественной войны.

Вера Гуреенкова - первокурсница. Как говорится, отличник боевой и политической. Не случайно командиры доверили ей в числе других 69 девушек представлять академию на главной площади страны. Причем курсанты этого учебного заведения участвовали в параде впервые.

- После нашего физико-математического лицея учиться мне совсем не сложно. Физическая нагрузка, конечно, колоссальная. Но я справляюсь. И теперь точно знаю, что главное - сила духа, - говорит Вера.

Твердость характера помогла девушке справиться и с колоссальными нагрузками, связанными с подготовкой к параду. Тренироваться курсанты военно-космической академии начали еще в декабре. Сначала ходили строем у себя на площади, в марте прибыли в Москву и начали репетировать на территории Московского высшего общекомандного училища. Три раза в неделю выезжали на полигон в Алабино. Часами оттачивали каждую мелочь: поворот головы, взмах руки, ширину шага, улыбку… Репетиции казались бесконечными. Дневные, ночные… И никто не роптал. Все понимали, какая ответственность на них лежит.

В день парада девчонок разбудили в 4.00. В 6.00 все уже сидели в автобусах, в 7.30 прибыли на Красную площадь. Парад начался в 10.00. Коробка за коробкой участники шагали перед трибунами ветеранов, перед министром обороны, перед главой государства.

- Волнения не было. Думала только о том, чтобы не сбиться в шаге, выдержать равнение, - рассказывает Вера.

Девушка признается, что 9 мая 2019 года навсегда останется самым ярким днем в ее жизни. Ведь она с детства мечтала побывать в Москве и погулять по Красной площади. И вот оказалась в сердце нашей родины. Причем не просто погуляла, а навсегда вписала свое имя в историю России.

Родители Веры Гуреенковой гордятся своей умной и красивой девочкой и считают, что участие в параде - большой аванс, выданный ей судьбой. Теперь с их дочери особый спрос. На нее ж вся страна смотрела!

В Твери участниц парада встречали как настоящих героев. На железнодорожном вокзале играл военный оркестр. Девчонок приветствовал заместитель начальника академии генерал-майор И. П. Чуркин. Он поблагодарил курсантов за успешное выполнение государственной задачи. Всем девушкам были вручены цветы, а одна из них прямо на вокзале получила предложение руки и сердца от своего возлюбленного.

Всего в параде на Красной площади в этом году приняли участие 54 оренбуржца. Все они - курсанты военных академий и ребята, проходящие службу в Московском гарнизоне.

Елена АКИНЯЕВА.

ОБРАЗОВАНИЕ

Для ловких и смелых – «Зарница»

В частном образовательном учреждении «Центр образования на Марсовом поле» впервые проведена военно-спортивная игра «Зарница».

На импровизированном плацу школьного стадиона выстроились восемь отрядов. В каждом - по 10-12 ребят разного возраста. У каждой команды свое название, девиз. Командующий ставит перед «бойцами» задачу - обезвредить противника, завладеть важными документами и доставить их в «штаб». Задания были продуманы таким образом, чтобы активное участие в их выполнении принял каждый член команды. Например, метким попаданием необходимо было подбить «танк» противника, обнаружить и обезвредить «мины», пройти через «болото», доставить «боеприпасы» бойцам своего отряда для подкрепления, расшифровать важное сообщение… И, наконец, приготовить походный обед на время.

- Мне понравились все этапы игры. Вплоть до музыкального конкурса, в котором мы вспомнили и напели тринадцать военных песен. Но интереснее всего было оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему, - делится впечатлениями восьмиклассник Максим Гончаров.

По результатам игры каждая команда стала победителем в какой-либо номинации.

Военно-спортивная игра «Зарница» - это лишь одно из мероприятий, посвященных 74-й годовщине празднования Дня Победы, которые прошли в частной школе на Марсовом поле.

Конкурс рисунков и стихов на военную тему, интегрированный урок «Читаем о войне», участие в городском мероприятии «Вальс Победы»… Все это расширило представления детей о Великой Отечественной войне и ее героях. Ребята активно включились в патриотический марафон, с гордостью рассказывали о своих прадедах, показывали одноклассникам семейные реликвии. Например, первоклассник Егор Зеврешинский принес в школу газету «Правда» от 10 мая 1945 года.

Для решения поставленных задач ребятам предстояло преодолеть полосу препятствий, проявив при этом силу, ловкость, смекалку и мужество.

- Мужеством исполнены страницы истории нашей родины. Высочайшей вершиной этого мужества была Великая Отечественная война. Мы стараемся воспитывать у детей любовь к родине, гордость за ратные и трудовые подвиги соотечественников, уважение к живущим рядом ветеранам войны, - отмечает директор ЧОУ «Центр образования на Марсовом поле» Ольга Левченкова.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

ИНИЦИАТИВА

Память увековечена

В Медногорске накануне Дня Победы установлена мемориальная доска, посвященная подполковнику милиции в отставке Александру Гусарову, много лет возглавлявшему местный отдел внутренних дел.

Небольшому одноэтажному дому на улице Школьной уже более шести десятков лет. Именно в нем еще совсем недавно жил подполковник милиции Александр Гусаров. Восемь лет он руководил Медногорским ГОВД и немало сделал для поддержания правопорядка, безопасности и спокойствия горожан.

Начинал работу оперуполномоченным в органах НКВД, завершил - подполковником милиции. За безупречную службу Александр Гусаров награжден орденом Красной Звезды, орденом Отечественной войны II степени, медалью «За боевые заслуги». До 98-го дня рождения Александр Леонтьевич не дожил всего несколько часов...

Памятная доска на доме, где много лет жил сотрудник органов внутренних дел, установлена по инициативе Совета ветеранов УМВД по Оренбургской области при содействии регионального Управления МВД России и администрации Медногорска.

Торжественное событие совпало со 105-летием со дня рождения Александра Гусарова. На открытии собрались весь личный состав МО МВД России «Кувандыкский», почетные гости из Тоцкого, где довелось служить ветерану, а также сын и правнучка героя. О ветеране милиции было сказано немало теплых слов, ведь для многих присутствующих он был наставником, другом и старшим товарищем. В семейном архиве Гусаровых хранятся его фотографии с Георгием Жуковым, Юрием Гагариным, Никитой Хрущевым и многими другими известными людьми.

Сейчас в доме на улице Школьной живет сын Александра Леонтьевича - Владимир Гусаров. Он вернулся в родное гнездо, где провел лучшие годы своей жизни, после выхода на заслуженный отдых.

- Очень трогательно, что сотрудники органов внутренних дел сделали доброе дело, увековечили память моего отца. Спасибо председателю Совета ветеранов Василию Ивановичу Гугину, который даже книгу о нем написал, - говорит Владимир Александрович Гусаров.

Обычный дом на улице Школьной стал в Медногорске достопримечательностью. Памятный знак будет напоминать горожанам о благородном человеке, много лет стоявшем на защите правопорядка, - о подполковнике милиции Александре Гусарове.

Ирина ФООС.

№19 (1 245) 14.05.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

НОВОВВЕДЕНИЕ

Вниманию работодателей!

28 января 2019 года вступили в силу изменения в Правила финансового обеспечения предупредительных мер по сокращению производственного травматизма и профессиональных заболеваний работников и санаторно-курортного лечения работников, занятых на работах с вредными и (или) опасными производственными факторами.

Изменениями расширен перечень и добавлено новое мероприятие - санаторно-курортное лечение работников не ранее чем за пять лет до достижения ими возраста, дающего право на назначение страховой пенсии по старости, в соответствии с пенсионным законодательством. Предусмотрена возможность увеличения объема средств, направляемых работодателем на финансовое обеспечение предупредительных мер, - до 30% сумм страховых взносов на обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний, начисленных за предшествующий календарный год, за вычетом расходов, произведенных в предшествующем календарном году.

Скорректирован также пункт правил, которым определен перечень документов, представляемых работодателем для получения финансового обеспечения. В случае включения в план финансового обеспечения предупредительных мер мероприятия, предусмотренного правилами, страхователь дополнительно представляет:

- копию справки для получения путевки на санаторно-курортное лечение (форма № 070/у) при отсутствии заключительного акта;
- списки работников, направляемых на санаторно-курортное лечение, с указанием рекомендаций, содержащихся в справке по форме № 070у, при отсутствии заключительного акта;
- копию документа, удостоверяющего личность работника, направляемого на санаторно-курортное лечение;
- письменное согласие работника, направляемого на санаторно-курортное лечение, на обработку его персональных данных.

С заявлением о финансовом обеспечении предупредительных мер работодатель должен обратиться в территориальный орган Фонда социального страхования РФ по месту своей регистрации в срок до 1 августа текущего календарного года.

Заявление с прилагаемыми к нему документами (копиями документов) и сведениями может быть представлено работодателем либо его доверенным лицом на бумажном носителе или в электронном формате.

Получить оперативную консультацию специалистов Оренбургского регионального отделения ФСС РФ можно по телефону 8 (3532) 47-50-59, на сайте www.fss.orenburg.ru через сервис «Задать вопрос» в разделе «Консультации», а также в официальных группах в социальных сетях: vk.com/orenburg_fss, instagram.com/orenburg_fss.

ГУ - Оренбургское региональное отделение Фонда социального страхования РФ.

ПРАВОСУДИЕ

Наказаны супруги

В Оренбурге пресечена незаконная реализация спиртосодержащей жидкости. Муж и жена изготавливали алкоголь в собственном гараже.

Предприимчивые оренбуржцы закупали спиртосодержащую жидкость для наружного применения на территории другого региона, затем разбавляли ее водой и разливали по бутылкам. Подпольный «магазин» работал прямо в квартире. Он обслуживал в основном асоциальных граждан. Зелье продавалось по цене 90 рублей за бутылку.

Из незаконного оборота полицейские изъяли 332 тары объемом от 0,5 до 10 литров и 4 бочки объемом по 120 литров каждая - всего 1 690 литров жидкости.

В отношении 58-летнего мужчины и 61-летней женщины возбуждено уголовное дело. Им грозит до трех лет лишения свободы.

АКЦИЯ

А ты проверился на СПИД?

Оренбуржье шестой раз присоединилось к Всероссийской акции «Стоп ВИЧ/СПИД». Главная цель мероприятия - увеличить количество людей, знающих свой ВИЧ-статус.

С 13 по 19 мая каждый житель Оренбургской области сможет пройти бесплатное обследование на антитела к ВИЧ в центрах профилактики и борьбы со СПИДом, а также в территориальных поликлиниках. Кроме того, в Оренбурге, Орске, Новотроицке, Бузулуке и Шарлыке будут развернуты мобильные пункты экспресс-тестирования.

Марина ПЕТРЕНКО.

Если у вас есть имущество...

О налоговом уведомлении образца 2019 года, о сроке уплаты имущественных налогов и порядке предоставления льгот корреспондент «ОС» беседует с начальником ИФНС России по Центральному району г. Оренбурга Эдуардом Комаровым.

Эдуард Комаров: «Все льготы имеют заявительный характер. При этом гражданам необязательно представлять подтверждающие документы. Налоговый орган самостоятельно запросит все необходимые сведения».

- Эдуард Вячеславович, как выглядит налоговое уведомление?

- Налоговое уведомление - это официальный документ с регистрационным номером и указанием даты создания.

Форма налогового уведомления в 2019 году предусматривает сведения (реквизиты платежа) для перечисления налогов в бюджетную систему Российской Федерации, что отменяет необходимость направления с налоговым уведомлением платежных документов.

- Как осуществляется доставка налогового уведомления?

- Пользователям сервиса «Личный кабинет налогоплательщика» уведомление направляется в электронном виде. Чтобы получить уведомление, необходимо зайти в свой личный кабинет с помощью логина и пароля или учетной записи Единого портала государственных и муниципальных услуг, подтвержденной в центрах авторизации Единой системы идентификации и аутентификации. Если налогоплательщик не является пользователем личного кабинета, налоговое уведомление на бумажном носителе направляется ему заказным письмом. Получить налоговое уведомление лично можно в инспекции по месту жительства или по месту нахождения объекта.

- Что означает информация «Сумма начислений менее 100 рублей» и «Начисления отсутствуют в соответствующем периоде»?

- В случаях, когда сумма начислений составляет менее 100 рублей, уведомление не направляется. Налогоплательщик получит документ в следующем году, если начисления будут более 100 рублей, либо с расчетом налогов за три года.

Начислений может не быть, если в инспекцию не поступили сведения из регистрирующих органов о возникновении права собственности на объекты налогообложения. У налогоплательщика есть обязанность однократно сообщить о таких случаях.

- В какой срок уведомление направляется налогоплательщику?

- Налоговое уведомление в обязательном порядке направляется не менее чем за 30 рабочих дней до наступления срока уплаты налога. Учитывая, что 1 декабря 2019 года приходится на воскресенье, срок уплаты имущественных налогов в 2019 году истекает 2 декабря.

- Если налогоплательщик сам не может получить уведомление, могут ли это сделать его близкие?

- Сведения, которые содержатся в налоговом уведомлении, составляют налоговую тайну. Она не может быть передана третьим лицам. Поэтому никто, кроме самого налогоплательщика, не может получить его документ. Исключение составляют уполномоченные представители. У несовершеннолетних детей это их родители, у остальных - лица, имеющие доверенность, оформленную надлежащим образом.

- От чего зависит сумма имущественных налогов, исчисляемая налоговыми органами?

- Сумма налогов зависит от основных элементов налогообложения: ставок, налоговой базы и льгот. Налоговая база различается в зависимости от объекта налогообложения. При расчете налога за автотранспортное средство базой признается мощность двигателя, сведения о которой поступают в налоговые органы из ГИБДД УМВД России, за земельный участок - кадастровая стоимость земельного участка, поступающая от органов Росреестра. Налоговая база в отношении объектов имущества определяется исходя из их кадастровой стоимости или из инвентаризационной стоимости в случае, если субъектом Российской Федерации не принято решение применения на территории порядка определения налоговой базы исходя из кадастровой стоимости объектов налогообложения.

- В каком размере установлен налоговый вычет при расчете земельного налога?

- При расчете земельного налога, начиная с налогового периода 2017 года, установлен вычет, уменьшающий налог на величину кадастровой стоимости 600 м^2 по одному земельному участку. Так, если площадь земельного участка не превышает 600 м^2, земельный налог взиматься не будет, а если площадь превышает 600 м^2 - налог будет рассчитан за оставшуюся площадь.

- Льготы для многодетных семей установлены законодательством?

- Начиная с налогового периода 2018 года, физическим лицам, имеющим трех и более несовершеннолетних детей, установлены дополнительные налоговые вычеты. По земельному налогу - в размере кадастровой стоимости 600 м^2 площади одного земельного участка; по налогу на имущество физических лиц - в размере 5 м^2 общей площади квартиры, части квартиры, комнаты и 7 м^2 общей площади жилого дома, части жилого дома в расчете на каждого несовершеннолетнего ребенка.

Чтобы получить льготы, многодетным владельцам налогооблагаемого имущества, в отношении которых в инспекциях отсутствуют сведения, лучше обратиться с заявлением о предоставлении налоговой льготы до начала массового формирования уведомлений за 2018 год.

- Для граждан предпенсионного возраста льготы сохранены?

- С 1 января 2019 года физические лица, соответствующие условиям, необходимым для назначения пенсии в соответствии с законодательством РФ, действовавшим на 31 декабря 2018 года, сохранили право на льготы по имущественным налогам.

Закон обеспечивает дополнительные социальные гарантии физическим лицам в связи с запланированным с 2019 года поэтапным повышением пенсионного возраста для различных категорий граждан, в том числе в случае назначения социальной пенсии или досрочного выхода на пенсию.

Подготовила Инга ПРОХОРОВА.

Пенсионный фонд предлагает купить... пенсию

Уже больше года 61-летний оренбуржец Владимир Арутян (фамилия и имя изменены) не может добиться назначения пенсии по возрасту. За недостающий пенсионный балл ему предлагают заплатить 25,5 тыс руб.

Владимир Лазаревич родился в Иджеванском районе Армянской ССР. Свою трудовую деятельность начал в 14 лет, будучи школьником. Каждые летние каникулы устраивался рабочим, был учеником слесаря-монтажника в ремонтно-строительном управлении. После окончания школы получил профессию строителя в техникуме, отслужил в армии и вернулся в родной район. Работал сначала на ковровом комбинате, потом продавцом в райпо.

По воле судьбы и в поисках лучшей доли переехал в Узбекистан. Был сварщиком на автобазе и буфетчиком в тресте общепита, а потом почти 11 лет работал сварщиком на заводе железобетонных изделий в узбекском городе Джизаке.

С 1999 года Владимир Лазаревич со своей семьей живет в России. Приехал в Оренбург к друзьям, да так и остался. Достойной работы с официальным трудоустройством не нашлось, а семью содержать нужно было. Почти три года проработал сварщиком, потом трудился на стройке, но неофициально. Пробовал открыть собственное дело, но вынужден был закрыть ИП из-за высоких налогов.

В ПЕНСИИ ОТКАЗАНО

В феврале 2018 года, ровно за месяц до наступления 60 лет, времени выхода на пенсию по старости по прежнему закону, Владимир Арутян, как и полагается, обратился в Управление Пенсионного фонда РФ в г. Оренбурге.

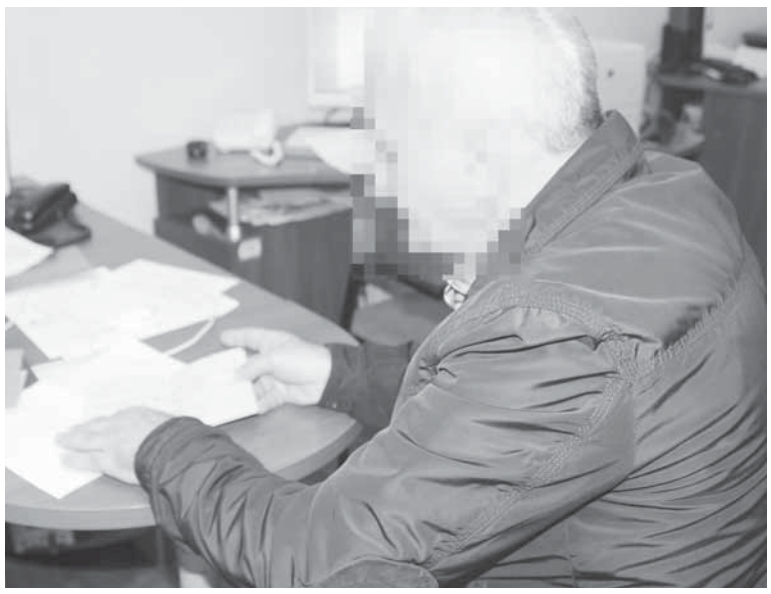
Каково же было удивление мужчины, когда после подсчета трудового стажа в назначении пенсии ему отказали. Как выяснилось, некоторые сведения о работе были внесены в трудовую книжку с нарушением правил: с помарками и исправлениями. Кроме того, не все периоды трудовой деятельности удалось подтвердить другими документами. В итоге для расчета пенсии было учтено лишь 15 лет 9 месяцев и 2 дня. Заработной платы за этот период хватило лишь на 12,806 индивидуального пенсионного балла, что недостаточно для назначения пенсии по старости.

В соответствии с законодательством, для права на страховую пенсию по старости мужчине, достигшему в 2018 году пенсионного возраста, требовалось не менее 9 лет страхового стажа и не менее 13,8 индивидуального балла.

После нескольких месяцев мытарств 27 декабря 2018 года Владимир Лазаревич получил письмо от начальника Управления Пенсионного фонда РФ в г. Оренбурге Т. Е. Борисова. На листке бумаги черным по белому было написано: «Отказать в назначении страховой пенсии по старости в соответствии со статьей 8 Федерального закона от 28.12.2013 г. №400-ФЗ «О страховых пенсиях» по причине отсутствия требуемой величины индивидуального коэффициента». Это решение гражданину Арутяну было предложено обжаловать в Отделении Пенсионного фонда РФ по Оренбургской области или в суде.

С БЕДОЙ – В ГАЗЕТУ

В поисках справедливости Владимир Арутян обращался в разные инстанции и случайно узнал, что недостающий пенсионный балл можно купить. С вопросом «Как это сделать?» мужчина пришел в редакцию нашей газеты. В ответе на официальный запрос редакции Отделение Пенсионного фонда РФ по Оренбургской области подтвердило отказ в назначении пенсии Владимиру Арутяну из-за недостающего пенсионного балла и сообщило, что этот самый балл действительно можно заработать или приобрести, добровольно вступив в правоотношения по обязательному пенсионному страхованию и зарегистрировавшись в территориальном органе ПФР в качестве страхователя. На 2019 год минимальный размер взносов составляет 29 779,20 руб, максимальный - 238 233,60 руб.



- Вот ведь государство наше как устроено… Вкалывал всю жизнь, а право на пенсию не заработал. Даже социальную мне не начисляют. По закону я на нее только через пять лет после достижения пенсионного возраста претендовать могу. Значит, еще четыре года ждать, - сетует Владимир Арутян.

Владимиру Арутяну для назначения пенсии достаточно заплатить страховые взносы в размере 25 500 руб. Заявление о вступлении в правоотношения по обязательному пенсионному страхованию необходимо подать до 1 ноября 2019 года. По закону сведения о поступлении взносов разносятся на лицевые счета физических лиц один раз в год до 1 марта, следующего за истекшим годом. В случае их уплаты до 1 ноября 2019 года, пенсия будет назначена не ранее 1 марта 2020 года.

Существует и другой способ заработать недостающий балл - оформить на 7 месяцев уход за нетрудоспособным гражданином - инвалидом I группы, лицом, достигшим возраста 80 лет, либо ребенком-инвалидом.

- Вот только родственников-инвалидов и пожилых у меня нет. Впрочем, и денег, которые мне предлагают заплатить, тоже нет, - вздыхает Владимир Арутян.

Свое право на получение пенсии и достойную старость Владимир Лазаревич намерен отстаивать в суде.

В его ситуации могут оказаться тысячи оренбуржцев, которые по каким-либо причинам не оформляли официальное трудоустройство. В 90-е годы и в начале 2000-х «серую» зарплату по самым предварительным подсчетам получал каждый третий россиянин. В 2017 году, по данным Росстата, число россиян, работающих неофициально, достигло рекорда за последние 14 лет. Нелегалом стал каждый второй.

Надежда ТЕРЕХИНА.

Информация о добровольном вступлении в правоотношения по обязательному пенсионному страхованию содержится в открытом доступе - размещена на официальном сайте ПФР, а также в правовых системах «Консультант» и «Гарант» (Федеральный закон от 15.12.2001 №167-ФЗ (ред. от 11.12.2018) «Об обязательном пенсионном страховании в Российской Федерации»).

НОВОВВЕДЕНИЕ

Лихачей наказывают рублем

Многие автовладельцы, проживающие в поселках Экодолье, Приуралье, Перовский, Ивановка Оренбургского района, за последний месяц получили десятки «писем счастья» от ГИБДД. Водители не знали, что соблюдение скоростного режима на объездной дороге теперь контролируется по-новому.

Одним из пострадавших от применения нового способа фиксации скорости стал житель Ивановки Артем Самохвалов. В один совсем не прекрасный день он вытащил из своего почтового ящика сразу 28 извещений. Общая сумма штрафов превышала 10 000 рублей.

На адрес жителя поселка Экодолье Владимира Кузнецова в прошлом месяце пришло 17 требований об уплате штрафов на общую сумму около 7 000 рублей. Мужчина говорит, что «письма счастья» на протяжении двух последних недель получает регулярно.

Устройство, вычисляющее среднюю скорость движения автомобиля на определенном участке пути, появилось в нашем регионе в марте. С момента установки оно помогло выявить более 1 000 нарушений ПДД.

- Долго не мог понять, каким образом работает устройство. Вроде бы всегда снижал скорость перед камерой, - рассказывает Владимир.

Желание разобраться в ситуации привело автолюбителя в интернет-сообщество таких же пострадавших. Оказалось, что штрафы водители «зарабатывают» на одном и том же участке, расположенном на объездной дороге в районе Ивановки, неподалеку от ресторана «Армения». Предельно допустимая скорость на этом участке - 70 км/ч. За ее соблюдением следит специальное техническое устройство. Оно вычисляет среднюю скорость движения автомобиля между двумя регистраторами, установленными на расстоянии 4 км друг от друга. Вычисление происходит следующим образом. Сначала номер автомобиля и время проезда фиксирует первая камера, затем - вторая. Программному комплексу известно, за какое время должно быть преодолено расстояние между двумя камерами при предельно допустимой скорости 70 км/ч. Если время оказывается меньше установленного, делается вывод, что на каком-то участке пути скорость движения была выше 70 км/ч. Оборудование автоматически делит расстояние на время и вычисляет среднюю скорость на участке движения между двумя камерами.

- Место установки современного оборудования выбрано не случайно. Именно на объездной дороге водители чаще всего нарушают скоростной режим, что приводит к многочисленным ДТП. Замер средней скорости на определенном участке пути способствует повышению дисциплины на дорогах и заставляет водителей соблюдать правила на протяжении всего пути, а не только перед камерой скорость снижать, - объясняет начальник отдела ГИБДД УВД города Оренбурга Михаил Мартенс.

Следует отметить, что дорожные знаки информируют водителей об установке камеры, однако не конкретизируют особенности ее работы.

Сегодня современное устройство имеется в Оренбургской области в единственном экземпляре. Переставлять его на другой участок дороги пока не планируется. Водителям остается заставить себя соблюдать скоростной режим на въезде в Оренбург со стороны Ивановки. Обмануть умные приборы не получится.

Подобный способ профилактики нарушений ПДД давно зарекомендовал себя в Татарстане. С начала этого года он активно внедряется в Московской области и в тестовом режиме работает во всех регионах страны.

Марина СЕНЧЕНКО.

№19 (1 245) 14.05.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

НАГРАДЫ

За ветеранские заслуги

Президент РФ В. В. Путин отметил за активную общественную работу в организации «Боевое братство» пятерых жителей Оренбургской области.

Почетной грамотой Президента РФ награжден руководитель Переволоцкого отделения организации «Боевое братство» Шайдула Разяпов.

Благодарность Президента РФ объявлена оренбуржцам Владимиру Банникову и Вячеславу Кузнецову, руководителям Красногвардейского и Медногорского отделений «Боевого братства» Фанилю Мамбетову и Сергею Сироткину.

СПОРТ

У нас – серебро и бронза

Определены победители первенства России по боксу, которое проходило в Оренбурге с 5 по 11 мая.

За победу боролись 269 спортсменов более чем из 50 регионов страны. Нашу область представляли ребята из Оренбурга, Орска, Бузулука, Бугуруслана и Соль-Илецка. Лучший результат показал орский боксер Авдей Царенко, завоевавший серебро в весовой категории до 49 кг. Он провел пять поединков и обошел соперников из Санкт-Петербурга, Ставропольского края, Кабардино-Балкарской Республики и Московской области.

Бронзу взяли Илья Бобров (в весовой категории до 60 кг) и Максим Агапов (в весовой категории 81 кг).

В общекомандном зачете оренбуржцы стали третьими, уступив командам ХМАО - Югры и Республики Дагестан.

ПРАВОСУДИЕ

Долг по зарплате погашен

Прокуратура Оренбургской области добилась выплаты зарплаты рабочим ОАО «Оренбургуголь».

Наличие задолженности по заработной плате было выявлено в ходе плановой проверки. Люди не получали деньги с октября 2018 года. Общая сумма долга перед 94 работниками превысила 4,5 млн руб.

Для разрешения возникшей ситуации надзорное ведомство применяло к должнику организационные меры и контролировало ход мероприятий, направленных на восстановление справедливости.

КОНКУРС

Названы лучшие медработники

16 мая в Оренбурге будут вручены награды победителям ежегодного областного конкурса профессионального мастерства медработников среднего звена.

В этом году конкурс по традиции проводился в двух номинациях: «Лучший заведующий ФАПом» и «Лучшая старшая медицинская сестра».

Призы в первой номинации получат заведующая Никольским ФАПом Абдулинской городской больницы Наталья Никифорова, заведующая Кумакским ФАПом Новоорской районной больницы Татьяна Пушкарева и заведующая Адамовским ФАПом Переволоцкой районной больницы Наталья Рослякова.

Победителями в номинации «Лучшая старшая медицинская сестра» стали старшая медсестра 8-го инфекционного отделения областной инфекционной больницы Светлана Спиридонова, старшая медсестра нефрологического отделения больницы №1 г. Оренбурга Оксана Драчева и старшая медсестра паллиативного отделения областного госпиталя ветеранов войн Светлана Полякова.

Наталья Никифорова и Светлана Спиридонова будут представлять Оренбуржье на Всероссийском конкурсе «Лучший специалист со средним медицинским и фармацевтическим образованием», который пройдет в июне в Москве.

Марина ПЕТРЕНКО.

Вместо дач – сады и огороды

С 1 января 2019 года в России начал действовать новый закон о садоводстве и огородничестве. Чем аукнется собственникам соток новая дачная реформа, рассказывает председатель Оренбургского некоммерческого Союза садоводов Галина Дроздова.

Галина Дроздова: «Хочется верить, что законодательство в отношении садоводов и огородников продолжит совершенствоваться».

- Галина Ивановна, в новом законе нет понятия «дача». Значит ли это, что собственникам участков предстоит переоформление документов?

- Юридически понятия «дача» действительно больше не существует. Официально утверждены садоводческие некоммерческие товарищества (СНТ) и огороднические некоммерческие товарищества (ОНТ). Однако оренбуржцев это мало касается. Ведь изначально участки в нашей области выделялись только под сады и огороды. Дачных кооперативов, представляющих собой загородные места отдыха, приближенные к поселкам с развитой инфраструктурой, у нас нет и никогда не было. Следовательно, никакие переоформления нашим товариществам не грозят.

Главное, что следует знать гражданам: на участке в садоводческом товариществе разрешается строить капитальные постройки и даже прописываться, а в огородническом можно возводить лишь сарайчики для хранения урожая и инвентаря.

- Какие наболевшие вопросы позволит решить новый закон?

- Пожалуй, самый большой плюс нового закона - переход на безналичный расчет. Теперь членские взносы должны зачисляться на банковский счет товарищества, и расходоваться они могут только со счета. Это делает систему поступления и расходования общих средств более прозрачной для садоводов. Председатели, бухгалтеры и казначеи лишены возможности тратить деньги по своему усмотрению. Новая схема в нашем регионе активно внедряется. Более 40 садоводческих и огороднических товариществ Оренбурга уже перешли на новую форму расчетов.

Есть в новом законе и статья, которая регулирует взаимоотношения с гражданами, имеющими участки, но не являющимися членами товарищества. Раньше такие индивидуалы, как мы их называем, не платили членские взносы, и управы на них не было. Теперь они обязаны оплачивать все работы по содержанию и ремонту общего имущества товарищества наравне с остальными членами объединения. Товарищество вправе взыскивать с них долги в судебном порядке.

- Какие вопросы новый закон оставил открытыми?

- Один из самых серьезных недостатков - отсутствие норм о порядке изъятия неиспользуемых земельных участков. Сегодня в оренбургских товариществах не используются около 30% садов и огородов. За них не платятся членские взносы, они зарастают бурьяном, но как-то повлиять на собственников председатель товарищества не может. Есть желающие приобрести бесхозную землю и обрабатывать ее, но распоряжаться чужими участками нельзя. Собственник или его наследники в любой момент могут предъявить свои права на землю. Мы очень надеялись, что новый закон изменит ситуацию. Но этого не произошло.

- Говорят, что теперь садоводы и огородники тоже должны платить за сбор и вывоз мусора…

- Пока вопрос завис. СНТ и региональный оператор не могут прийти к единому решению. По закону региональный оператор должен заключать договоры на сбор и вывоз мусора с каждым собственником. Наш региональный оператор настаивает на заключении договоров с товариществами как юридическими лицами. Опытные председатели понимают, что данная схема повесит на них тяжелое бремя, и отказываются от такого сотрудничества. Пока проблему вывоза мусора каждое отдельное товарищество решает в индивидуальном порядке.

- Ходят слухи, что в России увеличилось число граждан, которые хотят продать свою загородную недвижимость. Как обстоят дела в нашей области?

- Скорее всего, это не более чем слухи, цель которых - показать несовершенство нового законодательства. В нашем регионе резкого роста продаж садовых и огородных участков не наблюдается.

Марина СЕНЧЕНКО.

КУЛЬТУРА

Кому светят «Огни рампы»?

В учреждениях культуры и досуга Оренбургской области работает 1 237 любительских коллективов театрального жанра, из них 679 - детских, 59 носят звание «Народный самодеятельный коллектив». Самые лучшие стали участниками фестиваля «Огни рампы».

Фестиваль состоит из трех этапов. Сначала самодеятельные артисты проходят отборочный тур, затем представляют свои постановки на шести площадках. И только после этого победители зональных состязаний встречаются в финале.

Участниками очередного зонального этапа, который прошел в Оренбурге, стали девять творческих коллективов и отдельных исполнителей из областного центра, Акбулакского района и Соль-Илецкого городского округа. Театры представили постановки в пяти номинациях: «Художественное слово», «Музыкальный театр», «Драматический театр», «Театр моды» и «Театр кукол».

Самодеятельные театральные кружки и студии посещают около 13 тысяч оренбуржцев.

- Я стала свидетельницей воскрешения самодеятельного театрального искусства, - отмечает член жюри, заслуженная артистка РФ, актриса Оренбургского областного театра кукол Татьяна Деденева.

Самые бурные овации зрителей достались постановке народного детского музыкального театра «Апельсин» из Оренбурга. Яркие костюмы и образы, несколько видов танцевального искусства и вокальные композиции коллектива никого не оставили равнодушным.

Громко и уверенно заявили о себе также народный театр моды «Жемчуг» из Соль-Илецкого городского округа и театр танца Vita из Акбулакского района.

Изюминкой фестиваля стал народный театр кукол «Буратино» из Акбулакского района. Это единственный в Оренбуржье самодеятельный коллектив, в котором куклами управляют взрослые люди.

- Нашему театру больше 20 лет. И все это время при выборе постановок мы ориентируемся на интересы зрителей. Кукол ко всем спектаклям мастерим сами, - рассказывает руководитель театра кукол «Буратино» Валентина Жукова.

В театре играют две труппы по десять человек. В основной взрослой группе - артисты в возрасте от 24 до 50 лет, в группе «Сверчок» занимаются дети до 15 лет. В прошлом году артисты «Буратино» сыграли 30 спектаклей. Их посетили почти 1 300 детей.

Фестиваль любительских театров «Огни рампы» проходит в Оренбургской области один раз в два года на протяжении 12 лет. В этом году членам жюри предстоит оценить более 120 постановок различных жанров.

Инга ПРОХОРОВА.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Гузалья Сафина:

«ОТ БОЛИ В СУСТАВАХ ПОМОГАЕТ НАСТОЙКА БУЛЬДЕНЕЖА»

- Для того чтобы быть здоровым, необходимо много двигаться, часто гулять, дышать свежим воздухом. Но если уж вдруг заболят суставы, есть прекрасное средство для избавления от боли - настойка бульденежа. Цветами бульденежа доверху заполнить литровую банку и залить спиртом. Поставить в темное место на три недели. Процеживать настойку не стоит. Со временем она становится все более концентрированной, можно даже разбавлять ее при использовании. Хорошо втереть настойку в больные суставы и укутать полотенцем. Через некоторое время боль отпускает.

НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ

ПРОТИВ ПАПИЛЛОМ

✻ **Сок чистотела** (желательно свежевыжатый). Смазать им новообразование, которое после этого стоит заклеить пластырем, также пропитанным соком чистотела. Периодичность проведения процедуры - раз в 2 дня.

✻ **Чесночный крем**: измельченный чеснок (1 ч л) смешать с кремом-основой (2 ч л). Накладывать на пораженные участки раз в день на 3 часа, фиксируя марлевым тампоном и повязкой (пластырем). Через отведенный промежуток времени смыть крем водой. Положительный эффект станет заметен через 2-4 недели.

✻ **Настойка из цветков одуванчика**: плотно уложить цветущие головки в стеклянную емкость и залить тройным одеколоном. Состав будет готов через 15 дней. Смазывать папилломы до 5 раз в день. Настойку хранить в темном месте.

КАК СТАТЬ ДОНОРОМ?

Значительные кровопотери опасны для жизни, и в этом случае требуется скорейшее переливание. Тогда на помощь приходит донор крови - доброволец, отдающий часть себя для спасения другого человека. Слово «донор» так и переводится с латинского - «дарить». Что нужно знать, если вы решили стать донором крови?

Если вы приняли решение стать донором крови, вы должны соответствовать ряду простых и разумных требований:

1. Возраст - 18-60 лет.
2. Вы прошли медицинский осмотр.
3. Не имеете заболеваний, из-за которых донорство противопоказано.
4. Ваш вес не меньше 55 кг.
5. Артериальное давление не ниже 100/80 мм рт. ст.

Если вы подходите по всем пунктам, вам нужно обратиться в одну из больниц своего города или на станцию переливания крови.

Регистрируясь на кровосдачу, не забудьте взять с собой паспорт (с пропиской либо регистрацией в данном городе), фотографию, военный билет (если таковой имеется), а также справку из поликлиники с перечислением всех перенесенных заболеваний и операций. Также перед сдачей крови будут необходимы справка о прохождении флюорографии грудной клетки и заключение гинеколога для женщин. Кроме того, медрегистратор может потребовать у вас сдать общий анализ мочи.

КАК ВСЕ ПРОИСХОДИТ?

Медицинское обследование обычно проводится на самой станции переливания крови. Врачи при этом определяют группу крови, резус-фактор, изучают данные общего анализа (лейкоциты, гемоглобин, эритроциты и др.). Обязательны маркеры передающихся с кровью инфекций (вируса иммунодефицита, возбудителя сифилиса, вирусов гепатитов В и С). Все это делается в целях безопасности. Также перед процедурой измеряются температура, давление и пульс. Вами заполняется анкета, проходит беседа с врачом. Если со всем все в порядке, вы допускаетесь к процедуре.

Как правило, объем забора крови составляет 450 ± 50 мл. Процесс сдачи цельной крови отнимет не более 15 минут, а вот компоненты крови (плазма и др.) берутся дольше (30 минут - 1,5 часа).

Во время сдачи крови может возникнуть легкое головокружение. Не надо пугаться, это нормальная реакция организма.

По завершении процедуры также надо придерживаться ряда рекомендаций. После того, как все закончилось, выпейте немного кофе. Побалуйте себя кусочком шоколада, батончиком гематогена. Постарайтесь в течение дня не поднимать очень тяжелых вещей и не допускать сильных физических нагрузок, откажитесь от фитнеса.

ПОДГОТОВКА К СДАЧЕ КРОВИ

1. В день, когда будете сдавать кровь, плотно позавтракайте. Главное правило - максимум углеводов, минимум жиров. А еще - много жидкости. Советуют пить много сока, морса, сладкого чая. Хороши фрукты и овощи, сушки, отварные крупы.

2. Вечером накануне нельзя есть жареное, копченое, жирное, острое, а также яйца и молочные продукты.

3. За 48 часов до проведения процедуры строго воспрещено спиртное, за 72 часа - такие лекарственные препараты, как анальгин и аспирин.

4. У женщин во время месячных, а также 7 дней до и после них не берется цельная кровь. Это относится и к периоду беременности.

ЧТО ЕЩЕ ВАЖНО ЗНАТЬ?

• Как говорят медики, самое лучшее время для кровосдачи - утро. Тогда человек легче переносит потерю крови. Время после 12.00 подходит постоянным донорам.

• Вы должны хорошо чувствовать себя, когда идете на процедуру. Откажитесь от донорства, если вам в ближайшем будущем нужно выдержать экзамены или спортивные соревнования.

• У мужчин цельная кровь берется не более 5 раз в год, а у женщин - не более 4 раз. Между процедурами обязательно должен быть интервал - минимум 60 дней. А после пятой процедуры минимальный перерыв - 90 дней. Плазму можно сдавать повторно по прошествии 14 дней.

• Воздержитесь от курения за час до и в течение 2 часов после процедуры.

ОТКРЫТИЕ

ЧЕМ ПОЛЕЗНО САЛО?

Согласно данным зарубежных исследователей, употребление 10-30 граммов свежего сала в день, несмотря на высокую калорийность продукта, необходимо для здоровья.

Ценность сала в том, что продукт содержит уникальную арахидоновую кислоту. Она улучшает работу головного мозга, сердца и нормализует холестериновый обмен.

Сало также является источником витаминов A, D, E и хорошо укрепляет кости.

Диетологи рекомендуют есть свежее сало без хлеба, лучше в первой половине дня, так как этот продукт является мощным источником энергии.

Сложи и сохрани

Хозяюшка
Оренбургская Солидарность
№19 (1 245) 14.05.19

ГУЗАЛЬЯ САФИНА,

п. Адамовка

ПАПИНА ДОЧКА

Свою маму Гузалья Шакирзяновна практически не помнит. Всем, что у нее есть и что она умеет, она обязана своему отцу.

Мамы не стало, когда Гузалье, самой младшей в семье, было три годика. Отец Шакирзян Зинятович остался один с тремя детьми, старшему из которых было семь лет. Тяжело переживая потерю супруги, мужчина не смог остаться в родном селе Старая Белогорка Новосергиевского района и вместе с ребятишками уехал сначала в Ясный, потом в Адамовку. Жениться снова не стал и всего себя посвятил детям. Повар по одной из профессий, служивший коком на корабле, он баловал детей вкусными блюдами. И азы кулинарии маленькая Гузалья и ее старшая сестра постигали под руководством папы. И по хозяйству управляться, и за скотиной ухаживать учились вместе с отцом.

Чтобы не огорчать отца, Гузалья, как и брат с сестрой, старалась хорошо учиться, успевала заниматься в различных кружках. Особенно нравились ей кукольный театр и танцы.

- Папа был удивительно добрым человеком, никому не отказывал в помощи, - вспоминает Гузалья Шакирзяновна. - Он не только нас воспитывал. Его племянники, учившиеся в Адамовке, тоже жили у нас.

Своих детей Шакирзян Зинятович далеко не отпустил, не хотел с ними расставаться. А потому Гузалья получила профессию бухгалтера в местном техникуме. И работала в родной Адамовке.

Папа для своей любимицы Гузальи всегда и во всем был примером. Она мечтала о такой же дружной и крепкой семье, как была у них. Да и мужа хотела встретить такого, чтобы был похож на отца. И встретила. Причем на родине отца - в Старой Белогорке. Добрый, спокойный, семейный, мастеровитый Вильдан Фаткуллович стал первой и единственной любовью. Гузалья провожала его в армию, ждала со службы, а когда любимый вернулся, сыграли свадьбу. Полгода прожили в Новосергиевском районе, потом переехали в Адамовку, да так и остались там. 28 июля супруги будут отмечать коралловую свадьбу - 35 лет совместной жизни.

У Сафиных две дочери - Лилия и Олеся. Как и отец когда-то, Гузалья Шакирзяновна старалась показать девочкам, что семья, любовь, доброта - это главные жизненные ценности. Учила их всегда помогать друг другу, родным, друзьям. Если на картошку ездили - то несколькими семьями, если праздники отмечали - то все вместе. И никогда не хвастались тем, что помогают по хозяйству пожилым соседям. Просто так нужно, так папа учил.

У дочерей уже свои семьи, дети: у Лилии - сын и дочь, 8 мая родился третий ребенок - сын Тимур, у Олеси - дочка. Но отчий дом был и остается для обеих женщин родным. На все праздники и дни рождения они собираются у родителей. Обязательно готовят традиционные татарские блюда - зур бэлиш и эчпочмак. Вместе ездят на рыбалку или в лес по грибы и ягоды. Все лето внуки проводят у бабушки с дедушкой. Гузалья Шакирзяновна балует ребятишек разными вкусностями, Вильдан Фаткуллович соорудил для внуков настоящую детскую площадку.

- Я счастлива, - признается Гузалья Сафина. - У меня есть все, о чем я мечтала: муж, дети, внуки - крепкая и любящая семья. Такая, что папа мог бы гордиться.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:
Детская — ЧТО ДЕЛАТЬ С БУНТАРЕМ?
Психолог — ПОЧЕМУ В СЕМЬЕ РАЗЛАД?
Урожайные сотки — КАКОЙ ГОРОШЕК ПОСАДИТЬ?

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Гузалья Сафина: «МОЯ СТРАСТЬ - ФИКУСЫ»

- Мне кажется, что уют в доме не возможен без цветов. Цветы - моя слабость. Особенно нравятся герань и фикусы. Их у меня много. Самый большой фикус - высотой 2,5 метра, почти до потолка достает. Эти растения требуют тщательного ухода. Они любят полутень. Их следует своевременно поливать, периодически опрыскивать и протирать листья. Фикусы нуждаются и в подкормке. Подходит любое удобрение для комнатных цветов или специальное для фикусов. Можно воспользоваться и народными средствами. В литровую банку добавить немного сухих дрожжей и хорошо размешать. Полить этим раствором цветы. Повторить процедуру можно будет не раньше чем через полгода. Маленькие фикусы пересаживаю раз в три года, большие - реже.

НА ЗАМЕТКУ

УКСУС ПОМОЖЕТ...

- **Продезинфицировать** разделочные доски.
- **Успокоить боль в горле.** Разведите чайную ложку яблочного уксуса в стакане воды и прополощите горло.
- **Избавиться от перхоти**. После мытья ополаскивайте волосы двумя стаканами теплой подкисленной воды.
- **Отполировать хромовые детали** интерьера.
- **Сохранить яйцо целым.** Добавьте 2 ст л уксуса в воду, чтобы яйца не трескались во время варки.
- **Смягчить одежду и избавить ее от статического электричества.** Добавьте полстакана уксуса при полоскании белья. Чтобы смягчить шерстяные одеяла, потребуются две чашки уксуса.
- **Освежить увядшие овощи.** Разведите столовую ложку уксуса в стакане воды и замочите овощи.

ЧИСТИМ ХОЛОДИЛЬНИК

Несмотря на то что в современных холодильниках предусмотрена функция автоматического размораживания, специалисты рекомендуют два раза в год проводить эту трудоемкую процедуру хотя бы с целью дезинфекции.

Генеральную чистку холодильника начинают с его отключения от электросети и полного освобождения от продуктов. Размораживание должно быть естественным - без использования сторонних источников тепла. Поскольку холодильник оснащен функцией автоматического размораживания, то даже в морозильной камере количество льда будет минимальным.

Если вы хотите ускорить процесс размораживания, то используйте специальные средства для оттаивания, но ни в коем случае не соскребайте лед острыми предметами. Это может стать причиной повреждения морозильной камеры, которая в дальнейшем будет замораживать продукты неравномерно.

Одна из главных целей периодического размораживания холодильника - его обеззараживание. Пищевые продукты являются источником распространения бактерий и неприятного запаха, поэтому стенки холодильника и все выдвижные емкости нужно тщательно мыть. С этой целью рекомендуется использовать специальные чистящие средства.

Они очень удобны в применении: без вреда для техники эффективно удаляют пищевые остатки, пятна, ароматизируют, а главное, обладают антибактериальными свойствами. При этом их состав безвреден для продуктов, которые хранятся в холодильнике. Такие средства легко смываются водой. После обработки холодильника его внутренние поверхности необходимо насухо протереть и только тогда уже включать в сеть.

В период между нечастыми размораживаниями холодильника целесообразно использовать специальные поглотители запахов. Они бывают разных видов и форм, как правило, в виде тубуса или яйца, внутри которого находится угольный фильтр, который поглощает неприятные запахи и одновременно тормозит активное развитие бактерий.

Поглотители могут просто стоять на полке, некоторые из них имеют присоски и крепятся в незаметном месте. Можно использовать антибактериальные коврики. Этими аксессуарами устилают полки, ящики в холодильнике и кладут сверху овощи, фрукты. Коврики надолго защищают продукты от гниения.

ДОМОВОДСТВО

КАКИЕ НОЖИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ НА КУХНЕ?

На свете существует великое множество различных ножей. Чем отличаются самые незаменимые в хозяйстве помощники? Прежде всего, назначением.

Так, нож для нарезки хлеба должен иметь длинное лезвие, ширина которого на всем протяжении одинакова, а кончик не заострен. У него волнистая режущая поверхность, благодаря которой можно просто и без усилий «распилить» хлебную корку. Такой нож можно использовать и для резки тортов.

Для других продуктов питания тоже предусмотрены свои ножи. Стандартное «кухонное трио» - ножи с широкими лезвиями, отличающимися длиной. Самый короткий - 25-30 см, средний - 30-35 см, самый длинный - 35-45 см.

Для чистки овощей и фруктов тоже есть специальные ножи. У них заостренный кончик, короткое лезвие и прямая режущая поверхность.

Рекомендуется иметь нож для срезания мяса с костей. Такой помощник должен иметь узкое и не слишком длинное лезвие. Режущая поверхность ножа должна быть гладкой и без зубчиков.

Незаменим на кухне нож для нарезки. У него длинное и гибкое лезвие, имеющее на всем протяжении одну ширину. Режущая поверхность - ровная. И только лишь для нарезки рыбы используются специальные зубчатые ножи.

Сырный нож визуально напоминает небольшую лопатку, в которой есть тонкая прорезь, благодаря которой сыр нарезается прозрачными тонкими ломтиками.

Столовые ножи имеют закругленный кончик лезвия, благодаря которому удобно намазывать на хлеб масло, икру или паштет.

КРЕМ ДЛЯ ЛИЦА ИСПОЛЬЗУЕМ ПРАВИЛЬНО

Косметологи убеждены: после 25 лет нужно обязательно начинать пользоваться ночным кремом.

Главные отличия ночных средств ухода от дневных - в текстуре и активных ингредиентах. Задача ночного крема - восстановление кожи.

КАК НАНОСИТЬ?

В отличие от дневного крема, ночной впитывается долго. Поэтому наносить его нужно за 1,5 часа до сна. В противном случае весь крем останется на подушке и никакой пользы коже не принесет.

Наносите тонким слоем, избегая область вокруг глаз. Не полагайтесь на принцип «чем больше, тем лучше». Излишки крема, не впитавшись, будут скапливаться на поверхности кожи, затруднять дыхание дермы и ее кислородный обмен.

Если кожа склонна к жирности, то 2-3 раза в неделю перед нанесением крема делайте мягкий пилинг лица.

КАК ВЫБРАТЬ?

Прежде всего обращайте внимание на то, для какого типа кожи крем предназначен.

Имейте в виду: у гипоаллергенных средств более легкая текстура и нет отдушек.

В составе действенного крема есть витамины С, Е, А, масло жожоба, алоэ вера, мед, оливковое, абрикосовое и розовое масла, масло ши, ретинол, пептиды и аминокислоты, пантенол, коллаген.

Если крем содержит ретинол, он не подходит для молодой кожи. Избегайте антивозрастных препаратов, если вам еще нет 35. Формулы этих средств разработаны специально для зрелой кожи, и особой пользы для молодой они не принесут.

Если вас беспокоят прыщики, подбирайте кремы с отшелушивающим эффектом. В состав таких средств обычно входят салициловая кислота, триклозан, экстракт чайного дерева.

В составе средства для нормальной кожи должны быть витамины А, С и Е. Они наполнят кожу энергией и придадут ей здоровый вид.

Кремы с большим содержанием растительных масел помогут сухой, склонной к шелушению коже.

СОВЕТЫ

Если вам еще нет 35 лет, то ночной крем рекомендуется использовать 2-3 раза в неделю. После 35 средство нужно применять каждый вечер.

Необходимо менять ночной крем каждые три месяца. Старайтесь, чтобы все средства по уходу были одной линии. Особенно те, что вы используете вечером: очищение, тонизирование, питание.

После 25 лет ночной уход должен быть направлен на регенерацию клеток. На баночке с кремом такого действия стоит надпись «восстанавливающий» или «регенерирующий».

После 35 лет продукт должен бороться с первыми признаками старения и увядания кожи. Это антивозрастная клеточная косметика.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Гузалья Сафина: «ДОВЕРЯЮ КАЧЕСТВЕННОЙ КОСМЕТИКЕ»

- На мой взгляд, неправы женщины, которые уверены в бесполезности косметических средств. Да, от генетики зависит многое. Но эликсир молодости еще не придумали, и кожа стареет у любого. Ее необходимо поддерживать. А для женщин в селе это особенно важно. Можно обойтись минимальным набором средств, включающим кремы для лица и рук. Но косметика непременно должна быть качественной, иначе она действительно бесполезна. Это я уже проверила на себе. Попробовала один американский бренд - и поняла, в чем разница между качественной косметикой и той, что продают в магазинах. Лишь в дополнение к основному набору специальных средств можно использовать народные типа огуречных и клубничных масок. Ни при каких обстоятельствах нельзя забывать о том, что женщина всегда должна выглядеть опрятно и ухоженно. Прическа, легкий макияж и тонкий аромат духов - вот то, что нужно для ежедневного образа.

ПАРИКМАХЕРСКАЯ

КАК ВЫБРАТЬ ДЛИНУ ВОЛОС?

Ультракороткая стрижка с гламурным начесом, тугие завитки, обрамляющие лицо, или каскад волос, ниспадающий ниже плеч… Как выбрать длину волос, чтобы выглядеть красиво?

КОРОТКАЯ СТРИЖКА - это отличный вариант для тех, кто стремится выглядеть моложе и хочет тратить меньше времени на укладку. Но короткая стрижка акцентирует внимание на лице и состоянии кожи. Если имеются существенные проблемы, от ультрамини лучше отказаться.

Стилисты используют разный подход к выбору короткой стрижки для темноволосых и светловолосых женщин. Так, блондинкам рекомендуется создавать объем. Челка и пробор обязательны. Отлично подойдут каскадные и геометрические стрижки. Женщинам с темными волосами позволительно все. Единственное уточнение - требуется согласование стрижки с формой лица. Прическа должна производить впечатление легкости. Попробуйте эффект «растрепанных» волос.

СРЕДНЯЯ ДЛИНА идеальна для корректирования формы лица и создания причесок любого плана. Она универсальна, не имеют значения цвет и текстура волос. Чтобы не потерять индивидуальность, подбирайте прическу под естественные особенности формы лица.

Если очертания лица близки к квадрату, избегайте прямых проборов и не открывайте лоб. Отличное решение - ступенчатые стрижки.

Обладательницам удлиненного лица подойдут стрижки с объемом на уровне скул. Украсят челка и филировка. Легкая небрежность в укладке добавит образу нотку очарования.

А вот женщины с высоким лбом и массивными скулами станут краше, сделав каре с удлиненными прядями спереди. Образ также можно дополнить косой челкой.

Дамы с овальной формой лица могут сделать ставку на романтику. Женственность подчеркнут волосы средней длины с мягкими локонами и завитушками.

ДЛИННЫЕ ВОЛОСЫ. Женщинам с густыми прямыми волосами предпочтительны прически с четкими формами. Экспериментируйте с челкой. На длинных волосах отлично смотрятся элементы каскада и градуировка. Отдельного упоминания заслуживают различные плетения и украшение волос аксессуарами - лентами, обручами, гребнями.

А вот обладательницам вьющихся волос несколько тяжелее. Прежде чем воссоздать какую-либо задумку на волосах, им приходится «сбивать» объем. Образцово с этой задачей справляются ступенчатые стрижки и выпрямитель. Что касается укладки тугих завитков, наиболее популярными считаются два варианта: асимметрия и эффект влажных волос.

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

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00, 03.00** Новости.
09.20 «Сегодня 20 мая. 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, **03.30** «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 «Мама Лора». (16+)
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Познер». (16+)
01.30, **03.05** Т/с «Агент национальной безопасности». (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 «Все могло быть иначе». (12+)
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, 23.30** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, **20.05** «Правила жизни».
07.35 Легенды мирового кино.
08.00 Т/с «Сита и Рама».
08.45 Д/ф «Роман в камне».
09.15 Д/с «Предки наших предков».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, **01.15** «По страницам «Голубой книги» (рассказы М. Зощенко).
12.10 Дороги старых мастеров.
12.25, **18.45, 00.20** Власть факта.
13.10 Д/ф «Контрасты и ритмы Александра Дейнеки».
13.50 Д/ф «Живая Вселенная».
14.20, **20.45** Д/с «О чем молчат львы».
15.10 «На этой неделе... 100 лет назад».
15.40 «Агора». Ток-шоу с Михаилом Швыдким.
16.45 Д/ф «Культурная полиция. Охотники за искусством».
17.30, **01.00** «Мировые сокровища».
17.50 Исторические концерты.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
21.30 «Сати. Нескучная классика...».
22.10 Т/с «Без вины виноватые».
23.00 «Дом архитектора».
23.50 «Магистр игры».
02.15 Д/ф «Контрасты и ритмы Александра Дейнеки».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00 «Акнценты». (12+)
06.40 «Видеоблокнот». (12+)
07.00, **15.00** «Национальный аспект». (16+)
07.35 Д/с «Друг». (12+)
08.10 «Погода». (0+)
08.15, **19.35** «Туристический рецепт». (12+)
08.40 «Начинаем следствие». (16+)
09.00 «Включайся». (6+)
09.20 Х/ф «Доводы рассудка». (12+)
11.05 Х/ф «Полное превращение». (16+)
12.40, **15.50, 18.10, 22.50** «Видеоблокнот». (12+)
13.00 «Полчаса о вере». (16+)
13.45 Д/ф «Рыболовные истории». (16+)
15.30, **17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 02.25** «Новости дня». (12+)
16.00, **03.00** Т/с «Принц Сибири». (12+)
17.20 Д/ф «Народы России». (12+)
18.20 Д/ф «Почему я». (12+)
19.55 «Правильный выбор». (12+)
21.05 Х/ф «Важняк». (16+)
23.00 Д/ф «Медицинская правда». (12+)
00.05 «Экономический клуб». (16+)
01.00 Х/ф «Любовь и слава». (16+)
03.45 Х/ф «Вероника не придет». (16+)
05.15 «Музыка на канале». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00, **09.00** «Военная тайна». (16+)
06.00, **15.00** «Документальный проект». (16+)
07.00 «Эхо недели». (16+)
07.27, **07.57, 08.27, 12.57, 18.27, 19.57, 23.27** «Погода в Оренбурге». (12+)
07.30, **12.30, 18.00, 19.30, 23.00** «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
08.00 «Круглый стол». (16+)
08.30, 16.30, 23.30 «Новости». (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 «Паркер». (16+)
22.20 «Водить по-русски». (16+)
01.00 Х/ф «Гонка». (16+)
03.10 Х/ф «Репортерша». (16+)
04.15 «Территория заблуждений». (16+)

НТВ

05.10 Т/с «Адвокат». (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. Судьбы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, **16.25, 01.20** «Место встречи». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.40 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
21.45 Т/с «Консультант. Лихие времена». (16+)
00.10 «Поздняков». (16+)
00.20 «Еще раз про любовь...». (0+)
03.10 Т/с «Адвокат». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.45 М/ф «Рога и копыта». (0+)
08.30 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00 «Уральские пельмени». (16+)
10.00 М/ф «Кролик Питер». (6+)
11.55 Х/ф «Фантастическая четверка». (12+)
14.00 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
18.05 Т/с «Сеня-Федя». (16+)
21.00 Х/ф «Звездный путь». (16+)
23.30 «Кино в деталях». (18+)
00.30 Х/ф «К-9. Собачья работа». (0+)
02.25 Х/ф «Братья из Гримсби». (18+)
03.40 Т/с «Хроники Шаннары». (16+)
04.55 «Мистер и миссис Z». (12+)
05.20 «6 кадров». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30, **07.30, 18.00, 23.15, 05.55** «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Туристический рецепт. (12+)
07.45, **05.05** «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.45 «Давай разведемся!». (16+)
09.45, **04.15** «Тест на отцовство». (16+)
10.50, **02.55** «Реальная мистика». (16+)
12.30, **02.25** «Понять. Простить». (16+)
13.35 Х/ф «Мой личный враг». (16+)
19.00 Х/ф «Вопреки судьбе». (16+)
00.30 «Муж напрокат». (16+)
06.00 «Домашняя кухня». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 «Капитаны». (12+)
09.00, **10.05, 12.00, 13.55, 15.50, 18.05, 20.20, 22.55** Новости.
09.05, **20.25, 02.50** Все на Матч!
10.10 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)
12.05 Футбол. Чемпионат Испании. «Севилья» - «Атлетик» (Бильбао). (0+)
14.00 Футбол. Чемпионат Италии. «Наполи» - «Интер». (0+)
15.55 Хоккей. Чемпионат мира. Австрия - Чехия. (0+)
18.10 Хоккей. Чемпионат мира. Россия - Швейцария. (0+)
20.55 Футбол. Российская Премьер-лига.
23.05 Хоккей. Чемпионат мира. Канада - Дания.
01.40 Тотальный футбол.
03.20 Хоккей. Чемпионат мира. Франция - Великобритания. (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.00 Х/ф «Ход конем». (0+)
09.35 Д/ф «Роман Карцев. Шут гороховый». (12+)
10.55 Городское собрание. (12+)
11.30, **14.30, 19.40, 22.00, 00.00** События.
11.50, **04.00** Т/с «Детективное агентство «Лунный свет». (16+)
13.35 «Мой герой. Евгений Сидихин». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Доктор Блейк». (12+)
17.05 «Естественный отбор». (12+)
17.55 Х/ф «Смертельный тренинг». (12+)
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «Мусорная революция». (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.35 «90-е. Криминальные жены». (16+)
01.25 Д/ф «Письмо товарища Зиновьева». (12+)
02.15 Т/с «Доктор Блейк». (12+)
05.30 Большое кино. «Маленькая Вера». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 18.30, 03.20** «Известия».
05.20 Т/с «Стражи Отчизны». (16+)
06.30, **09.25, 13.25** Т/с «Чужой район-1». (16+)
19.00, **00.25** Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
01.10 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ». (16+)
09.00, **12.30, 23.00** «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
13.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.00 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «Толя-робот». (16+)
20.45 «Где логика?». (16+)
22.00 «Однажды в России». (16+)
01.00 «Песни». (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.
08.30, **12.05, 16.05** Т/с «Дальнобойщики». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
18.10 «Не факт!». (6+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Сталинградская битва». (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 Т/с «Смерш». (16+)
03.40 Х/ф «Французский шпион». (16+)

ТВ-вторник 21 мая

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00, 03.00** Новости.
09.20 «Сегодня 21 мая. 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».
21.15 Т/с «Мама Лора». (16+)
22.15 «Большая игра». (12+)
23.15 Чемпионат мира по хоккею 2019. Сборная России - сборная Швеции.
01.30 «Вечерний Ургант». (16+)
02.05 Т/с «Агент национальной безопасности». (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 «Все могло быть иначе». (12+)
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, 23.30** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, **20.05** «Правила жизни».
07.35 Легенды мирового кино.
08.00 Т/с «Сита и Рама».
08.45 «Дом архитектора».
09.10 Т/с «Без вины виноватые».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, **01.15** Д/ф «Каникулы в Москве».
12.20, **18.40, 00.30** «Тем временем. Смыслы».
13.10 «Мы - грамотеи!».
13.50 Д/ф «Живая Вселенная».
14.20, **20.45** Д/с «О чем молчат львы».
15.10 Пятое измерение.
15.40 «Белая студия».
16.20 Х/ф «Рожденная революцией».
17.55 Исторические концерты.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
21.30 Искусственный отбор.
22.10 Т/с «Без вины виноватые».
23.00 «Дом архитектора».
23.50 Д/ф «Счастливый билет Бориса Васильева».
02.15 Д/ф «Гений русского модерна. Федор Шехтель».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 02.45** «Новости дня». (12+)
06.20, **13.40** «Начинаем следствие». (16+)
07.25 Д/с «Друг». (12+)
07.50, **11.50, 15.50, 18.10, 22.50** «Видеоблокнот». (12+)
08.40, **14.00** «Туристический рецепт». (12+)
09.20, **21.05, 04.00** Х/ф «Важняк». (16+)
11.05 Д/ф «Рыболовные истории». (16+)
12.00, **00.05** «Экономический клуб». (16+)
13.00, **15.00** «Национальный аспект». (16+)
14.35 «Правильный выбор». (12+)
16.00, **03.15** Т/с «Принц Сибири». (12+)
17.20 Д/ф «Охотники за сокровищами». (16+)
18.20 Д/ф «Медицинская правда». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.35 «Обратная связь». (12+)
23.00 Д/ф «Почему я». (12+)
01.00 Х/ф «Убийство кота». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, **11.00, 15.00** «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.30, **08.00, 12.30, 18.00, 19.30, 23.00** «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
07.57, **08.27, 12.57, 18.27, 19.57, 23.27** «Погода в Оренбурге». (12+)
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 «Защитник». (16+)
21.50 «Водить по-русски». (16+)
01.00 Х/ф «Кровавый алмаз». (18+)
03.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

НТВ

05.10 Т/с «Адвокат». (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. Судьбы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, **16.25, 01.05** «Место встречи». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.40 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
21.45 Т/с «Консультант. Лихие времена». (16+)
00.10 «Крутая история». (12+)
03.00 Т/с «Адвокат». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.40 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
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+)
10.20, **01.35** Х/ф «Ослепленный желаниями». (16+)
12.10 Х/ф «Звездный путь». (16+)
14.40 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
20.00 Т/с «Сеня-Федя». (16+)
21.00 Х/ф «Стартрек. Возмездие». (12+)
23.40 Х/ф «На грани». (16+)
03.05 Х/ф «Кудряшка Сью». (0+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30, **07.30, 18.00** «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.40, **05.20** «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.40 «Давай разведемся!». (16+)
09.40, **04.30** «Тест на отцовство». (16+)
10.45, **02.55** «Реальная мистика». (16+)
12.45, **02.25** «Понять. Простить». (16+)
13.50 Х/ф «Цена прошлого». (16+)
19.00 Х/ф «Дом надежды». (16+)
23.05 Т/с «Женский доктор - 3». (16+)
00.30 «Муж напрокат». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 «Капитаны». (12+)
09.00, **10.30, 12.25, 18.30, 22.00** Новости.
09.05, **14.40, 17.40, 01.40** Все на Матч!
10.35 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)
12.30 Хоккей. Чемпионат мира. Швеция - Латвия. (0+)
15.05 Хоккей. Чемпионат мира. Чехия - Швейцария.
18.00 «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)
18.35, **21.40, 22.30** Все на хоккей!
19.05 Хоккей. Чемпионат мира. Словакия - Дания.
22.10 «Братислава. Live». (12+)
23.05 Хоккей. Чемпионат мира. Канада - США.
02.30 Волейбол. Лига наций. Женщины. (0+)
04.30 Чемпионат Европы-2019 по латиноамериканским танцам. (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Золотая мина». (0+)
11.30, **14.30, 19.40, 22.00** События.
11.50, **04.00** Т/с «Детективное агентство «Лунный свет». (16+)
13.40 «Мой герой. Виктор Цвиркун». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Доктор Блейк». (12+)
17.05 «Естественный отбор». (12+)
17.55 Х/ф «Смертельный тренинг». (12+)
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «Осторожно, мошенники! Бандитская аренда». (16+)
23.05 Д/ф «Женщины Василия Шукшина». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 «Прощание. Любовь Полищук». (16+)
01.25 Д/ф «Маршала погубила женщина». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 18.30, 03.10** «Известия».
05.20 Т/с «Страх в твоем доме». (16+)
08.35, **09.25** Т/с «Снайперы». (16+)
13.25 Т/с «Новая жизнь сыщика Гурова. Продолжение». (16+)
19.00, **00.25** Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
01.10 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ». (16+)
09.00, **12.30, 23.00** «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
13.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.00 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «Толя-робот». (16+)
21.00 «Импровизация». (16+)
22.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)
01.00 «Stand up». (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+)
04.00 «Вперед в прошлое». (16+)
05.30, **05.40, 05.50** «Тайный город». (16+)
06.00 «Клуб». (16+)
06.10 «ТНТ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00, **21.15** Новости дня.
08.20, **18.30** «Специальный репортаж». (12+)
08.40, **12.05, 16.05** Т/с «Дальнобойщики». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
18.10 «Не факт!». (6+)
18.50 Д/с «Сталинградская битва». (12+)
19.40 «Легенды армии». (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (16+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем». (12+)
23.30 Торжественное мероприятие, посвященное 100-летию со дня образования Главного военно-политического управления ВС РФ.
00.40 Х/ф «Буду помнить». (16+)
02.40 Х/ф «Сто солдат и две девушки». (16+)
04.15 Х/ф «Под каменным небом». (12+)

№19 (1 245) 14.05.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00, 03.00** Новости.
09.20 «Сегодня 22 мая. День начинается». (6+)
09.55, **02.00** «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!». (16+)
12.15, **17.00, 18.25** «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15, **03.40** «Давай поженимся!». (16+)
16.00, **02.50, 03.05** «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 «Мама Лора». (16+)
22.30 «Большая игра». (12+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.05 Т/с «Агент национальной безопасности». (16+)
10.15 «Наблюдатель».
11.10, **01.20** «Не любо - не слушай».
12.20, **18.40, 00.30** «Что делать?».
13.10 Искусственный отбор.
13.50 Д/ф «Живая Вселенная».
14.20, 20.45 Д/с «О чем молчат львы».
15.10 Библейский сюжет.
15.40 Д/ф «Три тайны адвоката Плевако».
16.05 Х/ф «Рожденная революцией».
17.40 Исторические концерты.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
21.30 Абсолютный слух.
22.10 Т/с «Без вины виноватые».
23.00 «Дом архитектора».
23.50 Д/ф «Шарашка - двигатель прогресса».
02.25 Д/ф «Врубель».

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 «Все могло быть иначе». (12+)
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, 23.30** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, **20.05** «Правила жизни».
07.35 Легенды мирового кино.
08.00 Т/с «Сита и Рама».
08.45 «Дом архитектора».
09.10 Т/с «Без вины виноватые».

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, **15.00** «Национальный аспект». (16+)
07.20 Д/с «Друг». (12+)
07.50, **11.50, 15.50, 18.10, 22.50** «Видеоблокнот». (12+)
08.40, **12.20, 23.10** «Туристический рецепт». (12+)
09.20, **21.05, 03.55** Х/ф «Важняк». (16+)
11.05 Д/ф «Рыболовные истории». (16+)
12.00, **00.05** «Экономический клуб». (16+)
12.35 «Начинаем следствие». (16+)
13.00, **19.35** «Обратная связь». (12+)
14.00 Д/ф «Народы России». (12+)
16.00, **03.10** Т/с «Принц Сибири». (12+)
17.20 Д/ф «Мое родное». (12+)
18.20 «Личный эффект». (16+)
18.50 «Тема дня». (12+)
23.00 «Правильный выбор». (12+)
01.00 Х/ф «Два дня, одна ночь». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00, **09.00** «Территория заблуждений». (16+)
06.00, **11.00, 15.00** «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.30, **08.00, 12.30, 18.00, 19.30, 23.00** «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
07.57, **08.27, 12.57, 18.27, 19.57, 23.27** «Погода в Оренбурге». (12+)
08.30, **16.30, 23.30** «Новости». (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 «Остров». (12+)
22.40 «Смотреть всем!». (16+)
01.00 Х/ф «Золотой глаз». (16+)

НТВ

05.10 Т/с «Адвокат». (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. Судьбы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, **16.25, 01.05** «Место встречи». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.40 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
21.45 Т/с «Консультант. Лихие времена». (16+)
00.10 «Мировая закулиса. Предсказатели». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.40 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
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+)
10.05 Х/ф «На грани». (16+)
12.10 Х/ф «Стартрек. Возмездие». (12+)
14.50 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
20.00 Т/с «Сеня-Федя». (16+)
21.00 Х/ф «Стартрек. Бесконечность». (16+)
23.25 Х/ф «Машина времени». (12+)
01.20 Т/с «Хроники Шаннары». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30, **07.30, 18.00, 23.55** «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00, **00.00** Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
08.05, **05.15** «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.05 «Давай разведемся!». (16+)
10.05, **04.25** «Тест на отцовство». (16+)
11.10, **02.55** «Реальная мистика». (16+)
13.00, **02.25** «Понять. Простить». (16+)
14.05 Х/ф «Случайная невеста». (16+)
19.00 Х/ф «Все будет хорошо». (16+)
22.50 Т/с «Женский доктор - 3». (16+)
00.10 «Начинаем следствие». (16+)
00.30 «Муж напрокат». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 «Капитаны». (12+)
09.00, **10.55, 13.10, 16.10, 19.15** Новости.
09.05, **13.15, 16.15, 00.25, 02.55** Все на Матч!
11.00 Хоккей. Чемпионат мира. Финляндия - Германия. (0+)
14.00 Хоккей. Чемпионат мира. Норвегия - Латвия. (0+)
16.45 «Братислава. Live». (12+)
17.05 Хоккей. Чемпионат мира. Россия - Швеция. (0+)
19.25 «Кубок России. Главный матч». (12+)
19.55 Футбол. Олимп - Кубок России по футболу сезона 2018-2019. Финал.
22.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. Уникс (Казань) - «Химки».
00.50 Волейбол. Лига наций. Женщины. Россия - Китай.
03.25 Профессиональный бокс. (16+)
05.25 Футбол. Суперкубок Южной Америки. «Атлетико Параназнсе» (Бразилия) - «Ривер Плейт» (Аргентина).

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.05 «Доктор И...». (16+)
08.40 Х/ф «Пассажирка». (16+)
10.35 Д/ф «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!». (12+)
11.30, **14.30, 19.40, 22.00** События.
11.50, **03.55** Т/с «Детективное агентство «Лунный свет». (16+)
13.40 «Мой герой. Тамара Глоба». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Доктор Блейк». (12+)
17.05 «Естественный отбор». (12+)
17.55 Х/ф «Забытая женщина». (12+)
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 Линия защиты. (16+)
23.05 «90-е. Квартирный вопрос». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 «Удар властью. Распад СССР». (16+)
01.25 Д/ф «Три генерала - три судьбы». (12+)
02.10 Т/с «Доктор Блейк». (12+)
05.30 «Осторожно, мошенники! Бандитская аренда». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 18.30, 03.35** «Известия».
05.20, **13.25** Т/с «Новая жизнь сыщика Гурова. Продолжение». (16+)
08.40, **09.25** Т/с «Снайперы». (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». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.00 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «Толя-робот». (16+)
21.05 «Однажды в России». (16+)
22.05 «Где логика?». (16+)
23.05 «Дом-2». (16+)
01.05 «Stand up». (16+)
02.05 «Клуб». (16+)
02.15 «Преступление века». (16+)
02.30, **02.45, 03.00, 03.15, 05.00, 05.15, 05.30, 05.45** «Нефронтовые будни». (16+)
03.30, **03.45, 04.00** «Маленькие истории большой степи». (16+)
04.15, **04.25, 04.35** «Тайный город». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00, **21.15** Новости дня.
08.25, **12.05** Т/с «Дальнобойщики». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
13.15, **16.05** Т/с «Вердикт». (16+)
18.10 «Не факт!». (6+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Сталинградская битва». (12+)
19.40 «Последний день». Микаэл Таривердиев. (12+)
20.25 Д/с «Секретная папка». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем». (12+)
23.30 Х/ф «Цель вижу». (12+)
01.25 Х/ф «Ты должен жить». (12+)
02.55 Х/ф «Буду помнить». (16+)

ТВ-четверг 23 мая

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00, 03.00** Новости.
09.20 «Сегодня 23 мая. 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, **03.50** «Давай поженимся!». (16+)
16.00, **03.05** «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 «Мама Лора». (16+)
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Вечерний Ургант». (16+)
01.00 Т/с «Агент национальной безопасности». (16+)
11.10, **01.10** «Народный артист СССР Михаил Ульянов».
12.25, **18.45, 00.30** «Игра в бисер». «Борис Васильев. «А зори здесь тихие...».
13.10 Абсолютный слух.
13.50 Д/ф «Живая Вселенная».
14.20, **20.45** Д/с «О чем молчат львы».
15.10 Пряничный домик.
15.40 «2 Верник 2».
16.30 Х/ф «Рожденная революцией».
17.50 Исторические концерты.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
21.30 «Энигма. Зубин Мета».
22.10 Т/с «Без вины виноватые».
23.00 «Дом архитектора».
23.50 Черные дыры. Белые пятна.
02.25 Д/ф «Мир Пиранези».

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 «Все могло быть иначе». (12+)
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, 23.30** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, **20.05** «Правила жизни».
07.35 Легенды мирового кино.
08.00 Т/с «Сита и Рама».
08.45 «Дом архитектора».
09.10 Т/с «Без вины виноватые».
10.15 «Наблюдатель».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 02.30** «Новости дня». (12+)
06.20, **13.00** «Обратная связь». (12+)
07.25, **11.05** Д/с «Друг». (12+)
07.50, **13.45, 15.50, 18.10, 22.50** «Видеоблокнот». (12+)
08.25, **15.00** «Национальный аспект». (16+)
09.20, **21.05**, **03.50** Х/ф «Важняк». (16+)
11.45, **18.20**, **23.10** «Туристический рецепт». (12+)
12.00, **00.05** «Экономический клуб». (16+)
14.00 Д/ф «Охотники за сокровищами». (16+)
16.00, **03.05** Т/с «Принц Сибири». (12+)
17.20 Д/ф «Древние сокровища Мьянмы». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.35 «Начинаем следствие». (16+)
01.00 Х/ф «Мадам». (16+)
05.20 «Музыка на канале». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, **09.00, 15.00** «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.30, **08.00, 12.30, 19.30, 23.00** «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
07.57, **08.27, 12.27, 12.57, 18.27, 19.57, 23.27** «Погода в Оренбурге». (12+)
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 «24 часа на жизнь». (16+)
21.50 «Смотреть всем!». (16+)
01.00 Х/ф «Завтра не умрет никогда». (16+)
03.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

НТВ

05.10 Т/с «Адвокат». (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. Судьбы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, **16.25, 00.45** «Место встречи». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.40 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
21.45 Т/с «Консультант. Лихие времена». (16+)
00.10 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
03.00 Т/с «Адвокат». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.40 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
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+)
10.20 Х/ф «Машина времени». (12+)
12.20 Х/ф «Стартрек. Бесконечность». (16+)
14.50 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
20.00 Т/с «Сеня-Федя». (16+)
21.00 Х/ф «Скала». (16+)
23.45 Х/ф «Змеиный полет». (16+)
01.45 Т/с «Хроники Шаннары». (16+)
03.10 Х/ф «Звонок». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30, **07.30, 18.00** «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00, **00.00** Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.35, **05.15** «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.35 «Давай разведемся!». (16+)
09.35, **04.25** «Тест на отцовство». (16+)
10.40, **02.55** «Реальная мистика». (16+)
12.30, **02.25** «Понять. Простить». (16+)
14.10 Х/ф «Все будет хорошо». (16+)
19.00 Х/ф «Пять лет спустя». (16+)
23.05 Т/с «Женский доктор - 3». (16+)
00.10 «Старые письма о главном». (0+)
00.30 «Муж напрокат». (16+)
06.00 «Домашняя кухня». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 «Капитаны». (12+)
09.00, **10.30, 13.05, 15.40, 17.40, 22.35** Новости.
09.05, **13.10, 17.45, 01.40** Все на Матч!
10.35 «Кубок России. Главный матч». (12+)
11.05 Футбол. Олимп - Кубок России по футболу сезона 2018-2019. Финал. (0+)
13.40 Футбол. Суперкубок Южной Америки. «Атлетико Параназнсе» (Бразилия) - «Ривер Плейт» (Аргентина). (0+)
15.45, **02.15** Профессиональный бокс. (16+)
18.15, **07.40** «Братислава. Live». (12+)
18.35, **21.40, 22.40** Все на хоккей!
19.05, **23.05** Хоккей. Чемпионат мира. 1/4 финала.
22.05 «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)
03.50 Волейбол. Лига наций. Женщины. Россия - Бразилия.

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Инспектор уголовного розыска». (0+)
10.35 Д/ф «Алла Ларионова. Сказка о советском ангеле». (12+)
11.30, **14.30, 19.40, 22.00** События.
11.50, **03.55** Т/с «Детективное агентство «Лунный свет». (16+)
13.40 «Мой герой. Елена Шевченко». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Доктор Блейк». (12+)
17.05 «Естественный отбор». (12+)
17.55 Х/ф «Забытая женщина». (12+)
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.30 «Вся правда». (16+)
23.05 Д/ф «На осколках славы». (12+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 «Хроники московского быта. Советский Отелло». (12+)
01.25 Д/ф «Мятеж генерала Гордова». (12+)
02.10 Т/с «Доктор Блейк». (12+)
05.30 «Обложка. Чтоб я так жил!». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 18.30, 03.15** «Известия».
05.20, **09.25, 13.25** Т/с «Новая жизнь сыщика Гурова. Продолжение». (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». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.00 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «Толя-робот». (16+)
21.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)
22.00 «Импровизация». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Stand up». (16+)
02.00, **02.15, 02.30, 04.15, 04.30, 04.45** «Маленькие истории большой степи». (16+)
02.45, **05.00** «Преступление века». (16+)
03.00, **03.15, 03.30, 03.45, 05.15** «Нефронтовые будни». (16+)
04.00 «Вперед в прошлое». (16+)
05.30, **05.40, 05.50** «Тайный город». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром».
08.00, **21.15** Новости дня.
08.35, **12.05, 16.05** Т/с «Инкассаторы». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
18.10 «Не факт!». (6+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Сталинградская битва». (12+)
19.40 «Легенды кино». (6+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем». (12+)
23.30 Всероссийский фестиваль прессы «Медиа-ас-2019».
00.40 Т/с «Вердикт». (16+)
04.15 д/с «Обратный отсчет». (12+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро».
09.00, **12.00** Новости.
09.20 «Сегодня 24 мая. День начинается». (6+)
09.55, **02.25** «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!». (16+)
12.15, **17.00**, **18.25** «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15, **04.00** «Давай поженимся!». (16+)
16.00, **03.15** «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.50 «Человек и закон». (16+)
19.55 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время».
21.30 «Три аккорда». (16+)
23.35 «Вечерний Ургант». (16+)
00.30 Х/ф «Киллер поневоле». (18+)

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 Х/ф «Мои дорогие». (12+)
01.15 Х/ф «Ненавижу и люблю». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00**, **07.30**, **10.00**, **19.30**, **23.10** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05 «Правила жизни».
07.35 Легенды мирового кино.
08.00 Т/с «Сита и Рама».
08.45 «Дом архитектора».
09.10 Т/с «Без вины виноватые».
10.15 Х/ф «Петербургская ночь».
12.15 Дороги старых мастеров.
12.25 Д/ф «Божественная Гликерия».
13.10 Д/ф «Лунные скитальцы».
13.50 Д/ф «Счастливый билет Бориса Васильева».
14.30 Письма из провинции. Мценск.
15.00 День славянской письменности и культуры
16.30 «Пешком...».
17.00 «Энигма. Зубин Мета».
17.40 Черные дыры. Белые пятна.
18.20 Д/с «Дело №. Петр Столыпин. Покушение в антракте».
18.50 «Билет в Большой».
19.45 «Смехоностальгия».
20.15, **01.45** Искатели.
21.00 Линия жизни.
22.00 Х/ф «Вокальные параллели».
23.30 «2 Верник 2».
00.15 Х/ф «Король керлинга».
02.30 М/ф.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **07.00**, **08.00**, **09.00**, **15.30**, **17.00**, **19.00**, **20.30**, **23.30**, **01.45** «Новости дня». (12+)
06.20 «Обратная связь». (12+)
07.25, **11.05** Д/с «Друг». (12+)
07.50, **11.50**, **15.50**, **18.10**, **22.50** «Видеоблокнот». (12+)
08.40, **13.25**, **19.25**, **23.10** «Туристический рецепт». (12+)
09.20, **03.05** Х/ф «Важняк». (16+)
12.00 «Экономический клуб». (16+)
13.00, **18.20** «Начинаем следствие». (16+)
14.00 Д/ф «Мое родное». (12+)
15.00 «Национальный аспект». (16+)
16.00, **02.10** Т/с «Принц Сибири». (12+)
17.20 Д/ф «Зверская работа». (12+)
18.30 «Правильный выбор». (12+)
20.00, **23.00** «Погода на неделю». (0+)
20.05 «На родной земле». (12+)
21.00 Х/ф «Заза». (16+)
00.00 Х/ф «Рубин во мгле». (16+)
04.35 «Музыка на канале». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, **09.00** «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
07.30, **08.00**, **12.30**, **19.30**, **23.00** «Новости ОРЕН-ТВ». (16+)
07.57, **08.27**, **12.27**, **12.57**, **18.27**, **19.57**, **23.27** «Погода в Оренбурге». (12+)
08.30, **16.30** «Новости». (16+)
12.00 «Круглый стол». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Эхо недели». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «Сто грамм - не стоп-кран!». (16+)
21.00 «Слабоумие и отвага. Кто хочет уничтожить человечество?». (16+)
23.30 Х/ф «И целого мира мало». (16+)
02.10 Х/ф «Королева проклятых». (16+)
03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
04.00 «Территория заблуждений». (16+)

НТВ

05.10 Т/с «Адвокат». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «Доктор свет». (16+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, **13.00**, **16.00**, **19.00** «Сегодня».
10.20 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00, **16.25**, **02.40** «Место встречи». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10 «Жди меня». (12+)
19.40 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
21.45 Т/с «Консультант. Лихие времена». (16+)
00.00 «ЧП. Расследование». (16+)
00.35 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.40 «Квартирный вопрос». (0+)
04.20 «Подозреваются все». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.40 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
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, **14.45** «Уральские пельмени». (16+)
10.00 Х/ф «Змеиный полет». (16+)
12.05 Х/ф «Скала». (16+)
20.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
23.00 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
00.00 Х/ф «Однажды в Вегасе». (16+)
01.55 Х/ф «Звонок». (16+)
03.40 Х/ф «Без границ». (12+)
05.10 «Мистер и миссис Z». (12+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30, **07.30**, **23.15** «6 кадров». (16+)
06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00, **18.00**, **00.00** Видеоблокнот. (12+)
07.10 Новости. (12+)
07.55, **05.15** «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.55 «Давай разведемся!». (16+)
09.55, **04.25** «Тест на отцовство». (16+)
11.00, **02.55** «Реальная мистика». (16+)
12.50, **02.25** «Понять. Простить». (16+)
13.55 Х/ф «Пять лет спустя». (16+)
18.10 «Правильный выбор». (12+)
18.35, **00.10** Туристический рецепт. (12+)
18.50 «Старые письма о главном». (0+)
19.00 Х/ф «Хирургия. Территория любви». (16+)
00.30 «Муж напрокат». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 «Капитаны». (12+)
09.00, **10.55**, **13.00**, **15.05**, **17.20**, **20.25**, **23.05** Новости.
09.05, **17.25**, **01.00** Все на Матч!
11.00 Волейбол. Лига наций. Женщины. Россия - Бразилия. (0+)
13.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)
15.10, **18.15** Хоккей. Чемпионат мира. 1/4 финала. (0+)
20.30 Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. Уникс (Казань) - «Химки».
23.10 «Инсайдеры». (12+)
23.40 «Финал Кубка России. Live». (12+)
00.00 Все на футбол! Афиша (12+)
00.30 «Золотой сезон. «Манчестер Сити». (12+)
01.30 «Кибератлетика». (16+)
02.00 Х/ф «Защитник». (16+)
04.15 Смешанные единоборства. (16+)
06.25 Д/ф «Глена». (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.00 «Доктор И...». (16+)
08.35 Х/ф «Уснувший пассажир». (12+)
10.10 Х/ф «Озноб». (12+)
11.30, **14.30**, **19.40** События.
11.50 Х/ф «Озноб». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Доктор Блейк». (12+)
17.20 Х/ф «Ускользающая жизнь». (12+)
19.20 Петровка, 38. (16+)
20.05 Х/ф «Отцы». (16+)
22.00 «В центре событий». (16+)
23.10 «Приют комедиантов». (12+)
01.05 Д/ф «Актерские драмы. Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+)
01.55 Х/ф «Инспектор уголовного розыска». (0+)
03.30 Х/ф «Загнанный». (16+)
05.05 Д/ф «Польские красавицы. Кино с акцентом». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00**, **13.00** «Известия».
05.20 Т/с «Страх в твоем доме». (16+)
06.45 Т/с «Под прикрытием». (16+)
19.30 Т/с «След». (16+)
23.45 «Светская хроника». (16+)
00.45 Т/с «След». (16+)
01.35 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ». (16+)
09.00, **12.30** «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
13.30 «Большой завтрак». (16+)
14.00 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.00 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 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+)
01.35 «Stand up». (16+)
02.25 «Оренбург.Ru». (16+)
02.30, **05.00** «Клуб». (16+)
02.45, **05.15** «Преступление века». (16+)
03.00, **05.30** «Вперед в прошлое». (16+)
03.15, **03.30**, **03.45**, **04.00**, **05.45** «Нефронтовые будни». (16+)
04.15, **04.30**, **04.45** «Маленькие истории большой степи». (16+)
06.00 «ТНТ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.10 Х/ф «Годен к нестроевой». (0+)
06.35, **08.20** Х/ф «Расписание на послезавтра». (0+)
08.00, **21.15** Новости дня.
09.05 Х/ф «Приказ: огонь не открывать». (12+)
11.00, **12.05** Х/ф «Приказ: перейти границу». (12+)
12.00, **16.00** Военные новости.
13.15, **16.05**, **21.25** Т/с «Крестный». (16+)
22.30 Х/ф «Государственный преступник». (0+)
00.30 Х/ф «В небе «ночные ведьмы». (6+)
02.10 Х/ф «Длинное, длинное дело...». (6+)
03.35 Х/ф «Пятнадцатая весна». (12+)

ТВ-суббота 25 мая

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.30, **06.10** «Россия от края до края». (12+)
06.00, **10.00** Новости.
06.30 Х/ф «Приказано взять живым». (0+)
08.10 «Играй, гармонь любимая!». (12+)
08.55 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.10 «Охотник за головами. В объективе - звезды». (16+)
11.10 «Теория заговора». (16+)
12.00 Новости.
12.15 «Идеальный ремонт». (6+)
13.20 «Живая жизнь». (12+)
16.20 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
17.50 «Эксклюзив». (16+)
19.30, **21.20** «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время».
23.00 Х/ф «Довлатов». (16+)
01.20 «Rolling Stone: История на страницах журнала». (18+)
03.25 «Модный приговор». (6+)
04.20 «Мужское / Женское». (16+)
05.00 «Давай поженимся!». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00 «Утро России. Суббота».
08.15 «По секрету всему свету».
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 «Кузнец моего счастья». (12+)
13.40 Х/ф «Огонь, вода и ржавые трубы». (12+)
17.30 «Привет, Андрей!». (12+)
20.00 Вести в субботу.
21.00 «Ну-ка, все вместе!» Финал. (12+)
00.20 Х/ф «Когда его совсем не ждешь». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30 Библейский сюжет.
07.05, **02.45** М/ф.
08.25 Т/с «Сита и Рама».
09.55 Телескоп.
10.25 Х/ф «Испытательный срок».
12.05 Д/ф «Шарашка - двигатель прогресса».
12.45 Пятое измерение.
13.15, **01.05** Д/с «Ритмы жизни Карибских островов».
14.10 IV Международный конкурс молодых оперных режиссеров «Нано-Опера».
16.45 Д/ф «Одевайтесь по правилам! Мода и провокация».
17.40 Хрустальный бал «Хрустальной Турандот» в честь Инны Чуриковой.
18.40 Спектакль «Аудиенция».
21.00 «Агора».
22.00 Х/ф «Барри Линдон».
02.00 Искатели.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **22.15** «Туристический рецепт». (12+)
06.20 Х/ф «Два дня, одна ночь». (16+)
08.05, **03.45** Х/ф «Мадам». (16+)
09.50, **12.20**, **16.20**, **18.50** «Видеоблокнот». (12+)
10.00, **19.00**, **00.00** «Акценты». (12+)
10.35, **12.15**, **14.15**, **16.30**, **18.45**, **22.30** «Погода на неделю». (0+)
10.40, **22.35** «Правильный выбор». (12+)
11.00 Д/ф «Рыболовные истории». (16+)
12.30 Д/ф «Мое родное». (12+)
13.15 Д/ф «Древние сокровища Мьянмы». (12+)
14.20 Д/ф «Зверская работа». (12+)
15.10 «Секретная кухня». (12+)
15.40 Д/с «Курская дуга. Максимальный масштаб». (16+)
16.45 «Молодое Оренбуржье». (6+)
17.00 Х/ф «Князь Удача Андреевич». (0+)
19.35, **22.45** Х/ф «И это все о нем». (0+)
00.30 Х/ф «Тень «Полярной звезды». (12+)
02.15 Х/ф «Заза». (16+)
05.45 «Музыка на канале». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
07.20 Х/ф «День сурка». (12+)
09.15 «Минтранс». (16+)
10.15 «Самая полезная программа». (16+)
11.15 «Военная тайна». (16+)
16.20 «Территория заблуждений». (16+)
18.20 «Засекреченные списки. Куда приводят понты». (16+)
20.30 Х/ф «План побега». (16+)
22.40 Х/ф «План побега 2». (16+)
00.30 Х/ф «Тюряга». (16+)
02.20 Х/ф «Крутой чувак». (16+)
03.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
04.30 «Территория заблуждений». (16+)

НТВ

04.50 «ЧП. Расследование». (16+)
05.25 Х/ф «Холодное лето пятьдесят третьего...». (12+)
07.25 «Смотр». (0+)
08.00, **10.00**, **16.00** «Сегодня».
08.20 «Готовим с Алексеем Зиминым». (0+)
08.50 «Кто в доме хозяин?». (12+)
09.25 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Еда живая и мертвая». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Нашпотребнадзор». (16+)
14.00 «Поедем, поедим!». (0+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 «Однажды...». (16+)
17.00 «Секрет на миллион». (16+)
19.00 «Центральное телевидение».
21.00 «Звезды сошлись». (16+)
22.15 «Ты не поверишь!». (16+)
23.25 «Международная пилорама». (18+)
00.20 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
01.20 «Фоменко фейк». (16+)
01.50 «Дачный ответ». (0+)
02.55 Х/ф «Хозяин». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.15 М/с «Тролли. Праздник продолжается!». (6+)
07.40 М/с «Три кота». (0+)
08.05 М/с «Том и Джерри». (0+)
08.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.30 «Просто кухня». (12+)
10.30 «Рогов. Студия 24». (16+)
11.30 Х/ф «Приключения Паддингтона». (6+)
13.25, **01.50** Х/ф «Заколдованная Элла». (16+)
15.20 М/ф «Хранители снов». (0+)
17.05 М/ф «Как приручить дракона». (12+)
19.00 М/ф «Как приручить дракона-2». (0+)
21.00 Х/ф «Малефисента». (12+)
23.00 «Дело было вечером». (16+)
00.00 Х/ф «Без границ». (12+)
03.20 Х/ф «Принцесса специй». (12+)
04.50 «Вокруг света во время декрета». (12+)
05.10 «6 кадров». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30, **23.30**, **05.20** «6 кадров». (16+)
08.40 Х/ф «Одиноким предоставляется общежитие». (16+)
10.25 Х/ф «Провинциалка». (16+)
18.00 «Акценты». (12+)
18.35 Видеоблокнот. (12+)
18.50 «Старые письма о главном». (0+)
19.00 Х/ф «Я люблю своего мужа». (16+)
00.30 Х/ф «Я подарю себе чудо». (16+)
02.20 Д/с «Героини нашего времени». (16+)
05.35 «Домашняя кухня». (16+)

МАТЧ

08.00, **10.10**, **12.25**, **14.35** Хоккей. Чемпионат мира. 1/4 финала. (0+)
12.20, **16.45**, **21.55**, **00.40** Новости.
16.50 «Братислава. Live». (12+)
17.10 Все на хоккей!
17.35 «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)
18.05, **22.05** Хоккей. Чемпионат мира. 1/2 финала.
20.40 Формула-1. Гран-при Монако. (0+)
00.45 Все на Матч!
01.30 Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)
03.30 Футбол. Кубок Германии. Финал. «Лейпциг» - «Бавария». (0+)
05.30 Спортивная гимнастика. Мировой Кубок вызова. (0+)
07.00 «Тает лед». (12+)
07.30 «Команда мечты». (12+)

ТВЦ

05.50 Марш-бросок (12+)
06.25 «АБВГДейка». (0+)
06.50 Д/ф «Короли эпизода. Станислав Чекан». (12+)
07.40 «Выходные на колесах». (6+)
08.15 Православная энциклопедия. (6+)
08.40 Х/ф «Свадебное платье». (12+)
10.50 Х/ф «Приезжая». (12+)
11.30, **14.30**, **23.40** События.
11.45 Х/ф «Приезжая». (12+)
13.00, **14.45** Х/ф «Смертельный тренинг». (12+)
17.05 Х/ф «Старая гвардия». (12+)
21.00 «Постскриптум».
22.10 «Право знать!». (16+)
23.55 «Право голоса». (16+)
03.00 «90-е. Квартирный вопрос». (16+)
03.45 «Удар властью. Распад СССР». (16+)
04.25 «Мусорная революция». (16+)
04.55 Линия защиты. (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Детективы». (16+)
10.40 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Главное».
00.55 Т/с «Фаворский». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ». (16+)
08.00, **01.00** «ТНТ music». (16+)
08.30 «ТНТ». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.00 «Школа экстрасенсов». (16+)
12.30 «Однажды в России». (16+)
16.00 «Комеди Клаб». (16+)
20.00 «Песни». (16+)
22.00 «Stand up. Дайджест». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.30 «Открытый микрофон». (16+)
03.05, **03.15** «Тайный город». (16+)
03.25 «Преступление века». (16+)
03.40 «Вперед в прошлое». (16+)
03.55 «Архитектурные сюжеты». (16+)
04.00, **04.15**, **04.30** «Маленькие истории большой степи». (16+)
04.45, **05.00**, **05.15**, **05.30** «Нефронтовые будни». (16+)
05.45 «Клуб». (16+)
06.00 «ТНТ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Т/с «Государственная граница». (12+)
09.00, **13.00**, **18.00** Новости дня.
09.10 «Морской бой». (6+)
10.15 «Не факт!». (6+)
10.45 «Улика из прошлого». (16+)
11.35 Д/с «Загадки века». (12+)
12.30 «Легенды музыки». (6+)
13.15 «Последний день». (12+)
14.00 «Десять фотографий». (6+)
14.50 Д/ф «Оружие Победы. Щит и меч Красной армии. В логове врага». (12+)
15.40, **18.25** Т/с «Рожденная революцией». (6+)
18.10 «Задело!».

За возможные изменения в программе редакция ответственности не несет.

№19 (1 245) 14.05.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.50 Х/ф «Проект «Альфа». (12+)
06.00, **10.00** Новости.
06.10 «Проект «Альфа». (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
10.10 «Жизнь других». (12+)
11.10 «Теория заговора». (16+)
12.00 Новости.
12.20 «Марина Неелова. «Я умею летать». (12+)
13.30 Х/ф «Ты у меня одна». (16+)
15.25 «Стас Михайлов. Все слезы женщин». (12+)
16.35 «Все для тебя». Юбилейный концерт Стаса Михайлова. (12+)
18.50 «Ледниковый период. Дети». (0+)
21.00 «Толстой. Воскресенье».
22.30 «КВН». (16+)
00.45 «Rolling Stone: История на страницах журнала». (18+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

04.20 Т/с «Сваты». (12+)
07.30 «Смехопанорама».
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».
14.05, **01.30** «Далекие близкие». (12+)
15.40 Х/ф «Синее озеро». (12+)
20.00 Вести недели.
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
03.05 Т/с «Гражданин начальник». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, **02.45** М/ф.
07.55 Т/с «Сита и Рама».
10.10 «Обыкновенный концерт».
10.40 Х/ф «Капитанская дочка».
12.20 Письма из провинции.
12.50, **01.20** Диалоги о животных.
13.30 Д/ф «Николай Пржевальский. Экспедиция длиною в жизнь».
14.30 Линия жизни.
15.20 Спектакль «А чой-то ты во фраке?».
16.30 «Картина мира».
17.15 «Ближний круг Исаака Штокбанта».
18.15 «Романтика романса».
19.30 Новости культуры.
20.10 Х/ф «Испытательный срок».
21.45 Опера «Отелло».
00.25 Д/ф «Одевайтесь по правилам! Мода и провокация».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **11.35** «Туристический рецепт». (12+)
06.15, **02.10** Х/ф «Рубин во мгле». (16+)
08.00 Х/ф «Заза». (16+)
09.45, **10.55**, **14.45**, **18.45**, **20.50**, **22.25** «Погода на неделю». (0+)
09.50, **11.50**, **15.50**, **18.50** «Видеоблокнот». (12+)
10.00, **19.00**, **00.00** «Национальный аспект». (16+)
10.35 «Начинаем следствие». (16+)
11.00 «Полчаса о вере». (16+)
12.00 «Личный эффект». (16+)
12.30 Д/ф «Друг». (12+)
14.50 Д/ф «Почему я». (12+)
15.20 Д/ф «Медицинская правда». (12+)
16.00 Д/ф «Народы России». (12+)
16.45 М/с «Паровозик Тишка. Новые приключения». (0+)
18.20 «Молодое Оренбуржье». (6+)
19.30, **23.45** «Погода». (0+)
19.35, **21.10**, **22.30** Х/ф «И это все о нем». (0+)
20.55 «Человеческий фактор». (12+)
00.30 Х/ф «Запах вереска». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
07.40 Х/ф «План побега». (16+)
09.40 Х/ф «Умри, но не сейчас». (16+)
12.15 Х/ф «Казино «Рояль». (16+)
15.10 Х/ф «Квант милосердия». (16+)
17.15 Х/ф «007: Координаты «Скайфолл». (16+)
20.00 Х/ф «007: Спектр». (16+)
23.00 «Добров в эфире». (16+)
00.00 «Соль». (16+)
01.50 «Военная тайна». (16+)

НТВ

04.45 «Звезды сошлись». (16+)
06.00 «Центральное телевидение». (16+)
08.00, **10.00**, **16.00** «Сегодня».
08.20 «У нас выигрывают!». (12+)
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «Нашпотребнадзор». (16+)
14.00 «Малая земля». (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 «Следствие вели...». (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели».
20.10 «Ты супер!». Суперсезон. Финал. (6+)
22.50 Х/ф «Контракт на любовь». (16+)
00.50 Х/ф «Все просто». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.15 М/с «Тролли. Праздник продолжается!». (6+)
07.40 М/с «Три кота». (0+)
08.05 М/с «Царевны». (0+)
09.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
10.25 «Дело было вечером». (16+)
11.25 М/ф «Хранители снов». (0+)
13.20 М/ф «Как приручить дракона». (12+)
15.10 М/ф «Как приручить дракона-2». (0+)
17.10 Х/ф «Малефисента». (12+)
19.05 М/ф «Angry birds в кино». (6+)
21.00 Х/ф «Джон Картер». (12+)
23.35 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
00.35 Х/ф «Однажды в Вегасе». (16+)
02.30 Х/ф «Принцесса специй». (12+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30, **18.00**, **23.00**, **05.25** «6 кадров». (16+)
07.00 Видеоблокнот. (12+)
07.10 «Правильный выбор». (12+)
07.35 Х/ф «Женская дружба». (16+)
09.30, **12.00** Х/ф «Хирургия. Территория любви». (16+)
11.55 «Полезно и вкусно». (16+)
13.45 Х/ф «Три дороги». (16+)
19.00 Х/ф «Я знаю твои секреты». (16+)
00.30 Х/ф «Дважды в одну реку». (16+)
02.20 Д/с «Героини нашего времени». (16+)
05.35 «Домашняя кухня». (16+)

МАТЧ

08.00 Д/ф «Анатолий Тарасов. Век хоккея». (12+)
09.10, **11.40** Хоккей. Чемпионат мира. 1/2 финала. (0+)
11.20, **21.15** «Братислава. Live». (12+)
13.50, **15.50**, **17.55**, **21.10**, **23.20** Новости.
14.00 Футбол. Чемпионат Италии (0+)
15.55 Футбол. Российская Премьер-лига. «Динамо» (Москва) - «Арсенал» (Тула).
18.00 Все на хоккей!
18.35 Хоккей. Чемпионат мира. Матч за 3-е место.
21.35, **01.25** Все на Матч!
22.25 «РПЛ 2018/2019. Как это было». (12+)
23.25 Футбол. Чемпионат Италии.
02.15 формула-1. Гран-при Монако. (0+)
04.45 Д/ф «Лобановский навсегда». (16+)

ТВЦ

05.25 Х/ф «Ванечка». (16+)
07.25 «Фактор жизни». (12+)
08.00 Х/ф «Храбрые жены». (12+)
09.50 Д/ф «Актерские драмы. Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!». (12+)
11.30, **00.15** События.
11.45 Х/ф «Застава в горах». (12+)
13.45 «Смех с доставкой на дом». (12+)
14.30 Московская неделя.
15.00 «Свадьба и развод. Сергей Жигунов и Вера Новикова». (16+)
15.55 «Прощание. Марина Голуб». (16+)
16.40 «Хроники московского быта. Доза для мажора». (12+)
17.35 Х/ф «Дом на краю леса». (12+)
21.25, **00.35** Х/ф «Каинова печать». (12+)
01.35 Х/ф «Отцы». (16+)
03.10 Петровка, 38. (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Фаворский». (16+)
08.05 «Светская хроника». (16+)
09.00 Д/ф «Моя правда. Алексей Глызин: я не ангел». (16+)
10.05 Т/с «Чужой район-2». (16+)
22.15 Т/с «Снайпер». (16+)
01.30 Т/с «Под прикрытием». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ». (16+)
07.30, **06.10** «ТНТ». (16+)
08.00 «ТНТ». (16+)
09.00, **23.00** «Дом-2». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
12.00 «Большой завтрак». (16+)
12.30 «Однажды в России». (16+)
14.30 «Комеди Клаб. Дайджест». (16+)
16.30, **17.30**, **18.30**, **19.30** Т/с «Толя-робот». (16+)
20.30 «Школа экстрасенсов». (16+)
22.00 «Stand up». (16+)
01.00 «Такое кино!». (16+)

ЗВЕЗДА

05.35 Т/с «Рожденная революцией». (6+)
09.00 Новости недели.
09.25 Служу России!
09.55 «Военная приемка». (6+)
10.45 «Код доступа». (12+)
11.30 «Скрытые угрозы» (12+)
12.30 «Специальный репортаж». (12+)
12.45 Д/ф «Легенды госбезопасности. Павел Судоплатов. Начало». (16+)
13.40 Т/с «Охота на Вервольфа». (16+)
18.00 Главное.
19.20 Д/с «Легенды советского сыска». (16+)
19.25 Д/с «Легенды советского сыска. Годы войны». (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 Х/ф «Про Петра и Павла». (6+)
01.40 Х/ф «Расписание на послезавтра». (0+)

Дорогую подругу Татьяну Петровну Токунову поздравляю с красивым женским днем рождения!

Не скрывай свой возраст - ты прекрасна,
Пусть тебе сегодня 45!
Красотой своей ты покоряешь,
Сердце заставляешь трепетать.
Оставайся заводной,
Стильной, умной, доброй.
Будь душой и телом молодой.
Купайся в море комплиментов,
Сияй, блистай и удивляй!

Александра.

Дорогую, любимую мамочку Татьяну Петровну Токунову поздравляю с неповторимым юбилеем!

Пусть иногда мне не хватает слов...
Не думай, что тебя не уважаю,
Что не ценю я всех твоих трудов,
Что никогда и ничего не замечаю.
За все слова, что я не говорю,
Я у тебя сейчас прошу прощения.
Ты знай, что очень я тебя люблю.
Моя мамуля, мама, с днем рождения!

Сын.

Уважаемого Бориса Михайловича Джуламанова поздравляем с 60-летним юбилеем!

Достойнейшего средь всех мужчин
Сердечно с днем рожденья поздравляем
И жить без седины и без морщин
Настойчиво желаем.
Хотим, чтоб сила, бодрость и здоровье
Оберегали от тревог и печалей,
Всегда чтоб сердце согревалось любовью.
Радости, вдохновения и крупного везения!

Педагогический коллектив, с. Каменноозерное.

ЯСНОВИДЯЩАЯ АНАСТАСИЯ

По многочисленным просьбам жителей города Оренбурга ясновидящая Анастасия вернулась домой.
Посетив святые места Иерусалима, ясновидящая Анастасия согласилась принять всех и помочь каждому.

Она поможет в любой жизненной ситуации!

Знает, как предотвратить зло, снимет порчу, напущенную по ветру, сглаз, избавит от греха пьянства, вернет любимых по белой магии. Изгнание бесов по Книге судеб, помощь в судебных делах.

Если чувствуете, что у вас в семье начались неприятности, резко ухудшилось здоровье, портятся отношения с детьми, не ладится личная жизнь, если вы на глазах теряете любимого человека и спутником вашей жизни стало одиночество, бейте тревогу сейчас!

Иначе быть большой беде!

К сожалению, никто из нас не застрахован от подобных вещей. Вам необходимо обратиться к ясновидящей Анастасии. Только она может избавить вас от всех проблем и вернуть счастье в дом, поставить на всю семью защиту и оберег от воздействия темных сил.

Когда вам не с кем поделиться и душа просит помощи, обращайтесь к ясновидящей Анастасии, она вам поможет.

8-905-818-11-40

Хронические запоры? Геморрой?
Фибралакс Эвалар

В отличие от обычных слабительных, лекарство **Фибралакс Эвалар**
1. **Восстанавливает** регулярную работу кишечника даже при хронических запорах.
2. **Облегчает** симптомы геморроя, размягчая кишечное содержимое и действуя как смазка.

Растворимые волокна в составе Фибралакса способствуют:
1. Восстановлению кишечной микрофлоры[2].
2. Снижению риска возникновения опухолей прямой кишки[2].

Разрешен к применению беременным женщинам[3].

При лечении геморроя - добавьте Фибралакс!

www.evalar.ru **8-800-200-52-52** (для справок).
Спрашивайте во всех аптеках, а также: Данафарм: 55-77-76; 72-56-51

ГАРАНТИЯ GMP КАЧЕСТВА

apteka.ru Бесплатная доставка в ближайшую аптеку

Эвалар

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760. Реклама. [1] По действующим компонентам. [2] Броновец И.Н., Сакович М.Н., Хомич Е.Н. Роль пищевых волокон в питании, профилактике и лечении некоторых заболеваний. – Минск, 1989. – С. 35. [3] По назначению врача.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Гузалья Сафина: «ДЕТИ И ВНУКИ ТОЛЬКО РАДУЮТ»

- У меня прекрасные дочери. Лилии сейчас 31 год, Олесе - 28. У обеих уже есть семьи и дети. Уверена, что мои дочки - идеальные мамы, потому что и детьми они были идеальными. И мысли никогда не возникало, чтобы их за что-то наказать. Очень самостоятельные, трудолюбивые, усердные. Первые помощницы в хозяйстве, по дому и на огороде. При этом успевали хорошо учиться, посещать различные кружки и секции. Мои девочки очень добрые. Ни одного котенка или щенка, что появлялись у калитки, не бросили на произвол судьбы. А я и не противилась. В заботе о животных формируется умение любить и заботиться о людях. Трудолюбивыми растут и внуки. Старшему - Ильдарику - шесть лет. Ждет не дождется, когда поедет к бабушке с дедушкой, чтобы им помогать. Он с нами и гусей пасет, и в лес по ягоды и грибы ходит. Несмотря на свой возраст, уже прекрасно разбирается в грибах. Умный и любознательный мальчишка. И две внучки такие. 8 мая родился четвертый внук. Так что семья стала еще больше, и радости теперь прибавится.

ИГРОВАЯ

ЗАЙЦЫ И МОРКОВКА

На земле дети чертят мелом широкий круг, достаточный для того, чтобы вместить всех собравшихся. Он будет выполнять роль огорода. А различные найденные предметы (камни, палки и другое) - роль морковок. В центр круга становится волк. Его задача - поймать зайцев за воровством морковок. Волком становится тот, кто вовремя не скрылся с добычей.

Игру можно усовершенствовать и нарисовать на асфальте целый город с домиками для каждого зайца, всевозможными мостиками и запретными зонами, где нельзя спрятаться от волка.

КАК ВЕСТИ СЕБЯ С ЮНЫМ БУНТАРЕМ?

Психологи выделяют три основных кризиса у детей: одного года, трех лет и 5-7 лет. Как их пережить?

КРИЗИС ОДНОГО ГОДА

Ребенок осознает свое «я», начинает разграничивать себя и взрослых. Его возможности расширились, но сталкиваются с ограничениями, накладываемыми старшими. Малыш становится капризным, устраивает истерики.

Сын или дочка делают все как будто назло родителям. Ребенок уже может доставать до большинства вещей в квартире и все время пытается что-то сломать или испортить. Запреты не приносят результатов. Малыш не слушается и делает что хочет.

Ошибка. Ребенок ведет себя так не вам назло. Для этого он еще слишком мал. Им движет не желание навредить, а любопытство. Не ограничивайте маленького исследователя. Бесконечные «нельзя» мешают развитию любознательности.

Как поступить? Запрещайте только то, что действительно вредно для ребенка. Уберите подальше опасные и ценные вещи. Большей притягательностью для малыша в этом возрасте обладают не игрушки, а бытовые вещи.

КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ

Проверить границы дозволенного, выстроить новые взаимоотношения с окружающим миром - к этому стремится малыш. У ребенка проявляются негативизм, агрессия, упрямство. Он постепенно начинает ощущать себя самостоятельной личностью, пытается сам принимать решения. Но взрослые не готовы воспринимать его как равного, отсюда и конфликт.

• **Вам все труднее гулять с ребенком.** Из-за ерунды у него может начаться истерика с криками и топаньем ногами. Часто родители в такой ситуации чувствуют себя неловко перед прохожими, раздражаются, некоторые делают вид, что ушли, оставив малыша одного.

Ошибка. Оставляя ребенка без присмотра, вы можете нанести ему серьезную психологическую травму. Не принимайте близко к сердцу реакцию окружающих. Также не стоит кричать и ругаться. Этим вы покажете, что вас легко вывести из себя.

Как поступить? Покажите, что истерика вас не трогает. Лучше встать рядом и не обращать внимания ни на скандалиста, ни на прохожих. Например, просмотрите сообщения в телефоне.

• **Ребенок хочет все делать сам, даже то, что ему пока не под силу.** В результате сборы на прогулку занимают больше часа, вместо домашних дел вы исправляете то, что наворотил малыш, который только и слышит, что «не мешай».

Ошибка. Не пресекайте попытки чада делать что-то. Стремление к самостоятельности, желание помогать необходимо поощрять, иначе потом вы будете удивляться, почему ребенок ничего не может сделать сам без вашего напоминания.

Как поступить? Отвлеките ребенка, если видите, что задача ему не по силам. Поручите более легкое задание - сложить белье в стиральную машину, полить цветы. Не запрещайте малышу одеваться самому, начинайте процесс минут на двадцать раньше предполагаемого выхода из дома.

• **В последнее время ребенка будто подменили.** «Нет», «не буду», «не хочу» - в ответ на любое ваше предложение. А слова «уходи, я тебя не люблю» могут не только довести до слез самого стойкого родителя, но и спровоцировать конфликт в семье.

Ошибка. Не стоит воспринимать всерьез «вредные» заявления ребенка. Он не старался посильнее вас задеть, просто пробует границы дозволенного, проверяет вашу реакцию на свое поведение.

Как поступить? Не давайте малышу возможность ответить «нет», предлагайте варианты так, чтобы нужное решение оказалось уже принятым. Например: не «Пойдем гулять», а «Пойдем на площадку или в сквер?».

КРИЗИС 5-7 ЛЕТ

Малыш чувствует себя взрослым, стремится быть им, но у него это не во всем получается. Отсюда и внутренний конфликт. Стремление подражать старшим, кривляние, потеря интереса к прежним занятиям - все это признаки кризиса 5-7 лет.

• **Раньше, приходя из садика, ребенок бежал к вам и рассказывал, как прошел день**, а теперь в ответ на все вопросы вы слышите только «нормально» и «хорошо».

Ошибка. Не настаивайте на том, чтобы дочка или сын раскрывались перед вами, не изводите вопросами. Ничего необычного в таком поведении нет. Просто на смену детской непосредственности приходит стремление к сдерживанию эмоций.

Как поступить? Попробуйте сменить тактику, сначала сами расскажите ребенку, как прошел ваш день, а лишь потом спрашивайте про его проблемы.

• **Младший ребенок стремится во всем подражать старшему брату или сестре.** Хочет позже ложиться спать, требует, чтобы его тоже отпускали гулять одного.

Ошибка. Бесполезно убеждать ребенка, что он еще маленький. Ему именно сейчас очень важно чувствовать себя взрослым.

Как поступить? Объясните, что брат или сестра старше, поэтому у них другой режим. Либо, раз он уже считает себя взрослым, немного сдвиньте время отхода ко сну с условием, что по вечерам он будет помогать вам мыть посуду.

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

Солидарность ОРЕНБУРГСКАЯ №19 (1 245) 14.05.19

ПОЧЕМУ В СЕМЬЕ РАЗЛАД?

Психологи выделяют пять основных ошибок в отношениях мужчины и женщины, которые нарушают гармонию в семье и могут привести к ее распаду.

ВЕЧНЫЕ ЖАЛОБЫ

Есть категория людей, которые всем недовольны. Любая мелочь может вывести их из себя и испортить настроение окружающим. Кому приятно слышать постоянно нытье?! Общение супругов дома после трудового дня ни в коем случае не должно напоминать книгу жалоб. Не имея смелости что-либо изменить, один из вас предается нехорошей привычке - выплеснуть негатив на свою вторую половину. Постоянное нытье и жалобы на неудавшуюся карьеру, отсутствие денег и т. д. могут стать началом конца ваших отношений.

СЛОВО НЕ ВОРОБЕЙ...

Причиной трещины в отношениях могут стать обидные слова, сказанные друг другу. Бернард Шоу говорил: «Хороший хирург знает, когда его нож затрагивает нерв». Так же и в словесной дуэли - всегда заметно, когда ваш выпад достиг цели. Постарайтесь не затрагивать щекотливые темы, обсуждая родителей друг друга или общих знакомых. Выставляя напоказ свое «я», вы рискуете прослыть эгоистом (эгоисткой) в глазах второй половины. Кому захочется жить с черствым человеком?

ПРИНИМАТЬ ВСЕ В ШТЫКИ

Привычка спорить и высказывать свое мнение наперекор окружающим, порой в нелицеприятной форме, - одна из самых распространенных ошибок, приводящих к краху отношений. Нежелание идти на компромисс ведет к затаенной обиде или, что еще хуже, решению отыграться, взять реванш, отомстить. Последствия могут быть катастрофическими для обоих.

Я ЦАРЬ И БОГ. ТЫ МОЯ СОБСТВЕННОСТЬ

Желать властвовать и пытаться управлять поведением второй половины - значит не уважать своего партнера. Если на работе вы начальник, забудьте на время об этом дома.

КАК ТРУДНО СКАЗАТЬ «ДА»

Слово «нет» в семейном союзе отбрасывает отношения в самое начало пути. Может быть, это надо было сказать при знакомстве? Сейчас же, когда вы пара, отрицательный ответ означает категорическое нежелание что-то делать. Это наводит на определенные мысли и однозначно ведет к расставанию.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

В ЧЕМ СЧАСТЬЕ?

Ученые выяснили, чем счастливые люди отличаются от несчастливых. Оказывается, изменить жизнь к лучшему просто!

Несчастливые люди ждут, когда кто-то или что-то сделает их успешными и радостными. Счастливые - наслаждаются каждым моментом.

Несчастливые завидуют успешным. Счастливые восхищаются и учатся у них.

Несчастливые завидуют тому, что имеют другие. Счастливые радуются тому, что имеют.

Несчастливые чувствуют себя недооцененными и разочарованными. Счастливые уверены в себе, добры и дружелюбны.

В каждом человеке заложены огромные способности, в сотни раз превышающие реальные достижения. Неудачники обижаются, что их не ценят. Счастливые самосовершенствуются. И чем мудрее и успешнее человек, тем уверенней в себе и добрее к другим он становится.

Несчастливые боятся перемен. Счастливые сами создают позитивные перемены.

Несчастливые не любят свою работу. Счастливые занимаются любимым делом.

Несчастливые злопамятны, мстительны. Люди, не умеющие прощать, отравляют жизнь лишь самим себе. Счастливым человека могут сделать любовь, умение понимать других, прощать им промахи и помнить добро.

Несчастливые сконцентрированы на себе, асоциальны. Счастливые - любящие и общительные.

Несчастливые видят жизнь в темном свете, зацикливаются на минусах, выращивая в себе негатив. Счастливые же люди концентрируются на положительном, и позитивных событий в их жизни становится еще больше.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Гузалья Сафина: «МЕНЯ СПАСАЕТ ПЕРЕСТАНОВКА»

- Вообще человек я очень спокойный и неконфликтный, но иногда и я бываю не в очень хорошем настроении. Чтобы успокоиться, вернуть душевное равновесие, начинаю переставлять цветы. Благо, дом большой, простора для фантазии хватает.

ИНТЕРЕСНО

ПУТЬ К СОГЛАСИЮ

Если нужно подвести человека к согласию с вашей идеей, выстройте ход беседы так, чтобы собеседник все время соглашался с вами (говорил «да»). Тем самым с большой вероятностью вы получите желанное «да» в ответ на изложение вашей идеи или просьбы. Манипулируйте!

КИВАЙТЕ ГОЛОВОЙ

Хитрость: немного кивайте головой во время разговора, особенно если хотите попросить о чем-то своего собеседника.

Ученые обнаружили, что, когда человек кивает, слушая кого-то, он с большей вероятностью согласится со сказанным. Они также выявили, что если ваш собеседник кивает, то вы в большинстве случаев также будете кивать.

Это вполне объяснимо, потому что люди часто бессознательно имитируют поведение другого человека, особенно того, взаимодействие с которым принесет им пользу. Поэтому если вы хотите добавить важности тому, что говорите, регулярно кивайте во время разговора.

Человеку, с которым вы говорите, будет трудно не кивать в ответ, и он начнет положительно относиться к преподносимой вами информации, даже не подозревая об этом.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Гузалья Сафина: «ВСЯ СЕМЬЯ ЛЮБИТ ЭЧПОЧМАК»

- Этот вид выпечки очень напоминает всем известную самсу, но у татар он называется эчпочмак. Для начала следует приготовить слоеное тесто из пачки маргарина, небольшого количества молока, щепотки соли и соды, 1 яйца (можно готовить и без яйца) и муки. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к рукам. Положить в целлофановый пакет и оставить на полчаса. Выложить тесто на посыпанный мукой стол и раскатать в прямоугольник. Сложить прямоугольник книжкой в несколько слоев и раскатать снова. Сделать так 4-5 раз. Потом можно нарезать тесто на кружки, наполнить их начинкой из мелкорубленой говядины, нарезанного кубиками картофеля, лука и специй. Слепить треугольники, смазать их яичным желтком и выпекать до готовности.

К ЧАЮ

ПИРОЖНОЕ «КАРТОШКА»

300-400 г печенья, 125 г сливочного масла, 200 г сгущенного молока, 4 ст л какао-порошка, 120 г грецких орехов, щепотка ванильного сахара.

Печенье и орехи измельчить в крошку. Сгущенку соединить с какао и перемешать до однородной массы. Размягченное сливочное масло тщательно перетереть с крошкой из печенья. В получившуюся массу добавить орехи, сгущенку и ванильный сахар, все хорошо перемешать. Сформовать пирожные и убрать их на 1-2 часа в холодильник.

САЛАТ «ГНЕЗДО»

3 средних картофелины, 1 большой свежий огурец, 200 г отварного говяжьего языка, 150 г сыра гауда, 1/2 белой луковицы, 5 листов салата айсберг, 3-4 ст л сметаны, 1 ч л горчицы, щепотка соли, для украшения: 1 упаковка соленой соломки, пучок укропа, 3 вареных перепелиных яйца.

Картофель сварить в мундире в подсоленной воде, остудить и очистить. Картофель, огурец и сыр нарезать кубиками, язык - соломкой, лук - тонкими полукольцами. Салат порвать на мелкие кусочки. Все перемешать, посолить. Смешать сметану и горчицу. Заправить салат, выложить в салатник. При помощи соломки сформировать гнездо, в центр положить немного укропа и перепелиные яйца.

ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЬ С РЫБОЙ

10 картофелин, 400 г рыбы горячего копчения, 1 яйцо, 1,5 ст л сливочного масла, 3 ст л сметаны, соль по вкусу.

Картофель сварить в мундире до полуготовности, остудить, очистить. Срезать верхнюю часть, вынуть ложкой середину. Это содержимое прокрутить на мясорубке вместе с копченой рыбой и луком. Добавить в массу яйцо, соль, хорошо перемешать. Фаршем наполнить картофельные углубления, поставить корнеплоды в жаропрочную форму, полить сметаной. Готовить 15 мин в разогретой до 200°С духовке.

ЦАРСКИЕ БАКЛАЖАНЫ С МЯСОМ

400 г свинины или говядины, 4 крупных баклажана, 1 луковица, 1 крупная картофелина, 1 морковь, 3 помидора, 2 сладких болгарских перца, 2 ст л растительного масла, 1 пучок свежей зелени, соль и специи по вкусу.

Мясо нарезать большими кусками и обжарить с растительным маслом в сотейнике, добавив соль и специи. Затем присоединить кубики репчатого лука и моркови, залить все 1/4 ст кипяченой воды и тушить на медленном огне под крышкой. Картофель почистить и нарезать толстыми кружками, болгарский перец - кубиками, а помидоры и баклажаны - небольшими кусками. Все ингредиенты добавить в сотейник, посыпать измельченной зеленью, закрыть крышкой и довести до готовности.

САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК С ЯБЛОКОМ

1 пачка крабовых палочек, 1 крупное яблоко, 2-3 вареных яйца, 1 пучок салата, 1 пучок любой зелени по вкусу, 2-3 ст л майонеза.

Крабовые палочки нарезать дольками. Яблоко очистить от кожуры, вынуть сердцевину и нарезать соломкой. Яйца измельчить, листья салата порвать на крупные куски руками. Зелень мелко нашинковать. Все ингредиенты смешать и заправить майонезом.

ОЛАДЬИ ИЗ РУБЛЕНОГО КУРИНОГО ФИЛЕ

400 г филе куриной грудки, 1 луковица, 1 яйцо, 1 ч л горчицы, укроп, 1 морковь, 1 ст л муки, растительное масло, соль, перец по вкусу.

Филе нарезать мелкими кусочками. Морковь натереть на терке, луковицу и зелень нарезать как можно мельче. Все перемешать, посолить, поперчить, добавить горчицу, вбить яйцо, всыпать муку. Еще раз все смешать. Небольшими порциями ложкой выложить на предварительно нагретую сковороду, смазанную маслом. Обжаривать, пока оладушки не станут румяными, с двух сторон.

СВИНИНА В РУКАВЕ

1,8 кг свинины без кости, 400 г чернослива без косточек, 1 корень сельдерея, 60 г сливочного масла, 1,5 ч л специй для мяса, соль по вкусу.

Мясо промыть, обсушить при помощи бумажных полотенец. Сделать глубокие надрезы в нескольких местах поперек волокон. Посолить и сдобрить специями, втирая их в мясо. Корень сельдерея пропустить через мясорубку вместе с черносливом. 2/3 этой массы положить в сделанные надрезы, остатки начинки выложить в рукав, сверху - свинина и кусочки сливочного масла. Готовить мясо в духовке при температуре 170°С в течение 2 часов.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЧИПСОВ

150 г чипсов со вкусом сыра, 400 г корейской моркови, 250 г консервированной кукурузы, майонез, зелень петрушки.

Раскрошить примерно половину чипсов на блюдо. Смешать морковь, кукурузу и майонез и выложить сверху. Украсить салат оставшимися чипсами и петрушкой.

ВЫБИРАЕМ САМЫЙ СЛАДКИЙ ГОРОШЕК

Всем хочется вырастить самый сладкий, самый вкусный горошек. Неудивительно, ведь это первое для детей весеннее лакомство, которое благодаря холодостойкости можно высевать в самые ранние сроки. Какой сорт выбрать?

Однозначно ответить на этот вопрос нельзя. Таких сортов много, вот некоторые из них:

- Альфа - очень урожайный, дает до 3 кг стручков с 1 м²;

- Амброзия - менее урожайный сорт (стручков в 2-3 раза меньше), зато сахарный, лопатки не содержат пергаментного слоя;

- Вера - устойчив к зерновке, урожай отдает дружно, урожайность до 1,5 кг с 1 м²;

- Жегалова-112 ценится за удивительно сладкие и нежные горошины. Главное, вовремя их собирать, так как сорт урожай отдает 20 дней;

- Сахарный Орегон - сахарный сорт, требует опору, растет выше 1 м. Используют в пищу в свежем виде и для консервирования;

- Детский сахарный - еще один сахарный сорт, ценится за вкус, по всем остальным параметрам - крепкий середнячок;

- Московский деликатес - самый сладкий сорт из всех. Попробовав его, многие заново откроют для себя вкус горошка;

- Ползунок-сахарок - безлистный сорт гороха, ценится за длительное плодоношение;

- Чудо Кельведона - горошки сладкие, даже когда становятся крупными. Стручки крупные.

Для гороховой грядки выбирают самое солнечное место. Глину и плотные почвы горох не любит, также ему противопоказаны кислые почвы. А поэтому в грунт вносят компост, немного золы и по 1 ст л суперфосфата на 1 м².

Сеять лучше сухие семена на глубину 5-6 см. Всходы получатся позднее, но зато семена не будут разваливаться на половинки. Также после посева грядку надо накрыть пленкой. Не для тепла (горох хорошо переносит холод), а чтобы птицы не выбрали семена.

На корнях гороха живут клубеньковые бактерии, и в азоте он почти не нуждается, но рано весной, когда почва еще не совсем прогрета, растение надо подкормить аммиачной селитрой (40-50 г на 10 л воды). Когда начнется цветение, горох можно подкормить еще и сернокислым калием (1 спичечный коробок на 10 л воды).

Засуху горошек переносит очень плохо. Поэтому поливать его нужно почаще.

Во время цветения растения опрыскивают борной кислотой (5 г на 10 л воды). Урожай готов к употреблению черед две недели после начала цветения. Собирают лопатки каждые два-три дня. Тогда они самые вкусные и нежные.

Если растения достигают 25 см, у них прищипывают верхушку. Тогда урожай получают самый большой, так как стебель начинает ветвиться.

После сбора урожая растения не выдергивают из почвы, а срезают, оставляя небольшие пеньки, чтобы азотфиксирующие бактерии работали как можно дольше.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Гузалья Сафина: «РОЗЫ ВЫРАЩИВАЮ ИЗ БУКЕТА»

- У нас большой участок с прекрасным садом и цветником. Обожаю розы. Покупаю черенки в магазинах, выписываю по почте. Понравившиеся мне в букете розы выращиваю самостоятельно. Лучше всего укореняются цветы из весенних букетов. Следует выбрать наиболее крепкие и здоровые стебли, обрезать цветы и отрезать черенок с 3-4 почками, сделав по обеим сторонам срезы наискосок. Поставить черенок на неделю в раствор с корневином. Потом высадить его в землю (в горшок или на улицу) , сверху накрыть стеклянной банкой. Растение необходимо периодически поливать, проветривать и следить за тем, чтобы не завелись мошки. Первые появившиеся листочки можно оборвать, чтобы сформировались более крепкие корни. Терпение и усердие помогут вырастить цветок.

НА ЗАМЕТКУ

По народным приметам, основные работы в огороде начинают, когда зацветет мать-и-мачеха. Примерно в это время температура земли на глубине 10 сантиметров составляет +5°С.

ЦВЕТНИК

КАК УХАЖИВАТЬ ЗА ИПОМЕЕЙ?

Ипомея - нежное вьющееся растение семейства вьюнковых - очень часто используется в ландшафтном дизайне. Его яркая красота, отличная приживаемость и быстрый рост помогают в короткие сроки изменить в лучшую сторону внешний вид беседки, веранды, ограждения и даже балкона.

У ипомеи есть интересная особенность: бутоны распускаются с наступлением утра, а после полудня закрываются - этот фактор обусловлен чувствительностью растения к освещению. Если же стоят пасмурные дни, то цветки могут оставаться открытыми до самых сумерек.

Семена сеют в садовый грунт в апреле-мае. Хотя семена ипомеи отлично всходят, перед посевом их на сутки рекомендуется замочить в теплом растворе усилителя роста. Семена заглубляют в ямку примерно на 2-3 см, расстояние между ямками должно быть около 20 см, в каждое углубление кладут по 2-3 семечки. Всходы появляются уже на 10-й день.

Уход за ипомеей довольно прост. Она растет в любом грунте. Главное, обеспечить ее регулярными, но не слишком обильными поливами (чтобы не загнили корни). Это растение не нуждается в дополнительных подкормках. Однако при желании в период активного роста комплексную минеральную добавку можно внести во время полива. Самое важное для ипомеи - это надежная и крепкая опора для роста и дальнейшего плетения.

Самыми злостными врагами данного растения считаются паутинный клещ и тля. На ранних сроках тлю можно убрать путем орошения листвы крепким мыльно-водным раствором. Паутинный клещ сдает позиции от обычной холодной воды. Если же паразиты атакуют растение в полную силу, то бороться с ними нужно при помощи системных препаратов-инсектицидов.

Путешествие к святой Зосиме

В Оренбуржье немало мест, почитаемых православными верующими. Могилы святых не являются объектами традиционных паломнических маршрутов, но народная тропа к ним не зарастает. Ее протоптали оренбуржцы, которые верят, что подвижники веры им обязательно помогут. Журналист нашей газеты - одна из них.

Рассказы о православных святых, о чудесах, происходящих с людьми, которые обращаются к ним за помощью, всегда вызывали у меня неподдельный интерес. И я искренне верю в их силу и даже факт своего материнства связываю с заступничеством Богородицы. Чудо произошло 17 лет назад. Тогда вместе с прихожанами и священниками Дмитриевской церкви я отправилась в поселок Красноусольский в Башкирии. Туда, где на соленом ключе при Вознесенской пустыни впервые явилась людям Табынская икона Божьей Матери. В месте массового паломничества православных христиан на святой горе стоит храм в честь Табынской иконы, а под горой - пещера со святым источником. В маленьком гроте я простыми словами попросила Богородицу о самом сокровенном - о рождении дочки. Записочку с прошением вложила в свободную щелочку в своде пещеры, потом окунулась трижды в ледяную воду купели. Из поездки вернулась с верой. По вере мне и воздалось. Через месяц узнала, что стану мамой. И чуть раньше положенного срока родила дочку Сашеньку.

В ПОИСКАХ ЗАХОРОНЕНИЯ

Со временем моя география посещения святых мест расширилась: Сергиевская лавра, Дивеево, Оптина пустынь, монастырь Петра и Февронии в городе Муроме… И в какой-то момент пришла мысль о том, что и в Оренбургской области есть чему удивляться и поклоняться.

В этом году перед Радоницей я решила отыскать могилу преподобной Зосимы Эннатской, о которой много слышала и читала. Отправилась в село Сенцовка Октябрьского района, которого уже нет на карте нашей области. В прошлом году из него уехали последние жители - две женщины преклонного возраста. На межпоселковой трассе теперь даже указателей нет, напоминающих о том, что совсем недавно здесь было поселение, в домах топились печи, мерно текла жизнь. На мое счастье, грейдерная дорога, ведущая из Ильинки к призрачной Сенцовке, оказалась в хорошем состоянии. Местами она похожа на вымощенную мостовую, только не из красного булыжника, а из желтого камня. По ней на местное кладбище и приезжают люди, чтобы проведать своих умерших родственников. И паломники в Сенцовку заглядывают, просят о заступничестве и помощи преподобную Зосиму Эннатскую, в миру Евдокию Яковлевну Суханову. Старица умерла в 1935 году в возрасте 115 лет. Перед смертью советовала людям, чтобы они приходили к ней, когда будет плохо. И люди приходят. Пришла и я. И увидела удручающую картину. Каменный забор сельского кладбища разрушился. От ворот осталась металлическая арка. Кругом - кучи мусора.

На общем фоне забвения и разрухи выделялась лишь могилка матушки Зосимы. Памятник и надгробие из черного гранита сложно не заметить. Кто-то недавно был здесь: на погосте лежат конфеты, крашеное пасхальное яичко. Удивительно, что птицы приношения не трогают. С памятника на каждого пришедшего смотрит матушка Зосима в монашеской схиме.

ПО ТРАВИНКЕ, ПО КАМЕШКУ...

На кладбище мне довелось познакомиться с супругами Ананьевыми. Сергей и Надежда приехали навести порядок на могилах родственников. Когда-то они жили в Сенцовке. И о жизни матушки Зосимы могут рассказывать много и долго.

- Одно время матушка Зосима у моей бабки Феклы Никифоровны Татьяниной жила, потом у сестры своей Анютки... Ютилась и в бане у Беловых. Они тоже ей родней доводились. Дома своего у старицы не было, большевики ее преследовали, вот она и скиталась. Односельчане привечали Зосиму. Хорошая она была, говорят. Прозорливая. Многим помогала, - рассказывает Сергей Ананьев.

Его супруга вспоминает, как свекровь первый раз подвела ее к могилке Зосимы и велела «поговорить» со святой о своем, о женском.

- Сколько помню, могилка Зосимы всегда ухоженная. Каждый из тех, кто приезжает на кладбище, считает своим долгом сорную траву подергать, покосившийся крест поправить, - рассказывает Надежда.

На могиле старицы по количеству сделанных подзахоронений пять крестов установлено. А в прошлом году на погосте гранитный памятник появился. Единственное монументальное сооружение на сельском кладбище.

ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ

- Мы Зосиму матушкой называли. На могилку к ней ходили молиться и молодые девчата, и старушки. Там и лавочка, и столик стояли. Потом их убрали, - рассказывает баба Настя Карякина. Она всю жизнь прожила в Сенцовке, лишь несколько лет назад переехала в соседнюю Ильинку.

88-летняя женщина помнит, как всей деревней умоляли братию Покрово-Эннатского мужского монастыря Салаватской епархии не увозить останки святой из Сенцовки в Башкирию. Жителей деревни, конечно, никто не послушал. Захоронение вскрыли, мощи увезли. А сельчане остались жить с верой в великую силу святой и надеждой, что из могилы забрали не все останки.

В 1980-х годах на кладбище приезжал афонский старец Серафим Томин. Он поставил на могиле металлический крест, который стоит до сих пор. На нержавеющей табличке - надпись благодарения за исцеление его во младенчестве и предсказание будущего монашества.

Старожилы утверждают, что первоначально на могиле матушки Зосимы стоял кипарисовый крест, который старица на себе принесла из Иерусалима. Он был большой, широкий, темной окраски. Со временем его весь изрезали и по щепочкам разобрали. Щепу эту люди водой заливали, настаивали, а потом пили, больных умывали этой водицей...

И землю с могилки православные разбирали пригоршнями, приходилось постоянно подсыпать холмик, чтобы он совсем не исчез. Землю с могилы Зосимы не только к больному месту прикладывали, но и в питье добавляли.

- Я не раз видела, как буйных людей со связанными руками к могилке привозили. Они сначала буйствовали, а потом постепенно затихали. Бес из них выходил, - сообщает баба Настя, осеняя себя крестом.

ОТ БЛАГОДАРНЫХ ЧАД

Игумен Николай Чернышов, настоятель Покрово-Эннатского мужского монастыря Салаватской епархии, где в настоящее время хранятся мощи матушки Зосимы, уверен, что гранитный монумент на могиле преподобной установили ее духовные чада.

В прошлом году два жителя Санкт-Петербурга приезжали в монастырь и просили игумена благословить на установку памятника, а потом освятить надгробие.

- Эскиз я одобрил, но от освящения вынужден был отказаться, так как не могу самовольничать в чужой епархии, - объясняет игумен.

...Теперь паломники увозят с могилы святой Зосимы не щепу и не землю, а камешки. И я взяла несколько штук. На всякий случай.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

Монахи Покрово-Эннатского монастыря, где в настоящее время находятся мощи матушки Зосимы, считают, что святая старица достойна возведения в Оренбуржье храма в ее честь.

В июне 2006 года уроженка Сенцовки Евдокия Яковлевна Суханова (преподобная Зосима) была канонизирована в лике местночтимых святых Уфимской епархии.

В башкирской обители Зосима лишь послушание несла, а в Оренбуржье большую часть жизни провела.

№19 (1 245) 14.05.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

НАЛОГОВАЯ СООБЩАЕТ

Недостоверные сведения ведут к исключению

Если в течение шести месяцев с даты внесения в Единый государственный реестр юридических лиц (ЕГРЮЛ) записи о недостоверности сведений (об адресе, руководителе, учредителе организации) уполномоченным лицом юридического лица не представлены изменения в данные сведения, юридическое лицо подлежит исключению из ЕГРЮЛ в административном порядке.

С целью внесения в ЕГРЮЛ достоверных данных необходимо представить в регистрирующий орган соответствующий пакет документов, предусмотренный законом «О государственной регистрации юридических лиц и индивидуальных предпринимателей».

Сведения о недостоверности отражаются в выписке из ЕГРЮЛ, сформировать которую можно самостоятельно с помощью сервисов «Риски бизнеса: проверь себя и контрагента» или «Предоставление сведений из ЕГРЮЛ/ЕГРИП в форме электронного документа» на сайте ФНС России (www.nalog.ru).

Если письмо не получено

В соответствии с Правилами оказания услуг почтовой связи, утвержденными Приказом Минкомсвязи России №234 от 31.07.2014 г., письменная корреспонденция, своевременно не полученная заявителем, хранится на почтовом отделении адресата в течение 30 дней. В случае если заявитель своевременно не получил адресованную ему корреспонденцию, она передается на временное хранение в число невостребованных почтовых отправлений, хранение которых осуществляется в течение шести месяцев.

По истечении указанного срока неполученная корреспонденция передается в архив Главпочтамта.

Межрайонная ИФНС России №10 по Оренбургской области.

ДЕНЬГИ

Займов стало больше

За 2018 год портфель микрофинансовых организаций, зарегистрированных на территории Оренбургской области, вырос на 8,4% и составил 587,3 млн руб. Количество действующих договоров увеличилось на 16,9%.

При этом задолженность населения составила 270,9 млн рублей, увеличившись за год на 13,8%.

Рост совокупного портфеля микрозаймов происходит при сокращении численности МФО. На 1 января 2019 года в регионе зарегистрировано 29 МФО, на начало прошлого года их было 37. Это обусловлено добровольным исключением МФО из государственного реестра, а также работой Банка России по оздоровлению финансового рынка и выводу недобросовестных игроков.

В прошлом году Банк России провел большую работу по внесению изменений в Федеральные законы «О потребительском кредите (займе)» и «О микрофинансовой деятельности и микрофинансовых организациях». Изменения, вступившие в силу 28.01.2019 г., ограничивают общую сумму предельной задолженности заемщика по договору потребительского кредита (займа) сроком до одного года. Теперь максимальная сумма всех платежей не сможет превышать размер выданного кредита или займа более чем в 2,5 раза. Скоро эти лимиты станут еще жестче. С 1 июля 2019 года ограничения составят двукратную сумму займа, а с 1 января 2020 года - 1,5-кратную. Кроме того, закон ограничивает ежедневную процентную ставку до 1,5% в день с одновременным ограничением предельного значения полной стоимости кредита (займа). С 1 июля 2019 года ежедневная процентная ставка будет снижена до 1% в день.

Отделение по Оренбургской области Уральского главного управления Центрального банка РФ.

Перечень документов – обязательный

Чтобы получить инвалидность, человеку необходимо пройти специальное освидетельствование. Установить инвалидность имеет право только федеральное учреждение медико-социальной экспертизы (МСЭ). Законодательство четко регламентирует порядок и условия предоставления инвалидности.

Согласно положению Федерального закона «О социальной защите инвалидов в РФ» №181-ФЗ от 24.11.1995 г. (ред. от 29.07.2018 г.), инвалид - это лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению деятельности и вызывающее необходимость социальной защиты.

В постановлении Правительства РФ №95 от 20.02.2006 г. «О порядке и условиях признания лица инвалидом» указано, что гражданин направляется на МСЭ медицинской организацией независимо от ее формы собственности, органами пенсионного обеспечения или социальной защиты. Кроме того, гражданин (его законный/уполномоченный представитель) может самостоятельно обратиться в бюро МСЭ, если ранее одна из выше указанных организаций отказала в выдаче направления.

Главное основание для установления инвалидности - документальное подтверждение стойкого нарушения функций организма. Без документального подтверждения этого процедура прохождения экспертизы окажется бесполезной.

Все сведения отражаются в направлении на МСЭ, форма которого утверждена Министерством труда и социальной защиты РФ и Министерством здравоохранения РФ (последняя версия от 06.09.2018 г. № 578н/606н). Все записи в направлении на МСЭ должны подтверждать выраженность и стойкость нарушенных функций организма, состояние компенсаторных возможностей, клинический и реабилитационный прогноз. При этом медицинские организации несут полную ответственность за достоверность и полноту указанных в направлении сведений в порядке, установленном законодательством РФ.

Обследования, отражающие полные и достоверные данные о состоянии здоровья гражданина, в значительной мере влияют на обоснованность, объективность экспертного решения и рекомендацию мер реабилитации в соответствии с индивидуальными потребностями инвалида.

Сбор пакета документов, содержащий весь необходимый объем обследований, - кропотливый процесс. Но его стоит пройти.

***

С 2012 года специалисты по МСЭ руководствовались информационным письмом ФГБУ «ФБ МСЭ» Минтруда России «Перечень методов обследования граждан лечебно-профилактическими учреждениями, необходимых для направления на медико-социальную экспертизу». Основными принципами Перечня были адекватность, своевременность, надежность и истинность с позиции доказательной медицины.

Однако, несмотря на предпринимаемые усилия специалистов МСЭ по укреплению социального партнерства с медицинскими учреждениями с целью выработки единых подходов к работе с направительными документами, в МСЭ до сих пор поступают документы, не содержащие достаточную доказанность стойких нарушений функций и ограничений жизнедеятельности лабораторными, инструментальными данными и заключениями специалистов лечебной сети. Это обязывает бюро МСЭ составлять программу дообследования и ждать получения исчерпывающей доказательной базы для вынесения объективного экспертного решения, что заведомо пролонгирует срок проведения МСЭ. В случае отказа гражданина (его законного/уполномоченного представителя) от дополнительного обследования и предоставления требуемых документов, решение о признании/непризнании лица инвалидом принимается на основании имеющихся данных, о чем делается соответствующая запись в акте МСЭ.

В 2018 году в ФКУ «ГБ МСЭ по Оренбургской области» Минтруда России освидетельствовано 36 247 граждан, из них в отношении 7,7% была составлена программа дообследования.

***

В пункт 16 постановления Правительства РФ №95 от 20.02.2006 г. (в редакции от 21.06.2018 г.) «О порядке и условиях признания лица инвалидом» внесено дополнение, которое предусматривает совместную разработку Минтруда и Минздрава России и официальное утверждение унифицированного Перечня медицинских обследований, необходимых для получения клинико-функциональных данных по каждому конкретному заболеванию.

В ноябре 2018 года соответствующий проект совместного приказа был размещен для обсуждения общественности на федеральном портале проектов нормативных правовых актов (ID: 04/15/11-18/00085583). При разработке Перечня для детей были учтены возрастные нормы физического и психического (умственного) развития.

Приказ Минтруда и Минздрава России «Об утверждении Перечня медицинских обследований, необходимых для получения клинико-функциональных данных в зависимости от заболевания в целях проведения МСЭ» №52н/35н принят 31.01.2019 г. Вступил в силу 29.03.2019 г.

Как и прежде, к форме направления на МСЭ должны прилагаться следующие медицинские документы:

- копии результатов медицинских обследований, предусмотренных Перечнем;
- копия медкарты амбулаторного больного (при первичном направлении), выписка из медкарты с указанием частоты и причин обращений, назначенной терапии и ее эффективности за период с момента предыдущего освидетельствования или копия медкарты за тот же период (при повторном направлении);
- выписки из медкарт стационарного больного по всем случаям стационарного лечения по основному заболеванию (при первичном направлении), выписки из медкарт стационарного больного по всем случаям лечения по основному заболеванию за период с момента предыдущего освидетельствования (при повторном направлении).

На детей необходимо также представить заключение психолого-медико-педагогической комиссии и характеристику из учебного учреждения.

***

Конкретным болезням, травмам, дефектам и их последствиям, в соответствии с классами, блоками и рубриками международной классификации болезней 10-го пересмотра (МКБ-10), теперь соответствует конкретный Перечень медицинских обследований, который должен быть в пакете направительных документов на МСЭ.

Перечень разделен на два: один - для взрослых, другой - для детей.

Обследования подразделяются на основные, или обязательно выполняемые перед направлением на МСЭ, и дополнительные, необходимые для уточнения клинико-функциональных данных при наличии медицинских показаний и отсутствии противопоказаний.

В Перечне указаны сроки давности, т. е. промежуток времени, в течение которого полученные данные будут иметь для учреждений МСЭ юридическую силу. Например, в Перечне для детей, больных инсулинозависимым сахарным диабетом (ИСД), данные осмотра детского эндокринолога действительны не более месяца, а результаты осмотра офтальмолога с проведением визометрии - не более трех месяцев с даты проведения и т. д.

При умственной отсталости и наличии эпилептических приступов в число дополнительных исследований вошли электроэнцефалография или электроэнцефалография с видеомониторингом давностью не более шести месяцев с даты проведения (у взрослых - не более трех месяцев), а при аутизме с эпилептическими приступами - не более шести месяцев у взрослых и детей.

***

Включенные в Перечень обследования должны выполняться бесплатно по полису ОМС. Но так как объемы медицинской помощи на 2019 год уже распределены, не исключено, что медицинские организации будут вынуждены отнести некоторые обследования к платным услугам или выполнять их за свой счет.

Утвержденный законом Перечень обязательных и дополнительных (при наличии показаний и отсутствии противопоказаний) обследований в целях проведения МСЭ должен обеспечить соблюдение преемственности между учреждением МСЭ и медицинскими организациями, а также минимизировать недопонимание граждан, направляемых бюро МСЭ на дообследование.

Т. Н. СМАГИНА, А. В. ГАВРИЛОВ, А. В. РАСХОЖЕВ, ФКУ «ГБ МСЭ по Оренбургской области».

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

► 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*)

► 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*)

► 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). 35,1 м². Участок 15 соток, имеются гараж, насаждения. В шаговой доступности детсад, школа, магазин. Т. 8-922-538-21-44. (92*)

► Частный дом в с. Краснохолм, 47 м². Санузел, горячая, холодная вода в доме. Есть погреб, летняя кухня, огород. Т.: 8-912-842-04-29, Дмитрий, 8-919-866-21-42, Анна. (119*)

► 2-комн. кв-ру, 61 м², в с. Кардаилово, ул. Ленинская, д. 44, кв. 2. Все удобства. Возможна покупка за материнский капитал. Т. 8-967-777-34-81. (115*)

► Участок в п. Южный Урал, СНТ «Пегас». 12 соток, свет, газ подведен. Т.: 8-926-034-59-07, 8-922-813-01-07, 8-922-810-34-05. (116*)

► Дом в п. Переволоцком, 80 м², гараж, баня, удобное расположение. Т. 8-932-540-41-76. (117*)

► 1-комн. кв-ру в п. Переволоцком, 36 м², в новом доме. Т. 8-932-540-41-76. (118*)

► Дом в с. Платовка Новосергиевского р-на, 63,4 м², участок 8,5 сот. Цена - 450 000 р. Т. 8-919-864-15-59. (122)

► Дом (вода, газ) в с. Красный Яр Илекского р-на. Есть баня, летняя кухня. Недорого. Т. 8-909-617-46-22. (125*)

► Дом в селе, 70 м², с удобствами, надворные постройки, участок 10 соток. За материнский капитал. Т. 8-903-397-46-77. (148*)

► 3-комн. кв-ру в 18-м микрорайоне г. Оренбурга, 8 эт., 63 м², кухня - 11 м², СУР, 3 застекленных лоджии. В отл. состоянии. Во дворе д/сад и школа. Т. 8-911-124-90-39. (154)

► Дом, 116 м², ул. Кирпичная, зем. участок 5,5 сот. Земельный участок 18 сот, с/о «Виктория» (Гребени). Т. 8-987-848-45-98. (161)

► 2-комн. кв-ру (вода, газ) в трехкомнатном доме в п. Красный Коммунар. Уч-к 2,3 сотки. Т. 8-919-846-66-99. (157*)

► Однокомнатную кв-ру 32 м² от собственника. 1 этаж в 2-этажном доме, п. Нижнесакмарский, 10 км от города. Есть небольшой участок. В шаговой доступности школа, д/сад, магазины, медпункт, остановка, электричка. Автобус каждый час. Цена - 780 000 руб. Торг при осмотре. Т. 8-922-551-95-85. (158*)

► Продается участок с ветхим домом, с. Кардаилово, ул. Пролетарская, 15. Цена - 200 000 руб. Т. 8-929-283-78-33. (160*)

РАЗНОЕ

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

КУПЛЮ

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

► 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)

► Часы на з/части. Кроме китайских. В любом состоянии. Цена 50 руб за 1 шт. Т. 8-901-109-08-18. (129)

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*)

► Кровать «НУГА-БЕСТ». Т. 8-987-780-89-08. (146)

УСЛУГИ

► Грузоперевозки. «Газель». Грузчики. Вывоз мусора. Т. 552-552. (114)

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. КОПКА ТРАНШЕЙ, КОЛОДЦЕВ. ОПЫТ РАБОТЫ. Т. 45-75-32.** (34)

► КОПАЮ под водопровод, канализацию, сливную яму. РУЧНЫЕ ЗЕМЛЯНЫЕ РАБОТЫ. Гарантия. Все виды сантехнических работ. Т.: 8(3532)60-56-43, 8-905-814-09-16. (141)

ЭЛЕКТРИКА

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

► Электрик. Установка люстр. Т. 45-72-33. (152)

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. 8-922-829-74-34. (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)**

► Замена кровли, в т. ч. на гаражах. Т. 8-908-320-26-77. (128)

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

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

► Ремонт окон, остекление балконов с отделкой. Алюминиевые и пластиковые конструкции. Натяжные потолки. Т. 216-315. Пр. Автоматики, 14. (105)

► Строительство, ремонт частных домов, дач. Т. 8-906-846-24-19. (156)

► Юридическое сопровождение ООО. Списание НДС. Открытие счетов. Т. 8-922-625-20-32. (155)

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)

► На работу вахтой требуются операторы на линию (без опыта, с обучением), з/п от 70 т. р. Т.: 8-912-769-20-70, 8-800-777-42-85. (109)

► Зам. рук., 45 000 р. Т. 92-07-50. (142)

► Снабженец, 31 000 р. Т. 92-07-50. (143)

► **Делопроизводитель. Т. 92-07-50.** (144)

► Требуются на работу вахтовым методом по РФ грузчики, упаковщики(-цы). Официальное оформление. Всему обучим, опыт не требуется. Зарплата - от 65 000 руб. за вахту. Т.: 8-800-777-42-85 (звонок бесплатный), 8-912-769-20-70. (159)

► **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. Врач-кардиолог - 2 чел.: высшее образование, наличие действующего сертификата. Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.

5. Врач-офтальмолог - 1 чел.: высшее образование, наличие действующего сертификата. Работа по графику, обеспечен соцпакет, з/п договорная.

6. Врач-онколог - 1 чел.: наличие действующего сертификата по специальности «лечебное дело», усовершенствование по циклу «онкология». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.

7. Акушерка - 2 чел.: наличие действующего сертификата по специальности «акушерское дело». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.

8. Медсестра палатная в дневной стационар - 1 чел.: наличие действующего сертификата по специальности «сестринское дело в терапии». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.

9. Уборщик служебных помещений - 5 чел. Работа посменная, соцпакет, з/п договорная.

10. Медсестра процедурная в пос. Кушкуль - 1 чел.: наличие действующего сертификата по специальности «прививочное и процедурное дело». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.

11. Медсестра отделения профилактики - 1 чел.: наличие действующего сертификата по специальности «сестринское дело в терапии». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.

12. Фельдшер отделения профилактики - 1 чел.: наличие действующего сертификата по специальности «лечебное дело». Работа по графику, соцпакет, з/п договорная.

13. Администратор - 1 чел. Работа посменная, соцпакет, з/п договорная.

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

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ

► В связи с утерей считать недействительным аттестат, выданный школой №77 г. Оренбурга в 1997 г. на имя Александры Викторовны Ермолаевой. (163)

► В связи с утерей считать недействительным свидетельство о присвоении квалификации «повар 2 разряда», выданное ГАПОУ «ОАК» в 2014 г. на имя Кристины Михайловны Сергиенко. (164)

ЗНАКОМСТВА

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

► **ЖЕНЩИНА.** Желаю познакомиться с мужчиной до 45 лет, без вредных привычек, материально обеспеченным, чтобы была своя квартира либо дом, можно с машиной. Только Оренбург. Желательно для серьезных отношений. Пьющих, судимых, женатых прошу не беспокоить. Т. 8-909-602-65-05.

► **ВДОВА,** 71 год. Активная, позитивная, без в/п. Ищу ровесника без в/п, одинокого. Подробности по т. 8-901-109-78-19.

БЛАГОДАРНОСТЬ

Спасибо нашим докторам!

Хочу, чтобы вся область знала о том, какие замечательные доктора работают в Чебеньках. Восхищения и уважения заслуживают заведующая амбулаторией Л. Г. Миклина, врач-терапевт Е. М. Барышева, участковая медсестра А. Т. Урбасова и весь дружный коллектив: А. Т. Копербаева, Ф. Р. Твердохлеб, А. К. Рабаева, Л. А. Дельмухамбетова, А. С. Кисикова, Т. А. Юденкова, Ю. Б. Погребнов, А. А. Талинова, Г. Ж. Исаметова. Все они отличаются высоким профессионализмом, качественно и своевременно оказывают медицинскую помощь населению.

Ольга Владимировна ПРОХОРОВА, п. Чебеньки.

По решению Центрального районного суда г. Оренбурга от 30.05.2019 г. по заявлению Абдуловой Зили Самигуловны о признании недействительной утраченной ценной бумаги на предъявителя и о восстановлении прав по ней публикуются сведения, касающиеся поданного заявления:

Заявление об утрате сберегательного сертификата СШ 1273212 от 16.02.2018 г. поступило в Центральный районный суд г. Оренбурга от от Абдуловой Зили Самигуловны, проживающей по адресу: Оренбургская область, г. Оренбург, ул. Карагандинская, д. 52, кв. 118.

Держатель документа, об утрате которого заявлено, в течение 3 (трех) месяцев со дня опубликования заявления обязан подать в Центральный районный суд г. Оренбурга заявление о своих правах на этот документ. (162)

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

С днем рождения

Антонину Третьякову,
Инну Корду,
Елену Мокренко,
Нину Носову,
Николая Щевелева,
Анну Юрину,
Римму Волкову,
Ольгу Мещерякову,
Нину Рынцеву,
Надежду Резванцеву,
Нину Полякову,
Валентина Железнова,
Антонину Скопинцеву,
Александру Михаль,
Фагиму Бурангулову,
Халиму Ахмерову,
Владимира Ерополова,
Лилию Исмакову,
Валентину Борисову,
Дарью Демидову,
Елену Борисову,
Валентину Черных,
Наталью Максимову,
Бориса Джуламанова,
Веру Имашеву,
Асию Шакееву,
Елену Сагитову,
Ольгу Кечину,
Екатерину Бондареву,
Алену Сычеву,
Зинаиду Демехину,
Юлию Росикову,
Марину Гамову,
Наталью Чемишенко,
Дарью Морарь!

С днем рожденья поздравляем!
Жить в достатке мы желаем.
Мира, счастья, доброты,
Пусть исполнятся мечты!

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!

Уважаемого и дорогого Раниля Герфановича Рахматуллина поздравляем с днем рождения!

Удач тебе и ярких впечатлений,
По жизни больше радостных мгновений,
Здоровья богатырского, достатка,
Чтобы в делах всегда все было гладко.
Любви большой, признания, успеха,
Друзей надежных, поводов для смеха,
Еще мечты заветной исполненья -
Вот пожелания ко дню рожденья!

Родители, жена, дети, внучка, друзья, с. Зубочистка Вторая.

От всего большого коллектива
Мы скорее пожелать хотим
Настроенья классного и позитива,
За Вас всегда горой стоим!
Поздравляем, ценим, уважаем,
Вы для каждого из нас хороший друг.
Пусть судьба хранит, не обижает,
Радость и любовь царят вокруг!

Педагогический коллектив, с. Зубочистка Вторая.

Дорогого, любимого Тахира Ильдаровича Камалетдинова поздравляем с юбилеем!

Юбиляра поздравить непросто всегда,
С трудом подбираются рифмы, слова.
Особые здесь комплименты нужны,
Чтоб струны затронуть у сильной души.
Желаем тебе в жизни ярких побед,
Прекрасных улыбок и множества лет.
Удача шагает пусть в ногу с тобой,
Чтоб был ты доволен своею судьбой!

Мама, бабушка, сестра, многочисленные родственники, с. Зубочистка Вторая.

Нашу любимую Алину Фатхулловну Мустафину поздравляем с днем рождения!

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!

Родители, брат и вся большая родня.

Дорогую Жасмину Бекмухамбетову поздравляем с днем рождения!

Нет тебя для нас красивей,
Веселее и умней,
Стань же самою счастливой.
И никогда ты не болей!

С любовью, Галя, Сергей, Максут Рагимовы.

Дорогого Азата Нуровича Фахрутдинова поздравляем с днем рождения!

Душой и сердцем поздравляем,
Желаем жизнью светлой жить,
Здоровья, радости желаем,
Любимым и счастливым быть!
Пусть рядом лучик солнца будет,
Лазурный, мирный небосвод
И верные, родные люди!
И лучшим станет этот год.

Семья Исмаковых, с. Мустаево.

Уважаемых Али Киреевича Ситинова и Анису Зуфаровну Исламову поздравляем с днями рождения!

Желаем в день рождения успеха,
Везения и счастья от души.
Пусть будет жизнь полна добра и смеха,
Эмоций ярких, праздников больших!
Пусть все, чего захочется, случится,
О чем мечтаете, пусть все произойдет!
И то, о чем лишь только снится,
Пусть наяву свершится и придет!

Коллектив магазина «У Риммы».

Уважаемого Ахметгазиза Закиевича Мулюкова поздравляем с днем рождения!

Желаем радости, успеха
В работе, в творчестве - во всем.
Чтоб были поводы для смеха,
Росла чтоб прибыль с каждым днем.
Вы нам товарищ и коллега.
И просто славный человек!
От всей души мы Вам желаем
Здоровья на Ваш долгий век!

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

Дорогую, уважаемую Нафису Наилевну Ильметову поздравляем с днем рождения!

Желаем в день такой прекрасный:
Пускай исполнятся мечты,
Чтоб жизнь была разнообразной,
Полна любви и доброты!
Тебе желаем в жизни счастья,
Успехов, мира, красоты,
Чтобы невзгоды и ненастья
Не знала в жизни этой ты!

Мама, дети, родственники, Женсовет, с. Зубочистка Вторая.

Дорогого Рустама Рамильевича Курмангалеева поздравляем с днем рождения!

Молодой, красивый, сильный,
Все, что надо, при тебе!
Пожелаем жизни длинной,
Много радости в судьбе.
И друзей отважных, верных,
Что помогут в трудный час.
Сногсшибательной карьеры
И везения запас!

Родители, бабушка, дедушка, тетя, зять, семьи Сундуковых.

Дорогую Ольгу Васильевну Кечину поздравляем с днем рождения!

Желаем, чтоб под счастливой звездой
Тебя судьба по дороге вела
И чистой, спокойной рекой
Жизнь степенно и мирно текла.
Пусть удачи тебя посещают,
Стороною обходят ненастья,
От души мы здоровья желаем,
Долгой жизни и яркого счастья!

Друзья, знакомые, с. Каменноозерное.

Дорогого Юрия Алексеевича Бузина поздравляем с днем рождения!

Пусть светят счастливые звезды
И ждет неизменный успех,
Сбывается все, что хотелось,
Всегда везет без помех.
Прекрасными будут мгновения,
Веселыми будут друзья,
Удачу, добро и везение
Приносит почаще судьба!

Бузины, Корнеевы, с. Мустаево.

Дорогих крестников Александра Николаева и Андрея Базарова поздравляю с днями рождения!

В те дни, когда вы родились,
Сияло солнце над столицей,
Духами пахли все цветы,
Чирикали приятно птицы.
Вот точно так же и сейчас
Полна природа ликованья,
Ваше рожденье для меня -
Подарок щедрый мирозданья!

Ваша крестная Люда, с. Нижняя Павловка.

Дорогую Гульчачак Шайдуловну Рахматуллину поздравляем с днем рождения!

С днем рожденья тебя поздравляем
И от сердца хотим пожелать,
Чтобы не было в жизни печали -
Только радость, успех, красота.
Чтоб родные всегда были рядом,
Окружали заботой своей.
От души мы здоровья желаем,
Не болеть, не стареть много лет!

Муж, дети, внуки, правнучка, сватья, с. Зубочистка Вторая.

Любимого Реналя Ранилевича Адельшина поздравляем с 18-летием!

Вот ты и взрослый… Ровно восемнадцать!
За временем ну просто не угнаться.
Цени же в жизни каждую минуту,
И пусть в судьбе твоей все будет круто!
Шагай уверенно по жизни, умным будь,
О чести, совести, добре ты не забудь.
Старайся верно выбрать направление
И долго помни этот день рождения!

Родители, бабушки, дедушки, сестренка, родственники, с. Зубочистка Вторая.

Дорогого, любимого Владимира Викторовича Бондарева поздравляем с юбилеем!

Хоть и бегут вперед года,
Но ты мужчина хоть куда,
И в свой прекрасный юбилей
На жизнь гляди ты веселей!
Хотим тебе мы пожелать
Печалей, горестей не знать,
Счастливым и здоровым быть,
В достатке жить и не тужить!

Любящие жена, дети, родители, семья Бондаревых, с. Городище.

Дорогую Снежану Новоженину поздравляем с 17-летием!

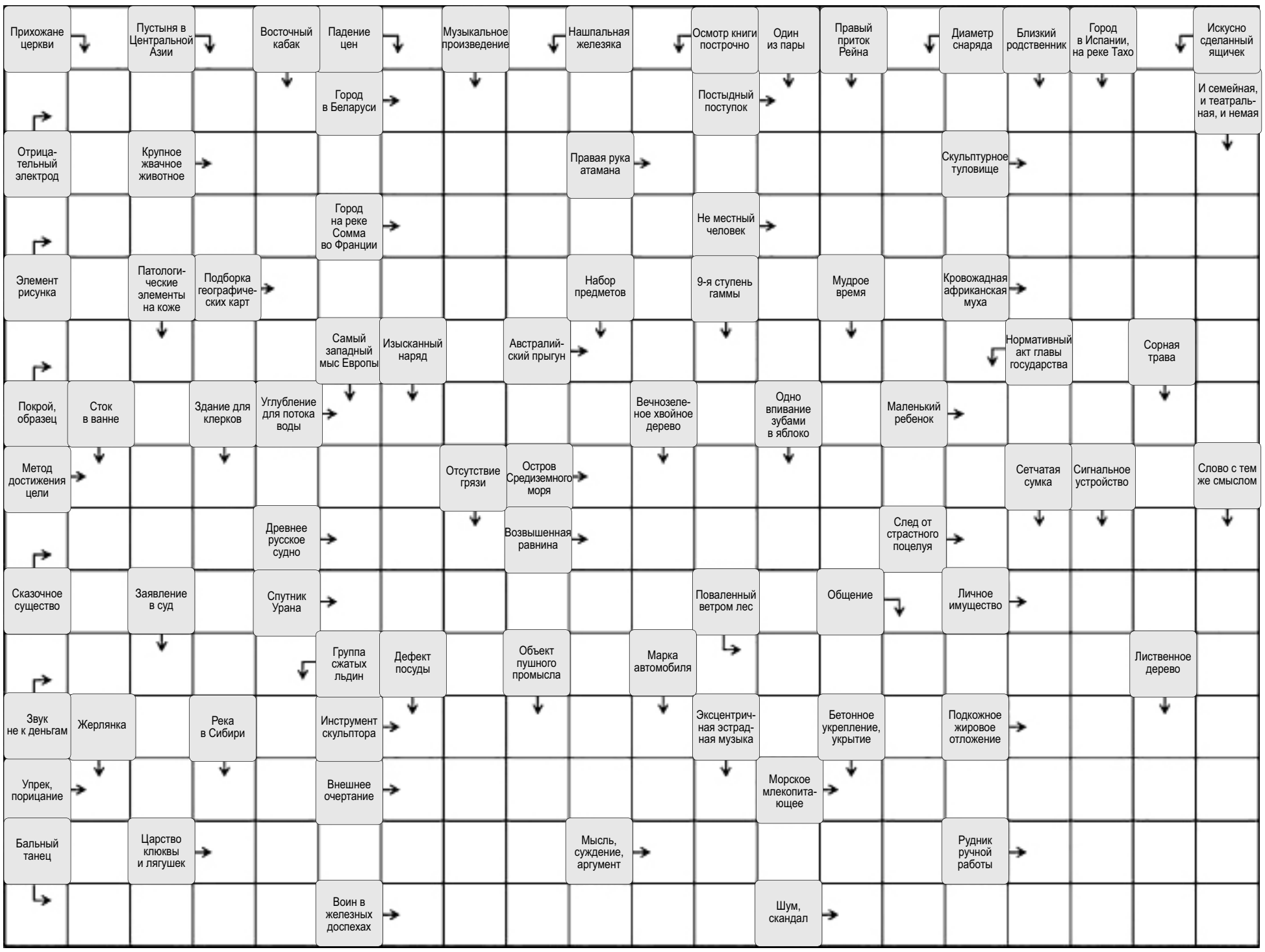
Пусть будет день сюрпризов полон,
Приятных встреч, красивых слов.
Ведь день рожденья - это повод
Сполна почувствовать любовь.
Ты молода, свежа, красива…
Влюбляйся, смейся, вдохновляй!
Будь позитивной и счастливой.
И никогда не унывай!

Мама, папа, родственники, с. Мустаево.

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 14 по 20 мая

Овен

Возникнет некоторая напряженность в отношениях с партнерами и коллегами. Она будет вызвана старыми, давно накопившимися противоречиями. Выяснится, что вам уже не хочется идти на поводу у сослуживцев, да и у них найдется что вам сказать.

Телец

Активные переговоры с деловыми партнерами и обсуждение различных вариантов сотрудничества принесут свои положительные плоды. Выдержанная позиция, умение настоять на своем и чувство юмора - эти ценные качества пригодятся вам в переговорах.

Близнецы

Напряженные отношения с коллегами - с одной стороны, и небольшой флирт на работе - с другой. Вы можете стать поводом для сплетен и досужих разговоров, особенно если явно закрутите служебный роман. Так что старайтесь хранить в секрете свои «шалости».

Рак

Эта неделя может подарить вам счастливую новость. Сбудется мечта, которую вы давно лелеете и исполнения которой так ждете. Не стоит распространяться о своих чаяниях, пока не будете точно уверены в реализации планов.

Лев

Хороший период для тех Львов, которые намерены внести какие-то перемены в домашнюю жизнь - переставить мебель, сменить обои, перевезти бабушку или переехать к родным. Предстоит активное и непростое общение с родственниками.

Дева

Не пропустите интересное предложение съездить куда-то отдохнуть в это время. Возможно, поездка будет деловой, но при этом удастся легко совместить приятное с полезным - отдых и работу. Воспоминания от путешествия останутся замечательные.

Весы

Запасаться финансами на предстоящие свершения и цели - это по-вашему. Особенно если планы, которые вы формируете, требуют больших затрат. Сейчас время делать накопления, тем более что найдутся люди, готовые проспонсировать ваше дело.

Скорпион

Семьи многих Скорпионов испытают различные потрясения и встряски. В первую очередь это может коснуться ваших отношений со второй половинкой. Возможно, вы внезапно узнаете то, чего не следовало знать.

Стрелец

Непростая неделя, особенно если в данный период вы попытаетесь взвалить на себя всю тяжелую ношу, которая сейчас выпала на долю ваших родных и близких. Настало время проявить здоровый эгоизм и позаботиться о себе. Больше отдыхайте.

Козерог

Если вам нравится вытаскивать из различных передряг друзей, то этот период вам подходит. Но не только вы будете всех выручать. Когда надо, протянут руку помощи и вам. Так что, лишний раз укоряя друзей, вспомните, что вам также может понадобиться подмога.

Водолей

Работа и карьера - то, что сейчас вас больше всего волнует. Во все, что вы делаете, вы привыкли вкладывать душу, и вас очень беспокоит результат. Отношения с коллегами по работе будут безоблачными, чего не скажешь об отношениях с начальником.

Рыбы

В финансах многое зависит от того, насколько хороши ваши личные отношения - это касается и партнера, и коллег, и начальника. Если вы ко всем сможете подобрать ключик, а для истинных Рыб это не проблема, ваши интересы никто не ущемит.

ХА! ХА! ХА!

- Итак, подсудимый, расскажите нам, почему вы выстрелили в своего товарища по охоте?
- Я принял его за косулю.
- А когда вы поняли свою ошибку?
- Когда «косуля» выстрелила в ответ!

* * *

Знаете, как звучит пословица «Смех без причины - признак дурачины» на современном научном языке? «Индетерминированное судоржное сокращение диафрагмы с короткими выдохами через рот является неотъемлемым атрибутом личности с неадекватным восприятием окружающей действительности».

* * *

- На чужом несчастье счастья не построишь!
- Да не прятала я твой вискарь!

* * *

Мать - дочери:
- Выбирать мужа надо с умом. Вот твой папа может починить все что угодно: машину, электричество, сантехнику. И мебель, если поломается, тоже починит... Так вот, если ты найдешь себе такого мужа, то у тебя никогда не будет ничего нового!

* * *

- Вот жизнь настала: начинаю день с таблеток и заканчиваю таблетками.
- А что делаешь в середине дня?
- Работаю. На таблетки деньги нужны.

* * *

- Мама, а мы - подданные России?
- Нет, доченька. Подданные - это те, кого держат под данью. А нас просто обложили налогами.
- Значит, мы наложницы?

Ответы на сканворд из №18

По горизонтали: Сруб. Абзу. Нора. Обрыв. Одра. Неуч. Сусло. Амур. Слог. Кнут. Тюфяк. Кета. Арии. Дива. Яхта. Краснотал. Аксиома. Укроп. Сабантуй. Аба. Сено. Мадам. Заем. Йога. Порту. Отара. Тату. Аир. Зверобой. Катет. Шихта. Ярд. Враг. Боск. Маг. Фруктоза. Лахар. Асана.

По вертикали: Промах. Варвар. Уборка. Моряк. Торт. Карст. Квас. Абдо. Баланс. Бедро. Иран. Айва. Бунгало. Ной. Мат. Оскал. Внуки. Ага. Очник. Уйма. Рык. Теба. Растра. Радиатор. Скоба. Мост. Пампушка. Блюдо. Профит. Брахма. Ява. Титан. Вокал. Курага.

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

МЫСЛИ ВСЛУХ

Жизнь в ожидании жизни

Моя несовершеннолетняя дочь просто убила меня наповал, заявив, что решила завести ребенка до поступления в вуз. Она планирует родить ребенка, оставить его мне и уехать учиться. И, между прочим, с точки зрения логики и прагматизма, даже и подкопаться не к чему. Она собралась поступать в военную академию на отделение связи, а это означает, что до окончания академии у нее нет шансов родить, потому что беременных отчисляют тотчас же. А когда дочь наконец будет свободна в своем желании обзавестись потомством, ее биологические часики уже вовсю зазвенят будильничком. Поэтому самое логичное - родить ребенка до того, как наденешь берцы.

Мой ответ был спонтанным и чрезвычайно эмоциональным: «А когда я буду жить?» Мое категорическое сопротивление очень обидело дочь. Она пришла к выводу, что у нее бессердечная мать. И я не смогла ей объяснить, что она попросту загоняет меня в ловушку безысходности.

Что скрывать, большинство из нас живут и работают в ожидании того времени, когда не надо будет вставать рано утром, чтобы идти на работу. Все наши чаяния связаны с выходом на пенсию. Это наш билет на свободу, в тот мир, когда мы сможем наконец-то делать то, что захотим. Мы годами ходим на нелюбимую работу, терпим самодура-начальника, переносим все болезни на ногах, боремся за выполнение плана, с чувством глубокой вины уходим на больничный. И все ради одной цели - обязательно заработать себе пенсию.

Мы стараемся, чтобы прокормить своих детей, выучить их, дать им будущее, а заодно и обеспечить свою старость. А где вообще в этой цепочке мы сами? Есть дети, которым надо дать как можно больше. И есть наша старость, которая должна быть обеспечена нами же самостоятельно. В этой цепочке нас самих просто нет. Когда же я начну ЖИТЬ? Разве перед собой я не несу такую же ответственность, как перед своими детьми?

И вот наконец-то дверь на свободу открыта - торжественный выход на пенсию состоялся. Теперь ты можешь распоряжаться своей жизнью так, как хочешь. Дети выросли, ты дала им все, что нужно для самостоятельной жизни. Свой долг перед родиной ты выполнила и свою старость обеспечила. Не надо вставать утром, чтобы бежать на работу. Зато можно встать утром и заняться йогой, например. Прочитать книгу, на которую не было времени долгие годы из-за бесконечного мытья посуды и выполнения домашних заданий с детьми. Можно заняться велосипедным спортом, записаться в хоровой кружок…

Но это так мы думаем. А наши родные и близкие - по-другому. И действительно, почему бы маме не посидеть с внуком, раз она на пенсию вышла? У нее же куча свободного времени! Не хочет? О боже! Мама, оказывается, эгоистка! Она хочет жить для себя, а это такой грех! Почему же требовать, чтобы она жила для дочери, это не грех?

Мне до пенсии еще далеко, однако я уже задумалась о том, насколько извращенной является эта логика: «Зачем старикам деньги?!» В нашем обществе принято, чтобы родители на протяжении всей жизни опекали детей. Этот процесс вообще никогда не заканчивается. В оправдание этой бесконечной помощи повторяется фраза: «Молодым в наши дни так тяжело!» И еще чувство жалости и родительский инстинкт…

Не потому ли у нас так много неудачников? Вечно опекаемых родителями взрослых дяденек и тетенек, которые знают: случись что - мама всегда деньжат подкинет из пенсии. Пожилые родители таскают молодым семьям сумки с продуктами, помогают деньгами, сидят с внуками. Спору нет, для многих людей в этом и заключается смысл существования. Но не для всех… И потом, насколько это правильно по отношению к давно уже выросшим детям?

На Западе совершеннолетие наступает в 21 год, а вместе с ним - полная самостоятельность. У нас совершеннолетие - в 18, а полная самостоятельность берется только добровольно и то единицами, крепкими личностями, которые хотят в жизни многого добиться. Между прочим, даже в Библии сказано, что нужно оторваться от своих родителей и создавать свою семью.

Планы на будущее моей дочери заставили меня почувствовать себя загнанной в угол. Моей жизнью уже распорядились, ее расписали до последнего вздоха, и у меня нет ни малейшего шанса что-то изменить. Это чувство безысходности испортило мне настроение капитально. Впрочем, это и хорошо, потому что я впервые поняла, насколько сама была потребителем в отношении собственной матери. И еще я поняла, что старикам нужнее деньги, чем их выросшим детям, потому что это эквивалент той свободы, которую они зарабатывали на протяжении многих лет. А дети должны это понимать…

Валентина ГАЛИЧ, г. Сорочинск.

Быть или не быть... человеком?

Случай этот в самом деле от слова «случайность». А, быть может, он только показался таким? Ведь в жизни не бывает случайных людей, событий и встреч…

Был обычный зимний вечер, кажется, среды. Я занималась домашними делами, сын трудился над уроками, муж еще не вернулся с работы. На кухне жарились котлеты. Все шло своим чередом. Тихо, размеренно текла обычная жизнь. Я вышла на лестничную клетку, чтобы выбросить пакет с мусором, и увидела мальчика. Незнакомого. Растерянного. Он стоял и смотрел на меня, а я на него. Мальчик поздоровался. Я обратила внимание на то, что он мокрый с ног до головы. Ну просто насквозь. За окном шел дождь, а под ногами хлюпал превратившийся в жижу снег. Но все равно нужно было умудриться вымокнуть до такой степени. Мальчика словно окатили водой из ведра.

- Что случилось? - спросила я, выбросив мусор и возвращаясь в квартиру.

- Да вот, мальчишки незнакомые толкнули меня в лужу, - ответил он и ждал, что будет дальше.

- А почему ты не идешь домой переодеться?

- Я ключи потерял.

- Давай позвоним твоим родителям, - предложила я, собираясь за телефоном.

- Я не знаю их номеров, а домашнего телефона у нас нет.

Все ответы ребенка казались настолько неправдоподобными, что я даже растерялась. В моей голове пронеслись мысли, одна криминальнее другой... Увы, время сегодня неспокойное.

- Почему же ты не идешь к родителям на работу за ключами? - задала я контрольный вопрос.

- Они будут ругать, - честно ответил он.

И… я просто вернулась домой. В свой обычный мир, где все тихо, размеренно, нормально. Стала мыть руки и так и застыла в ванной комнате. «На улице холод, а этот ребенок стоит там, за дверью, мокрый до нитки. Ну так вышло… И ему нужна помощь». Вытерла руки и поспешила в подъезд, надеясь, что мальчик еще не ушел. Он был там. Более того, он снял ботинки и выжимал носки, вода стекала прямо на ступеньки внушительной струйкой.

«Заходи скорее», - сказала я и провела мальчика в зал. Там мы, изрядно напугав кота, спавшего на подоконнике, повесили на батарею куртку случайного гостя. Я стала искать в шкафу вещи сына. Запасные, а главное, теплые. Мальчишке, которого звали, как выяснилось, Андреем, оказалось 12 лет. На два года старше моего сына, но размер одежды примерно тот же. Мы сняли все мокрые вещи, заменили их на сухие. Нашлись даже запасные кроссовки, которые были предназначены для игры в футбол во дворе. Андрей с трудом, но обул их. Главное, все сухое, и можно добраться до дома. Одежда мальчугана была отправлена в пакет. Пока я делала бутерброд с горячими котлетами, сын и Андрей стали знакомиться. Дети есть дети. Условностями они не испорчены. Андрей рассказал, что с ним приключилось. И я слышала, как сын стал утешать мальчишку, говоря, что тоже однажды упал в грязь и весь вымазался. Мол, с каждым бывает. Скоро Андрей был собран и отправлен домой, к родителям. А я осталась в полной внутренней растерянности. Мною овладело какое-то странное ощущение, странное и точно неприятное. Такое, когда на душе густой осадок. Наконец, я поняла, откуда он.

Прежде чем пустить этого ребенка в дом и помочь ему, я прилично замешкалась. От этого и осадок. Да, история Андрея звучала неубедительно. Да, ему стоило бы ехать после уроков сразу домой, а не слоняться по чужому району и искать приключения. Но всегда ли мы, взрослые, делаем то, что лучше, правильно, идеально? А это ребенок. И от осознания того, что протянуть руку помощи перестало быть нормальным, мне и стало не по себе. Конечно, есть объяснение - непростое сегодня время. Но потому ли мы так осторожны и так скупы на взаимовыручку? Разве во время Великой Отечественной, когда наши бабушки и дедушки под угрозой смерти прятали у себя в домах еврейских детей, было легче?

И сегодня, когда нам всем порой бывает непросто, особенно хочется выстоять и остаться человеком. Тем, кто протянет 10 рублей нуждающемуся, занесет старушке-соседке лишнюю банку закатки, угостит вкусным пирогом ребенка, которого мать воспитывает одна, купит пакетик корма или сосиску голодному коту, встреченному вдруг по пути. Пусть сделает это каждый из нас! Ну или хотя бы каждый второй. И тем самым внесет свой маленький, но такой важный вклад в спасение мира. Спасение от цинизма и черствости. И выберет единственно верное решение - быть человеком.

Татьяна СПИРИДОНОВА, г. Оренбург.

ИСПОВЕДЬ

На чужом горе...

Как все матери, я мечтала о счастье для своей дочери с самого ее рождения, представляла, как она вырастет и влюбится, хотела стать ей подругой, чтобы она со мной делилась своими секретами.

И вот это время наступило. Моя 20-летняя дочь влюбилась, только это не принесло мне радости. Ее избранником стал человек на 24 года старше. Он был уже трижды женат, теперь обещает дочке жениться на ней - в четвертый раз.

Во всех прошлых семьях моего будущего зятя остались дети. У третьей жены растет сын, и эта женщина проклинает мою девочку. Она даже домой к нам приходила со скандалом. После этого муж слег с сердечным приступом, а я, кажется, поседела.

Мы сто раз разговаривали с дочерью, пытались пристыдить, рассказывали о детях, которых бросил ее благоверный, о женщинах, которые страдают. Дочь плакала и говорила, что жить без него не может, а с третьей женой он все равно разойдется, потому что не любит ее.

Я пыталась поговорить и с мужчиной, который вскружил голову нашей девочке. Конечно, он очень представительный, моложавый, при деньгах, опытный - умеет красиво ухаживать, задарил дочку подарками, заговорил словами, наобещал золотые горы. У нас с мужем просил прощения и говорил, что дочь будет счастлива с ним, чуть не плакал. А когда я напомнила обо всех женах и детях, он сказал, что они обеспечены, и претензий у них нет.

Муж требует немедленно прекратить отношения. Но как? Запереть дочь в квартире? Отобрать одежду или силком куда-то отвезти? Но ведь она взрослая уже. Да и кто знает, может, это судьба у нее такая...

Пока мне удалось уговорить дочь не делать решительных шагов, хорошо проверить свои чувства, пожить вместе, не расписываясь и не рожая детей.

Можно понять неопытную девочку, которой вскружили голову, но о чем думает взрослый мужчина? Он же немолодой - скоро полтинник, большая часть жизнь прошла. Когда он старым станет, она только в силу войдет, и что тогда делать? Будет сидеть у кровати старого больного мужа, молодая, полная сил? А дети? Их же вырастить нужно, до ума довести, а в его-то возрасте разве успеешь?

Или ему наплевать на завтра, и он живет сегодняшним днем? Но если любит, так почему о будущем не подумает? Где совесть у людей, ответственность, хоть какая-то мораль? Ну не терпится погулять, так есть же много разведенных женщин, которые рады будут. Зачем портить жизнь молоденькой девочке?

В доме у нас как будто покойник лежит - мрачно и тоскливо. Муж постоянно болеет, его эта история совсем подкосила. А наша единственная дочь словно чужая стала. Пришла-ушла, только ночует, да и то не всегда. Правда, звонит и предупреждает, когда не придет. Говорит, что любит и счастлива. А какое же это счастье, если мы с мужем от горя почернели, если брошенная жена и ребенок страдают? Разве можно что-то хорошее построить на горе других людей?

Не знаю, что делать, есть ли вообще какие-то способы изменить ситуацию…

Ольга Ивановна А., г. Оренбург.

КАК ФИЗИОТЕРАПИЯ ВЛИЯЕТ НА УРОЖАЙНОСТЬ ДАЧНОГО УЧАСТКА?

Заболевания суставов и позвоночника можно лечить даже в полевых условиях!

В подростковом возрасте родительская дача была для меня мукой! Проклятые помидоры, ненавистные огурцы и, самое страшное, картошка. Колорадский жук, казалось, злорадно хохотал мне в лицо, когда я, обобрав три сотки, обнаруживала на картофельных листьях новых поселенцев.

Время пролетело незаметно. Выросли дети, родился внук, и… Мы снова стали ездить на дачу, чтобы вырваться из города, хоть как-то уединиться и отдохнуть от многолюдья и бесконечной трескотни в телевизоре и Интернете.

У нас нет грядок, овощи проще купить, но плодовые деревья и ягоды тоже требуют внимания.

Дачная жизнь была бы прекрасна, если бы не позвоночник - его шейный отдел, травмированный годами сидячей работы. В последнее время стала замечать, что и колени сгибаются с каким-то неприятным хрустом, ощущается скованность. После физической нагрузки чувствую каждую мышцу, кажется, даже слышу гудение суставов.

Поликлинику я посещаю регулярно и свой шейный остеохондроз держу под контролем. Но в последний раз мне специалист сказала, что и колени надо обследовать. Артроз под вопросом!

Назначили физиотерапию, способную наладить кровообращение в мышцах и суставах. А я все о майских праздниках думаю: когда же процедуры делать, если мы на дачу собираемся? Оказывается, есть аппарат для применения не только в лечебных учреждениях, но и дома, и в поездке.

Принципиально новый, современный **АЛМАГ+ от компании ЕЛАМЕД** предлагает три специальных терапевтических режима, которые применяются в зависимости от назначений и ситуации.

1 **Обезболивающий и противовоспалительный режимы** способствуют усилению кровообращения, более полному усвоению лекарственных препаратов и снятию воспаления и боли.

2 **Основной режим АЛМАГа+** можно использовать для продолжения курсового лечения хронического заболевания, а также профилактическими курсами для продления периодов ремиссии.

3 АЛМАГ+ можно применять для лечения самых маленьких пациентов - с 1 месяца жизни ребенка, поскольку **специальный режим для лечения детей** работает оптимально щадяще и мягко.

АЛМАГ+ борется со следующими заболеваниями:

- *артрит,*
- *артроз,*
- *остеохондроз, в том числе и шейный,*
- *грыжа межпозвонковых дисков,*
- *пяточная шпора,*
- *остеопороз,*
- *последствия травм.*

АЛМАГ+ дает возможность:

- *избавиться от боли, отека и воспаления в период обострения заболеваний;*
- *увеличить объем движений в два раза;*
- *улучшить качество жизни;*
- *восстановить общую и местную циркуляцию крови;*
- *нормализовать питание хрящевой ткани.*

ЕДИНСТВЕННЫЙ ГАДЖЕТ НА ДАЧЕ - АЛМАГ+

Серьезно, в выходные на даче телефоны и планшеты у нас по негласному общему решению отправляются в стол. Стараемся забыть о соцсетях и виртуальном общении - этого добра хватает и в будни. А вот полезные достижения современности, то, что сделано для поддержания здоровья, всегда под рукой.

Недавно родительская дача вспомнилась. Какие там были огурцы! А какие росли помидоры! А картошка... Пожалуй, надо над этим задуматься, ведь я снова поверила в свой позвоночник, мышцы и суставы.

Простое решенье у сложной задачи - Можно лечиться даже на даче. АЛМАГ+

БОЛЬШЕ ДВИЖЕНИЯ С АЛМАГ+!

В АПТЕКАХ:

- «ОРЕНЛЕК», 780-780
- «ФАРМЛЕНД», 66-59-79
- «ДАНАФАРМ», 55-77-76
- «ВИТА», 8 800-755-00-03
- «ОБЛАСТНОЙ АПТЕЧНЫЙ СКЛАД», 507-507
- «ЗДОРОВЬЕ», 72-34-54 ул. Б. Хмельницкого, 4
- «ЖИВИЦА», 66-30-58

В МАГАЗИНАХ:

- «ЭКОМЕДИКА», 77-15-42
- «МЕДТЕХНИКА ДЛЯ ДОМА», 207-600 ул. Пролетарская, 312а
- «ОРТОТЕКА», 37-34-38

Реклама 16+

И в других аптеках и магазинах медтехники города и области

ВНИМАНИЕ! АКЦИЯ «ЗОЛОТЫЕ ЧАСЫ»

Каждый вторник, четверг и субботу с 16.00 до 19.00

в аптеке «ДАНАФАРМ» по адресу: пр. Гагарина, 8,

консультация представителя компании «Еламед» по всем аппаратам производителя: АЛМАГ-01, АЛМАГ-02, Диамаг, Мавит, Мультилор.

На АЛМАГ-02 и Диамаг действуют цены прошлого года!

Скидка пенсионерам по выходным дням - 5%.

Телефон представителя: 8-987-889-58-48.

ЕЛАМЕД

Бесплатный телефон завода: 8-800-200-01-13.

***Адрес для заказа аппаратов с завода** (в том числе и наложенным платежом): 391351, Рязанская область, Касимовский р-н, р. п. Елатьма, ул. Янина, д. 25. АО «Елатомский приборный завод». ОГРН 1026200861620. Сайт в Интернете: www.elamed.com*

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТУР КЛУБ
СЕТЬ ФИРМЕННЫХ ТУРАГЕНТСТВ ОРЕНБУРГА
Путешествие в ПОДАРОК!
*Подробности акции "МОЙ ТУР КЛУБ" на сайте tur-club.com
АВТОБУСНЫЕ ТУРЫ ИЗ ОРЕНБУРГА
50-70-60
50-80-20
КРУИЗЫ ПО ВОЛГЕ

КУПИМ старые янтарные бусы
форма: шар, овал
до 150 000 рублей
Желтые, непрозрачные
8-904-383-55-50

ТРИКОТАЖНЫЙ РАЙ
В «ТРИКОТАЖНЫЙ РАЙ» СПЕШИ – ЗДЕСЬ ВАМ РАДЫ ОТ ДУШИ!
Магазины «ТРИКОТАЖНЫЙ РАЙ» в Оренбурге:
пр. Гагарина, 29/2, ТЦ «Чайка», 3-й эт.
ул. Беляевская, 19, ТЦ «Клондайк», 2-й эт.

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

АНТИПСОРИАЗ
Забудьте о псориазе! Уникальный фитокрем "Антипсориаз" со свежими соками растений. Длительное очищение кожи на срок более одного года во многих случаях. Не содержит гормонов и искусственных добавок. Спрашивайте в аптеках "Живица", ул. Высотная, 2, т. 67 1188, пр-т Победы, 162, т. 66 8837, ул. Беляевская, 19, т. 66 8907, ул. Авиационная, 12/1, т. 66 8798, ул. Мира, 2/1, т. 66 8797, ул. Туркестанская, 37, т. 66 3058, ул. Комсомольская, 128, т. 66 8839, ул. Комсомольская, 199/1, т. 66 8850, ул. Транспортная, 18/2, т. 66 8813, ул. Фронтовиков, 6/1, т. 66 8814, ул. Терешковой, 251/2, т. 66 8815, ул. Гагарина, 21/7, т. 66 8873. Горячая линия и заказ почтой:(495) 506 8184.
Декларация № ТС N RU Д-RU.АВ35.В.17352 Патент РФ №2246935. www.antipsoriaz.ru
Перед применением ознакомьтесь с инструкцией

Спрашивайте газету «Оренбургская сударыня» в магазинах «Магнит»

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

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 тепловые характеристики кирпича русской печки и современные технологии, сделавшие его компактным и экономным.

МЕЧТЫ О ТЕПЛЕ

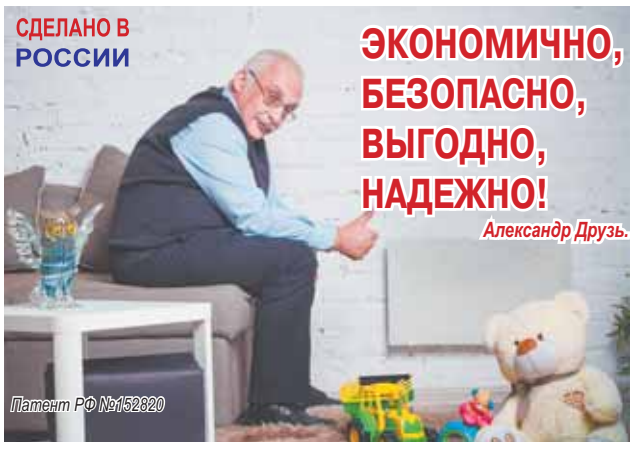
Во многих квартирах батареи то греют, то не греют. Если в мае квартирную «печку» можно отключить, в сентябре ее не включишь, так как отопительный сезон не начался. А еще иногда батареи засоряются… А еще падает давление в системе… А еще… Да мало ли отговорок мы слышали о том, почему в квартире становится 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 создавая 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 экономичнее обычного чайника (даже за сутки работы одна панель потребляет всего 2,5 *кВт.* при

АКЦИЯ!
Цена на обогреватель «ТЕПЛЭКО» до 28 мая всего ~~3900 р.~~ 2400 р.

использовании терморегулятора). Номинальная мощность обогревателя: 400 Вт, размер: 600 мм*350мм*25мм, вес: 12 кг.



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.

Подтвержденное европейское качество

Обогреватель «ТеплЭко» - победитель конкурсов
«100 лучших товаров России» в 2015, 2017 гг. и «Лучшие товары и услуги ГЕММА» в 2017, 2018 гг.

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 ни 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 потребуются минимум сил и сноровки, три самореза и отвертка.

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»:
8-800-333-05-35
(бесплатно по России).
Единственный в Оренбурге фирменный магазин компании «ТеплЭко»
расположен по адресу:
г. Оренбург,
ул. Салмышская, 58/1, пом. 7.
Тел.: 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 №17/309.
Время подписания в печать по графику - 13 мая в 23.00.
Фактическое время подписания в печать - 13 мая в 23.00.