35 (1 261) 03.09.2019

ОРЕНБУРГСКАЯ
Сударыня
ЖЕНЩИНА, СЕМЬЯ, МАТЕРИНСТВО, ДЕТСТВО

Куда поступили лучшие выпускники?

Оформить подписку на газету
«ОРЕНБУРГСКАЯ СУДАРЫНЯ»
на предприятиях и у представителей редакции
возможно с любого месяца
т. (3532) 77-30-87

№35 (1 261) 03.09.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Как жителям Оренбурга уменьшить платеж по кредиту или вернуть переплату процентов?

Немногие знают, что в России есть законный способ **уменьшить платежи по кредитам до 50 %** или полностью **списать долг** в рамках Закона 127-ФЗ.

Окажем помощь пострадавшим от кооперативов.

Подробную информацию можно получить на бесплатных консультациях, которые пройдут 9, 10, 11 и 12 сентября.

Предварительная запись по тел. 46-45-25.

Федеральная компания «Полезный юрист», ОГРН 1174350002310, ИНН 4345461289. Предложение не является публичной офертой.

ПРОЕКТ

До больницы – с комфортом

В рамках региональной программы повышения качества жизни граждан старшего поколения в комплексные центры социального обслуживания населения поставлено 35 автомобилей.

Новенькие УАЗы и «Газели» приобретены на федеральные средства. Проектом «Старшее поколение» на эти цели предусмотрено 49,4 млн рублей.

- У этого транспорта - целевое назначение, он будет доставлять людей старше 65 лет, а таких у нас в области более 130 тысяч, в медучреждения для скринингов на выявление социально значимых неинфекционных заболеваний. Это будет способствовать достижению одной из основных целей национального проекта «Демография» - увеличению продолжительности жизни оренбуржцев, - объясняет и. о. заместителя министра социального развития Виктория Торукало.

Услуга по доставке в медицинские организации пожилых сельчан в возрасте старше 65 лет предусматривает тесное взаимодействие медицинских и социальных служб. В полном объеме она развернется с начала 2020 года, а в трех пилотных территориях: Беляевском, Курманаевском и Ташлинском районах, - уже с октября текущего года.

Сейчас идет подготовительный период. Составляются графики медицинских обследований, определяются численность граждан, подлежащих обслуживанию, и объем исследований, которые необходимо проводить.

Инга ПРОХОРОВА.

УСПЕХ

Профессионалы отмечены президентом

Жителям Оренбургской области вручены высокие государственные награды за исключительный вклад в развитие региона и страны.

Орденом Дружбы награжден художественный руководитель Оренбургского государственного академического русского народного хора Владимир Позднеев.

Медаль ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени украсила грудь балетмейстера Оренбургского государственного академического русского народного хора Сергея Еремина.

За достигнутые трудовые успехи и многолетнюю добросовестную работу медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени награжден бурильщик эксплуатационного и разведочного бурения скважин филиала «Оренбург бурение» ООО «Газпром бурение» Александр Лавров.

За заслуги в области нефтяной и газовой промышленности и многолетнюю добросовестную работу почетное звание «Заслуженный работник нефтяной и газовой промышленности Российской Федерации» присвоено машинисту технологических компрессоров ООО «Газпром добыча Оренбург» Рамилю Даминову.

ИНИЦИАТИВА

Памятнику быть!

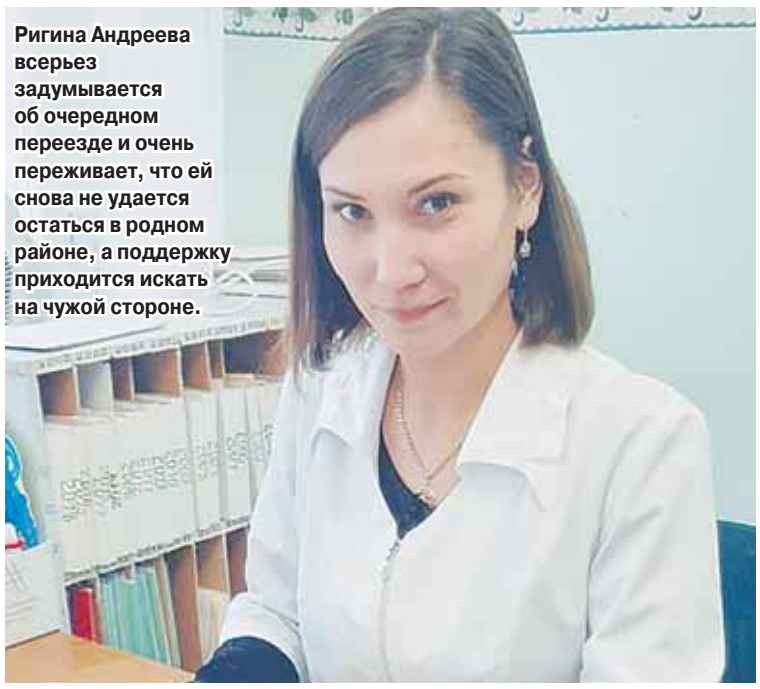
В Оренбурге планируется установить бюст Александра Тимашева. Уроженец Оренбургской губернии с 1868-го по 1878-й год возглавлял Министерство внутренних дел Российской империи. За свою жизнь Александр Тимашев занимал и другие государственные посты: командировал корпусом в экспедиции против горцев, был флигель-адъютантом царя Николая I, губернатором казанским, пермским и вятским, а также руководил имперской почтой и телеграфом.

С идеей установить бюст Тимашева выступило УМВД по Оренбургской области, поэтому место выбрано соответствующее - возле здания управления на ул. Комсомольской, 49. Финансироваться проект будет за счет пожертвований граждан и различных организаций.

Марина ПЕТРЕНКО.

И фельдшер уедет...

Медработнику из Красногвардейского района отказано в предоставлении господдержки по программе «Земский фельдшер». Ригина Андреева не сможет получить 500 тысяч рублей.



Ригина Андреева всерьез задумывается об очередном переезде и очень переживает, что ей снова не удается остаться в родном районе, а поддержку приходится искать на чужой стороне.

Фельдшеру Андреевой 27 лет. Она устроилась работать в ФАП села Подольского в середине апреля этого года. Заведующая лечебным учреждением Ирина Гордеева помощнице не нарадуется: обслуживать в одиночку почти 1,5 тысячи жителей было очень тяжело, особенно в пик эпидемий и сезонных вирусных заболеваний. Помимо работы в установленные часы, приходилось ежедневно патронировать на дому беременных, малышей, инвалидов, тяжелобольных и пожилых людей в вечерние часы и в обеденный перерыв. Неудивительно, что заведующая ФАПом постоянно искала себе напарницу.

- Молодежь у нас не задерживается. Оклад везде одинаковый, а объем работы в каждом селе разный, он зависит от численности населения. В апреле, например, приезжали девчата-практикантки. Им было настолько сложно, что я сразу поняла - они к нам не вернутся, - рассказывает Ирина Гордеева.

С приходом Ригины нагрузка на заведующую уменьшилась. Она взяла на себя обслуживание детского населения и акушерско-гинекологическое направление. А со взрослым населением и диспансерными пациентами работает Ригина Андреева. Со своими обязанностями молодой специалист справляется отлично. В родном Красногвардейском районе она не новичок. В 2012 году после окончания Бузулукского медицинского колледжа Ригина почти год проработала в местной больнице, потом в школе села Подольского медсестрой была. Крохотная зарплата заставила девушку отправиться на заработки в Москву. Устроилась медсестрой в частной стоматологической клинике, получала высокую зарплату, но в конверте. В какой-то момент захотелось стабильности. Вот и вернулась в родные края.

Сейчас Ригина вместе с маленькой дочкой живут у родителей в соседнем селе. На работу фельдшер добирается на папиной машине или на попутках. Зарплаты 13 400 рублей едва хватает, чтобы одеться и купить самое необходимое. А о собственном жилье остается только мечтать.

- Если бы по программе «Земский фельдшер» я получила 500 тысяч рублей, взяла бы ипотечный кредит и купила жилье в Подольском. И все на свои места встало бы. Самой мне никогда полмиллиона не накопить. А без первоначального взноса ипотеку тоже практически невозможно оформить, - рассуждает Ригина Андреева.

С описанием своей ситуации молодая женщина обратилась к президенту страны Владимиру Путину. Ответ получила из регионального министерства здравоохранения. На листе бумаги черным по белому написано, что Ригина Андреева не имеет права на поддержку в рамках программы «Земский фельдшер» в связи с тем, что в 2012 году она уже работала в Подольском ФАПе. Подъемные тогда не выплачивались, но это обстоятельство не учитывается.

...Заведующая ФАПом Ирина Гордеева работает в Подольском с 1992 года. Ей 57 лет, она пенсионерка. В любой момент может уйти на заслуженный отдых. И тогда село совсем без медика останется. Ведь как только Ригине Андреевой поступит предложение от работодателя, который поможет ей решить жилищную проблему, она уедет.

Ирина ФООС.

ПРОИСШЕСТВИЯ

Директор уличен в мошенничестве

Сотрудники полиции выявили преступление в одной из школ Кувандыкского городского округа. В ходе проверки выяснилось, что директор школы заключила фиктивный трудовой договор с женщиной, которая фактически не выполняла свои профессиональные обязанности. Таким образом руководитель образовательного учреждения нанес ущерб бюджету на сумму 47 тысяч рублей. Возбуждено уголовное дело. Должностному лицу грозит наказание вплоть до лишения свободы сроком до шести лет.

Установлена личность вандала

Житель Оренбургской области обвиняется в надругательстве над могилой в Мелеузе.

Мужчина не поверил в информацию о смерти своей знакомой и решил лично убедиться во всем. Для опознания он раскопал захоронение. В настоящее время подозреваемый задержан. Им оказался 32-летний оренбуржец. Он рассказал, что лично знал похороненную в могиле женщину, погибшую в ДТП в Орске в 2017 году. По факту произошедшего возбуждено уголовное дело.

Ребенок отравился алкоголем

В лечебное учреждение Оренбурга госпитализирован несовершеннолетний мальчик с признаками алкогольного отравления.

Сотрудники полиции выяснили, что подросток находился на пляже реки Урал со взрослыми и совместно с ними употреблял алкоголь.

В результате получил отравление средней степени тяжести. Рассматривается вопрос о привлечении к ответственности молодого человека, который позволил мальчику употребить алкоголь, а также родителей ребенка.

Ангелина МАЛИНИНА.

Прогноз погоды

	СРЕДА, 04.09	ЧЕТВЕРГ, 05.09	ПЯТНИЦА, 06.09	СУББОТА, 07.09	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 08.09	ПОНЕДЕЛЬНИК, 09.09	ВТОРНИК, 10.09
Бузулук	+9...+16	+9...+18	+9...+20	+11...+20	+12...+23	+14...+25	+15...+24
Оренбург	+8...+16	+9...+18	+11...+18	+11...+19	+12...+19	+11...+22	+14...+21
Орск	+10...+14	+9...+17	+11...+19	+13...+18	+10...+18	+10...+21	+15...+19

Мечты исполнены

Дети из Ташлинского района прошли курс реабилитации в оренбургском центре «Проталинка». Проект реализован при поддержке администрации Ташлинского района и нефтяной компании «Сладковско-Заречное», входящей в промышленно-финансовую группу «САФМАР» Михаила Гуцериева.

На августовской смене в «Проталинке» побывали 11 детей из Ташлинского района.

О реабилитации в «Проталинке» многие семьи, воспитывающие детей с ограниченными возможностями здоровья, мечтали несколько лет. Об уникальных методиках работы, о талантливых и чутких специалистах этого специализированного учреждения родители слышали от врачей и социальных работников, от друзей и знакомых, проживающих в Оренбурге. И только вздыхали в отчаянии от того, что не имеют средств на доставку детей до областного центра и обратно.

Анастасия Кузьмина воспитывает троих ребятишек. Три года назад старшему сыну Жене поставили диагноз, который не позволяет ребенку осваивать образовательную программу вместе со сверстниками. Пришлось перевести мальчика в коррекционную школу.

- Путевка в «Проталинку» на 21 день и бесплатный проезд - настоящий подарок для нас. За собственные деньги мы не смогли бы по понедельникам привозить Женю на реабилитацию, а по пятницам забирать на выходные домой. Слишком затратно это для нашего бюджета, - рассказывает Анастасия.

КИЛОМЕТРЫ – НЕ ПРЕГРАДА!

Подарок Кузьминым и еще десяти семьям Ташлинского района преподнесли администрация района и ООО «Сладковско-Заречное».

Ташлинским ребятам с первых дней понравилось в «Проталинке». Они с удовольствием и интересом участвовали во всех мероприятиях, занимались в кружках, работали с логопедами, психологами и инструкторами по ЛФК. Никто не плакал и домой не просился.

- Первая неделя пролетела незаметно. Мы все очень старались, чтобы ребятам из Ташлы у нас понравилось. А когда отправляли их в пятницу домой, переживали: приедут ли они в понедельник?.. Шутка ли - расстояние от Оренбурга до Ташлы более 200 км. На автобусе с ограничением скорости приходится не меньше четырех часов ехать. Это и взрослому здоровому человеку тяжело. Что уж про детей говорить? Когда в понедельник все десять ребятишек вернулись к нам, мы радовались от всей души, - рассказывает директор реабилитационного центра «Проталинка» Людмила Паина.

Итогом очередной смены по традиции стал праздник. Ребята подготовили для родителей яркую концертную программу, и мамы с папами только успевали слезы смахивать да восхищаться, как многому научились дети за 21 день пребывания в «Проталинке». Песни, танцы, сценки, стихи… Все, как в настоящем детском лагере! И о недугах в эти минуты не вспоминали ни взрослые, ни дети.

- Спасибо всем, кто помог нам пережить такие положительные эмоции. Благодаря взаимодействию бизнеса и власти все мечты могут стать реальностью, - в один голос говорят родители.

Ирина ФООС.

ИЗ ЖИЗНИ ОБЛАСТИ

В больницы поступает оборудование

Бузулукская больница скорой медицинской помощи получила новые аппараты УЗИ и другие устройства на общую сумму более 22 млн рублей.

В рамках проекта «Здравоохранение» укомплектованы онкологическая служба и детское отделение. Онкологи получили два стационарных прибора для проведения ультразвуковых исследований и один переносной. В детскую поликлинику переданы два портативных переносных аппарата УЗИ с тремя датчиками, назофаринголарингоскоп и гастродуоденоскоп. Назофаринголарингоскоп предназначен для клинического осмотра носовой полости, гортани и горла. Гастродуоденоскоп применяется при исследовании внутренней поверхности двенадцатиперстной кишки и желудка. Оба аппарата оснащены тонкими вводимыми трубками, что позволяет уменьшить дискомфортные ощущения при осмотре маленьких пациентов.

Оснащение медицинских учреждений Бузулука новой техникой продолжится и в следующем году.

Открыто новое учреждение для бездомных

В Бугуруслане начал работать центр оказания услуг в стационарной форме лицам без определенного места жительства, в том числе освободившимся из мест лишения свободы.

Стационар открыла автономная некоммерческая организация по социальной реабилитации, профилактике социально значимых заболеваний и содействию формирования здорового общества «Забота и уход».

В учреждении на 85 мест будут размещаться бездомные люди на срок до 6 месяцев с предоставлением отдельного койко-места с комплектом постельных принадлежностей, бесплатного горячего питания. Они могут рассчитывать на консультативную, правовую и организационную помощь в вопросах бытового и трудового устройства. Нуждающиеся получат содействие в пенсионном обеспечении, освидетельствовании на инвалидность, направлении в соответствующие организации социального обслуживания.

«Забота и уход» входит в региональный реестр поставщиков социальных услуг. Благодаря приобретению государственных услуг у этой организации будет расширена география обслуживания лиц без определенного места жительства на территории Оренбургской области. Теперь нет необходимости перевозить эту категорию граждан из западных районов в орский «Феникс» или оренбургский «Шанс».

Самые спортивные рабочие – в Оренбурге

Подведены итоги XVII областного Фестиваля рабочего спорта, посвященного памяти В. С. Черномырдина.

Главный кубок игр вручен команде Оренбурга. Второе место завоевала сборная Орска, третье - у спортсменов из Бузулука.

В комплексном зачете среди муниципальных образований с численностью населения менее 50 тыс. человек победителем стала команда Сорочинского городского округа. На втором месте - Бугуруслан, на третьем - Гайский городской округ.

Флаг областного Фестиваля рабочего спорта сорочинские спортсмены торжественно передали Гайскому городскому округу. Ему предстоит принимать гостей мероприятия в 2021 году.

Инга ПРОХОРОВА.

ОПРОС

Пойдете ли вы голосовать?

8 сентября состоятся выборы губернатора Оренбургской области. Жители области рассказали, пойдут ли они голосовать и какие вопросы должен в первую очередь решать новый глава региона.

Светлана КОЗЫЛОВА, врач-анестезиолог, г. Оренбург:
- Да, я пойду голосовать, потому что мне небезразлична судьба моей родины. Считаю, что новый губернатор должен заняться решением проблемы кадрового дефицита медперсонала. В районах не хватает специалистов, необходимо привлечь молодежь к работе в сельской местности. Требует решения и вопрос доступности жилья.

Анна ГРЕБЕНЮК, медсестра, г. Оренбург:
- На выборы пойду непременно. А губернатору в первую очередь следует проверить правильность начисления заработной платы. Наблюдается воровство. Делаем много, а получаем мало. Нужно провести проверки и наказать воров, а изъятыми деньгами рассчитаться с долгами по зарплате. Хочется, чтобы начальство также пересмотрело отношение к людям.

Анна АВЕТИСЯН, п. Бердянка:
- На выборы пойдем, потому что мы примерные граждане России. К новому губернатору у меня один вопрос: «Когда питание в школе будет бесплатным?» Мои дочки не едят ничего, возвращаются домой голодными. Получается, что я просто выбрасываю деньги на ветер. Отмена платы за школьные завтраки и обеды - очень существенная поддержка семей с детьми.

Рузиля МИНГАЗОВА, продавец-консультант, г. Оренбург:
- Голосовать буду, потому что мне небезразлично будущее города и области. По моему мнению, глава региона в первую очередь должен уделить внимание нашим дорогим ветеранам. Их уже очень мало, и неизвестно, сколько им осталось жить. Хочется, чтобы они дожили отведенные им годы достойно.

Тамара ТИХОНОВА, домохозяйка, с. Илек:
- Наша семья всегда ходит на выборы, ведь от нашего голоса зависит будущее наших детей. Хочется, чтобы при новом губернаторе строились заводы, а не только торговые центры, улучшилась ситуация с врачами и учителями в селах, а зарплата в регионе соответствовала ценам на продукты и ЖКУ.

Олеся ЧУРИЛОВА, парикмахер, п. Соловьевка Оренбургского района:
- Голосовать обязательно пойду! Это мой выбор, в каком государстве жить мне и моим детям. Надеюсь, будущий губернатор поможет в развитии малого бизнеса. На мой взгляд, необходимо снизить налоги и дать возможность предпринимателям хотя бы первое время жить без проверок и налогов.

Подготовила Ксения КОРНИЛОВА.

№35 (1 261) 03.09.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ОПЫТ

Все начинается с детства

В Саракташском детском саду № 5 «Малышок» создана система учебно-воспитательного процесса по формированию у дошкольников уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых. Опирается она на Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

Работая в данном направлении, педагогический коллектив определил для себя ряд задач, в числе которых формирование уважительного отношения к семье, населенному пункту, региону, в котором проживают дети, к России, к ее природе и культуре, к истории и современной жизни. Воспитатели помогают детям осознать ценность, целостность и многообразие окружающего мира и свое место в нем, овладеть элементарными общепринятыми нормами и правилами поведения в социуме на основе первичных представлений о том, что такое хорошо и что такое плохо.

В образовательную деятельность дошкольной образовательной организации включены специальные занятия, позволяющие детям овладеть системой понятий о своей семье, семейных традициях, а также воспитать любовь к малой родине. Это направление представлено как самостоятельными проектами, так и интегрировано во все образовательные программы. Оно представляет собой практикум, содержание которого реализуется в повседневной жизни.

Взаимодействие детского сада и семьи обеспечивается проектной деятельностью и музейной педагогикой. В детском саду организован мини-музей, в котором дети знакомятся с Оренбургской областью, Саракташским районом, культурным наследием региона и его многонациональностью. Особое внимание уделено участникам Великой Отечественной войны и локальных конфликтов.

Воспитатели считают своей главной задачей просвещение родителей и стимулирование их к реализации проектов, являющихся частью различных образовательных и творческих мероприятий. Мамы, папы и дети нашего детского сада выступают активными участниками проекта по созданию книги памяти «Герой моей семьи», посвященной Великой Победе. Каждая семья ведет поисковую работу, разыскивает фотографии, документы, награды родственников, участвовавших в Великой Отечественной войне. Затем родители вместе с детьми составляют мини-рассказы, оформляют листы для книги памяти.

Каждая группа старается удивить своими идеями. Например, в старшей и подготовительной группах создано «Книжное дерево», которое с каждой прочитанной книгой расцветает все ярче. На его веточки вывешиваются «книжки-малышки», сделанные руками детей и взрослых. Это мотивирует участников проекта проводить больше времени за семейным чтением. Итогами акции стали традиция читать всей семьей и новый проект «Семья и книга».

Повышению социально-воспитательной функции семьи содействуют совместная деятельность по подготовке театрализованных праздников, досуговых и спортивных мероприятий, а также привлечение родителей к участию в муниципальных проектах «Лыжня России», «Кросс нации» и т. д.

Воспитанники детского сада вместе с мамами и папами участвуют в акции «Саракташ - частица родины моей», в конкурсе-смотре «Осенняя фантазия» и постоянно становятся победителями в различных конкурсах. Все это подтверждает эффективность используемых педагогическим коллективом методов и технологий.

- Мы всегда в поиске новых форм взаимодействия с родителями. Наш детский сад проводит в этом направлении планомерную целенаправленную работу. Мы понимаем, что семья - это главный институт воспитания человека. А значит, цели и задачи, стоящие перед семьей и детским садом, должны быть едины, - отмечает заведующая дошкольным учреждением Елена Слепушкина.

Наталья ФИЛЛИПОВА.

Семья ждет ордена

Президент России наградил многодетных супругов Вахрушевых из поселка Ясногорского Новосергиевского района орденом «Родительская слава». Высокого признания в Оренбургской области удостоены всего 13 семей.

Орден еще не вручен Вахрушевым. Он где-то в пути, но молва о нем далеко впереди бежит. Супруги даже стесняются повышенного внимания к себе и своим детям.

Основанием для получения государственной награды «Родительская слава» являются заслуги в укреплении семьи и воспитании детей, которых должно быть не менее четырех. У Раисы Анатольевны и Виктора Владимировича Вахрушевых детей в два раза больше.

Почти четверть века многодетная семья живет тихо-мирно, не привлекая к себе внимания, не обращаясь за помощью в органы социальной защиты, не требуя бесплатных путевок в детские лагеря…

- Мы для себя детей рожали и на помощь государства никогда не рассчитывали. Жалко, что сегодня женщины рожают мало. Боятся, что не справятся. Но все это ерунда. Детей в семье должно быть больше двух, это точно, - считают Вахрушевы.

Внимание к своим скромным родителям решил привлечь старший сын Александр. Два года назад он собрал бумаги на представление родителей к награде, принес в районную администрацию все необходимые документы, а потом благополучно забыл о своих намерениях добиться признания родительских заслуг. Но колесо закрутилось. О многодетной семье из Новосергиевского района узнали не только в районе, но и в правительстве страны.

Сейчас четверо старших детей Вахрушевых уже взрослые. Трое получили высшее образование, обзавелись своими семьями, подарили родителям троих внуков. Младшие дети Екатерина, Владимир и Анатолий еще учатся в школе, а самая маленькая - пятилетняя Валентина - ходит в детский сад.

МНОГОДЕТНЫЕ БУДНИ

О том, что воспитание детей - это великий труд, Раиса Анатольевна знает не понаслышке. После развода с первым мужем на ее руках осталось четверо детей. Жила с ребятишками в райцентре, работала соцработником, ухаживала за одинокими пожилыми людьми. На скромную зарплату умудрялась содержать детей, старалась, чтобы они всегда были ухоженными и накормленными. О себе не думала. А пятнадцать лет назад Раиса Анатольевна познакомилась с Виктором Владимировичем. В ее жизни начался новый период. Мужчина не побоялся ответственности и женился на женщине с приданым из четверых детей. Семья переехала в поселок Ясногорский. Купили дом, посадили огород, обзавелись хозяйством. Добрый, спокойный, трудолюбивый Виктор Владимирович заменил старшим детям отца, стал надежной опорой для супруги. И семья начала увеличиваться. Один за другим родились еще четверо детей.

В декретных отпусках Раиса Анатольевна долго не сидела. Работала дояркой, потом на элеваторе зерно принимала, дома по хозяйству управлялась, успевала и в жизни школы, в которой учились дети, активное участие принимать. Только после рождения восьмого ребенка - Валюшки - решила целиком посвятить себя семье. Сейчас Раиса Анатольевна называет себя домохозяйкой.

ИНТЕРЕСЫ – ОБЩИЕ

Встает многодетная мама в половине шестого утра. Доит и провожает коров в стадо, хлопочет на кухне - готовит завтрак, отправляет супруга на работу, учеников - в школу, а младшую Валентину сажает на велосипед и отвозит в детский сад. На обратном пути заезжает в магазин, покупает все необходимое и едет домой. А дома - дел невпроворот! Одних рук не хватает. Благо, что помощников много. Дети даже на каникулах долго не спят. Вместе с отцом идут в сарай. У каждого - свои обязанности. Володя воду носит, Толя птицу кормит. В огороде дети тоже первые помощники. У них даже грядки свои есть. Но и на занятия спортом и танцами, на чтение книг, рыбалку и другие увлечения время находится.

- Рыбалка - отдельная тема для нашей семьи. Муж всех заразил своим хобби. Выезжать вместе на речку не получается. Старенький автомобиль не может вместить всех желающих. Очередность устанавливаем. Одни рыбачат, другие - рыбаков с уловом встречают. Потом наоборот, - улыбается Раиса Анатольевна.

С МЕЧТАМИ ЛЕГЧЕ

Мечта Вахрушевых - собственный микроавтобус. Надоело уже «дрожать», проезжая мимо сотрудников ГИБДД с нарушениями правил перевозки пассажиров. А куда деваться, если нужно ехать в район детей к школе собирать?!

Еще одна мечта многодетной семьи - большой дом. Несколько лет назад Вахрушевы встали в районной администрации в очередь на улучшение жилищных условий. Тогда сорок седьмыми были в списке. На сколько продвинулась очередь, не узнавали. Некогда.

У детей тоже много желаний. Мальчишки ноутбук просят. Ведь у всех друзей давно уже компьютеры есть. Младшая Валюшка заглядывается на кукол, которых дарят маленьким участникам шоу «Поле чудес». Девочке именно такую куклу хочется….

Впрочем, Вахрушевы счастливы и без всего перечисленного. Ведь по выходным и в праздничные дни они собираются вместе за одним столом. Приезжают из города старшие дети со своими семьями. И сразу становится понятно, что больше для счастья ничего и не нужно!

Людмила ЯКОВЛЕВА.

Редакция благодарит за помощь в подготовке материала заместителя главного редактора газеты «Голос глубинки» Надежду Дрожалову.

Открытое письмо избирателям Оренбуржья

ВОСКРЕСЕНЬЕ. 8 СЕНТЯБРЯ НАШ ВЫБОР - ДЕНИС ПАСЛЕР

Дорогие друзья! Мы - патриоты Оренбургской области. Многие годы живем и трудимся на этой великой земле. Со всей душою отдаем Оренбуржью свои опыт, знания и силы.

Мы - люди дела. В наших рядах деятели культуры и искусства, мастера спорта и труженики села, ветераны и представители промышленных предприятий, научные работники, врачи, учителя и лидеры общественных организаций.

Земляки! Призываем вас в это воскресенье, 8 сентября, отдать свой голос кандидату в губернаторы Оренбургской области – Денису Паслеру.

Мы в Паслере уверены. Доверяем ему. Он искренне заинтересован в развитии нашего региона, и мы его в этом поддерживаем: в его желании построить на этой земле нормальную жизнь, экономическую стабильность и уверенность в будущем!

8 сентября мы говорим громко и честно: «Наш выбор – Паслер!» Он зарекомендовал себя настоящим руководителем, умеющим ставить и решать задачи любой сложности.

Денис Владимирович начал свою работу на посту временно исполняющего обязанности губернатора совсем недавно, с весны. Но уже проявил себя как настоящий государственник. Целеустремленно решает проблемы, которые копились годами, десятилетиями! Его стратегия нацелена на конкретный результат - улучшение жизни людей.

Вот лишь малая часть сделанного Денисом Паслером: обновляется управленческая команда; наводится порядок в здравоохранении и образовании; наказываются экологические преступления; в Оренбурге будет развиваться большой футбол; приходят новые предприятия, создаются рабочие места; на предприятиях-банкротах людям стали выплачивать задолженность по зарплате; заметно ускорились ремонт дорог, строительство социальных учреждений; поддерживается сельское хозяйство; зачастили с рабочими визитами федеральные министры и эксперты, которые видят, что у региона появилась стратегия развития.

Важно то, что Президент РФ верит Паслеру, верит в Оренбуржье и готов ему помогать. Но самое главное – в регионе закипела жизнь, у людей появилась надежда.

Мы вместе со всеми жителями Оренбуржья уверены, что Паслер станет символом перемен!

8 сентября мы идем голосовать! Поддержим развитие! Поддержим ПАСЛЕРА!

- Исмагил Гизатулин - полковник, кандидат военных наук, председатель Совета ветеранов 106 учебного центра ПВО СВ имени Героя Советского Союза маршала артиллерии В. И. Казакова, кавалер ордена «За военные заслуги» и ордена Почета
- Денис Гончаров - генеральный директор ООО «Пластик», победитель городского конкурса «Человек года» в номинации «Лучший предприниматель»
- Владимир Иванченко - председатель Совета старейшин г. Оренбурга
- Ирина Ледяева - директор Бугурусланского драматического театра имени Н. В. Гоголя
- Татьяна Машковская - начальник ФГКОУ «Оренбургское президентское кадетское училище», руководитель региональной дискуссионной площадки «Единство и Суверенитет», почетный работник высшего образования Российской Федерации, доктор исторических наук, профессор
- Валерий Назин - руководитель Орского почтамта (с 1998 г. по 2018 г.)
- Владимир Пилюгин - генеральный директор ПАО «Орскнефтеоргсинтез»
- Владимир Сукач - главный врач Государственного бюджетного учреждения здравоохранения «Оренбургский областной клинический психоневрологический госпиталь ветеранов войн»
- Валентин Сушко - руководитель Оренбургского регионального отделения Молодежной общероссийской общественной организации «Российские студенческие отряды»
- Владимир Федотов - главный тренер футбольного клуба «Оренбург», лучший тренер зоны «Восток», победитель Футбольной национальной лиги, лучший тренер ФНЛ
- Павел Церемпилов - директор Оренбургского государственного областного драматического театра им. М. Горького, заслуженный работник культуры, лауреат областных и всероссийских конкурсов
- Салим Чолоян - главный врач Детской городской клинической больницы г. Оренбурга, в прошлом году признанной лучшей педиатрической организацией России; заслуженный работник здравоохранения
- Альфит Шарипов - председатель Духовного управления мусульман Оренбургской области, директор медресе «Хусаиния», кандидат исторических наук
- Александр Аман - глава КФХ «Аман»
- Ольга Аравицкая - директор ООО «Мясокомбинат «Сорочинский»
- Вячеслав Барановский - генеральный директор ООО «Интеркаскад»
- Арсен Бийболатов - индивидуальный предприниматель, председатель Совета ветеранов Светлинского района
- Антонина Буллер - учитель географии средней школы села Претория Переволоцкого района, заместитель директора по учебно-воспитательной работе
- Галина Вереницина - директор ГАПОУ «Орский индустриальный колледж»
- Григорий Кашковал - председатель профкома ОАО «Уралэлектро», г. Медногорск
- Лариса Горько - председатель Совета ветеранов Пономаревского района
- Валерий Гудошников - заместитель главного врача ГБУЗ «Первомайская РБ», председатель Общественного совета МО «Первомайский район» Оренбургской области
- Анатолий Денисов - председатель районного Совета ветеранов Илекского района
- Сергей Егоров - врач-терапевт, заведующий терапевтическим отделением Грачевской районной больницы
- Владимир Ежелев - глава КФХ, индивидуальный предприниматель
- Бахчан Жанбаев - председатель Совета старейшин при главе Саракташского района, бывший глава Саракташского района, почетный гражданин
- Александр Зайцев - председатель Совета ветеранов Беляевского района
- Александр Зверев - главный врач ГАУЗ «Оренбургская районная больница»
- Аскар Илеув - учитель Уртазымской средней общеобразовательной школы
- Виктор Калачев - режиссер Народного театра-студии «БУФФ», г. Кувандык
- Любовь Кашкарова - учитель математики Александровской средней общеобразовательной школы
- Василий Киржаев - председатель Контрольно-счетной палаты Сакмарского района (с 2012 г. по 2017 г.)
- Наталья Коркина - директор Михайловской средней общеобразовательной школы
- Галина Крапивина - врач-рентгенолог ГБУЗ «Курманаевская районная больница»
- Елена Лебедева - руководитель клиентской службы в Новоорском районе Управления Пенсионного фонда Российской Федерации в г. Новотроицке
- Наталья Ломакина - руководитель поискового отряда «Память»
- Артур Мардеев - главный врач ГБУЗ «Асекеевская районная больница»
- Нина Мережко - член Совета старейшин при губернаторе Оренбургской области Красногвардейского района
- Владимир Михайлов - председатель Бугурусланского комитета ветеранов войны и военной службы (Общероссийская общественная организация ветеранов «Российский Союз ветеранов»), руководитель общественной приемной партии города Бугуруслана, помощник депутата Г. М. Аверьянова
- Павел Петайкин - директор Горно-технологического техникума Ясненского городского округа
- Лариса Саморукова - директор средней общеобразовательной школы № 3 Абдулинского городского округа
- Зинаида Скрынникова - руководитель общественной приемной губернатора Оренбургской области Ташлинского района, председатель Ташлинской местной организации «ВОИ» (Всероссийское общество инвалидов), председатель Совета ветеранов Ташлинского района
- Геннадий Ставский - директор ПАО «Гайский горно-обогатительный комбинат»
- Любовь Степаненко - начальник отдела культуры в Тюльганском районе (с 1980 г. по 1985 г., с 1989 г. по 2011 г.)
- Урангали Тукенов - председатель районного общества инвалидов Акбулакского района
- Вячеслав Чернуха - первый Герой Российской Федерации за сельский труд
- Махиян Шагеев - заслуженный врач РФ, почетный гражданин Северного района, член Совета старейшин при губернаторе Оренбургской области
- Николай Шепелев - главный врач ГБУЗ «Октябрьская районная больница»
- Николай Шиханцов - начальник Домбаровского филиала ГУП «Оренбургкоммунэлектросеть»
- Елена Юрова - заведующая детским садом «Орленок» в Тоцком районе

Оплачено из избирательного фонда кандидата на должность губернатора Оренбургской области Дениса Владимировича Паслера.

№35 (1 261) 03.09.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Врачи шагают навстречу детям

Специалисты ведущих областных клиник обследовали более 60 детей и подростков, проживающих в Абдулинском городском округе. Медицинский десант был сформирован с учетом пожеланий родителей и местных докторов.

Супруги Шандины привезли сына на консультацию из села Артемьевка. Очень боялись не успеть, потому приехали даже раньше назначенного времени. Повод для волнения есть. Амбулаторная книжка пятилетнего ребенка стремительно пухнет от медицинских записей, а состояние ребенка только ухудшается.

- У Вани аллергия. Он растет, а вместе с ним увеличивается список веществ, вызывающих нетипичную реакцию организма. В этот список попадают не только продукты питания, но и лекарственные средства, - рассказывает Надежда Шандина.

Консультация аллерголога-иммунолога Ване Шандину была необходима давно. Но в абдулинской поликлинике такого специалиста нет, а ехать за триста километров в Оренбург дорого и сложно. На такую поездку семья решается только в крайних случаях. Обычно на мероприятие тратится целый день.

- Визит узких специалистов к нам в Абдулино - очень полезная акция. Обязательно нужно продолжать такую практику, - считают родители.

В настоящее время в Абдулинском городском округе проживают около 5 000 детей. Примерно десятая часть из них состоит на учете у специалистов в связи с различными заболеваниями и нуждается в регулярных консультациях.

ПОЛЬЗА ДЛЯ ВСЕХ

Бригаду врачей из Оренбурга в местной больнице всегда ждут не только маленькие пациенты и их родители, но и коллектив городской больницы. Доктора тоже получают рекомендации более опытных коллег по особенностям лечения различных заболеваний, обмениваются опытом, узнают ответы на актуальные вопросы.

- Штатным расписанием у нас в больнице не предусмотрены вакансии детского эндокринолога, кардиолога и некоторых других специалистов. А пациенты с эндокринными и кардиологическими патологиями есть. Их немного, но они нуждаются в постоянном медицинском наблюдении, - объясняет педиатр Ольга Дубова.

В Абдулинский городской округ оренбургские врачи приезжают уже не первый раз. И всегда ведут прием, что называется, до последнего клиента. Никого не оставляют без внимания. По результатам работы медицинской выездной бригады в прошлую субботу трое маленьких пациентов получили направления на госпитализацию в областную больницу, 12 деткам рекомендовано дообследование в консультативно-диагностическом центре клиники.

В Абдулинской городской больнице с маленькими пациентами работали кардиолог, невролог, гастроэнтеролог, отоларинголог, хирург, офтальмолог и психотерапевт. Целый день они проводили осмотр, уточняли диагнозы, корректировали лечение, давали рекомендации детям и родителям.

ПРОГРАММА РАЗВИВАЕТСЯ

Выезды бригады врачей из Оренбурга в отдаленные районы проводятся в рамках национального проекта «Здравоохранение» и регионального проекта «Здоровье - детям. Шаг навстречу». С целью наибольшей эффективности специалисты работают в субботние дни, когда у мам и пап выходные и ничего не отвлекает их от заботы о детях. Как правило, к встрече медицинского десанта на местах готовятся основательно. Количество врачей узких специальностей определяется исходя из потребностей. О предстоящем приеме население оповещают сотрудники ФАПов и амбулаторий. Педиатры заранее готовят детей, нуждающихся в консультации. Потому каждый ребенок приходит к специалисту с результатами лабораторных и инструментальных исследований в назначенное время.

С начала этого года проведены выезды в Переволоцкий, Тюльганский, Оренбургский, Бузулукский, Александровский, Северный районы, Сорочинский и Ясненский городские округа. Проконсультировано около 1 000 детей. Следующими адресами помощи станут Адамовский, Домбаровский, Кваркенский, Светлинский и другие районы.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

«Новые формы работы сегодня необходимы!»

Денис ПАСЛЕР, врио губернатора Оренбургской области:

- Региональный проект «Здоровье - детям. Шаг навстречу» - это лишь одно из направлений национального проекта «Здравоохранение». Очень важное направление! Тема охраны детства сегодня актуализируется на всех уровнях. В Оренбургской области немало сделано для укрепления служб материнства и детства. И еще больше предстоит сделать. Практика показывает, что в особом внимании нуждаются дети, проживающие в сельских территориях, где не хватает узких специалистов, имеются проблемы с диспансеризацией. Для оперативного решения этих проблем и разработан проект «Шаг навстречу». Это лишь первый этап на пути к качественным изменениям в детской медицине.

Всего на развитие здравоохранения в Оренбургской области в этом году будет направлено 23,7 млрд руб из федерального и регионального бюджетов.

За нашего земляка вместе со всей страной болела его большая дружная семья. Особенно два брата, которые тоже любят и умеют готовить.

УСПЕХ

Нашему повару равных нет

Выпускник Оренбургского колледжа сервиса Искандар Слаев получил золотую медаль на международном чемпионате WorldSkills.

Оренбуржец выступал на чемпионате молодых представителей рабочих профессий в составе российской сборной в номинации «Поварское дело».

Учиться кулинарному искусству Искандар Слаев приехал в Оренбург из села Марьевка Сакмарского района. Парень признается, что мечтал стать программистом, хотя и о профессии повара частенько задумывался. Перед глазами был пример дяди, который работает шеф-поваром в одном из московских ресторанов.

И сама судьба, видимо, определила выбор Искандара. Он приехал в Оренбург в смятении: никак не мог решить, в какой же колледж подать документы. Программирование все-таки перевесило. В маршрутный автобус абитуриент сел с мыслями об информатике. Но… вышел не на той остановке и обнаружил, что доехал как раз до колледжа сервиса. Так и стал поваром!

- К мировому чемпионату я шел три года. Мечтал попасть в национальную сборную с тех самых пор, как движение WorldSkills пришло в Оренбуржье. В 2017 году завоевал серебро в финале V Национального чемпионата «Молодые профессионалы» в Краснодаре, на следующий год был отмечен уже на европейском уровне в Будапеште, - рассказывает Искандар.

Эксперты оценили не только профессионализм оренбургского участника в искусстве приготовления блюд, но и глубокие теоретические знания молодого специалиста, его интерес к особенностям разных режимов питания, обусловленных культурной спецификой, здоровьем или религией. Не осталось без внимания и умение Искандара Слаева создавать благоприятную и доброжелательную атмосферу в кухне, где часто возникают стрессовые ситуации.

К чемпионату 2019 года оренбуржца готовили шеф-повара элитных ресторанов страны: Александра Козубенко, Андрей Матюха, Артем и Алексей Гребенщиковы, Владимир Олькиницкий. А оценки ставили лучшие специалисты со всего мира.

В течение четырех дней оренбуржец Искандар Слаев вместе с другими участниками демонстрировал свои умения и навыки в приготовлении супов, вторых блюд и нежных воздушных десертов. Все операции выполнял вручную, без использования современной кухонной техники. И отлично справился со всеми заданиями. Второе и третье места заняли участники из Польши и Китая.

Успех столь высокого уровня стал хорошим стимулом для продолжения учебы. Искандар Слаев поступил в Московский государственный университет технологий и управления имени К. Г. Разумовского.

Парень гордится тем, что его победа помогла российской сборной занять второе место в общем зачете.

- Я прошел долгий путь к победе. Кулинарное искусство - это на самом деле очень серьезный труд. Главное - ставить перед собой цель и упорно работать над ее достижением. А проблем бояться не следует. Любые трудности закаляют характер, - считает Искандар Слаев.

Ирина ФООС.

Молодежная олимпиада: старт дан

Регистрация участников Третьей молодежной олимпиады «П. И. Рычков и его время» по историко-географическому краеведению началась 1 сентября. Но свое участие в ней уже подтвердили более 50 школьников и студентов со всей области.

ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ НЕ ИЗМЕНИЛИСЬ

В этом году, как и в прошлом, принципиальных изменений и нововведений в проведении молодежной олимпиады по историко-географическому краеведению не планируется.

Олимпиада проходит в два этапа: заочный и очный. В первом, дистанционном, туре участникам предстоит за 60 минут дать ответы на 60 вопросов по истории и географии Оренбургской области, в том числе о биографии и экспедициях первого исследователя края Петра Рычкова.

Победители заочного тура будут приглашены на очный этап в Оренбург. Финальный тур проходит в форме интеллектуальной игры, где ребята зарабатывают баллы, правильно отвечая и дополняя ответы соперников.

Организаторами разработана удобная структура проведения олимпиады, и за два года она себя оправдала. Новый формат, подобного которому нет в Оренбуржье, высоко оценили и участники, и педагоги. Это доказывает статистика. Если в первой олимпиаде приняли участие 330 школьников и студентов, то во второй - свыше 1 000 человек, что превзошло даже самые смелые планы организаторов. Свои знания в дистанционном туре проверяли целые классы и студенческие группы. Однако в финал попали лишь 24 участника из Оренбурга, Орска, Абдулино, а также Новосергиевского, Сакмарского, Октябрьского и Тоцкого районов.

НЕОБХОДИМА ПОДГОТОВКА

Большинство участников, особенно те, кто уже пытался штурмовать олимп знаний по истории и географии Оренбургского края, к новой олимпиаде готовились заранее, ведь список рекомендованной к изучению литературы был размещен на официальном сайте Региональной литературной премии им. П. И. Рычкова, в рамках которой и проходит молодежная олимпиада, еще в начале лета.

Но даже те, кто сегодня впервые узнал о состязаниях знатоков краеведения, могут принять участие в олимпиаде и даже рассчитывать на попадание в финал. Ответить на задания помогут знание истории родного края и литература из списка на сайте www.rychkovpremia.ru.

- В прошлом году был юбилей прохождения академических экспедиций Рычкова, и в заданиях олимпиады мы уделили этой теме немало внимания. В Третьей молодежной олимпиаде посвящения какой-либо теме не будет, - говорит Дмитрий Грудинин, представитель оргкомитета открытой молодежной олимпиады «П. И. Рычков и его время», руководитель молодежного клуба Русского географического общества при Оренбургском региональном отделении РГО. - При составлении вопросов мы лишь ориентировались на главную тему олимпиады - жизнь и деятельность Петра Рычкова, его труды, а также его современников. И ребятам стоит обратить вниманием на литературу, которую мы рекомендуем для подготовки к олимпиаде! Все представленные задания основаны на этих источниках.

Найти книги при желании несложно. Многое сразу предлагается с ссылками на интернет-ресурсы. Многое ждет своих читателей на полках оренбургских библиотек. Так что главное при подготовке - интерес к истории и географии Оренбургского края!

Регистрация участников Третьей молодежной олимпиады «П. И. Рычков и его время» по историко-географическому краеведению осуществляется на сайте проведения олимпиады в сети Интернет по адресу: **www.rychkovpremia.ru**, во вкладке сайта «Регистрация» в период **с 10 часов 00 минут 1 сентября 2019 г. до 20 часов 00 минут 8 сентября 2019 г.**
Доступ к конкурсным заданиям олимпиады будет открыт для зарегистрировавшихся участников в период **с 10 часов 00 минут до 20 часов 00 минут 10 сентября 2019 г.** на сайте проведения олимпиады в сети Интернет по адресу: **www.rychkovpremia.ru,** во вкладке сайта «Молодежная олимпиада».

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Знания о малой родине важны

Лариса ШЛЯХОВАЯ, главный специалист отдела дополнительного образования и воспитания Министерства образования Оренбургской области:

- Молодежная олимпиада направлена на выявление и развитие у молодежи творческих способностей и интереса к научной деятельности, а также на создание условий для поддержки одаренных ребят и пропаганды научных знаний по географии, истории, краеведению. Все это служит единой цели - патриотическому воспитанию подрастающего поколения, формированию понятий «Родина», «Отечество», «Отчизна» и чувства любви к своей Родине, заботы об ее интересах и готовности встать на ее защиту. Это чувство проявляется и в гордости за достижения родной страны, и в уважении к ее историческому прошлому, и в привязанности к родным местам, к своей малой родине.

С настроем на победу и работу

Победители, призеры и участники первых двух молодежных олимпиад по историко-географическому краеведению утверждают: полученные знания пригодились им в учебе и исследовательской работе. Все они продолжают заниматься краеведением и готовятся к новой олимпиаде.

ОТ КНИГ О РЫЧКОВЕ ДО ОРСКИХ ВОРОТ

Кадеты Оренбургского президентского кадетского училища участниками олимпиады «П. И. Рычков и его время» становились уже дважды. И дважды библиотеку училища пополняли эксклюзивные книги по истории и географии Оренбургского края. Эта литература востребована среди кадетов и преподавателей как источник информации, которую даже в Интернете найти невозможно.

- Изучение книг о Рычкове и истории города, старинных карт и архивных документов позволило сделать вывод, что Орские ворота крепости Оренбург находились на территории училища, - рассказывает преподаватель географии Оренбургского президентского кадетского училища Татьяна Повыдчикова. - Мы с ребятами исследовали то, что осталось от крепостного вала, и смогли определить, что, скорее всего, Орские ворота находились на месте КПП училища.

Многие из кадетов, особенно те, кто родился и живет в Оренбурге, всерьез увлеклись краеведением. Вместе с финалистом прошлой олимпиады Николаем Павловым они готовятся к участию в заочном туре.

ПО ЛЕСТНИЦЕ УСПЕХА

Ильдар Есимбетов из с. Татарская Каргала Сакмарского района в прошлом году отдохнул во Всероссийском детском центре «Смена» на Черном море. Осуществить мечту ему помогло знание истории родного края. Ильдар получил бесплатную путевку как победитель Первой молодежной олимпиады «П. И. Рычков и его время».

- Участие в олимпиаде - это не только и не столько возможность получить знания, заработать призы. Это бесценный опыт общения с людьми, работой и научными трудами которых я восхищен, с людьми, которые могут рассказать просто, доступно, интересно о сложных вещах, - делится десятиклассник Ильдар Есимбетов.

Интерес к истории и географии позволил Ильдару написать интересный проект по краеведению,

одержать победу в заочном туре олимпиады по палеонтологии и геологии МГУ, стать призером областной олимпиады по краеведению и блистать ответами на уроках.

Победитель и призер двух олимпиад пока думает об участии в третьей. С одной стороны, молодой человек хочет дать возможность попробовать свои силы остальным, с другой - мечтает прочесть второй том книги Александра Чибилева «Картины природы степной Евразии». Уникального издания нет в продаже, но участники олимпиады получат его в подарок.

ВПЕРЕД, К ЗОЛОТУ!

В прошлом году студент Орского нефтяного техникума Дмитрий Радаев остановился в шаге от победы в олимпиаде. В этом году он намерен занять первое место.

Вместе с ним за изучение истории Оренбургской губернии взялись и друзья. Пропагандирует необходимость знания истории края Дмитрий и среди одногруппников. Для них под руководством классного руководителя Ольги Константиновны Москвиной он подготовил рассказ о деятельности Колумба Оренбургского края, в основу которого легли полученные при подготовке к олимпиаде знания.

Вдохновленные успехами Дмитрия Радаева, в олимпиаде решили принять участие и другие студенты нефтяного колледжа. Многие из них игры на телефоне и бесполезное времяпрепровождение в соцсетях сменили на чтение научных книг и журналов. Ведь победить мечтает каждый.

Премия ждет итогов

На сайте региональной литературной премии имени П. И. Рычкова завершилось интернет-голосование за лучшие произведения. Свои оценочные листы сдали и члены жюри конкурса.

- Хочется сказать, что все представленные на конкурс книги достойные. Чувствуется хороший, крепкий уровень произведений, - делится своими впечатлениями директор Оренбургской областной универсальной научной библиотеки имени Н. К. Крупской Светлана Мячина. - Хочу поблагодарить координатора премии Юлию Циховына и оргкомитет за прекрасную организацию и заботу о том, чтобы все члены жюри смогли прочесть произведения. Совсем скоро состоится голосование, процедура эта тайная, и можно не опасаться какой-то предвзятости или давления на членов жюри. Все предельно честно. А каковы результаты, мы узнаем в октябре.

Материалы полосы подготовила Надежда ТЕРЕХИНА.

№35 (1 261) 03.09.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ЖЕНСКИЙ ВЗГЛЯД

В родзал после диктанта?

Не знаю, как вы, а я ровным счетом ничего не понимаю!

Что-то, наверное, происходит в сознании людей, если судьбы детей калечатся по вине взрослых. Я не о том, что мамы и папы не читают малышам сказки на ночь или не играют с ними в песочнице. Я даже опускаю тему, когда дети становятся свидетелями родительских застолий или ссор… Я о другом. Читаю сводки происшествий. Отчим «воспитывал» детей: четырехлетняя девочка умерла от перелома позвоночника и кровоизлияния в мозг, а двухлетний мальчик госпитализирован с тяжелыми травмами. Мать знала, что сожитель избивает детей. И считала это нормой. Другой «воспитатель» решил научить пасынка-первоклассника скорочтению. Ребенок умер до возвращения матери с работы. Сколько их - новорожденных и уже подросших - скончались от рук родни, узнать невозможно, так как в открытом доступе данных по такой щепетильной теме немного.

Но есть факты, которые, на мой взгляд, недалеки от статьи «причинение тяжкого вреда здоровью ребенка». Их совсем недавно обнародовал Росстат. Внимание! Почти 3 000 школьниц стали мамами в прошлом году, 176 из них родили во второй, третий или четвертый раз, а пятеро 17-летних принесли домой по пятому ребенку! Самым юным мамам исполнилось по 12 (!) лет. Кто считает, что это нормально, пусть встретится со мной на боксерском ринге!

Специалисты утверждают, что ранний возраст рождения первого ребенка не зависит от социального слоя и уровня жизни девочек. Но в неблагополучных семьях или семьях, проживающих в сельской местности (часто одно не исключает другого), эта вероятность выше. Есть регионы, где ранние браки - обычное дело. Читаю статистику и начинаю думать, что Ингушетия, Дагестан, Чечня, Тыва и Алтай недалеко ушли от Индии, Чада или Нигерии, где родителям и в голову не приходит, что они совершают преступление, отдавая взрослым дядькам в жены своих 7-9-летних дочерей. У одного из кочевых народов, например, когда-то считалось, что если брошенная папаха не сбивает девочку с ног, ее пора отдавать замуж. У других критерий того, что дочь готова стать матерью, ее рост. Достает до стремени всадника, значит готова к продолжению рода. Иногда и критериев никаких не требуется: девочку передают как имущество, за долги или в подарок. Об охране жизни и здоровья ребенка никто и не задумывается. Равно как и о том, что чувствуют малолетние невесты, чего хотят и чего боятся.

Мы живем в цивилизованном обществе, но недалеко ушли от дикарей. Доказательство тому - многочисленные примеры из жизни. В апреле ученица 8-го класса из Москвы разбудила маму рано утром и пожаловалась на боли в животе. Через полчаса врачи скорой помощи приняли роды. На свет появилась здоровая девочка весом 2 кг 100 г. При этом малолетняя роженица так испугалась реакции отца, что предложила матери спрятать малышку под диван. Еще одну 16-летнюю маму доставили в роддом из отделения детской хирургии. Ни родители школьницы, ни ее старшая сестра не заметили изменений в поведении или фигуре подростка(!). Девочка хорошо училась, готовилась к поступлению в школу полиции. Она не встречалась с парнями и не мечтала о замужестве. А единственный интимный контакт случился «нечаянно», после праздника на даче. В свои 16 лет девушка даже не задумывалась о последствиях! Мама никогда ничего ей не говорила о предохранении, да и вообще ни о чем не говорила. Как могло случиться, что вполне нормальные матери пустили жизнь дочерей на самотек? Помните фильм о жизни многодетной дворянской семьи? Есть в кино такой момент, когда хозяева строго-настрого приказывают няньке вести календари критических дней каждой из семи девочек. Чтобы не прозевать чего! В большинстве современных семей растут по одному-два ребенка, но мамы не замечают изменений, происходящих с их физическим и психическим состоянием. По моему мнению, это равносильно бездействию женщин, позволяющих мужьям и сожителям избивать детей.

Ужасно еще и то, что государство никак не поддерживает несовершеннолетних матерей. Хотя цифра 3 000 не нужных никому мам-школьниц, мам-девочек очень пугает… Ведь большинство из них вынуждены справляться и с собственным стрессом, и с новорожденным ребенком в одиночку. Как могут. А могут они, наши дети, совсем не много. Если мы, взрослые, их ничему не учим!

Галина ШИРОНИНА.

В законодательстве нашей страны нет понятия «малолетняя мать». Эта категория родительниц не имеет права на получение каких-либо льгот. Вот и получается, что ненужные юным мамам младенцы в лучшем случае усыновляются бабушками и дедушками, в худшем - оказываются в мусорных контейнерах или туалетных ямах...

Мозги продолжают утекать

В 2019 году высший балл по ЕГЭ в Оренбуржье набрали 129 выпускников. Из них 101 уехал в Москву, Санкт-Петербург, Самару, Уфу, Екатеринбург… И вряд ли ребята уже вернутся на малую родину.

Владислав Парамонов: «Учиться точно в Москве буду. А вот работать могу и в Оренбург вернуться, если трудоустройство по моей специальности окажется возможным».

Антон Дудниченко: «Очень надеюсь, что не разочаруюсь в выборе вуза и специальности. А к нагрузкам я готов. К любым, в том числе и к общественным!»

Самый «звездный» школьник нашего региона - выпускник оренбургской школы № 78 Антон Дудниченко - поступил на финансово-экономический факультет Финансового университета при Правительстве РФ. Антон имеет 100-балльные результаты сразу по трем предметам: по русскому языку, истории и обществознанию. Кроме того, он является участником и организатором различных школьных, городских и областных мероприятий, социальных проектов и акций. Абитуриента с таким богатым портфолио были бы рады принять многие престижные вузы. Антон тщательно проанализировал все возможные варианты развития событий и решил стать экономистом.

- Финансовый университет при правительстве страны отвечает всем моим требованиям. Для меня важно, что этот вуз дает не только теоретические знания, но и практический опыт, который необходим для успешной работы. Мечтаю стать грамотным и востребованным специалистом, - делится своими мыслями Антон Дудниченко.

«В ОРЕНБУРГЕ ВЫБОР ОГРАНИЧЕН»

Выпускница губернаторского лицея для одаренных детей Ольга Квитко выбрала для дальнейшего обучения МГУ. Оля - медалистка, стобалльница по химии, победитель регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по биологии, призер турнира им. М. В. Ломоносова и олимпиады СПбГУ, победитель олимпиады «Покори Воробьевы горы!».

- Я долго не могла решить, какое направление биологии интереснее и в какой вуз поступать. Определиться с выбором помогла летняя школа по молекулярной биологии в Польше, где мне посчастливилось работать с учеными из США и Испании. Лабораторная биология меня увлекла, - рассказывает Ольга.

Девушка легко поступила на биологический факультет МГУ. Ольга Квитко намерена получить качественное образование и заниматься наукой. Условий и возможностей для достижения своей цели в Оренбурге она не видит, потому вариант возвращения в родной город после учебы в вузе не рассматривает.

С МЕЧТОЙ О СТОЛИЦЕ

Простился с Оренбургом и выпускник лицея № 3 Владислав Парамонов. Победа во Всероссийской олимпиаде по мировой художественной культуре и 100 баллов по истории помогли парню стать студентом факультета международных отношений Российского университета дружбы народов.

Валентина Яшникова: «Я не хочу уезжать из дома, от близких людей, от семьи. А хорошо учиться и в нашем вузе можно. Уехать при желании всегда успею».

Ольга Квитко: «Я благодарна учителям за те знания, которые получила. Надеюсь, что и вузовскую программу освою успешно. Наука меня уже увлекает!»

Владислав - творческая личность. Он блестяще владеет видеомонтажом, компьютерными дизайнерскими программами, пишет сценарии различных мероприятий.

- В Оренбурге нет вуза, где я мог бы учиться по выбранному направлению. Да и, честно признаюсь, я с детства мечтал жить в Москве, - улыбается Владислав.

ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛА

В числе немногих стобалльников, принявших решение остаться после школы в Оренбурге, - выпускница лицея № 5 Валентина Яшникова. Имея наивысший результат за ЕГЭ по химии, она вполне могла претендовать на обучение в престижных медицинских вузах Москвы или Санкт-Петербурга.

- Я считаю, что качество образования в оренбургском медицинском университете не хуже, чем в столичных. Потому и решила остаться в родном городе, жить дома. Уверена, что хорошим специалистом при желании можно везде стать, - говорит Валя.

Кроме нее, в Оренбургский государственный медицинский университет поступили 10 ребят-стобалльников из разных уголков региона. Еще девять стали студентами разных факультетов ОГУ, шестеро решили получить высшее образование в Оренбургском филиале юридической академии им. Кутафина, двое поступили в ОГПУ.

РАДОСТЬ С ГОРЧИНКОЙ

Зачисление лучших выпускников Оренбуржья в самые престижные вузы страны - несомненный плюс. И свидетельство качественной подготовки ребят в школах. Число стобалльников растет с каждым годом. Победителей олимпиад все больше, горизонты, которые открываются перед вчерашними школьниками, все шире, и возможностей для их достижения не счесть. Ведь для подачи документов теперь даже личное присутствие не нужно. Можно отправить копии или оригиналы по электронной почте или с курьером.

Ложек дегтя во всем этом благополучии по-прежнему две - отсутствие в Оренбуржье интересной и перспективной работы и низкий уровень заработной платы.

Марина СЕНЧЕНКО.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Марина Рысина:

«ПОЛАГАЮСЬ НА СЕБЯ»

- В деле сохранения здоровья нужно полагаться только на себя и соблюдать элементарные правила (питание, физкультура, отдых и спокойствие). К сожалению, мы задумываемся об этом, когда начинаем болеть. Сейчас есть множество всяких рецептов. Но надо запомнить главное правило: если прочитал рецепт или совет, делай, не откладывай на потом. Прекрасные помощники в сохранении здоровья - лекарственные травы. Я собираю душицу, она успокаивает, понижает давление, хорошо помогает от простуды и применяется в качестве мочегонного средства. Использую как чай листья смородины: в них много витаминов и микроэлементов. Летом многие страдают от того, что пятки не хотят отмываться. Нужно в 1 л теплой воды добавить 1 ст л соды. Подержать ноги в воде 15-20 минут, затем потереть их пемзой и намазать питательным кремом.

Медицинский центр
«АЛЬТАИР»
г. Оренбург, пр. Победы, 75,
ост. «Дом памяти» («Завод сверл»)
21-61-09, 45-95-47
1. Лечение и профилактика алкоголизма:
- снятие похмельного синдрома (в т. ч. на дому)
- снятие тяги к алкоголю
- современные методы кодирования
- профилактика рецидивов, реабилитация
2. Психотерапия
3. Медицинские осмотры водителей
(предрейсовые и послерейсовые)
Прием ведет кандидат медицинских наук
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
Лицензия ЛО-56-01-000748

НА ВЕС ВЛИЯЮТ ГОРМОНЫ

Гормональный фон - сложный механизм. Он оказывает воздействие на самые разные процессы, протекающие в организме человека. Изменение каких гормонов сказывается на весе?

ТЕСТОСТЕРОН

В организме женщины есть мужской гормон тестостерон (в крошечном количестве), играющий важную роль в регуляции веса. С возрастом содержание тестостерона снижается, что ведет к потере мышечной массы и замедлению процессов метаболизма. В итоге это приводит к накоплению жировой ткани.

КОРТИЗОЛ

Кортизол называют гормоном стресса, его повышенный уровень у некоторых женщин способствует увеличению аппетита, следовательно, и повышению веса. Одновременно кортизол снижает скорость обмена веществ. Основные причины повышения кортизола - стресс и недостаток сна.

ГОРМОНЫ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Пониженная функция щитовидной железы (недостаточная выработка тиреоидных гормонов) влечет за собой массу заболеваний и набор лишнего веса даже при употреблении в пищу низкокалорийных продуктов. Синдром хронической усталости, сонливость, апатия, появляющиеся при пониженной функции щитовидной железы, также способствуют повышению веса.

Внимание! У женщин уровень гормонов начинает снижаться уже за 10 лет до наступления менопаузы.

ИНСУЛИН

Инсулин регулирует уровень сахара в крови, отправляя лишний откладываться в жировые отложения либо в мышцы для последующего сжигания. Повышенный уровень инсулина приводит к накоплению лишнего веса.

ЭСТРОГЕН

Эстроген - женский половой гормон, именно он является одной из основных причин того, что у молодых женщин жир накапливается в нижней части тела, а у дам после менопаузы (когда уровень эстрогена падает) - в области живота.

ПРОГЕСТЕРОН

Во время менопаузы также снижается уровень гормона прогестерона. Это не вызывает набора веса напрямую, но заставляет организм удерживать больше жидкости, в результате увеличиваются объем талии и вес.

НАРОДНЫЙ РЕЦЕПТ

ЧИСТИМ СОСУДЫ ЧЕСНОКОМ

Чистить сосуды чесноком совершенно не сложно, это не потребует изменения ритма жизни, ограничения активности.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАСТОЙКИ

Для настойки потребуется измельчить 250 г очищенного чеснока. Чесночную кашицу перекладывают в темную стеклянную посуду и заливают 250 мл медицинского спирта. Емкость убирают в темное прохладное место на две недели, настойку взбалтывают раз в три дня. По истечении срока ее процеживают через марлю и переливают в чистую темную стеклянную бутылочку.

КАК ПРИНИМАТЬ?

Чистка сосудов идет по нарастающей. Каждый день надо принимать на одну каплю больше. В первый день за 20 мин до завтрака в 60 мл молока добавляется одна капля настойки, в обед - две, на ужин - три (тоже за 20 мин до еды). На следующий день, соответственно, на завтрак - две капли, на обед - три, на ужин - четыре. Таким образом количество капель доводят до 25 во всех трех случаях и продолжают пить настойку до тех пор, пока она не закончится.

ВНИМАНИЕ!

Прежде чем начать чесночную терапию, необходимо проконсультироваться с врачом. Не забывайте о возможных противопоказаниях. Эти способы оздоровления не подходят людям, страдающим проблемами с почками, эпилепсией, и беременным женщинам.

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

Хозяюшка
Оренбургская Субботняя
№35 (1 261) 03.09.19

МАРИНА РЫСИНА,

п. Нижнекристалка Красногвардейского района

НАГАДАЛА СВОЮ СУДЬБУ

«Ничего в нашей жизни не происходит случайно», - уверена Марина Рысина. Судьба часто посылает нам знаки, которые нужно просто вовремя заметить. А что-то в жизни можно написать и самой.

В поселке Лозовом, где родилась Марина, средней школы не было, и ребят отправляли учиться в интернат. Марину поселили в комнате со старшими девочками. И вот однажды на Святки школьницы решили погадать. Испытать судьбу захотела и Марина. «Гляди, увидишь во сне суженого - беги, иначе задушит», - напутствовали 12-летнюю Марину старшеклассницы. Ночью весь интернат проснулся от душераздирающего крика. Девчонке и вправду приснился суженый. Да только не молодой парнишка, а мужчина средних лет. Он спускался с горы, а Марина во сне с криком бросилась от него бежать.

Позже этот сон женщина вспоминала не раз, но не верила, что сбудется. Время шло, а женихов, ни молодых, ни зрелых, в жизни Марины не появлялось.

Однажды Марина попросила у батюшки благословения на удачу да рассказала, что живет одна, мужа нет. Подержал святой отец икону над головой Марины, перекрестил ее да сказал, что та скоро замуж выйдет. Так и случилось. В тот же год и встретила женщина суженого, такого, какой приснился ей когда-то. Четыре года прожили вместе, но потом пути разошлись, хотя и сейчас бывшие супруги поддерживают дружеские отношения.

Многое в жизни Рысиной, казалось бы, случайно, но все это закономерность, тот жизненный путь, который уготовила ей судьба. А может, предсказала она все сама... Ведь рассказы о любви, что Марина писала с детских лет, всегда заканчивались расставанием. Как-то в школе даже учительница не поверила, что девочка придумала рассказ сама, похожий сюжет встречала она у кого-то из именитых писателей.

И к Богу женщина пришла, как кажется, по воле случая. Марине предстояло пройти обследование в онкодиспансере. «Тебе бы покреститься, доченька», - причитала больная раком мама. И тут как раз в Нижнекристалку, где нет своей церкви, приехал батюшка и крестил всех желающих в здании детского сада. Пришла туда и Марина, приняла крещение. Батюшка уехал, а люди стали сомневаться, не аферист ли какой приезжал. Совсем скоро, гуляя по Оренбургу, женщина заметила вдали блеск куполов. Решила посмотреть церковь, да так и пришла в Никольский собор, где службу вел отец Игорь, как раз тот, который ее крестил.

Еще один случай не выходит из памяти Марины. Однажды ехала она в областную больницу, разговорилась с женщинами в автобусе. Те рассказали, что в Оренбург, в Никольский собор, привезли мощи какого-то святого, и предложили сходить с ними. Превозмогая боль и неимоверную тяжесть в ногах, Марина прошла под ковчегом с мощами. Да как будто второе дыхание обрела. Ноги перестали болеть, и женщина легко дошла до больницы пешком.

С тех пор Никольский кафедральный собор в Оренбурге стал для жительницы Красногвардейского района святым местом. Когда бывает в областном центре, обязательно приходит туда, чтобы помолиться, попросить здоровья себе и родным.

И с журналистикой Марину связал случай. Написала однажды в районную газету рассказ о земляке-афганце. Всем понравилось. Так и стала периодически посылать в различные газеты и журналы свои произведения. Читать Марина любила всегда, а чтобы быть ближе к периодике и иметь возможность просматривать все издания бесплатно, устроилась на почту, где проработала много лет среди газет и журналов.

Любовь к чтению привела и к другим увлечениям - медицине и кулинарии. Сколько справочников, энциклопедий перечитала она, сколько методик изучила, сколько рецептов перепробовала!.. И с удовольствием делится советами с друзьями и соседями. Медовые обертывания, к примеру, помогают вылечить боль в пояснице. А отвар лаврового листа избавляет от отложения солей.

Любят бывать у Марины племянники, подруги, ведь в ее доме всегда готово вкусное угощение. А после десерта, на самое сладкое, она обязательно расскажет какую-нибудь интересную историю из своей жизни, жизни, которую она себе сама нагадала и написала. И продолжает писать.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:
Детская — ИНТЕРЬЕР В СТИЛЕ КАНТРИ
У зеркала — КАКОЙ АРОМАТ ВЫБРАТЬ?
Урожайные сотки — СРЕЗАТЬ ЛИ ЛИСТЬЯ КЛУБНИКИ?

Оренбургская Сударыня
№35 (1 261) 03.09.19

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Марина Рысина: «У МЕНЯ РАСТУТ ВСЕ ЦВЕТЫ»

- У меня большой дом. Финансово и физически нелегко обходить одной такую площадь, но в меру своих возможностей все-таки стараюсь. Основная часть средств уходит на благоустройство, например, на замену отопления или ремонт крыши. Остальное трачу на создание уюта. И все говорят, что у меня хоть и простенько, но уютненько. Достопримечательность в доме - комнатные цветы. Я их сажаю во что придется, при этом не жду, когда отросток даст корень. И ничего, все цветы принимаются и хорошо растут.

ДОМОВОДСТВО

КАЖДОЙ ВЕЩИ - СВОЕ МЕСТО

Поддерживать порядок станет проще, если вы точно будете знать, где именно в доме должна «жить» каждая вещь.

Цветные контейнеры подойдут для большого дома и большой семьи. Каждому домочадцу присвойте свой цвет. Если что-то лежит не на месте, определяете, чья же эта вещь, и отправляете в контейнер нужного цвета. Один раз в неделю пусть каждый разберет свой контейнер. Лишнее выбросит, нужное приберет.

Настенные кармашки можно использовать для мелочей. Например, на кухне в них можно хранить приправы, щеточки, салфетки; в ванной - тюбики, расчески, заколки; в детской - карандаши, мелкие игрушки.

Стеклянные банки могут помочь с хранением сыпучих продуктов на кухне.

Большая корзина с оригинальным рисунком поможет быстро привести в порядок гостиную или детскую комнату. В ней можно хранить одеяла, подушки или детские игрушки.

Коробка из-под новой обуви может стать отличным местом для хранения бумаг, документов, фотографий. Кроме того, в нее можно убрать детские игрушки, ткани.

Уют

ИНТЕРЬЕР В СТИЛЕ КАНТРИ

Само это слово, пришедшее к нам из английского языка, означает «деревня». Понятно, что обстановка в стиле кантри должна некоторым образом соответствовать образу тихого деревенского домика - с поправкой на современный городской быт.

Отличительные черты кантри - комфортность, естественность и простота. Приветствуются экологичные материалы - дерево, натуральные ткани, камень.

Пол рекомендуется оформить деревянными половицами, кафельной плиткой или декоративным камнем (если это, к примеру, кухня).

Замечательно будет выглядеть домотканый или связанный вручную коврик.

На стенах будут отлично смотреться декоративная штукатурка мягких расцветок, светлое дерево или простые бумажные обои.

Если вам хочется максимально приблизиться к природе, можно оставить часть стен неоштукатуренными, чтобы видна была каменная или кирпичная кладка.

Среди часто встречающихся элементов помещения в стиле кантри можно назвать деревянные балки, а также камин или печь, которая топится дровами и углем.

Что касается тканей, то здесь выбор достаточно широк: для пошива штор и скатертей, для обивки мебели и постельного белья можно использовать лен, ситец, хлопок. Следите только за тем, чтобы они не были чересчур яркими, для кантри подойдут мягкие натуральные расцветки, рисунки в цветочек, клетку, полоску.

Кстати, шторы здесь должны быть обязательно тканевые - жалюзи просто убьют все очарование деревенской обстановки! Повесьте тонкие шторы, украшенные рюшами, драпировкой и мелкой сборкой, с растительным орнаментом или в горошек.

На столе должна лежать скатерть - не клеенка и не пластик. Только скатерть, желательно с бахромой.

Будет просто превосходно, если вы сумеете обставить помещение деревянной или плетеной мебелью - натуральное дерево и лоза прекрасно подчеркивают близость к природе и способствуют полноценному расслаблению.

Для украшения можно расставить в помещении живые цветы в простых кувшинах, старинные вещи, книги, на стенах развесить черно-белые фотографии, пейзажи и натюрморты. Особое значение приобретают мелочи, которые рекомендуется расставить по дому: лампы, абажуры, подсвечники, вязаные или вышитые салфетки, кашпо, цветочные горшки, статуэтки.

Своеобразной визитной карточкой кантри можно считать кресло-качалку.

«Национальность» интерьера может быть любой, какая вам больше нравится: русская изба, французское шале, американское ранчо, английский коттедж и т. д.

ЦВЕТОВОД

УДОБРЯЙТЕ РАСТЕНИЯ ПРАВИЛЬНО

При удобрении комнатных растений очень важно не переусердствовать. Избыток питательных веществ способен погубить растение. Чтобы избежать пагубных последствий, нужно запомнить несколько правил.

• Удобрять нужно только здоровые растения. Слабые все равно не смогут усвоить внесенные в почву питательные вещества.

• Нельзя удобрять только что пересаженные растения.

• Цветущие и начинающие цвести растения не удобряют.

• Перед внесением в почву удобрений растение надо полить, иначе можно повредить корневую систему.

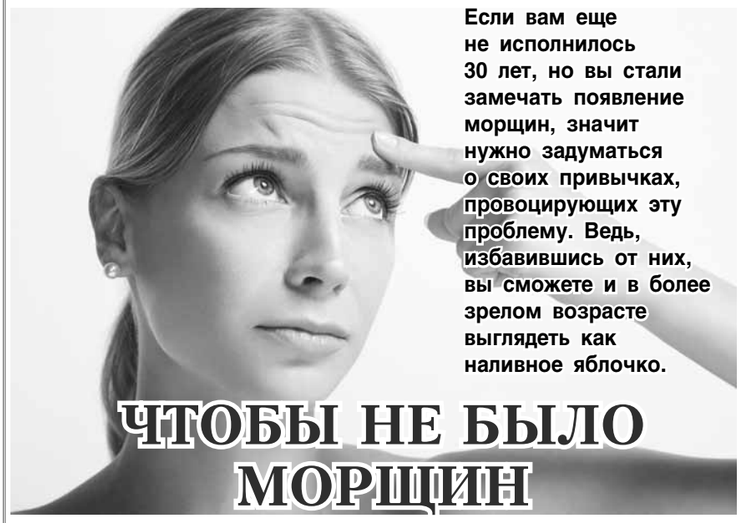
• Старайтесь избегать попадания удобрений на листья и побеги.

• Необходимо учитывать время года. Для многих растений зимние и осенние месяцы считаются периодом покоя, поэтому удобрять их следует во время активного роста - весной и летом.

• При выборе удобрений следует учитывать, цветущее это растение или декоративно-лиственное. Первые требуют больше калия и фосфора, а последние нуждаются в азоте. Декоративно-лиственные растения следует подкармливать еженедельно с марта по октябрь, а с ноября по февраль - раз в месяц. Цветущие растения нуждаются главным образом в фосфоре и калии, которые стимулируют рост цветочных почек и семян, а также яркую окраску цветков и созревание плодов и семян.

• Удобрения эффективны при хорошем освещении и нормальной температуре.

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



Если вам еще не исполнилось 30 лет, но вы стали замечать появление морщин, значит нужно задуматься о своих привычках, провоцирующих эту проблему. Ведь, избавившись от них, вы сможете и в более зрелом возрасте выглядеть как наливное яблочко.

ЧТОБЫ НЕ БЫЛО МОРЩИН

Вот шесть привычек, которые вызывают морщины.

1. **Питье воды из бутылки.** Вода, непосредственно выпитая из бутылки, неестественно напрягает область вокруг рта, из-за чего и появляются мимические морщинки. Поэтому нужно пить воду из чашки или стакана.

2. **Сон лицом вниз.** Если вы любите спать на животе, срочно меняйте позу, так как ваша кожа утром будет напоминать помятую бумагу. А чтобы приучить себя ко сну на спине, приобретите ортопедический матрас и подушку, ведь на раскладном диване вы можете заработать только боль в спине. А тогда о каком здоровье кожи лица можно говорить?

3. **Телефон ниже глаз.** Если вы привыкли держать телефон так, что приходится опускать голову, чтобы увидеть изображение на экране, не удивляйтесь появлению второго подбородка и преждевременных морщин.

4. **Морщить лоб.** У вас активная и яркая мимика, поэтому во время удивления, задумчивости или вопроса вы морщите лоб, из-за чего на нем появляются морщины? Значит, вам не обойтись без косметического или обычного пластыря (не тканевого), который нужно будет нарезать на куски необходимого размера. На морщины на лбу обильно нанесите питательный крем и подождите, когда он немного подсохнет, чтобы можно было приклеить пластырь. Делать эту процедуру лучше на ночь. Утром кожа станет гладкой.

5. **Прищур.** Многие страдающие небольшой близорукостью стесняются надевать очки, поэтому в течение дня они постоянно щурятся, оттягивая уголки век. То же самое касается и любителей походить без солнцезащитных очков во время солнечного дня. Чтобы перестать щуриться, нужно лишь посетить окулиста и подобрать себе правильные очки.

6. **Потирание глаз.** Большинство женщин, нанося тушь, подводку или же тени, растягивают тонкую кожу век, тем самым провоцируя появление морщин. Поэтому лучше день-другой походить без макияжа или же с легким мейкапом, чем потом смотреть на морщинистое личико.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

КАКОЙ АРОМАТ ВЫБРАТЬ?

Если вы склонны к депрессиям и меланхолии, выбирайте **цветочные ароматы**. Такие запахи снимают утомление, защищают от нервного перенапряжения, дарят легкость и улучшают настроение. Цветочные ароматы ассоциируются с женственностью, добротой, нежностью.

Если вы ведете активную жизнь, выбирайте духи с **цитрусовыми нотками**. Цитрусовые ароматы заряжают бодростью и энергией на целый день. Такие духи - идеальный вариант для дневного времени суток. Нотки лимона, апельсина, бергамота дарят радость жизни, вселяют оптимизм. Цитрусовые ароматы ассоциируются с энергией, молодостью, активностью.

Выбирайте **горьковатые ароматы**, если вы уверены в себе и привыкли всего добиваться. Терпкие, горьковатые запахи трав (жимолость, полынь, лаванда и др.) дарят спокойствие, помогают справиться с ежедневными стрессами и проблемами. Травяные ароматы ассоциируются с утонченностью, элегантностью и спокойствием.

Если вы женственны и сексуальны, выбирайте духи с **пряными нотками**. Пряные ароматы (корица, сандал, ваниль, мускатный орех и др.) вселяют чувство уверенности в себе, раскрывают тайные страсти. Эти ароматы ассоциируются с привлекательностью и страстностью.

Если вы свободолюбивы и не можете жить без приключений, выбирайте духи со **свежими морскими ароматами**. Они заряжают бодростью, поднимают настроение. Это запах свободы, беззаботности и безмятежности.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Марина Рысина: «В УХОДЕ ЗА КОЖЕЙ ПОМОГАЮТ КЕФИР, ЖЕЛТОК И ФРУКТЫ»

- Я никогда не гналась за дорогой косметикой. Использую обычные бюджетные шампуни и кремы. Главное, видеть, что для волос или кожи они подходят. Очень полезно протирать лицо кефиром. Это хорошо питает, отбеливает, разглаживает морщины и делает кожу нежной. Лицо, шею и руки можно мазать всем, что найдется: фруктами, йогуртом, сметаной, овощами, ягодами. Но только надо следить, чтобы не было раздражения. После долгого пребывания на солнце делаю яичную маску: наношу на кожу желток, а через некоторое время смываю теплой водой и мажусь питательным кремом. И если перемены во внешности становятся заметны окружающим, значит результат положительный.

В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

ПОМОЩЬ НОГТЯМ ПОСЛЕ ГЕЛЬ-ЛАКА

✻ **Укрепляющие теплые ванночки.** Добавьте в воду морскую соль, ромашку и каплю оливкового масла. Держите руки в таком составе по 10-15 мин 2-3 раза в неделю.

✻ **Витамин Е.** Достаточно втереть содержимое одной капсулы в ногтевую пластину и кутикулу. Проводить такую процедуру нужно ежедневно перед сном. Можно заменить оливковым маслом.

✻ **Лечебное покрытие**. Его плюс в том, что покрытие является искусственным укрепителем ногтей, делает их твердыми, а значит, спасает от ломкости. Кроме того, защищает ногти от воздействия воды и различных химических средств.

P. S.: Лучше пользоваться всеми средствами одновременно. Ослабленные гель-лаком ногти не стоит оставлять без покрытия. Но на некоторое время нужно отдать предпочтение прозрачным лечебным средствам. Масло для ногтей и кутикулы наносят ежедневно сверху на лечебный лак.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 17.00, 02.20 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Дипломат». (16+)
23.35 Футбол. Отборочный матч чемпионата Европы-2020. Сборная России - сборная Казахстана.
01.45 «Вечерний Ургант». (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 «Сердце матери». (12+)
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Королева бандитов». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05 Д/с «Маленькие секреты великих картин».
07.35 Острова.
08.15 Х/ф «Зеленый огонек».
09.30 «Другие Романовы».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 01.15 «Музыка в театре, в кино, на телевидении. Андрей Петров».
12.30, 18.45, 00.30 Власть факта.
13.10 «Франция. Историческая крепость Каркассонн».
13.25 Линия жизни.
14.20 Д/с «Предки наших предков».
15.10 Д/с «Дело №. Кругосветка №1. Русский флаг над океанами».
15.40 «Агора». Ток-шоу с Михаилом Швыдким.
16.40 Т/с «Богач, бедняк...».
17.55 Владимир Спиваков и Борис Бехтерев в БЗК.
19.45 Главная роль.
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 Д/с «Ступени цивилизации».
21.30 «Сати. Нескучная классика...».
22.10 Х/ф «Белая гвардия».
23.00 Д/с «Владимир Спиваков. Диалоги с Соломоном Волковым».
00.05 «Магистр игры».
02.30 Pro memoria.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00 «Акценты». (12+)
06.40 «Видеоблокнот». (12+)
07.00, 14.30, 18.20 «Национальный аспект». (16+)
07.30 «Жизнь здоровых людей». (12+)
08.00, 13.00 «Один день». (16+)
08.30 «Включайся». (6+)
09.00, 15.10, 23.10 «Туристический рецепт». (12+)
09.20 Х/ф «Главный конструктор». (12+)
11.35 Х/ф «Алло, Варшава». (12+)
13.50, 15.50, 18.10, 23.00 «Видеоблокнот». (12+)
14.00, 19.35 «Летопись Оренбуржья». (12+)
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 17.20, 02.15 Т/с «Такая работа». (16+)
19.00, 20.30, 23.30, 01.40 «Новости дня». (12+)
19.25, 20.55, 23.55, 02.05 «Новости спорта». (12+)
21.05 Т/с «Орлова и Александров». (16+)
00.05 Х/ф «Залив счастья». (12+)
03.35 Х/ф «Коко до Шанель». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 11.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «Эхо недели». (16+)
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+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
12.00, 16.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00, 00.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Гарри Поттер и Кубок огня». (16+)
01.00 Х/ф «Лара Крофт: Расхитительница гробниц». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «Мальцева». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.40 Сегодня.
10.20 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, 16.30, 00.05 «Место встречи». (16+)
17.00 «ДНК». (16+)
18.00 «Своя правда».
19.40 Т/с «Куба». (16+)
20.40 Т/с «Балабол». (16+)
22.50 «Основано на реальных событиях». (16+)
23.50 «Поздняков». (16+)
02.20 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.25 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
07.10 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.55 «Уральские пельмени». (16+)
09.10 Х/ф «Пэн. Путешествие в Нетландию». (6+)
11.20 М/ф «Зверопой». (6+)
13.30 Х/ф «Джуманджи. Зов джунглей». (16+)
15.55, 20.00 Т/с «Психологини». (16+)
21.00 Х/ф «Хоббит. Нежданное путешествие». (6+)
00.25 «Кино в деталях». (18+)
01.25 Х/ф «Завтрак у папы». (12+)
03.00 Х/ф «Кудряшка Сью». (0+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «6 кадров». (16+)
07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.20 «Давай разведемся!». (16+)
09.25 «Тест на отцовство». (16+)
10.25, 03.50 «Реальная мистика». (16+)
12.30, 02.05 «Понять. Простить». (16+)
14.20, 03.25 «Порча». (16+)
14.50 Х/ф «Мой». (16+)
19.00 Х/ф «Случайных встреч не бывает». (16+)
23.20 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 «Самые сильные». (12+)
09.00, 10.40, 12.30, 18.55, 22.55 Новости.
09.05, 12.35, 19.05, 02.40 Все на Матч!
10.45 Гандбол. Кубок ЕГФ. Мужчины. «Спартак». (Россия) - «Мальме». (Швеция). (0+)
12.55 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Румыния - Мальта. (0+)
14.55 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Испания - Фарерские острова. (0+)
16.55 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Швеция - Норвегия. (0+)
19.50 «Однажды в Лондоне». (12+)
20.25, 23.00 Все на футбол!
20.55 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Азербайджан - Хорватия.
23.40 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир.
01.40 Тотальный футбол.
03.10 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Венгрия - Словакия. (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.05 «Ералаш». (6+)
08.25 Х/ф «За витриной универмага». (12+)
10.25 Д/ф «Алена Апина. Давай так...». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События.
11.50, 00.35 Петровка, 38. (16+)
12.00 Т/с «Коломбо». (12+)
13.35 «Мой герой. Александр Дьяченко». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 01.45 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
18.20 Х/ф «Колодец забытых желаний». (12+)
22.30 «Роман со слугой». (16+)
23.05, 05.05 «Знак качества». (16+)
00.55 Д/ф «Любовь первых». (12+)
03.35 «Право знать!». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.10 «Известия».
05.20, 09.25, 13.25 Т/с «Карпов». (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. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2». (16+)
13.30 «Танцы». (16+)
15.30 Т/с «Универ». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
20.00, 20.30 Т/с «Жуки». (16+)
21.00 «Где логика?». (16+)
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Stand up». (16+)
02.05, 04.15, 04.25, 04.35 «Тайный город». (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+)
04.45 «Вперед в прошлое». (16+)
06.00 «Оренбург.Ru». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.20 Главное.
10.00 Д/ф «Легенды госбезопасности. Григорий Бояринов. Штурм века». (16+)
10.55, 12.05 Х/ф «Настоятель». (16+)
12.00, 17.00 Военные новости.
13.20, 21.25 «Открытый эфир». (12+)
15.10, 17.05 Д/с «Крылатый космос. Стратегия звездных войн». (12+)
18.05 Д/с «Освобождение». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)
19.40 «Скрытые угрозы». (12+)
20.25 Д/с «Загадки века». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.35 Т/с «Ладога». (12+)
03.35 Х/ф «Жаворонок». (12+)

ТВ-вторник 10 сентября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 17.00, 00.00, 03.05 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Дипломат». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
03.40 «Наедине со всеми». (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 «Сердце матери». (12+)
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Королева бандитов». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, 20.05 «Правила жизни».
07.35, 14.15 Д/с «Восемь дней, которые создали Рим».
08.25 Легенды мирового кино.
08.50 «Чехия. Исторический центр Чески-Крумлова».
09.10, 22.10 Х/ф «Белая гвардия».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 01.35 Д/ф «Рассказы про Петра Капицу».
12.20 «Древо жизни».
12.30, 18.40, 00.50 «Тем временем. Смыслы».
13.20 Д/ф «Таланты для страны».
14.05 Цвет времени.
15.10 Пятое измерение.
15.40 Линия жизни.
16.40 Т/с «Богач, бедняк...».
17.55 Владимир Спиваков, Национальный филармонический оркестр России, Академический Большой хор «Мастера хорового пения». С.Рахманинов. «Колокола».
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 Д/с «Ступени цивилизации».
21.30 Искусственный отбор.
23.00 Д/с «Владимир Спиваков. Диалоги с Соломоном Волковым».
00.05 Д/ф «Бунтари без стыда». (16+)

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.50 «Новости дня». (12+)
06.20, 14.00 «Летопись Оренбуржья». (12+)
06.50 «Специальный репортаж». (12+)
07.00, 08.00 «Новости дня». (12+)
07.20, 08.20 «Новости спорта». (12+)
07.25 «Жизнь здоровых людей». (12+)
07.50, 13.50, 15.50, 18.10, 23.00 «Видеоблокнот». (12+)
08.25, 14.30 «Национальный аспект». (16+)
09.20, 03.40 Т/с «Орлова и Александров». (16+)
11.15 Х/ф «Залив счастья». (12+)
13.00 «Один день». (16+)
15.10, 23.10 «Туристический рецепт». (12+)
16.00, 17.20, 02.20 Т/с «Такая работа». (16+)
18.20 «Акценты: сердце Евразии». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.35 «Обратная связь». (12+)
20.20 «Правильный выбор». (12+)
21.05 Т/с «Орлова и Александров. (16+)
00.00 Х/ф «Варварины свадьбы». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Засекреченные списки». (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+)
08.30, 16.30, 23.30 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
12.00, 16.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00, 00.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Пророк». (16+)
21.50 «Водить по-русски». (16+)
01.00 Х/ф «Двадцать одно». (16+)
03.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «Мальцева». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.40 Сегодня.
10.20 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, 16.30, 00.45 «Место встречи». (16+)
17.00 «ДНК». (16+)
18.00 «Своя правда».
19.40 Т/с «Куба». (16+)
20.40 Т/с «Балабол». (16+)
22.50 «Основано на реальных событиях». (16+)
23.50 «Крутая История». (12+)
02.50 «Подозреваются все». (16+)
03.25 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.25 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
07.10 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.05 Х/ф «Хоббит. Нежданное путешествие». (6+)
11.25 Т/с «Воронины». (16+)
14.30 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
20.00 Т/с «Психологини». (16+)
21.00 Х/ф «Хоббит. Пустошь Смауга». (12+)
00.10 Х/ф «Области тьмы». (16+)
02.10 Х/ф «Убрать перископ». (0+)
03.35 «Супермамочка». (16+)
04.20 Т/с «Молодежка». (16+)
05.10 «Ералаш». (0+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Выбери меня». (16+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.30 «Давай разведемся!». (16+)
09.35 «Тест на отцовство». (16+)
10.35, 03.55 «Реальная мистика». (16+)
12.40, 02.10 «Понять. Простить». (16+)
14.30, 03.30 «Порча». (16+)
15.00 Х/ф «Кукушка». (16+)
19.00 Х/ф «Верь мне». (16+)
23.25 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Несвободное падение». (16+)
09.00, 10.30, 15.30, 17.55, 20.20 Новости.
09.05, 15.35, 20.25, 01.40 Все на Матч!
10.35 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Северная Ирландия - Германия. (0+)
12.35 Тотальный футбол (12+)
13.30 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Шотландия – Бельгия. (0+)
15.55 Баскетбол. Чемпионат мира. Мужчины. 1/4 финала.
18.00 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Россия - Казахстан. (0+)
20.00 «Россия - Казахстан. Live». (12+)
21.00 Хоккей. КХЛ. «Спартак» (Москва) - «Авангард» (Омская область)
23.55 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Англия - Косово.
02.30 Футбол. Чемпионат Европы-2021. Молодежные сборные. Отборочный турнир. Болгария - Россия. (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.05 «Доктор И...». (16+)
08.40 Х/ф «Два капитана». (0+)
10.35 Д/ф «Андрей Миронов. Баловень судьбы». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50, 00.35, 05.45 Петровка, 38. (16+)
12.05 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Юлия Куварзина». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 01.45 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
18.20 Х/ф «Отель последней надежды». (12+)
22.30, 03.35 «Осторожно, мошенники! Адские соседи». (16+)
23.05 Д/ф «Тайны советских миллионеров». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.55 «Прощание. Людмила Гурченко». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.10 «Известия».
05.40 Х/ф «Короткое дыхание». (16+)
13.25 Т/с «Шаман. Новая угроза». (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. Gold». (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». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
20.00, 20.30 Т/с «Жуки». (16+)
21.00 «Импровизация». (16+)
22.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)
01.05 «Stand up». (16+)
02.05, 05.30, 05.40, 05.50 «Тайный город». (16+)
02.15, 02.30, 04.15, 04.30, 04.45 «Маленькие истории большой степи». (16+)
02.45, 05.00 «Вперед в прошлое». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.35, 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
08.55, 12.05 Т/с «Марьина роща-2». (12+)
12.00, 17.00 Военные новости.
13.20, 21.25 «Открытый эфир». (12+)
15.10 Д/с «Крылатый космос. Стратегия звездных войн». (12+)
16.05, 17.05 Д/ф «Ми-24». (12+)
18.05 Д/с «Освобождение». (12+)
18.50 Д/с «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)
19.40 «Легенды армии». (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (16+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.35 Х/ф «Екатерина Воронина». (12+)
01.35 Х/ф «И ты увидишь небо». (12+)

№35 (1 261) 03.09.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 17.00, 00.00, 03.05 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Дипломат». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
03.40 «Наедине со всеми». (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 «Сердце матери». (12+)
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Королева бандитов». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, 20.05 «Правила жизни».
07.35, 14.15 Д/с «Восемь дней, которые создали Рим».
08.25 Легенды мирового кино.
08.50 «Германия. Замки Аугустусбург и Фалькенлуст в Брюле».
09.10, 22.10 Х/ф «Белая гвардия».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 01.35 Д/ф «Несколько строк из сводки происшествий».
12.20 «Мстерские голландцы».
12.30, 18.40, 00.45 «Что делать?».
13.20 Искусственный отбор.
14.00 Д/с «Первые в мире».
15.10 Библейский сюжет.
15.40 «Сати. Нескучная классика...».
16.25 Т/с «Богач, бедняк...».
17.55 Владимир Спиваков, Юрий Башмет и Государственный камерный оркестр «Виртуозы Москвы». В.А.Моцарт.
18.30 Цвет времени.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 Д/с «Ступени цивилизации».
21.30 Абсолютный слух.
23.00 Д/с «Владимир Спиваков. Диалоги с Соломоном Волковым».
00.05 Д/ф «Михаил Зощенко. Перед восходом солнца. История одной болезни».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
06.20 «Полчаса о вере». (16+)
07.25, 18.30 «Жизнь здоровых людей». (12+)
07.50, 13.50, 15.50, 18.10, 23.00 «Видеоблокнот». (12+)
08.25, 14.00 «Летопись Оренбуржья». (12+)
09.20, 03.40 Т/с «Орлова и Александров». (16+)
11.10 Х/ф «Варварины свадьбы». (16+)
13.00, 19.35 «Обратная связь». (12+)
14.30 «Национальный аспект». (16+)
15.10, 23.10 «Туристический рецепт». (12+)
16.00, 17.20, 02.20 Т/с «Такая работа». (16+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.00, 20.30, 23.30, 01.45 «Новости дня». (12+)
19.25, 20.55, 23.55, 02.10 «Новости спорта». (12+)
21.05 Т/с «Орлова и Александров». (16+)
00.05 Х/ф «Роза прощальных ветров». (12+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Засекреченные списки». (16+)
06.00, 11.00 «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+)
08.30, 16.30, 23.30 «Новости». (16+)
09.00 «Территория заблуждений». (16+)
12.00, 16.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00, 00.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Охота на воров». (16+)
01.00 Х/ф «Шпионские игры». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «Мальцева». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.40 Сегодня.
10.20 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, 16.30, 00.40 «Место встречи». (16+)
17.00 «ДНК». (16+)
18.00 «Своя правда».
19.40 Т/с «Куба». (16+)
20.40 Т/с «Балабол». (16+)
22.50 «Основано на реальных событиях». (16+)
23.50 «Однажды...». (16+)
02.40 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.25 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
07.10 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.55 «Уральские пельмени». (16+)
08.20 Х/ф «Хоббит. Пустошь Смауга». (12+)
11.25 Т/с «Воронины». (16+)
14.30 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
20.00 Т/с «Психологини». (16+)
21.00 Х/ф «Хоббит. Битва пяти воинств». (16+)
23.50 Х/ф «Шестое чувство». (16+)
01.50 Х/ф «Три беглеца». (16+)
03.25 «Супермамочка». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Выбери меня». (16+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.30 «Давай разведемся!». (16+)
09.35 «Тест на отцовство». (16+)
10.35, 04.00 «Реальная мистика». (16+)
12.35, 02.15 «Понять. Простить». (16+)
14.25, 03.35 «Порча». (16+)
14.55 Х/ф «Дом малютки». (16+)
19.00 Х/ф «Новогодний рейс». (16+)
23.30 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Футбол. Товарищеский матч. Бразилия - Перу.
09.55, 13.50, 16.25, 19.00, 20.05, 23.25 Новости.
10.00, 13.55, 16.30, 19.05, 23.30, 02.00 Все на Матч!
11.50 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Литва - Португалия. (0+)
14.25 Мини-футбол. Чемпионат Европы среди юниоров. Россия - Португалия.
17.00 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Франция - Андорра. (0+)
19.45 «Бокс 2019. Обратный отсчет». (12+)
20.10 Континентальный вечер.
20.50 Хоккей. КХЛ. «Торпедо» (Нижний Новгород) - ЦСКА.
00.00 Смешанные единоборства. (16+)
02.45 Х/ф «Боец». (16+)
04.25 Профессиональный бокс. (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.00 «Ералаш». (6+)
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Сумка инкассатора». (12+)
10.35 Д/ф «Сергей Гармаш. Вечная контригра». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50, 00.35, 05.45 Петровка, 38. (16+)
12.05 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Артем Ткаченко». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 01.45 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
18.15 Х/ф «На одном дыхании». (16+)
22.30, 03.35 Линия защиты. (16+)
23.05 «Прощание. Сергей Доренко». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.55 «Хроники московского быта. Последняя рюмка». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.20 «Известия».
05.35 Т/с «Шаман. Новая угроза». (16+)
09.25 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
13.25 Т/с «Шаман. Новая угроза». (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. Gold». (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». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
20.00, 20.30 Т/с «Жуки». (16+)
21.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Где логика?». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Stand up». (16+)
02.05, 05.30, 05.40, 05.50 «Тайный город». (16+)
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+)
06.00 «Оренбург.Ru». (16+)
06.05 «ТНТ. Best». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.35, 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
08.55, 12.05 Т/с «Марьина роща-2». (12+)
12.00, 17.00 Военные новости.
13.20, 21.25 «Открытый эфир». (12+)
15.10, 17.05 Д/с «Автомобили Второй мировой войны». (12+)
18.05 Д/с «Освобождение». (12+)
18.50 Д/с «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)
19.40 «Последний день». (12+)
20.25 Д/с «Секретные материалы». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.35 Х/ф «Влюблен по собственному желанию». (0+)
01.30 Х/ф «Гараж». (0+)
03.05 Х/ф «Екатерина Воронина». (12+)

ТВ-четверг 12 сентября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 17.00, 01.00 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Дипломат». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «Владимир Спиваков. Жизнь на кончиках пальцев». (12+)

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 «Сердце матери». (12+)
23.30 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Королева бандитов». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры.
06.35 «Пешком...». Москва заречная.
07.05, 20.05 «Правила жизни».
07.35, 14.15 Д/с «Восемь дней, которые создали Рим».
08.25 Легенды мирового кино.
08.50 «Греция. Археологические памятники Олимпии».
09.10, 22.10 Х/ф «Белая гвардия».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 01.25 Спектакль «Мужчина и женщины».
12.20 «Вологодские мотивы».
12.30, 18.45, 00.45 «Игра в бисер». «Алексей Толстой. «Золотой ключик, или Приключения Буратино».
13.15 Абсолютный слух.
13.55 Д/с «Первые в мире».
15.10 «Дети Алтайских гор».
15.35 «2 Верник 2».
16.25 Т/с «Богач, бедняк...».
17.40 Владимир Спиваков, Анна Аглатова и Государственный камерный оркестр «Виртуозы Москвы».
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 Д/с «Ступени цивилизации».
21.30 Д/ф «Какой должна быть «Анна Каренина»?».
23.00 Д/с «Владимир Спиваков. Диалоги с Соломоном Волковым».
00.05 черные дыры. Белые пятна.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 09.00, 15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
06.20, 13.00 «Обратная связь». (12+)
07.00, 08.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.40 «Новости дня». (12+)
07.20, 08.20 «Новости спорта». (12+)
07.25, 20.10 «Жизнь здоровых людей». (12+)
07.50, 13.40, 15.50, 18.10, 23.00 «Видеоблокнот». (12+)
08.25, 19.35 «Акценты: сердце Евразии». (12+)
09.20, 03.35 Т/с «Орлова и Александров». (16+)
11.10 Х/ф «Роза прощальных ветров». (12+)
14.00, 18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
14.30 «Национальный аспект». (16+)
15.10, 23.10 «Туристический рецепт». (12+)
16.00, 17.20, 02.15 Т/с «Такая работа». (16+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.25, 20.55, 23.55, 02.05 «Акценты дня». (12+)
21.05 Т/с «Орлова и Александров». (16+)
00.05 Т/с «Вот такая музыка». (12+)

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+)
08.30, 16.30, 23.30 «Новости». (16+)
12.00, 18.00 «Круглый стол». (16+)
13.00, 00.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Маска». (12+)
22.00 «Смотреть всем!». (16+)
01.00 Х/ф «Невидимка». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «Мальцева». (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.40 Сегодня.
10.20 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, 16.30, 00.20 «Место встречи». (16+)
17.00 «ДНК». (16+)
18.00 «Своя правда».
19.40 Т/с «Куба». (16+)
20.40 Т/с «Балабол». (16+)
22.50 «Основано на реальных событиях». (16+)
23.50 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
02.20 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.25 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
07.10 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.10 Х/ф «Хоббит. Битва пяти воинств». (16+)
11.00 Т/с «Воронины». (16+)
14.35 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
20.00 Т/с «Психологини». (16+)
21.00 Х/ф «Алиса в стране чудес». (12+)
23.05 Х/ф «Призрак дома на холме». (16+)
01.20 Х/ф «Финансовый монстр». (18+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «6 кадров». (16+)
07.15 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.15 «Давай разведемся!». (16+)
09.20 «Тест на отцовство». (16+)
10.20, 03.50 «Реальная мистика». (16+)
12.20, 02.00 «Понять. Простить». (16+)
14.10, 03.25 «Порча». (16+)
14.40 Х/ф «Верь мне». (16+)
19.00 Х/ф «Ноты любви». (16+)
23.15 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Несвободное падение». (16+)
09.00, 10.55, 14.00, 16.20, 19.25, 23.55 Новости.
09.05, 14.05, 16.25, 19.30, 01.00 Все на Матч!
11.00 Футбол. Товарищеский матч. Бразилия - Перу. (0+)
13.00 Смешанные единоборства. (16+)
14.35 «Бокс 2019. Обратный отсчет». (12+)
14.55 Смешанные единоборства. Наши в Bellator. (16+)
17.25 Волейбол. Чемпионат Европы. Мужчины. Россия - Турция.
20.10 «Тает лед». (12+)
20.30 Континентальный вечер.
21.00 «Трансфер. Стас Ярушин - ХК «Динамо». (12+)
21.20 Хоккей. КХЛ. «Локомотив» (Ярославль) - «Динамо» (Москва).
00.00 «На пути к Евро 2020». (12+)
00.30 «Однажды в Лондоне». (12+)
01.35 Д/ф «Дух в движении». (12+)
03.05 Х/ф «Одинокий волк МакКуэйд». (6+)
05.10 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Россия - Казахстан. (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.05 «Ералаш». (6+)
08.15 «Доктор И...». (16+)
08.50 Х/ф «Мачеха». (0+)
10.35 Д/ф «Татьяна Доронина. Легенда вопреки». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50, 00.35, 05.45 Петровка, 38. (16+)
12.05 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Ирина Роднина». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 01.45 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
18.20 Х/ф «Селфи с судьбой». (12+)
22.30, 03.35 «10 самых... Поздняя слава звезд». (16+)
23.05 Д/ф «Актерские драмы. Нехорошие квартиры». (12+)
00.00 События. 25-й час.
00.55 «Женщины Александра Пороховщикова». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.20 «Известия».
05.20, 06.00 Т/с «Шаман. Новая угроза». (16+)
08.35 «День ангела». (0+)
09.25 Т/с «Опера. Хроники убойного отдела». (16+)
13.25 Т/с «Шаман. Новая угроза». (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. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2. (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2». (16+)
13.30 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.00 Т/с «Универ». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
20.00, 20.30 Т/с «Жуки». (16+)
21.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)
22.00 «Импровизация». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Stand up». (16+)
02.05, 05.30, 05.40, 05.50 «Тайный город». (16+)
02.15 «Клуб». (16+)
02.30, 04.15, 04.30, 04.45 «Маленькие истории большой степи». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.35, 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
08.55, 12.05 Т/с «Марьина роща-2». (12+)
12.00, 17.00 Военные новости.
13.20, 21.25 «Открытый эфир». (12+)
15.10 Д/с «Автомобили Второй мировой войны». (12+)
16.05, 17.05 Д/с «Перехватчики Миг-25 и Миг-31. Лучшие в своем деле». (12+)
18.05 Д/с «Освобождение». (12+)
18.50 Д/с «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)
19.40 «Легенды космоса». (6+)
20.25 «Код доступа». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.35 Х/ф «Пропавшая экспедиция». (0+)
02.10 Х/ф «Золотая речка». (0+)

ТВ-пятница 13 сентября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 17.00 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30 «Человек и закон». (16+)
19.40 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время».
21.30 «Голос 60+». (12+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.25 «Внутри секты Мэнсона: Утерянные пленки». (18+)
02.00 «На самом деле». (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 Х/ф «Пока смерть не разлучит нас». (12+)
00.55 Х/ф «Холодное сердце». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.10 Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05 «Правила жизни».
07.35, 14.15 Д/с «Восемь дней, которые создали Рим».
08.25 Легенды мирового кино.
08.50, 17.35 «Греция. Мистра».
09.10 Х/ф «Белая гвардия».
10.20 Х/ф «Насреддин в Бухаре».
11.55 Д/ф «Юрий Олеша. По кличке Писатель».
12.50 Черные дыры. Белые пятна.
13.30 Д/ф «Диалог со зрителем».
15.10 Письма из провинции.
15.40 Д/ф «Люсьена Овчинникова. Мотылек».
16.25 Х/ф «В горах мое сердце».
17.50 Владимир Спиваков и Государственный камерный оркестр «Виртуозы Москвы».
19.45 Линия жизни.
20.40 Х/ф «Москва, любовь моя».
22.15 Линия жизни.
23.30 «Кинескоп».
00.10 Х/ф «Мертвые ласточки». (12+)

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 02.00 «Новости дня». (12+)
06.20 «Обратная связь». (12+)
07.00, 08.00 «Новости дня». (12+)
07.20, 08.20 «Акценты дня». (12+)
07.25, 19.30 «Жизнь здоровых людей». (12+)
07.50, 13.50, 15.50, 18.10, 22.45 «Видеоблокнот». (12+)
08.25, 14.00 «Летопись Оренбуржья». (12+)
09.20, 03.50 Т/с «Орлова и Александров». (16+)
11.15 Мюзикл «Вот такая музыка». (12+)
13.00 «Акценты: сердце Евразии». (12+)
13.35, 18.50 «Правильный выбор». (12+)
14.30 «Национальный аспект». (16+)
15.10, 23.10 «Туристический рецепт». (12+)
16.00, 17.20, 02.30 Т/с «Такая работа». (16+)
18.20, 05.35 «Один день». (16+)
20.00, 22.55 «Погода на неделю». (0+)
21.00 Х/ф «На Дерибасовской хорошая погода, или на Брайтон-Бич опять идут дожди». (16+)
00.00 Х/ф «Тропы». (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+)
08.30, 16.30 «Новости». (16+)
12.00 «Круглый стол». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (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 «Основной инстинкт». (16+)
21.00 «Мошенники 2019: самые новые схемы обмана». (16+)
23.30 Х/ф «13 грехов». (18+)
01.20 Х/ф «Часовой механизм». (16+)
03.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Дельта. Продолжение». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «Доктор Свет». (16+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.
10.20 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
14.00, 16.30 «Место встречи». (16+)
17.00 «ДНК». (16+)
18.00 «Жди меня». (12+)
19.40 Т/с «Куба». (16+)
20.40 Т/с «Балабол». (16+)
22.50 «ЧП. Расследование». (16+)
23.15 Х/ф «Последний герой». (16+)
01.00 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
02.00 Квартирный вопрос. (0+)
03.00 «Место встречи». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.25 М/с «Да здравствует король Джулиан!». (6+)
07.10 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.55 «Уральские пельмени». (16+)
09.25 Х/ф «Убрать перископ». (0+)
11.15 Х/ф «Шестое чувство». (16+)
13.25 Х/ф «Призрак дома на холме». (16+)
15.45 Х/ф «Алиса в стране чудес». (12+)
17.55 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 Х/ф «Доктор Стрэндж». (16+)
23.15 «Шоу выходного дня». (16+)
00.15 Х/ф «Уйти красиво». (18+)
02.05 М/ф «Странные чары». (6+)
03.35 «Супермамочка». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Выбери меня». (16+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.30 «Давай разведемся!». (16+)
09.35, 04.55 «Тест на отцовство». (16+)
10.35, 03.25 «Реальная мистика». (16+)
12.30, 01.25 «Понять. Простить». (16+)
14.25, 03.00 «Порча». (16+)
14.55 Х/ф «Ноты любви». (16+)
19.00 Х/ф «Бойся желаний своих». (16+)
23.20 «Про здоровье». (16+)
23.35 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Несвободное падение». (16+)
09.00, 10.55, 13.40, 16.00, 20.45 Новости.
09.05, 13.45, 16.05, 01.25 Все на Матч!
11.00 «Трансфер. Стас Ярушин - ХК «Динамо». (12+)
11.20 «Гран-при с Алексеем Поповым». (12+)
11.50 «Тает лед». (12+)
12.10 Д/ф «Дух в движении». (12+)
14.30 «Профессиональный бокс и ММА. Афиша». (16+)
15.00 Реальный спорт. Регби.
15.30 «РПЛ. В ожидании тура». (12+)
16.55 Баскетбол. Чемпионат мира. Мужчины. 1/2 финала.
18.55 «На пути к Евро 2020». (12+)
19.25 Все на футбол! Афиша. (12+)
20.25 «Бокс 2019. Обратный отсчет». (12+)
20.55 Хоккей. КХЛ. СКА (Санкт-Петербург) - ЦСКА.
23.55 Волейбол. Чемпионат Европы. Мужчины. Россия - Белоруссия.
02.05 Футбол. Чемпионат Испании. «Мальорка» - «Атлетик» (Бильбао). (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.05 «Ералаш». (6+)
08.15 Д/ф «Дмитрий Певцов. Я стал другим...». (12+)
09.05 Х/ф «Тайна последней главы». (12+)
11.30, 14.30, 17.50 События.
11.50 Х/ф «Тайна последней главы». (12+)
13.25 Х/ф «Призраки Замоскворечья». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Х/ф «Призраки Замоскворечья». (12+)
18.15 Х/ф «Сицилианская защита». (12+)
20.00 Х/ф «Ученица чародея». (12+)
22.00, 02.30 «В центре событий». (16+)
23.10 Д/ф «Актерские драмы. Смерть по собственному желанию». (16+)
00.00 Д/ф «Советские секс-символы: короткий век». (12+)
00.50 Д/ф «Вторая семья: жизнь на разрыв». (12+)
01.40 Д/ф «Актерские драмы. Нехорошие квартиры». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00 «Известия».
05.40 Х/ф «Шаман. Новая угроза». (16+)
09.25 Х/ф «Первый после Бога». (16+)
11.25, 13.25 Т/с «Шаман. Новая угроза». (16+)
19.10 Т/с «След». (16+)
23.45 «Светская хроника». (16+)
00.45 Т/с «След». (16+)
01.30 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2». (16+)
13.30 «Большой завтрак». (16+)
14.00 Т/с «Сашатаня». (16+)
15.00 Т/с «Универ». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 «Comedy Woman». (16+)
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «Открытый микрофон». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Такое кино!». (16+)
01.40 Х/ф «Конец света 2013: Апокалипсис по-голливудски». (18+)
03.30, 03.45, 04.00 «Нефронтовые будни». (16+)
04.15, 04.30, 04.45 «Маленькие истории большой степи». (16+)
05.00 «Клуб». (16+)
05.15 «Преступление века». (16+)
05.30 «Вперед в прошлое». (16+)
05.45 «Тайный город». (16+)
05.55 «Оренбург.Ru». (16+)
06.00 «ТНТ. Best». (16+)

ЗВЕЗДА

06.20, 08.20 Х/ф «Влюблен по собственному желанию». (0+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.55, 12.05 Т/с «Марьина роща-2». (12+)
12.00, 17.00 Военные новости.
15.15 «Легенды армии». (12+)
15.45, 17.05 Х/ф «Настоятель-2». (16+)
18.05 Д/с «Освобождение». (12+)
18.35, 21.25 Т/с «След Пираньи». (16+)
22.45 Х/ф «Личный номер». (12+)
01.00 Х/ф «Схватка в пурге». (12+)
02.35 Х/ф «Франц+Полина». (16+)
04.30 Д/ф «Выбор Филби». (12+)
05.00 Д/ф «Западная Сахара. Несуществующая

ТВ-суббота 14 сентября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.50, 06.10 «Россия от края до края». (12+)
06.00, 10.00 Новости.
06.55 Т/с «Красная королева». (16+)
09.00 «Играй, гармонь любимая!». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.10 «Ирина Роднина. Женщина с характером». (12+)
11.15 «Честное слово». (12+)
12.00 Новости.
12.15 «Иосиф Кобзон. Песня моя - судьба моя». (16+)
18.00 Вечер-посвящение Иосифу Кобзону. (12+)
21.00 «Время».
21.20 «КВН». Летний Кубок-2019. (16+)
23.40 Х/ф «Как Витька Чеснок вез Леху Штыря в дом инвалидов». (18+)
01.25 Х/ф «Гиппопотам». (18+)
03.00 «Про любовь». (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 «Петросян-шоу». (16+)
13.50 Х/ф «Мезальянс». (12+)
18.00 «Привет, Андрей!». (12+)
20.00 Вести в субботу.
21.00 Х/ф «Мама Маша». (12+)
01.10 Х/ф «Лабиринты судьбы». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30 библейский сюжет.
07.05, 02.20 М/ф.
08.15 Х/ф «Москва, любовь моя».
09.45 Телескоп.
10.15 Д/с «Маленькие секреты великих картин».
10.45 Х/ф «Человек с бульвара Капуцинов».
12.20, 00.45 Д/ф «Живая природа островов Юго-Восточной Азии».
13.10 «Дом ученых».
13.40 Д/ф «Неаполь - душа барокко».
14.30 Х/ф «Шофер на один рейс».
16.50 Д/с «Предки наших предков».
17.30 Д/ф «Какой должна быть «Анна Каренина»?».
18.10 Квартет 4Х4.
20.05 Д/ф «Сироты забвения».
21.00 «Агора».
22.00 Х/ф «Карп отмороженный».
23.35 Клуб 37.
01.35 Искатели.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, 11.35, 23.30 «Летопись Оренбуржья». (12+)
06.35 Мюзикл «Вот такая музыка». (12+)
08.10 Х/ф «Роза прощальных ветров». (12+)
09.50, 12.05, 16.35, 18.50 «Видеоблокнот». (12+)
10.00, 19.00, 00.00 «Акценты: сердце Евразии». (12+)
10.30, 12.15, 14.00, 16.30, 18.45, 21.40 «Погода на неделю». (0+)
10.35, 18.20 «Правильный выбор». (12+)
11.05, 05.35 «Один день». (16+)
12.20, 19.35, 23.10 «Туристический рецепт». (12+)
12.40 «Жизнь здоровых людей». (12+)
13.00 Д/ф «Курская битва. Время побеждать». (12+)
14.05 Д/ф «Остров Гогланд. Война на холодных островах». (12+)
14.50 Д/ф «Ангкор - земля богов». (12+)
15.40 Д/ф «Дело особой важности - 2». (16+)
16.45 «Почемучка». (6+)
17.00 Х/ф «Поющее звенящее дерево». (0+)
19.50, 21.45 Х/ф «Безумный день, или Женитьба Фигаро». (0+)
00.30 Х/ф «Опасное везение». (16+)
03.40 Х/ф «Тропы». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
07.10 Х/ф «Доспехи бога 2». (12+)
09.15 «Минтранс». (16+)
10.15 «Самая полезная программа». (16+)
11.15 «Военная тайна». (16+)
15.20 «Территория заблуждений». (16+)
17.20 «Неизвестная история». (16+)
18.20 «Засекреченные списки. Самые опасные!». (16+)
20.30 Х/ф «Гарри Поттер и Принц-полукровка». (12+)
23.30 Х/ф «Гарри Поттер и Дары Смерти. Часть 1». (16+)
02.00 Х/ф «Женщина-кошка». (16+)

НТВ

04.50 «ЧП. Расследование». (16+)
05.20 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+)
08.45 «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+)
13.10 «Поедем, поедим!». (0+)
14.00 Своя игра. (0+)
16.20 Следствие вели... (16+)
17.15 «Последние 24 часа». (16+)
19.00 «Центральное телевидение».
21.00 Детектив «Пес». (16+)
23.00 «Международная пилорама». (18+)
23.55 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
01.05 «Фоменко фейк». (16+)
01.35 «Дачный ответ». (0+)
02.40 Х/ф «На дне». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.50 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.15 М/с «Спирит. Дух свободы». (6+)
07.40 М/с «Три кота». (0+)
08.05 М/с «Том и Джерри». (0+)
08.30 «Шоу «Уральских пельменей». Против Ома нет приема». (16+)
09.30 «Просто кухня». (12+)
10.30 Х/ф «История рыцаря». (12+)
13.15 Х/ф «Индиана Джонс и Королевство хрустального черепа». (12+)
15.45 М/ф «Ледниковый период». (0+)
17.20 М/ф «Ледниковый период-3. Эра динозавров». (0+)
19.05 М/ф «Ледниковый период. Столкновение неизбежно». (6+)
21.00 Х/ф «Человек-муравей». (12+)
23.15 Х/ф «Сплит». (16+)
01.35 Х/ф «Необычайные приключения Адель». (12+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.45 «Удачная покупка». (16+)
06.55, 01.10 Х/ф «Александра». (16+)
09.00 Х/ф «Букет». (16+).
10.55 Х/ф «По праву любви». (16+)
19.00 Х/ф «Жена с того света». (16+)
23.20 Х/ф «Любви целительная сила». (16+)
03.00 «Выбери меня». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)
05.40 «Старые письма о главном». (6+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.25 Волейбол. Кубок мира. Женщины. Россия - Камерун.
10.25 Х/ф «Одинокий волк МакКуэйд». (6+)
12.30, 15.45, 17.55, 22.25 Новости.
12.40 Все на футбол! Афиша. (12+)
13.40 «Бокс 2019. Обратный отсчет». (12+)
14.10, 18.00, 22.55, 01.55 Все на Матч!
15.10 Бокс. Чемпионат мира. Итоги недели. (0+)
15.55 Футбол. Чемпионат Испании. «Реал» (Мадрид) - «Леванте».
18.25 Футбол. Чемпионат Германии. «Боруссия» (Дортмунд) - «Байер».
20.25 Волейбол. Чемпионат Европы. Мужчины. Россия - Македония.
22.35 «СКА - ЦСКА. Live». (12+)
23.55 Футбол. Чемпионат Испании. «Барселона» - «Валенсия».
02.25 «Дерби мозгов». (16+)
03.00 Гандбол. Лига чемпионов. Мужчины. «Чеховские медведи» (Россия) - «Висла» (Польша). (0+)
04.45 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)

ТВЦ

06.05 Марш-бросок (12+)
06.45 АБВГДейка. (0+)
07.10 «Короли эпизода. Иван Лапиков». (12+)
08.00 Православная энциклопедия. (6+)
08.30 Х/ф «Обыкновенный человек». (12+)
10.30 Х/ф «Шерлок Холмс и доктор Ватсон». (0+)
11.30, 14.30, 23.45 События.
11.45 Х/ф «Шерлок Холмс и доктор Ватсон». (0+)
13.30, 14.45 Х/ф «Племяшка». (12+)
17.20 Х/ф «Перелетные птицы». (12+)
21.00 «Постскриптум».
22.15 «Право знать!». (16+)
00.00 «Дикие деньги. Юрий Айзеншпис». (16+)
00.50 «Прощание. Сергей Доренко». (16+)
01.40 Д/ф «Тайны советских миллионеров». (23 (16+)
02.25 «Роман со слугой». (16+)
03.00 «Постскриптум». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Детективы». (16+)
10.15 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Главное».
01.00 Т/с «Тайны города Эн». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00, 01.05 «ТНТ music». (16+)
08.30 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
12.30 «Где логика?». (16+)
15.35 «Комеди Клаб». (16+)
17.30 Х/ф «На край света». (16+)
19.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
21.00 «Танцы». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.40 Х/ф «Под планетой обезьян». (12+)
02.30, 03.45 «Преступление века». (16+)
02.45, 04.00 «Вперед в прошлое». (16+)
03.00, 03.15, 03.30 «Маленькие истории большой степи». (16+)

ЗВЕЗДА

05.40 Х/ф «Три толстяка». (0+)
07.25 Х/ф «Шаг навстречу. Несколько историй веселых и грустных...». (12+)
09.00, 13.00, 18.00 Новости дня.
09.15 «Легенды музыки». (6+)
09.45 «Последний день». (12+)
10.30 «Не факт!». (6+)
11.00 «Улика из прошлого». (16+)
11.55 Д/с «Загадки века». (12+)
12.45, 15.00 «Специальный репортаж». (12+)
13.10 «Морской бой». (6+)
14.10 «Десять фотографий». (6+)
15.20, 18.25 Т/с «Офицеры. Одна судьба на двоих». (16+)
18.10 «Задело!».
01.00 Х/ф «Добровольцы». (0+)
02.55 Д/ф «Стихия вооружений: воздух». (6+)
03.20 Д/с «Москва фронту». (12+)
03.40 Х/ф «Личный номер». (12+)

За возможные изменения в программе редакция ответственности не несет.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.30 Т/с «Красная королева». (16+)
06.00, 10.00 Новости.
06.10 Т/с «Красная королева». (16+)
07.45 «Часовой». (12+)
08.15 «Здоровье». (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
10.10 «Жизнь других». (12+)
11.10, 12.10 «Видели видео?». (6+)
12.00 Новости.
13.30 «Однажды в Париже. Далида и Дассен». (16+)
14.40 «ДОстояние РЕспублики: Джо Дассен». (12+)
16.00 «Страна советов. Забытые вожди». (16+)
18.10 «Точь-в-точь». (16+)
21.00 «Время».
22.00 «Большая игра». (16+)
23.45 Х/ф «Основано на реальных событиях». (16+)
01.45 Х/ф «Можешь не стучать». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.15 Х/ф «Терапия любовью». (12+)
07.20 «Семейные каникулы».
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».
13.45 Х/ф «Сухарь». (12+)
18.00 «Удивительные люди-4». (12+)
20.00 Вести недели.
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
00.30 «Действующие лица с Наилей Аскер-заде». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 02.45 М/ф.
08.00 Х/ф «Шофер на один рейс».
10.20 «Обыкновенный концерт».
10.50 Х/ф «Серафим Полубес и другие жители Земли».
12.20 Письма из провинции.
12.45, 02.05 Диалоги о животных.
13.30 «Другие Романовы».
13.55 Х/ф «Большой босс».
15.50 Больше, чем любовь.
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком».
17.10 «Пешком...».
17.40 «Ближний круг Григория Козлова».
18.35 «Романтика романса».
19.30 Новости культуры.
20.10 Х/ф «Человек с бульвара Капуцинов».
21.50 Опера «Трубадур».
00.30 Х/ф «Большой босс».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00 Х/ф «Тропы». (16+)
08.00 Х/ф «На Дерибасовской хорошая погода, или на Брайтон-Бич опять идут дожди». (16+)
09.45, 10.55, 14.20, 18.45, 20.50, 23.00 «Погода на неделю». (0+)
09.50, 11.50, 16.00, 18.50 «Видеоблокнот». (12+)
10.00 «Акценты». (12+)
10.35 «Жизнь здоровых людей». (12+)
11.00 «Национальный аспект». (16+)
11.35, 19.40 «Туристический рецепт». (12+)
12.00 «Летопись Оренбуржья». (12+)
12.30 «Один день». (16+)
13.00 «Поехали». (12+)
13.30 «Русский характер». (16+)
14.25 «Штрихи к портрету». (12+)
15.20 «На пару дней». (16+)
16.10 «Крым extreme». (16+)
16.35 «Кухни народов Крыма». (12+)
17.00 Х/ф «Казаки-разбойники». (0+)
18.10 «Почемучка». (6+)
18.25 «Правильный выбор». (12+)
19.00, 00.00 «Акценты». (12+)
20.00, 21.10, 23.05, 00.35 Т/с «Служба 21, или Мыслить надо позитивно». (16+)
20.55 «Человеческий фактор». (12+)
01.25 Х/ф «Лимб». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
08.15 Х/ф «Охота на воров». (16+)
10.50 Х/ф «Женщина-кошка». (16+)
12.50 Х/ф «Маска». (12+)
14.50 Х/ф «Гарри Поттер и Принц-полукровка». (12+)
17.45 Х/ф «Гарри Поттер и Дары Смерти. Часть 1». (16+)
20.30 Х/ф «Гарри Поттер и Дары Смерти. Часть 2». (16+)
23.00 «Добров в эфире». (16+)
00.00 «Военная тайна». (16+)

НТВ

05.00 «Таинственная Россия». (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 «Секрет на миллион». (16+)
16.20 Следствие вели... (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели».
20.10 «Звезды сошлись». (16+)
21.45 Ты не поверишь! (16+)
22.55 «Основано на реальных событиях». (16+)
02.15 Х/ф «День отчаяния». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.50 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.15 М/с «Спирит. Дух свободы». (6+)
07.40 М/с «Три кота». (0+)
08.05 М/с «Царевны». (0+)
08.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.30 «Рогов в городе». (16+)
10.30 «Уральские пельмени». (16+)
11.05 М/ф «Ледниковый период». (0+)
12.45 М/ф «Ледниковый период-3. Эра динозавров». (0+)
14.30 М/ф «Ледниковый период. Столкновение неизбежно». (6+)
16.25 Х/ф «Доктор Стрэндж». (16+)
18.40 Х/ф «Человек-муравей». (12+)
21.00 Х/ф «Человек-муравей и Оса». (12+)
23.25 Х/ф «Индиана Джонс и Королевство хрустального черепа». (12+)
01.45 Х/ф «История рыцаря». (12+)
03.55 М/ф «Феи. Легенда о чудовище». (0+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «6 кадров». (16+)
07.30 Х/ф «Любви целительная сила». (16+)
09.20, 04.40 Х/ф «Безотцовщина». (16+)
11.15, 12.00 Х/ф «Была тебе любимая». (16+)
11.55 «Полезно и вкусно» (16+)
15.10 Х/ф «Дом с сюрпризом». (16+)
19.00 Х/ф «Ты моя любимая». (18+)
23.00 «Про здоровье». (16+)
23.15 Х/ф «Бойся желаний своих». (16+)
03.05 Х/ф «Букет». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Футбол. Чемпионат Испании. «Реал Сосьедад» - «Атлетико». (0+)
10.00 Футбол. Чемпионат Германии. «Лейпциг» - «Бавария». (0+)
12.00 «Бокс 2019. Обратный отсчет». (12+)
12.30, 17.15 Новости.
12.40 Футбол. Чемпионат Италии (0+)
14.35, 17.25, 20.25, 01.55 Все на Матч!
15.15 Волейбол. Кубок мира. Женщины. Россия - Япония.
18.25 Футбол. Российская Премьер-лига. «Тамбов» - ЦСКА.
20.55 Футбол. Чемпионат Италии.
22.55 После футбола.
23.55 Футбол. Чемпионат Франции. «Монако» - «Марсель».
02.30 Спортивная гимнастика. Мировой Кубок вызова. (0+)

ТВЦ

06.10 Х/ф «Женитьба Бальзаминова». (6+)
07.55 «Фактор жизни». (12+)
08.30 Х/ф «Ученица чародея». (12+)
10.25 «Ералаш». (6+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!». (12+)
11.30, 00.00 События.
11.50 Х/ф «Медовый месяц». (12+)
13.35 Д/ф «Актерские драмы. Смерть по собственному желанию». (16+)
14.30, 05.25 Московская неделя.
15.00 «Прощание. Муслим Магомаев». (16+)
15.55 «Прощание. Михаил Евдокимов». (16+)
16.40 «Хроники московского быта. Советское неглиже». (12+)
17.30 Х/ф «Замкнутый круг». (12+)
21.15, 00.15 Х/ф «Призрак в кривом зеркале». (12+)
01.15 Петровка, 38. (16+)
01.25 Т/с «Пуля-дура. Агент для наследницы». (16+)
04.50 «10 самых... Сбежавшие из-под венца». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Тайны города Эн». (16+)
08.00 «Светская хроника». (16+)
09.00 Д/ф «Моя правда». (16+)
10.00 Т/с «Карпов». (16+)
13.45 Т/с «Карпов-2». (16+)
00.40 Х/ф «Дружба особого назначения». (16+)
02.15 Х/ф «Первый после Бога». (16+)
03.50 «Большая разница». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
12.00 «Большой завтрак». (16+)
12.30 Х/ф «На край света». (16+)
14.35 «Однажды в России». (16+)
17.40 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «Stand up». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Такое кино!». (16+)
01.35 «ТНТ music». (16+)
02.05 «Открытый микрофон». (16+)
04.35 М/ф «Попугай Club». (12+)
06.10 «ТНТ. Best». (16+)

ЗВЕЗДА

05.30 Т/с «След Пираньи». (16+)
09.00 «Новости недели».
09.25 Служу России! (12+)
09.55 «Военная приемка». (6+)
10.45 «Код доступа». (12+)
11.30 «Скрытые угрозы». (12+)
12.35 Т/с «Смерть шпионам. Скрытый враг». (16+)
17.15 Д/ф «Дагестан. Двадцать лет подвигу». (16+)
18.00 Главное.
19.25 Д/с «Незримый бой». (16+)
21.40 Всероссийский фестиваль «Армия России-2019».
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 Х/ф «Запасной игрок». (0+)
01.25 Х/ф «Окно в Париж». (16+)
03.20 Х/ф «В добрый час!». (0+)
04.55 Д/ф «Влюбленные в небо». (12+)

Владимир Семенович **Знахарь**

Номер св-ва 003032886.

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

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

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ТЕПЛЭКО

ОБОГРЕВАТЕЛЬ С ЭФФЕКТОМ ГОРЯЧЕГО КИРПИЧА

Современный вариант русской печи от завода «ТеплЭко»

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

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

Речь идет об экономичном обогревателе **«ТеплЭко»**, который сочетает в себе 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 площади 9 квадратных метров при условии стандартной высоты потолков. До требуемой температуры такая панель нагревается за 10-15 минут, а остывает, как плотная кирпичная стена, несколько часов.

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

АКЦИЯ!
Цена на обогреватель «ТЕПЛЭКО» до 17 сентября всего
~~3900 р.~~ **2400 р.**

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

БЕЗОПАСНОСТЬ! Обогреватель абсолютно безопасен с точки зрения возникновения пожара

ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

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

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ И НАДЕЖНЫЙ

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

«От 5 до 15 часов в сутки обогреватель «ТеплЭко» греет, не потребляя электроэнергии». А. Вассерман

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

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

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

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.

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.
Т.: 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

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

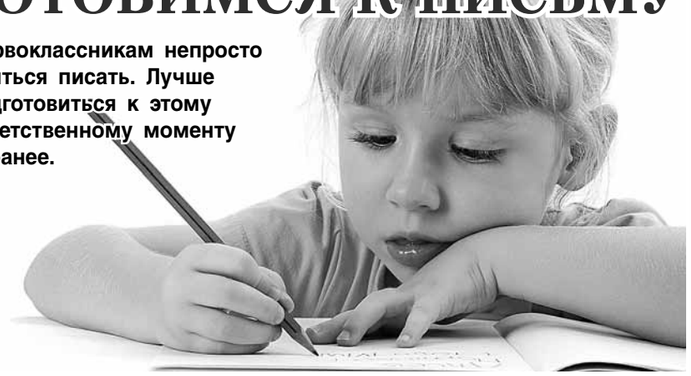
Марина Рысина: «ДЕТИ ХОТЯТ БЫТЬ «МАРИНОЙ»

- Своих детей у меня, к сожалению, нет. Но приходилось нянчиться с племянниками и общаться с детьми своих знакомых. Помню, когда работала на почте и ходила по домам, дети возле меня так и кружились. Одна маленькая девочка своим дедушке и бабушке даже заявила потом, что, когда вырастет, будет работать «Мариной».

Когда я выходила замуж за мужчину с детьми, никто не удивился. Наоборот, все уверенно говорили: «С детьми ты сможешь общаться». Непросто было находить общий язык с подростками, но наладить отношения получилось. Главное - желание, искренность, терпение и особый подход к каждому. Не хотели ребятишки по вечерам мыться - нашла выход. Купила красивые мочалки и разноцветный порошок... Так все наперегонки в ванную бежали! Как-то задумалась, каково детям со мной (я по 40 дней была с ними одна, пока супруг на вахте), попросила ответить на вопросы о наших отношениях и заранее предупредила, что не обижусь. В итоге нам удалось подружиться. Дети начали доверять мне, рассказывать о своих тайнах, делиться впечатлениями о прошедшем дне. Я играла с ними в игры, ходила на рыбалку, помогала учить уроки. Однажды младшего спросили в школе, почему он не пишет сочинения сам. А он ответил, что все остальные пишут сами, потому что у них нет тети Марины. Нам было хорошо вместе, но вот с супругом отношения не заладились, и пришлось расстаться.

ГОТОВИМСЯ К ПИСЬМУ

Первоклассникам непросто учиться писать. Лучше подготовиться к этому ответственному моменту заранее.



Для тренировки мышц пальцев дошкольников можно выполнять следующие упражнения.

Пальчики здороваются - кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. Затем то же самое делаем левой рукой, потом одновременно двумя руками.

Бег по столу - указательный и средний пальцы правой руки (затем и левой, затем обоих) «бегают» по столу.

Зоопарк - средний палец выставлен вперед - хобот, а указательный и безымянный - ноги - «идут» по столу. Это слон. Теперь в обратную сторону - лисичка с хвостиком. Два пальчика вверх, остальные согнуты - это зайчик ушками шевелит. Большой палец вверх (ухо), остальные - челюсти волка.

Кулачок - нужно выпрямить кисть, плотно сомкнуть пальцы и медленно сжимать их в кулак. Поочередно выполняйте каждой рукой вначале медленно, а потом все быстрее и быстрее.

Для развития мелкой моторики и координации движений руки, зрительного восприятия и внимания помогут «графические» упражнения.

1. Ребенку предлагаются задания, в которых он должен проводить линии карандашом, точно попадая в цели (руку не отрывать). Предложите:

а) пройти по узкому коридору и выйди из него, не задевая стен;

б) провести свой кораблик кратчайшим путем так, чтобы он обходил препятствия - острова (извилистая линия);

в) попасть стрелой в дерево (линия полета должна быть прямой);

г) пройти лабиринт;

д) проследить путь пчелки (с цветка на цветок).

Задания вы можете придумать и сами, но старайтесь, чтобы ребенок проводил линии и прямые, и волнистые, чтобы лабиринты были и широкие, и узкие.

2. Малыш соединяет точки и определяет, что нарисовано. Обводя контур предмета, он должен стараться не отрывать руку. По точкам можно рисовать разные фигуры - игрушки, животных, бабочек, цветы, грибы, посуду.

3. Для того чтобы в процессе учебы ребенок мог смотреть на школьную доску и записывать или зарисовывать задание, очень важна координация глаз и рук. Для ее тренировки рисуйте на бумаге постепенно усложняющиеся элементы (фигуры, буквы) и предложите ребенку срисовать их как можно точнее.

4. Для развития выносливости руки нарисуйте квадрат, и пусть ребенок простым мягким карандашом поставит внутри него как можно больше точек.

5. Нарисуйте по клеточкам в тетради несложные узоры - кораблик, домик, гриб, бабочку. Малыш должен так же по клеточкам повторить рисунок.

ВОСПИТАНИЕ

НЕ БЕЙТЕ ДЕТЕЙ!

Детей за непослушание наказывают по-разному. Кого-то лишают сладкого, кого-то ставят в угол, отчитывают за провинность или даже бьют. Чем может обернуться для крохи воспитание ремнем?

1. Каждый подзатыльник оставляет след в детском сознании. Агрессия со стороны родителей показывает их силу, подчеркивая, насколько ребенок слаб и беспомощен в данной ситуации и в жизни вообще. Да, впоследствии чадо будет слушаться, однако не потому, что поймет целесообразность этого поведения, а из-за страха снова терпеть побои. Такая модель поведения говорит малышу, что сильный всегда прав.

2. Насилие над детьми ведет к снижению интеллекта малыша и может стать началом проблем психического характера.

3. Битье и ругань становятся для ребенка примером поведения с окружающими. Именно таким образом он будет вымещать негативные эмоции на других. В том числе и на своих будущих отпрысков.

4. Еще одна негативная сторона в ситуации, когда родители бьют ребенка, - потеря авторитета и уважения к агрессору. Битье сводит близкие отношения на нет. Когда сын или дочь станут старше, они будут делиться своими радостями и тревогами не с вами, а с друзьями или другими родственниками.

5. Общество и законы стоят на защите прав детей. Если вы регулярно решаете конфликты с детьми при помощи силы, то можете нажить проблемы с официальными органами. А это чревато ограничением родительских прав или даже их лишением.

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

Сударыня ОРЕНБУРГСКАЯ №35 (1 261) 03.09.19

ЧЕГО ВЫ ХОТИТЕ НА САМОМ ДЕЛЕ?

Тест поможет вам определить это. Старайтесь отвечать на вопросы быстро, не раздумывая.

1. Какое поле порадовало бы ваш взор?
а) с ростками зелени;
б) поле маков;
в) поле васильков.

2. Сказочное грозное и устрашающее существо могло бы быть:
а) красным с зелеными глазами;
б) черным с серыми глазами;
в) желтым с зелеными глазами.

3. Вы бы съели:
а) апельсин или абрикос;
б) банан или кусочек дыни;
в) огурец или зеленое яблоко.

4. Какого цвета одежду вы выберете?
а) черного или серого;
б) красного или желтого;
в) синего или зеленого.

5. В комнате, оформленной какими тонами, вам было бы тяжело находиться?
а) синим и желтым;
б) фиолетовым и красным;
в) черным и фиолетовым.

6. На что бы вы с удовольствием посмотрели?
а) ягоды клубники;
б) красный шар, летящий по ясному голубому небу;
в) пожелтевший клен.

7. Фиолетовые сливы вы бы сегодня положили на тарелку…
а) синюю;
б) желтую;
в) черную.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Подсчитайте, каких ответов у вас больше: под буквой «А», «Б» или «В»?

Буква «А» - вы, вероятно, сейчас напряжены и несколько растеряны. Вам хочется покоя. Бывает, что, не находя поддержки и понимания, вы становитесь излишне замкнуты. Пришло время поверить в свои силы и осознать, что многое зависит не от окружающих, а от ваших собственных мыслей и поступков. Постарайтесь начать радоваться каждому новому дню, ведь он - возможность узнать что-то ранее неизведанное и увлекательное, благодаря чему и появляется стимул действовать.

Буква «Б» - вы готовы сейчас не сидеть на месте, а добиваться результатов. Отстаивайте свои идеи! Ваша предприимчивость может привести к ощутимому успеху, но при условии, что вы не станете совершать поспешных невыверенных шагов и без разбора отвергать все здравые предложения вашего окружения.

Буква «В» - вам, скорее всего, хочется стабильности и внутренней гармонии. Вы не склонны сейчас к активным действиям, но вполне настроены подвести итоги и наметить планы на будущее. Хороший отдых поможет вам восстановить силы и почувствовать себя более защищенным.

ИНТЕРЕСНО

ПУГОВИЦЫ ИСПОЛНЯТ ЖЕЛАНИЯ

Когда мы пришиваем оторванную пуговицу, нам даже в голову не может прийти, что с помощью этого простого действия можно изменить свою судьбу.

Для этого нужно всего лишь продеть иголку с ниткой в отверстия пуговицы таким образом, чтобы получился нужный узор одной из букв рунического алфавита.

Дело в том, что каждая руна имеет свое особенное значение (см. фото). Этот ритуал пришел к нам из далеких времен от наших предков. Хотите попробовать? Тогда выбирайте узор, который соответствует вашему желанию, вдевайте нитку в иголку и пришейте свою «волшебную» пуговицу.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Марина Рысина: «ПРИДЕРЖИВАЮСЬ ПРАВИЛ СЧАСТЛИВОГО ЧЕЛОВЕКА»

- Раньше я покупала книги, журналы по психологии, смотрела телепередачи. Сейчас в этом потребности нет, все легко можно найти в Интернете. Однако не все советы психологов мы понимаем сразу, не все они доходят до глубины души. Нужно помнить, что негативные эмоции пагубно влияют на состояние человека, а порой и на его здоровье. Если постоянно пребывать в таком расположении духа, точно заболеешь. От гнева и злости повышается давление, желудок перестает вырабатывать желудочный сок. Поэтому надо контролировать свои эмоции и стараться сохранять спокойствие. Я советую проводить генеральную уборку мыслей - на досуге хорошенько подумать над ситуацией. Снять негатив, успокоиться помогают пребывание на природе, просмотр фильма или любимое занятие. Хорошо следовать и секретам счастливого человека.

1. Не переживать о том, что думают о тебе окружающие.
2. Помнить, что любая мысль обязательно материализуется.
3. Полюбить и принять свое тело.
4. Не осуждать и не критиковать себя и других.
5. Дарить любовь и не переделывать любимых.
6. Научиться сначала давать, а потом получать.
7. Меньше думать, больше любить и радоваться.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Марина Рысина: «ГОСТЯМ НРАВИТСЯ МОЯ ВЫПЕЧКА»

- Как каждая хозяйка, я люблю готовить, особенно печь. Было время, я даже сама придумывала рецепты. Многими проверенными пользуюсь уже несколько лет. К примеру, рецептом торта «Муравейник».

Нравится мне и торт «Чебурашка». Разотрите 2 желтка, 1 ст сахарного песка, 100 г сливочного масла, добавьте 3 ст муки, соду на кончике ножа. Смажьте маслом разогретую глубокую сковороду, насыпьте в нее половину получившейся смеси, сверху осторожно положите любое варенье или натертые на крупной терке свежие яблоки, затем выложите остальную смесь, разровняйте и поставьте в духовку. Оставшиеся 2 белка взбейте в крепкую пену, постепенно добавляя 3-5 ч л сахара. Когда торт будет почти готов, сверху вылейте на него взбитые белки - решеткой, звездами или шарами, чтобы было красиво, и снова поставьте в духовку на медленный огонь, чтобы белки подсохли и чуть подрумянились.

Гостям нравится и мое морковное печенье. Потребуются 1 ст тертой свежей моркови, 100 г сливочного масла, 100 г изюма, 1 ст сахара, 1 ст муки, сода на кончике ножа. Изюм промыть и дать немного полежать в горячей воде. Затем смешать его с тертой морковью, добавить соду, сахар, растопленное сливочное масло и муку. Все перемешать. Разложить ложкой на противень в виде кружочков. Выпекать в нагретой до 180-200°С духовке до готовности.

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

БУТЕРБРОД «ПИКАНТНЫЙ»

4-5 ломтиков батона, 2 сосиски, 1 зубчик чеснока, 1 помидор, 50 г твердого сыра, зелень укропа, петрушки, майонез.

Сосиски или вареную колбасу нарезать кубиками или соломкой. Помидоры нарезать кубиками. Сыр натереть на крупной терке. Чеснок пропустить через пресс. Зелень измельчить. Соединить все вместе, добавить майонез и перемешать. Выложить полученную смесь на ломтики батона. Запекать бутерброды 10-15 мин в духовке при температуре 180°С.

ГРИБОЧКИ ПО-ВЕНЕСУЭЛЬСКИ

500 г шампиньонов, 1/3 ст уксуса 6 %-ного, 1/3 ст растительного масла, 2-3 зубчика чеснока, 10 горошин черного перца, 1 ч л соли, 2 ч л сахара, 2 лавровых листа, укроп по желанию.

Грибы вымыть. Если они крупные, нарезать на половинки или четвертинки. Чеснок пропустить через пресс. В глубокую сковороду сложить все составляющие, закрыть крышкой и поставить на средний огонь. После закипания огонь убавить и тушить 5 мин. Остудить, переложить в банку и поставить в холодильник на 4 часа.

САЛАТ-КОКТЕЙЛЬ ИЗ КУРИЦЫ С ОГУРЦАМИ

200 г отварного куриного филе, 2 свежих огурца, семена кунжута, листья салата, 1 яйцо, соль, зелень петрушки, 2 ст л соевого соуса, 2 ст л растительного масла, 1 ч л уксуса 6 %-ного, 1/4 ч л сахара, 2 зубчика чеснока, соль, перец молотый по вкусу.

Курицу разобрать на волокна, огурец нарезать тонкой соломкой, зелень петрушки мелко порубить, чеснок пропустить через пресс. Соединить курицу с огурцами, полить заправкой, перемешать и убрать в прохладное место на 1 час. Испечь яичный блинчик. Для этого яйцо со щепоткой соли хорошо разболтать вилкой, добавить немного петрушки и еще раз размешать. Смесь вылить на смазанную маслом разогретую сковороду и выпекать с двух сторон до золотистого цвета. Готовый блинчик остудить и нарезать тонкими длинными полосками. Для заправки хорошо перемешать растительное масло, соевый соус, уксус, добавить соль, щепотку сахара, перец, чеснок и петрушку. Листьями салата застелить дно салатницы, выложить сверху настоявшийся салат, украсить полосками яичного блинчика, зеленью петрушки и посыпать обжаренными кунжутными семечками.

ЗАГОТОВКИ

САЛАТ «ЛЕТНЕЕ ЧУДО»

3 кг помидоров, 1 кг огурцов, 1 кг капусты, 1 кг лука, 1 кг болгарского перца, 250 г подсолнечного масла, 250 г сахара, 3 ст л соли, 3 ст л уксуса 9 %-ного, 10 лавровых листиков, 20 горошин черного перца и 10 душистого.

Овощи нарезать крупно. Все смешать и тушить с момента закипания 5-7 мин. Разложить в стерилизованные банки, закатать, укутать.

ЗАПРАВКА ДЛЯ РАССОЛЬНИКА

3 кг огурцов, 1,5 кг помидоров, 1 кг лука, 1 кг моркови, 500 г перловой крупы, 2 ст л соли, 4 ст л сахара, 1/2 ст уксуса 9 %-ного, 1/2 ст воды, 1/2 ст растительного масла.

Перловку предварительно замочить на два часа, промыть и отварить до полуготовности. Огурцы нарезать кубиками, лук - мелко, морковь натереть на крупной терке, помидоры очистить от кожицы и нарезать на кусочки. Выложить помидоры в емкость для тушения и добавить воду, соль, сахар, растительное масло. Затем присоединить огурцы, лук, морковь, перловку, перемешать и готовить 20 мин. Влить уксус, протушить еще 10 мин. Горячую заготовку разложить по стерилизованным банкам, закатать, укутать и оставить до полного остывания. Выход - 6-7 литров.

БАКЛАЖАНЫ В АДЖИКЕ С ЯБЛОКАМИ

5 кг баклажанов, для аджики - 2 л перекрученных на мясорубке помидоров, 1 ст уксуса 9 %-ного, 2 ст сахара, 2 ст л соли (с верхом), 4 моркови, 4 луковицы, 4 яблока, 4 болгарских перца, 50-100 г чеснока, 1 острый перчик.

Баклажаны нарезать вдоль на 4 части и еще пополам (крупно). В помидорную массу влить уксус, растительное масло, всыпать сахар и соль, поставить на огонь. Перекрутить на мясорубке морковь, лук, яблоки, перец и чеснок. Все это присоединить к помидорной массе и кипятить 10 мин. Затем положить в аджику баклажаны и варить 20 мин. Разложить в стерилизованные банки, закатать, укутать. Выход - 8 литров.

Сложи и сохрани

КАК ПОМОЧЬ «УСТАВШЕЙ» ПОЧВЕ?

Снизились урожаи овощей? Растения часто болеют? Приходится часто поливать посадки? Это значит, что почва на участке «устала» и ее нужно реанимировать.

Решить проблему «усталости» почвы можно внесением большого количества органических и минеральных удобрений или с помощью использования сидератов. Но выгоднее всего подойти к проблеме комплексно.

Главным решением проблемы считается правильная организация севооборота. Так как питательные вещества из почвы растениями выносятся однобоко, нужно просто их правильно чередовать - и тогда урожаи возрастут безо всяких затрат на удобрения и химикаты.

Хорошо и быстро восстановить плодородие можно с помощью сидератов. Самые популярные из них: озимая рожь, ячмень, горчица и различные бобовые культуры. Обычно их ботву срезают и заделывают в почву через 1,5-2 месяца после посева. За это время сидераты успевают нарастить зеленую массу, которая превосходит эффект от внесения навоза в 2-3 раза.

Одним из самых существенных факторов, провоцирующих почвоутомление, является накопление в земле грибов и бактерий, подавляющих развитие культурных растений.

Помочь почве восстановиться можно и с помощью жидкого удобрения. Для этого ботву пасынков и просто сорняков сбраживают в воде в течение недели на солнышке. Сброженный раствор разводят в воде в соотношении 1:5 (1 л браги на 5 л воды). Правда, питательность такой смеси не очень высока. Главная ценность настоя в полезных микробах, которые благотворно влияют на почву. Раствор можно улучшить, внеся 1 ч л комплексного удобрения на ведро смеси.

Найти полезных микробов удастся и на прилавках. Для оздоровления почвы можно купить множество биопрепаратов.

Большое влияние на плодородие почвы оказывает и ее обработка. Там, где землю перекапывают 2-3 раза в году с переворотом пласта, земля деградирует быстрее. Поэтому участок лучше перекапывать один раз в год. Желательно без оборота пласта. Или компенсировать разрушение структуры почвы внесением под перекопку соломы или других растительных отходов.

Некоторые совсем отказываются от перекопки, заменяя ее лишь поверхностным рыхлением. К сожалению, такой подход позволяет экономить силы, но урожай с таких грядок снимают низкий. Еще один неприятный эффект поверхностной обработки - появление большого числа почвенных и наземных вредителей. Традиционная обработка позволяет серьезно уменьшить их число без использования инсектицидов.

ИЗ ОПЫТА

СРЕЗАТЬ ЛИ ЛИСТЬЯ КЛУБНИКИ?

Мнения по этому поводу самые разные и зачастую противоречивые.

Листья очень важны для нормального роста и развития земляники. Их условно разделяют на весенние, летние и осенние. Весенние листья появляются в апреле-мае и служат для получения урожая.

После окончания плодоношения их сменяют летние листья, которые служат для закладки цветковых почек и накопления питательных веществ. Осенние листья появляются в середине сентября - начале октября, с ними земляника зимует.

В сентябре листья у клубники лучше не скашивать. Это лишает растение естественной защиты от неблагоприятных погодных условий, а также плохо сказывается на закладке урожая следующего года.

Если земляника садовая (клубника) сильно поражена всевозможными болезнями, листья обязательно нужно удалить, оставив точку роста, и обрабатать против болезней и вредителей. Делать это необходимо как можно раньше (обычно сразу после сбора ягод), чтобы успели отрасти новые листочки, а сами растения окрепли и смогли подготовиться к зиме. После удаления листьев землянику следует регулярно поливать и подкармливать - это способствует формированию мощных кустов и обильному цветению в следующем году.

Если нет признаков заболеваний и следов повреждений кустов клубники, то сразу после плодоношения нужно обрезать только старые нижние листья (в зависимости от величины куста - от 5 до 10 листочков). Также необходимо обрезать лишние усы, чтобы грядка не загущалась.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Марина Рысина: «РЕЗУЛЬТАТОВ ЭКСПЕРИМЕНТА НЕ ЗАМЕТИЛА»

- Огород у меня как у всех. Правда, в этом году экспериментировала - поливала дрожжами, думала, это стимулирует рост растений. На капусту клала ветки полыни. Ее запах отпугивает мошек и бабочек. В отвар полыни добавляла хозяйственное мыло и смачивала листья капусты, чтобы их не повреждали различные насекомые. Но особенных результатов своих экспериментов пока не заметила.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ЛУК МНОГОЛЕТНИЙ

Если у вас на дачном участке растет многолетний лук, то сейчас наступает самое лучшее время для его размножения делением кустов.

Имея, к примеру, всего десять кустов **шнитт-лука**, можно легко обеспечить вашу семью с весны до осени свежей зеленью.
Шнитт-лук может расти 3-4 года на одном месте, затем кусты необходимо разделять, иначе перья заметно мельчают.

Рассаживать многолетний лук желательно на расстоянии 10-15 см друг от друга, так как кусты быстро разрастаются.

Лук-слизун, имеющий плоские длинные листья и нежно-острый вкус, размножается аналогично.

Чтобы у **лука-порея** образовался толстый белый стебель, постарайтесь не забывать время от времени его окучивать и, конечно, подкармливать.
Он просто замечательно реагирует на подкормку золой, сброженной травой или разведенным птичьим пометом (1:20).

ОТКРЫТЫЙ МИР

Велосипед до Парижа довел

Житель Бугуруслана Алексей Зорин принял участие в крупнейшем веломарафоне на территории Франции. Дистанцию 1 200 километров наш спортсмен преодолел менее чем за 90 часов.

Веломарафон «Париж - Брест - Париж» считается старейшим и одним из самых престижных в мире. (Обращаем внимание читателей на название «Брест» в маршруте. Город в Белоруссии тут ни при чем. Во Франции есть свой Брест. Он располагается в регионе Бретань на побережье Атлантического океана и считается одним из самых красивых во Франции).

Гонка велосипедистов «Париж - Брест - Париж» проходит, как и Олимпийские игры, один раз в четыре года. Главное в ней не победа, а участие. Победителем считается каждый, кто доехал до финиша за 90 часов.

Алексей Зорин усиленно готовился к участию в марафоне полгода. В январе 2019-го мужчина начал тренировки, весной участвовал в заездах на 200, 300, 400 и 600 километров, получил звание суперрандоннера. Наличие этого звания - одно из главных условий марафона «Париж - Брест - Париж». Это своего рода квалификационный разряд велосипедиста, принимающего участие в специальных заездах, если дословно, то в долгих прогулках.

ОТ ЗАМЫСЛА ДО ВОПЛОЩЕНИЯ

В столицу Франции житель Бугуруслана прилетел 17 августа. И уже на следующий день занял место на старте. Велосипед Александр Зорин привез с собой в разобранном виде.

- Всего в марафоне приняли участие около 7 000 человек из разных уголков мира. Из Парижа в сторону Бреста мы все выехали одновременно. В темноте колонна велосипедистов превратилась в огненную змею, вьющуюся по многочисленным подъемам и спускам. Постепенно колонна разбилась на группы, пары, тройки… Каждый ехал как хотел. Кто-то рвал со старта, кто-то не торопился, - делится впечатлениями Алексей Зорин.

Маршрут пролегал преимущественно по сельской местности, по холмам и лесам. Спортсменам приходилось преодолевать многочисленные подъемы и удерживать велосипед на спусках.

Больше всего нашего земляка удивили отличное качество дорог в самых труднодоступных местах и дружелюбие французов. Жители населенных пунктов, через которые проходила колонна, встречали велосипедистов аплодисментами, угощали чаем и кофе с выпечкой. Люди не уходили с улиц даже поздней ночью - так много для жителей Франции значит этот марафон.

ПОБЕДА НАД СОБОЙ

Свою первую остановку Алексей Зорин сделал, преодолев несколько сотен километров. За 15-20 минут нужно было успеть умыться, перекусить, сходить в туалет. До Бреста наш земляк добрался через 36 часов с момента старта. Это была ровно середина пути.

- Атлантический ветер пронизывал насквозь. Хотелось остановиться, укутаться в одеяло и согреться. От усталости и мыслей об отдыхе в тепленьком местечке отвлекали шикарные пейзажи. Даже несколько снимков океана сделал. Не пожалел времени и остановился специально для этого, - рассказывает Алексей.

Финишировал наш земляк на четвертые сутки, после полуночи. Без торжеств и фанфар. Но никакие атрибуты спортсмену и не требовались. Праздник был внутри.

- Меня буквально распирали радость и гордость от того, что смог преодолеть очередную сложную дистанцию, - признается Алексей.

Подтверждение его успеха - медаль за прохождение веломарафона «Париж - Брест - Париж» с указанием времени: 80 часов 2 минуты и 12 секунд.

Марина СЕНЧЕНКО.

Алексею Зорину 33 года. По профессии он инженер.

ВСЕМ ДВОРОМ – НА ФУТБОЛ

16 команд-участниц, более 150 юных спортсменов и десятки болельщиков - таков дворовый футбол в округе № 19 г. Оренбурга.

Турнир по мини-футболу на призы депутата Оренбургского городского Совета Алексея Кузьмина, который проходил на стадионе школы № 88, стал достойным завершением каникул для детворы и настоящим праздником спорта с музыкой и угощением.

За призы с равным упорством и мастерством сражались юные футболисты в возрасте от 9 до 15 лет. Родители, бабушки с дедушками и девчонки болели за свои команды, а малыши, подражая спортсменам, тоже пытались забить голы в импровизированные ворота.

Силы соперников зачастую были равными. И исход игры решался только после серии послематчевых пенальти.

Все участники турнира получили почетные грамоты, победители и призеры - кубки и медали.

Судьи назвали самых достойных участников турнира. Роман Дякин стал лучшим вратарем в возрастной категории 2008-2010 г. р., а Роман Иванов получил звание «Лучший игрок».

Родители поблагодарили депутата Алексея Кузьмина за отличную организацию турнира, а дети пообещали принять участие в соревнованиях и в следующем году.

«Одна из главных задач для меня как депутата - развивать традиции детского спорта во дворах, в школах, чтобы заниматься могли все дети, независимо от возраста и уровня спортивной подготовки. А такие турниры дворовых команд не только выявляют лучших спортсменов, но и сплачивают ребят, приучают их к здоровому, активному образу жизни и мотивируют на дальнейшие тренировки».

Алексей КУЗЬМИН, депутат Оренбургского городского Совета по округу № 19.

Надежда ТЕРЕХИНА.

УВЛЕЧЕНИЕ

До полюса добрался!

Путешественник Кирилл Фронюк завершил свою Большую уральскую прогулку, которая началась в Оренбурге 15 июня.

25 августа житель Магнитогорска дошел пешком до Северного Ледовитого океана. За 71 день Кирилл Фронюк, работающий инженером-электронщиком, преодолел 2 922 километра, стоптав не одну пару кроссовок.

В день путешественник проходил около полусотни километров. Его одиночный маршрут прошел по территории девяти субъектов Российской Федерации, пяти природных зон, четырех заповедников и двух национальных парков. Почти 2/3 территории Уральских гор вошли в Большую уральскую прогулку. Оставшуюся часть пути пришлось передвигаться по дороге вдоль хребта.

Путешествие показало, что создать на Урале единую тропу, подобно национальной тропе в США и других странах, пока невозможно. Все детали своего одиночного похода Кирилл Фронюк намерен изложить в книге, выхода которой с нетерпением ждут многие поклонники экстремального туризма.

Инга ПРОХОРОВА.

Уважаемую Рузилю Вилевну Искакову поздравляем с днем рождения!

Нам очень приятно тебя поздравлять!
Хотим в этот праздник тебе пожелать,
Чтоб била энергия жизни ключом,
Любая работа была нипочем,
Как в сказке, исполнилось все, что хотелось,
И сладко жилось бы, и весело пелось!
Пусть в доме царят доброта и уют,
А заботы туда никогда не войдут!

Педагогический коллектив, с. Зубочистка-1.

Дорогую Татьяну Богатыреву поздравляем с днем рождения!

Родная, поздравляем
С днем рождения тебя.
Пусть будет все, о чем мечтаешь,
Пусть светят звезды для тебя!
Пусть будет в них звезда удачи,
Пусть будут счастье и успех.
Любви и радости в придачу,
Чтоб стала ты счастливей всех!

Родители, сестра, бабуля и крестные.

Уважаемых педагогов поздравляем с Днем знаний!

С началом учебного нового года!
Терпения, мудрости в вашем труде,
Пусть будет у школьников новая мода -
Учиться усердно всему и везде.
Вы жизни достойны счастливой, богатой,
Вы сеете знаний, добра семена,
Пусть к вам на уроки приходят ребята,
Которым учеба как воздух нужна!

Односельчане, с. Каменноозерное.

Любимую Ларису Валерьевну Нагаеву поздравляем с днем рождения!

С днем рождения, милая, светлая,
Идеал красоты, доброты!
Вся ты солнечным светом согретая,
Всем хватает твоей теплоты!
Мы желаем тебе только благости,
Рядом верных, надежных людей.
Будь такой же всегда жизнерадостной,
Будь в гармонии с жизнью своей!

Родители, сестра, с. Каменноозерное.

Уважаемую Галину Ивановну Богатыреву поздравляем с днем рождения!

Год прибавился к десятку -
Это вовсе не беда!
Дни проходят без оглядки
И вплетаются в года.
Важно быть всегда здоровой,
И неважно, сколько лет...
Мы желаем много счастья
И здоровья на сто лет!

Коллектив «Вечерушки», с. Каменноозерное.

Дорогого, любимого Николая Александровича Ключникова поздравляем с юбилеем!

Придуманы слова и поздравленья,
Нам их осталось только зачитать,
Чтобы сулить удачу и везенье
И с юбилеем нынче поздравлять!
Хотим мы в 35 твоих опять же
Желать того, что хочется тебе!
Чтоб счастье повторялось вечно дважды
И не было чтоб горестей в судьбе!

Родители, бабуля, с. Каменноозерное.

Уважаемую Эльзу Рафаэльевну Габитову поздравляем с днем рождения!

Прекрасная Вы женщина, коллега,
Всегда готовы помощь оказать,
Пускай всегда на сердце будет лето,
Желаем жить легко и процветать!
Желаем мира, счастья, вдохновенья,
В работе пусть одни успехи ждут,
Желаем безграничного везенья,
Пусть Ваши планы Вас не подведут!

Коллектив ОСО № 1 КЦСОН Южного округа г. Оренбурга, с. Городище.

Нашу дорогую Ларису Михайловну Кутыреву поздравляем с днем рождения!

День рожденья - женский праздник:
Море смеха и цветы,
Угощения, подарки,
Комплименты и мечты!
Поздравляют все родные
И желают от души,
Чтобы годы молодые
Беззаботно так же шли!

Мама, брат, муж, дети, с. Каменноозерное.

Любимого Владислава Богатырева поздравляем с 18-летием!

Желаем искренней любви и уваженья,
Чтобы крутыми были достиженья,
Финансового изобилья и успеха,
На сердце - мира, радости и смеха!
Иди к мечте и будь самим собой,
Пусть верные друзья будут с тобой.
По жизни пусть всегда все удается,
Пускай тебе удача улыбнется!

Родители, сестра, бабуля и крестные.

ОФИЦИАЛЬНО

Нет большей беды, чем плохие соседи

Бытовые правонарушения и преступления относятся к числу сложных социальных проблем. Особую нишу в них занимают так называемые соседские войны.

Материалы административных и уголовных дел свидетельствуют о том, что подавляющее большинство противоправных действий в отношении соседей совершаются в условиях очевидности, им предшествуют длительные конфликты, хорошо известные окружающим и проявляющиеся в действиях, которые создают правовую основу для вмешательства сотрудников органов внутренних дел.

Жалобы на действия соседей поступают в отделы полиции ежедневно. Тематика их многообразна: курение в подъезде, нарушение тишины, причинение ущерба имуществу, оскорбления, побои и др.

Заявление на действия соседей в отдел полиции можно подать как в письменной форме, так и в устной.

Письменные заявления принимаются круглосуточно в дежурной части, устные заявления возможно оставить непосредственно сотруднику полиции, прибывшему по вызову, либо по телефону дежурной части. В любом случае обращение будет зарегистрировано в книге учета сообщений о преступлениях. По заявлению будет проведена проверка, по окончании которой гражданину будет направлен письменный ответ.

В соответствии со ст. 2 Федерального закона от 07.02.2011 г. №3-ФЗ «О полиции», деятельность полиции осуществляется по следующим основным направлениям: защита личности, общества, государства от противоправных посягательств, предупреждение и пресечение преступлений и административных правонарушений.

В соответствии с приказом МВД России от 31.12.2012 г. №1166 «Вопросы организации деятельности участковых уполномоченных полиции», участковый уполномоченный полиции обязан: выявлять причины преступлений и административных правонарушений и условия, способствующие их совершению; выявлять лиц, имеющих намерение совершить преступление, и проводить с ними индивидуальную профилактическую работу.

Вместе с тем некоторые сотрудники полиции недобросовестно относятся к исполнению должностных обязанностей, а проверки проводят спустя рукава. В таких случаях следует обращаться с заявлением о бездействии сотрудников полиции к начальнику отдела полиции либо в прокуратуру района.

Заявление подается в простой письменной форме. Письменное обращение гражданина должно в обязательном порядке содержать наименование органа, в который направляется обращение, либо фамилию, имя, отчество соответствующего должностного лица и его должность, а также фамилию, имя, отчество гражданина, направившего обращение, почтовый адрес, по которому должен быть направлен ответ, изложение существа вопроса, личную подпись указанного гражданина и дату. Указание контактного номера телефона не является обязательным, но в целях ускорения процесса рассмотрения заявления необходимо.

Для написания заявления необязательно обращаться к юристу или адвокату. Достаточным является описание события либо обжалуемого решения. В случае необходимости уточнения каких-либо данных сотрудник, рассматривающей жалобу, свяжется с заявителем по телефону либо пригласит на встречу письменно.

Прокуратурой Центрального района г. Оренбурга нередко рассматриваются жалобы на бездействие сотрудников полиции. Один из ярких примеров имеется и в текущем году. В прокуратуру обратились жительницы одного из общежитий на ул. Шевченко г. Оренбурга с жалобой на соседей и бездействие сотрудников полиции.

Женщины рассказали, что в одну из комнат общежития незаконно вселился ранее судимый мужчина с сожительницей. С этого времени у всего общежития начались тяжелые дни. Новый сосед постоянно употреблял спиртные напитки, водил шумные компании, устраивал драки.

На протяжении трех лет соседи по несколько раз в неделю вызывали сотрудников полиции, писали жалобы на действия соседа, однако должностные лица не принимали мер, адекватных сложившейся ситуации.

За это время в отношении соседа судом было вынесено два обвинительных приговора по краже и грабежу, а во время очередного распития спиртных напитков пострадала его собутыльница.

Прокуратурой района по данному факту проведена проверка. Установлено, что сообщение об избиении женщины зарегистрировано в отделе полиции № 2 МУ МВД России «Оренбургское» спустя три недели. На протяжении недели после регистрации сообщения о преступлении должностные лица пострадавшую и свидетелей по обстоятельствам случившегося не опросили, не приобщили медицинские документы о тяжести причиненного вреда здоровью.

Прокурором внесено требование о возбуждении уголовного дела. Оно рассмотрено и удовлетворено. В результате возбуждено уголовное дело по факту причинения тяжких телесных повреждений пострадавшей.

Начальнику отдела полиции № 2 МУ МВД России «Оренбургское» также внесено представление в отношении участкового уполномоченного полиции, который на протяжении длительного времени не предпринимал мер по профилактике преступлений и правонарушений. Представление рассмотрено и удовлетворено, однако участковому удалось избежать ответственности, поскольку он уволился по собственному желанию. К дисциплинарной ответственности привлечено его руководство.

Евгения ТУШЕВА, старший помощник прокурора Центрального района г. Оренбурга.

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

► 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 (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*)

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

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

► Квартиру в 2-квартирном доме в с. Рождественка Беляевского р-на (60 км от Оренбурга). 57 м², со всеми удобствами, окна пластиковые. Во дворе - летняя кухня, баня, душ, огород, погреб. Т. 8-919-852-31-19. (177*)

► 2-комн. кв-ру в 2-этажном доме в п. Светлом Сакмарского района. 53,8 м², все коммуникации, газовое отопление, пластиковые окна, новая крыша. Т. 8-932-553-33-56. (213*)

► 2-комн. кв-ру, 50,5 м², в новом доме в п. Переволоцком. Т. 8-922-550-39-87. (226*)

► Дом в Оренбурге, в районе пл. 1 Мая, 52 м². Земельный участок 732 м², имеются гараж, сарай, погреб, баня. Т. 56-18-52. (227*)

► Кв-ру в с. Городище, 45 м². После ремонта, земля 2 сотки, гараж с погребом. Цена договорная. Т. 8-922-830-29-66. (236*)

► Дом деревянный 50 м² и земельный участок 3 400 м² в с. Нижний Гумбет Октябрьского р-на (100 км от Оренбурга). В доме газовое отопление, слив, имеются счетчики. Дом в хорошем состоянии, не требует ремонтных работ. Расположен в центре села, рядом находятся магазин, детский сад, школа. Т. 8-903-365-93-43. (246*)

► Однокомнатную квартиру в Оренбурге на ул. Пролетарской, рядом с ж/д больницей. Остается мебель. Звонить по т. 8-919-840-55-92, 8-922-814-78-49. (255)

КУПЛЮ

► Квартиру, комнату. Т. 23-64-35. (241)

РАЗНОЕ

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

► Библиотека хутора Чулошников Оренбургского района примет в дар стеллажи для книг или книжные шкафы. Т.: 8-922-820-99-66, 39-20-16. (219*)

КУПЛЮ

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

► 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)

► Автомобиль. Т. 8-922-836-33-56. (240)

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*)

► Саженцы бесшипной ежевики садовой, 8 сортов (поросли не дает); саженцы винограда, трехлетки, 6 сортов, в контейнерах. Можно сажать в любое время. Т.: 60-08-71, 8-950-184-12-54. (166*)

► Диван с подушками в хорошем состоянии, нитки мулине и шерстяные оптом, палас, ковер. Т. 47-16-95. (169*)

► Глубинный насос. Т. 8-987-862-17-99. (212*)

► Обои, краски, отделочные материалы. Низкие цены. Т.: 21-05-05, 8-922-538-21-01. (247)

► Индоуток, индоутят, цыплят разных возрастов. Т.: 8-922-556-07-94, 39-68-17. (248)

УСЛУГИ

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

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

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

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 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 любых 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)

МЕБЕЛЬ

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

► Перетяжка мягкой мебели, замена пружинных блоков, обивки. Изготовление пуфов. Скидка. Т. 8-922-829-74-34. (19)

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)

РАЗНОЕ

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

► 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)

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

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

► Любые металлические конструкции: двери, заборы, ворота и т. д. Ковка. Качественно. Т. 209-203. (222)

► Шоу от Светланы. Баян. Домра. Гитара. Свадьбы - 15 т. р., юбилеи - 8 т. р. Любые торжества. Т. 8-912-349-74-64. (181)

► Частный санитар оказывает уход: переодевает, кормит, купает, выводит на прогулку, помогает при выполнении упражнений. Обслуживание в Оренбурге, Самородово, Караванном. Работаю официально. Т. 8-987-196-08-35. (28)

РАБОТА

► Д/саду № 77 (ул. Полтавская, 41) требуются воспитатель, инструктор по физкультуре с высшим образованием, желательно со стажем работы, помощник воспитателя с образованием. Т. 43-07-74. (256)

► 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*)

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ

► В связи с утерей считать недействительным студенческий билет, выданный ФГБОУ ОрГМУ Минздрава России в 2013 году на имя Адаменко Богдана Александровича. (259)

В ФИЛИАЛ «ОРЕНБУРГЭНЕРГО» ТРЕБУЕТСЯ СПЕЦИАЛИСТ

Проводится отбор кандидатов на должность специалиста по кадровой работе (срочный трудовой договор на период отсутствия основного работника).

Требования к кандидатам:

* высшее образование (желательно - юридическое, управление персоналом);
* опыт работы в области кадрового учета и делопроизводства, формирования кадровой отчетности;
* знание трудового законодательства РФ;
* навыки оформления кадровых документов, работы в программах «1С Предприятие», «Контур», «Excel»;
* деловые качества: ответственность, готовность работать в условиях высокой интенсивности и многозадачности.

Желающим принять участие в отборе необходимо отправить резюме на e-mail: valya@orene.ru, факс: 98-46-98.

Телефоны специалиста кадровой службы: 79-75-04, 79-77-37.

ЗНАКОМСТВА

► **МУЖЧИНА**, 48 лет, светлые глаза. Познакомлюсь с девушкой, женщиной с хорошей фигурой, можно с южанкой, азиаткой, брак не исключен. Т.: 65-07-00, 29-77-93.

► **ЖЕНЩИНА,** 74 года, 156/55, хорошая хозяйка, чистоплотная. Вдова. Люблю природу, увлекаюсь спортом. Для общения и дружбы познакомлюсь с простым, порядочным, добрым, любящим природу мужчиной своего возраста, с жильем. Т. 8-987-345-60-56.

► **ИРИНА,** 55 лет, 165/68. Для общения познакомлюсь с русским мужчиной от 55 до 63 лет, ростом не ниже 170 см, без вредных привычек, из Оренбурга. Т. 8-922-884-98-82.

НАЛОГОВАЯ СООБЩАЕТ

Как рассчитать транспортный налог для физических лиц?

Каждый, на кого зарегистрировано какое-либо транспортное средство (далее - ТС) и кто не имеет соответствующих льгот, должен платить транспортный налог.

Информацию о ТС, его характеристиках, владельце и сроках регистрации в налоговую инспекцию представляет орган, который осуществляет государственную регистрацию тех или иных ТС.

1. Налоговая база - величина, установленная для расчета налога в зависимости от вида ТС. Для автомобилей, мотоциклов, самоходных водных судов, иного транспорта с двигателем это мощность двигателя в лошадиных силах; для несамоходных (буксируемых) водных судов это валовая вместимость в регистровых тоннах и т. д.

2. Доля в праве собственности на ТС. Если собственник один, доля в праве принимается за единицу, если несколько - для конкретного налогоплательщика берется его часть (1/2, 1/3 и т. п.).

3. Налоговая ставка, которая устанавливается законом Оренбургской области в расчете на одну лошадиную силу мощности двигателя, одну регистровую тонну валовой вместимости несамоходного судна и т. д.

4. Период, за который рассчитан налог. Обычно это предыдущий календарный год. Если ТС было зарегистрировано на вас весь год, величина принимается равной единице. Если только на часть года, период определяется как отношение числа полных месяцев, в течение которых ТС было зарегистрировано на вас, к числу календарных месяцев в году.

5. Повышающий коэффициент. Исчисление суммы налога производится с учетом повышающего коэффициента в отношении легковых автомобилей стоимостью от 3 млн руб. с соответствующим годом выпуска. Перечень легковых автомобилей средней стоимостью от 3 млн руб., подлежащий применению повышающего коэффициента в очередном налоговом периоде, размещается ежегодно не позднее 1 марта очередного налогового периода на официальном сайте Минпромторга.

Размер транспортного налога рассчитывается как произведение указанных выше пяти составляющих. В налоговом уведомлении, которое направляет налоговая инспекция, указываются все величины, необходимые для расчета, и итоговая сумма налога.

С помощью логина и пароля от Единого портала госуслуг можно получить доступ к личному кабинету налогоплательщика

Пользователи сайта www.gosuslugi.ru могут получить доступ к сервису «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц» по логину и паролю Единого портала государственных и муниципальных услуг.

Если у гражданина есть учетная запись на портале госуслуг, полученная после подтверждения личности в центре обслуживания, посещать налоговую инспекцию, чтобы получить данные для входа в личный кабинет налогоплательщика, вовсе не обязательно. Достаточно просто на сайте ФНС России (www.nalog.ru) ввести логин и пароль портала госуслуг.

В личном кабинете можно увидеть налоговые начисления, заполнить и подать налоговую декларацию через Интернет, проверить информацию о своих объектах налогообложения и отследить, одобрен ли налоговый вычет.

ИФНС России по Дзержинскому району г. Оренбурга.

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

С днем рождения

Лидию Клюкину,
Анну Валынскую,
Нину Саламатину,
Тамару Мананникову,
Ольгу Малышеву,
Антонину Подольских,
Раису Белецкую,
Надежду Григорьеву,
Сергея Чернова,
Антона Мясникова,
Николая Маликова,
Галину Болотную,
Александра Зубова,
Виктора Зубова,
Людмилу Бусалаеву,
Евгения Демидова,
Ирину Кареву,
Татьяну Козлову,
Зульфиру Мулюкову,
Рената Мулюкова,
Рафаэля Шарифулина,
Муниру Шарифулину,
Эльвиру Мустафину,
Игоря Романенко,
Раису Лашеву,
Татьяну Балашову,
Эльвиру Загитову,
Инну Шатохину,
Елену Ермолаеву,
Наталью Сергееву,
Юлию Кашину,
Раису Карягину,
Нину Саликову,
Татьяну Бирюкову,
Александру Корчагину,
Надежду Поршневу,
Татьяну Хабарову,
Надежду Приходько,
Сергея Битаева,
Михаила Богатова,
Любовь Есину,
Веру Щеглову,
Петра Инякина,
Любовь Савенкову,
Алсу Нуриеву,
Евгения Воробьева!

С днем рожденья! Счастья, мира,
Жизни теплой и счастливой,
Радостных, удачных дней,
Доброты, всех благ, идей!

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!

Уважаемую Наталью Сергеевну Толочкову поздравляем с днем рождения!

Пусть Ваша жизнь счастливой будет,
Удача к Вам дорогу не забудет,
Пусть радость и добро, надежду и веселье
Вам принесет в подарок день рожденья!
Пусть этот день прекрасным будет,
Пусть все сбываются мечты.
Пусть солнце светит вам повсюду,
Пусть улыбаются цветы!

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

Дорогие ребята, уважаемые родители и коллеги!

Поздравляю вас с Днем знаний и началом нового учебного года! Пусть он будет легок и насыщен, активен и плодотворен. Желаю преуспевать в любых начинаниях, доводить все до конца, стремиться к успеху и смело бороться за свою победу. Крепких знаний, крепкого здоровья и крепкой дружбы!
Двери нашего Дворца творчества детей и молодежи гостеприимно открыты для всех. Сделаем новый учебный год творческим, ярким и успешным!

Татьяна Михайловна Гринева, директор МБУДО «ДТДиМ» г. Оренбурга.

Дорогую, любимую жену, мамочку Татьяну Алексеевну Хабарову поздравляем с днем рождения!

С днем рожденья тебя поздравляем,
Желаем радостей, улыбок, доброты,
Чтоб жизнь твоя земным казалась раем,
Чтоб все сбылись заветные мечты!
Как можно ярче, солнце, улыбайся
И не печалься, дорогая, никогда!
Цветком весенним ярко распускайся
И радуй красотой своей всегда!

Муж, дети, с. Мустаево.

Уважаемую Аллу Григорьевну Синицкую поздравляем с юбилеем!

С юбилеем Вас мы поздравляем
И от сердца чистого желаем
Жить до следующих юбилеев,
Ни на год душой не старея.
Чтобы каждый день был Вам в награду,
Чтоб любимые были все рядом.
Чтоб Вам жить без скуки, печали,
Чтоб глаза лишь от счастья сияли!

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

Уважаемую Людмилу Сергеевну Худякову поздравляю с днем рождения!

Я тебя от души поздравляю,
Юность сердца храни для людей!
Нежным взглядом своим освещая,
Атмосферой душевной согрей.
То, что людям даешь, отзовется,
А не канет в далекие дали,
Семикратно с любовью вернется,
И минуют любые печали!

З. А. Мустафина, с. Мустаево.

Любимого Ивана Чернышкова поздравляем с днем рождения!

Ну вот еще один годок
Уходит прямо из-под ног.
И ты взрослеешь на глазах:
Прическа, взгляд, как скажешь, так...
На все находишь свой ответ!
Пусть жизнь течет легко и гладко,
Чтоб в школе, дома было все в порядке.
Успех, забота близких и друзей,
А мы с нетерпеньем будем ждать твой юбилей!

С любовью, все мы, кто тебя любит.

Нашу любимую Элину Салихову поздравляем с днем рождения!

Семь лет тебе сегодня.
Мы с днем рожденья поздравляем,
Добра, улыбок, море света
Мы от души тебе желаем.
Здоровой будь, учись отлично,
Красивой девочкой расти!
Успехи, радость и удача
Пусть поджидают впереди!

Родители, брат Марсель, дедушки, Мустафины, Адиловы, с. Чесноковка.

Любимого Руслана Мансурова поздравляем с днем рождения!

Поздравляем мы сердечно
С днем рождения тебя!
От души желаем счастья,
Смеха, радости, добра.
В восемь лет твоя дорога
Пусть стартует без помех.
Мы удач желаем много-много,
Главных жизненных побед!

Родители, Юля, Алсу, бабушка, дедушка, многочисленные родственники, с. Чесноковка.

Дорогую Оксану Михайловну Шиповалову сердечно поздравляем с юбилеем!

Ты сегодня в центре восхищенного вниманья,
И полна очарованья.
Ты у нас - красы цветенье, сил рассвет,
Самый сок и самый цвет!
Звездой желаем быть в работе,
А уж любить - так всей душой.
Если плакать, то от счастья,
Под защитой быть большой!

С уважением, Людмила, Олег, Оксана.

Уважаемую Надежду Сысоевну Приходько поздравляем с днем рождения!

Позвольте с днем рожденья сердечно Вас поздравить,
Здоровья, долголетья и счастья пожелать.
Фортуна ни на миг Вас пусть в жизни не оставит,
В работе Вам желаем ни дня не уставать.
Мечты достичь упорством, ни капли не жалея!
Желаем лишь мудрее Вам с каждым годом быть,
Рассвет встречать с улыбкой, душою не старея,
И каждым днем прожитым бесценно дорожить!

Коллектив врачебной амбулатории, с. Мустаево.

Уважаемую нашу заведующую Ольгу Ивановну Пыжову поздравляем с юбилеем!

Благополучия, достатка,
Цветов прекрасных, добрых слов!
Пусть жизнь течет легко и гладко,
Приносит радость и любовь!
Пусть будет каждый день наполнен
Заботой близких и друзей,
Пусть все желания исполнит
Чудесный этот юбилей!

Коллектив неврологического отделения ж/д больницы, г. Оренбург.

Дорогую Гасиму Абдрахмановну Исхакову поздравляем с юбилеем!

90 - это возраст,
Круглой даты юбилей.
Поздравляем этим тостом
И желаем светлых дней.
Мира, благосостоянья,
Никогда не унывать,
А с родными - пониманья,
И бодрость духа не терять!

Дети, внуки, правнуки.

Дорогого зятя, дядю Владимира Ивановича Ботина поздравляем с юбилеем!

С юбилеем от души,
Пусть сбываются мечты!
Счастья, радости, добра
И здоровья, да сполна!
Легких и прекрасных дней,
Жизнь пусть будет веселей,
Пусть плохое ходит мимо,
А фортуна не уходит!

Галя, Юля, племянники, с. Подстепки.

Нашу дорогую, любимую Полину Трофимовну Утробину поздравляем с днем рождения!

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

Дети, внуки, родные.

Хотите поздравить близких?

Базовая цена размещения поздравлений:
- 8 строк стихотворного текста (не включая обозначения адресата) - 200 руб;
- 8 строк + фото - 250 руб.

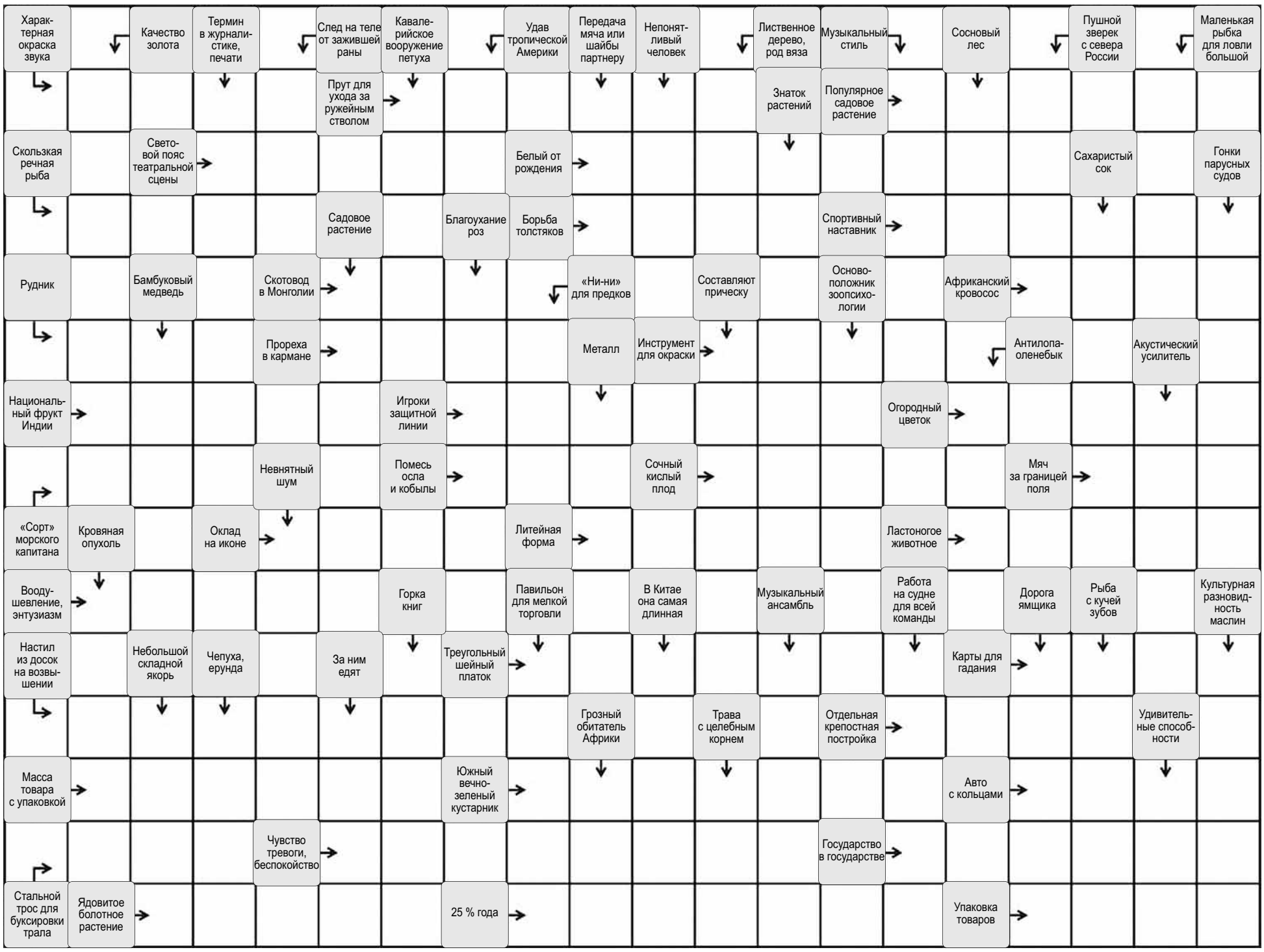
При количестве строк более 8 каждая следующая строка - 30 руб.

Наценка за срочность - 100 %.

Внимание!

При публикации поздравления для одного человека от разных поздравителей фамилия и имя именинника указываются только один раз.

Телефон для справок: 77-30-87.



Астрологический прогноз с 3 по 9 сентября

Овен

В эти дни можно рассчитывать на успех в финансовых и профессиональных делах. В сфере чувств все неоднозначно. Есть риск, что возникнут противоречия в общении с партнером по браку или с человеком, которого вы хотите назвать второй половинкой.

Телец

Старайтесь относиться к проблемам легко, тогда многие вопросы решатся сами собой. В окружении могут объявиться люди, которых вы не видели уже много лет. Успешно будут развиваться романтические отношения. На выходные можно запланировать поездку на пикник.

Близнецы

Эта неделя благоприятна для урегулирования финансовых вопросов. Можно рассчитывать на помощь со стороны близких родственников. Отношения в этот период будут строиться на основе любви и взаимопонимания. Постарайтесь грамотно сочетать работу с развлечениями.

Рак

Вы можете проявить чрезмерную поспешность в делах, связанных с потенциальными заработками. Будьте внимательны. Даже если представится шанс стать богаче, не следует бросаться в омут с головой, не просчитав все риски.

Лев

На этой неделе вам удастся стать значительно ближе к воплощению заветной мечты. Особенно повезет тем, чья мечта носит нематериальный характер. В ближайшие дни рекомендуется творить любые благие дела, не требуя в ответ даже простого спасибо.

Дева

Предвидится множество дел, которые заставят крутиться, как белка в колесе. Старайтесь не связываться с людьми, которые «витают в облаках». И обязательно лично проверяйте все, что вам рассказывают о перспективах проекта, иначе станете жертвой мошенничества.

Весы

Вам на этой неделе, скорее всего, удастся воплотить в жизнь большинство из намеченных целей. Удача будет сопутствовать и в личных, и в служебных делах. Весам старшего возраста рекомендуется «тряхнуть стариной». Устройте для друзей что-то вроде веселой тусовки.

Скорпион

Сейчас вы будете производить впечатление слишком резкого человека. В ближайшие дни целесообразно провести ревизию в списке лучших друзей. Не бойтесь перемен в сфере чувств и воздержитесь от самолечения.

Стрелец

Не бойтесь перемен и при необходимости идите на риск. В вас будет силен дух реформаторства - стремления к преобразованию сложившихся устоев. Особенно ярко это может проявиться в профессиональной деятельности. Выходные проведите в романтической обстановке.

Козерог

Хорошая неделя: многим суждено преуспеть в служебных делах. Чуть менее радужной будет ситуация в личных делах. Не доверяйте непроверенной информации и воздержитесь от приступов ревности. В выходные предвидится несколько интересных поездок.

Водолей

У вас может появиться нерабочий настрой. Не допускайте, чтобы временная апатия мешала развитию дел, к которым вы уже приложили большие усилия. Ищите источники, дарующие силы и позитив. Пообщайтесь с детьми, сходите в кино, уделите время любимому хобби.

Рыбы

На этой неделе вы станете невольными свидетелями какого-то сенсационного происшествия. Других ярких событий в ближайшие дни не предвидится. Не рекомендуется много времени проводить в социальных сетях. Займитесь собой.

ХА! ХА! ХА!

- Дочь не любит читать, тысячу дел найдет, лишь бы не читать!
- Вот так и вырастают деловые люди!

* * *

- Новости читал? Недавно людоеда поймали!
- Да ну?! На чем погорел-то?
- Пельмени «Моя семья» продавал.

* * *

- Вы счастливы в семейном браке?
- О да! Мы так сильно любим друг друга, что уже три раза откладывали развод.

* * *

Жена - мужу, перед поездкой на курорт:
- Дорогой, никак не могу решить, какой купальник купить - открытый или закрытый?
- Конечно, закрытый, только с дырочками для глаз!

* * *

В аэропорту таможенник спрашивает у старого еврея:
- Откуда прибыли?
- Какие прибыли, что вы? Одни убытки.

* * *

- У меня было все: деньги, великолепный дом, роскошная машина и красивая женщина, которая меня любила. А потом все это исчезло!
- Что же случилось?
- Жена узнала.

* * *

Разъяренная женщина прибегает к ворожее:
- Я просила тебя сделать из моего мужа жеребца!
- Я так и сделала, чем недовольна?
- Не так сделала! Я раздеваюсь, а он ржет и остановиться не может.

Ответы на сканворд из №34

По горизонтали: Подкова. Тунг. Урод. Берш. Соната. Ауди. Типаж. Вес. Папа. Сигара. Сатурн. Красотка. Ара. Идол. Лапа. Квадрига. Стопа. Рыжик. Велд. Секач. Жако. Дорожка. Пакля. Буер. Каин. Гвоздика. Коч. Вор. Крона. Эстакада. Рай.

По вертикали: Литр. Вред. Ага. Хаос. Драп. Рычаг. Соус. Стриж. Квас. Дротик. Гирло. Кон. Гамак. Язва. Подача. Док. Рапира. Забава. Собака. Трасса. Ушу. Арат. Декор. Дата. Оборона. Угли. Чай. Прилавок. Панда. Ежа. Опилки. Калла. Дан.

ПАМЯТНИКИ
Стела
ГРАНИТНАЯ МАСТЕРСКАЯ
Мрамор - от 3 700 р
Гранит - от 12 600р
СКИДКА мрамор - 15 % гранит - 20 %
РАССРОЧКА до 6 месяцев
СКИДКИ пенсионерам
цены на установку - от 3000р
т. 91-50-50 www.стела56.рф
Предоставляем документы на компенсацию участникам и инвалидам ВОВ, ветеранам ВС и БД
Предъявителю купона - скидка 5 %.

Недоросшее счастье

Максим влюбился в Марину с первого взгляда и пообещал быстрее вырасти. Сквозь годы пронес он свою детскую влюбленность, чтобы однажды по-настоящему сказать «Я тебя люблю».

Когда-то, так много лет назад, что и вспомнить страшно, по почтовым ящикам рассылались некие «письма счастья». Такое письмо нужно было перекопировать, то есть переписать несколько раз, и разослать друзьям. А после того, как оно вернется к тебе обратно, все - открывай ворота - счастье пришло. Глупости, конечно, все это. Но верить хотелось, ведь всем нам так не хватает счастья.

Сейчас в мире совершенно новых технологий люди все реже и реже пишут друг другу письма. Разве что электронные. Вот и Маришка по обыкновению сидела за компьютером, перечитывая почту. Она уже было хотела ложиться спать, как вдруг получила еще одно сообщение. В нем было всего два слова: «Желаю счастья». И все. Марина удивилась, ведь оно пришло от какой-то неизвестной ей женщины. Но сон как рукой сняло, стало как-то необыкновенно легко и приятно на душе. И Маришка всерьез задумалась. А что есть счастье и счастлива ли она на самом деле?

ГДЕ ТЫ, МОЯ РЫБКА?

Для каждого человека под понятием «счастье» подразумеваются разные вещи. Для одного это просто сытая и обеспеченная жизнь, для другого - более духовные, тонкие материи. Но тем не менее раздумья о смысле жизни и счастье присущи всем. И по своему обыкновению счастье приходит, когда его совсем не ждешь, равно, как и любовь.

Вот и тот день не предвещал ничего интересного и хорошего. Обычная серая пятница, таких тысячи в календаре ничем не примечательных будней. Хотя нет, все же в ней было что-то не так. Может, то, что это был последний день недели, впереди - долгожданные выходные. А может, во всем виновато солнышко, заглянувшее ненадолго в окна офиса. Марина пока не могла понять. Но было чувство, взявшееся ниоткуда и теплой волной разлившееся по всему телу. Мечтательно вздохнув, Маришка улыбнулась. Наверное, это было предвкушение чего-то хорошего. Ведь Марина была молодой и, как все, мечтала о любви, а значит, о счастье.

Только вот женихов на горизонте не намечалось. То ли не ее время было, то ли еще какая-то непонятная причина. Но не было, хоть ты тресни! У всех были, а у Маринки не было. Она и у зеркала порой спрашивала об этом, и у матери:

- Ну когда же я наконец замуж выйду?

- Выйти замуж не напасть - лишь бы замужем не пропасть, - неизменно говорила мама и этим сильно бесила Маринку.

- Старо все это, хватит уже! Вот ты все и накаркала! - в сердцах сердито выговаривала матери дочь.

- Да ладно, ладно, не кипятись, выйдешь замуж, еще наживешься. Какие твои годы?!

А годы шли. Не невеста - переросток. Но, видать, у каждого свое время, свой срок.

- Наверное, я за тебя замуж отходила, - печально говорила мать, несколько раз испытавшая на себе узы неудачного брака.

Ей уже и самой поскорее хотелось внуков. Обычно матери сетуют на непутевых дочек, рано выскочивших замуж и нарожавших детей, когда сами-то еще, по сути, дети. Здесь же все наоборот. Хоть на улицу выходи и зазывай женихов.

А тут еще недавно сон Маришке приснился. Она его так и не поняла до конца. Будто бродила она по какому-то водоему. Голыми руками ловила рыбу. Попадалась разная: и красивая, похожая на золотую, и обыкновенная, серая. Но все не та. Маришка как будто искала какую-то свою, особенную. Она вылавливала рыбу, рассматривала ее и тут же отпускала обратно в воду. Да так и не нашла. Неужели ее рыбешка еще не народилась?

СОН В РУКУ

После работы Марина решила навестить свою тетку. Уже давно к ней не приезжала, все дела да дела. А сегодня сам Бог велел это сделать, ведь спешить-то особо некуда - впереди целых два выходных. Если честно, Маришка просто обожала такие вечерние посиделки с тремя племяшами, которые тут же висли на ней, как на груше. Марина вообще любила детей, и те это чувствовали.

- Как это тебе удается находить с ними общий язык? - зачастую удивлялась тетя.

- О, Маришка пришла, - радостно загалдела детвора и бросилась к Марине.

Они звали ее по имени и на ты, обращаясь как с ровней. А она и сама была в душе ребенком, милым и непосредственным, верящим в сказки и чудеса, которые рассказывала ребятне.

На этот раз в детской компании было прибавление. Марина заметила темноволосого мальчика. Он сидел за компьютерным столом со старшим племянником Денисом и был очень увлечен игрой. Но все же поздоровался с Мариной, и она отметила, что глаза у мальчика какие-то грустные. Обладателя карих глаз звали Максимом. Это был соседский мальчишка, переехавший сюда из другого города.

Мать Максима постоянно была занята какими-то неотложными делами. Мальчик, конечно, мог бы оставаться дома один, уже не маленький, но за такими детьми еще больше приглядывать нужно. Вот они и подружились с многодетной семьей.

«Да ладно, где трое, там и четвертому места хватит», - улыбалась Маринина тетка. Тем более мальчишка скромный и как раз ровесник ее старшенькому, 14-летнему Дениске. И интересы у них были одни - вечно за компьютером засиживались.

- О, у тебя тут целый детский сад, - удивилась Марина и улыбнулась.

До чего же ей было тепло среди этого шума, вечной толкотни и суеты. Именно здесь Маришка оживала, вновь обретая себя. Можно было быть собой, полностью отдаваясь беззаботному веселью. Ну скажите, разве это не счастье? Наверное, только в детстве его и испытываешь, не осознавая этого. И лишь с годами понимаешь, что именно тогда и был по-настоящему счастлив.

Вот и тянуло в это счастливое детство, в этот светлый дом Марину. И все же, как понимала она, детство у всех разное. У кого-то беззаботное, полное родительской любви и внимания. У кого-то недоброе и неласковое. Наверное, как у этого парнишки. Марина давно заметила, что Максим был не по годам взрослый и немногословный. Девушке даже казалось, что мальчишка старался избегать ее. Хотя изредка она ловила на себе любопытный и быстрый взгляд подростка. И ей становилось его жаль. В такие моменты Марине хотелось как-то подбодрить мальчика. Она стала интересоваться его учебой, увлечениями. С удивлением узнала, что Максим играет на гитаре и даже сочиняет стихи и музыку.

Девушке нравился этот мальчик, в нем был некий стержень. Оказалось, что, кроме компьютера, парнишка был увлечен еще и искусством. От Максима Марина порой узнавала такие вещи, о которых и не подозревала. Эрудированный мальчик положительно влиял и на шалопая-племянника.

Максим приходил в гости как к себе домой, иногда даже оставался ночевать. Марина тоже была частой гостьей у своей родни. А иначе и быть не могло. Кто поможет по хозяйству тетке, кто посидит, поиграет с ребятней? Ведь своей семьей Маришка так еще и не обзавелась. Не сумела найти себе подходящего человека. Они порой шутили с теткой: «Видать, жених-то еще не родился или в школу ходит». Шутили-шутили и дошутились.

ЕЕ МАЛЬЧИШКА

Прошло несколько лет. Марина даже не заметила, как старший племяш перегнал ее по росту. Подрос и Максим. Из угловатого стеснительного подростка он превратился в галантного кавалера. Девчонки-сверстницы бегали за ним. Марина видела, как они поджидали мальчишек у подъезда, куда-то уводя с собой. И была счастлива, что ее парнишки пользуются спросом у слабого пола. Да, они и были ее мальчишками. Марина так привыкла, что рядом с племянником всегда был Максим, что уже и не разделяла их. Они были ей как братья.

Но, как оказалось, для Максимки все было по-другому. Он, хоть и называл ее просто по имени, все же относился по-особенному. Марина и сама видела, считая это проявление обыкновенной детской влюбленностью. Ее и племянники любили, и Марина отвечала взаимностью. Не отделяла от общей компании и Максима.

Однако в последнее время он стал каким-то странным. При появлении Марины краснел и, ссылаясь на дела, старался уйти. Девушка голову ломала, что же случилось с парнишкой. Может, дома что-то не так. Однако лезть в душу стеснялась.

Однажды, не выдержав такого отношения к себе, Марина, поймав Максима уже в коридоре, спросила:

- Что с тобой? У тебя что-то случилось? У тебя неприятности? В чем причина?

Мальчик долго не хотел говорить, потом, набрав побольше воздуха в легкие, выдохнул:

- Ты! Ты моя причина! Ты подожди меня, Марин. Я скоро вырасту, обязательно вырасту! - и убежал.

«Какой глупый, еще совсем мальчишка», - пожимала плечами Маришка. Домой все же шла счастливая: «Какой же он все-таки смешной и еще маленький».

А она так долго ждала-гадала, все искала чего-то. Оказывается вот оно, ее недоросшее счастье, которое ей предстоит еще дождаться.

На другой день в своем почтовом ящике Марина обнаружила конверт. Странно, она давно не получала писем. Может быть, оно из какого-нибудь госучреждения? Небрежно вскрыла конверт и удивленно повела бровью. Три слова, словно молитва, отпечатались в ней: «Я люблю тебя». Обескураженная, Марина долго стояла в подъезде, понимая, что это и есть письмо-счастье, и оно предназначено только ей. Такое детское и чистое.

МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ

Сразу после окончания школы Максим ушел в армию. В институт даже не пробовал поступать. Ни родные, ни друзья, ни Марина не понимали, зачем ему это нужно, ведь учился хорошо и мог бы продолжить образование.

Совсем скоро Марина вновь получила письмо. И снова в нем было всего лишь три слова: «Я тебя люблю». Вместо адреса отправителя - сердечки. Через неделю пришло еще одно точно такое же письмо, а потом еще и еще… И так почти целый год.

А потом письма прекратились. Марина, так привыкшая их получать, не находила себе места. Пробовала узнать у Дениса, в какой части служит его друг (город-то она прочла на конверте), но так ничего и не добилась.

В тот вечер Марина была одна. Мама с началом летнего сезона уехала жить на дачу, и женщина коротала выходные у компьютера. Впрочем, мысли были совершенно о другом, о Нем, ее Максиме.

От звонка Марина даже вздрогнула: «Кому это понадобилось приходить в такое время?», - но дверь все же открыла.

На пороге с огромным букетом роз стоял Максим, ее выросшее счастье.

Жанна ПЛУЖНИКОВА, г. Оренбург.

ШЕЙНЫЙ ОСТЕОХОНДРОЗ? ВЫЙТИ ИЗ-ПОД ДАВЛЕНИЯ!

Запущенный остеохондроз - скрытый враг, способный вызвать гипертонию

Продолжите логическую цепочку: осень, дождь, слякоть… Зачастую следующими словами могут оказаться «перепады артериального давления». Ведь именно в ненастную погоду давление имеет скверную привычку повышаться или «скакать». А если при этом еще и шейный остеохондроз «в багаже», последствия могут быть куда более опасными.

КОГДА СЕРДЦЕ И МОЗГ «ВЫДЫХАЮТСЯ»

Дело в том, что при шейном остеохондрозе дегенеративно измененные позвонки, спазмированные мышцы и отечные ткани способны пережимать правую и левую позвоночные артерии, проходящие прямо через отверстия в позвонках. Их задача - доставлять кровь от сердца в ствол головного мозга, а значит, и жизненно необходимый мозгу кислород. В сущности, мозгу перекрывают дыхание!

А что такое головной мозг? Это центр управления автоматическими процессами всего нашего организма: ствол мозга поддерживает постоянство внутренней среды, клеточную регуляцию, баланс элементов, контролирует дыхание, сердцебиение, давление…

Нетрудно понять, что произойдет с системой, если мозг недополучит кровоснабжения. Буквально все процессы в организме могут выйти из строя!

Оказывается, первой на нехватку крови реагирует «ромбовидная ямка» - наиболее чувствительный участок мозга. Именно в ее ведомстве находится сердечно-сосудистая деятельность.

«Ямка» реагирует просто: отдает приказ сердцу о повышении давления, чтобы компенсировать слабый кровоток. **И вот он - опасный скачок!** По сути, это попытка сердца забросить поток крови к важным органам, чтобы помочь им выжить.

К несчастью, сосуды не всегда способны выдержать столь мощный напор, что может вызывать риск сосудистой катастрофы.

С целью снизить риски стоит включить в лечебный комплекс терапию импульсным магнитным полем. Действие нового аппарата АЛМАГ+ основано именно на этом клинически проверенном физическом факторе.

ВНИМАНИЕ! АКЦИЯ!
Только с 9 по 22 сентября в аптеках «Областной аптечный склад» и в магазине «Ортотека» цена на АЛМАГ+ снижена на 1 000 рублей!

АЛМАГ+ может помочь:

- ✓активизировать кровоснабжение и доставку кислорода в головной мозг;
- ✓снять сосудистый спазм, устранить головную и шейную боль;
- ✓избавиться от головокружений, тошноты, приступов удушья из-за проблем с АД;
- ✓снять обострение шейного остеохондроза с помощью специального нового режима;
- ✓снизить риски острого нарушения мозгового кровообращения.

Кроме того, АЛМАГ+ сам способен положительно влиять на стабилизацию артериального давления, тормозить прогрессирование шейного остеохондроза, предотвратить ишемию мозга и избежать сосудистой катастрофы.

АЛМАГ+ представляет собой **новый уровень клинической и домашней физиотерапии**. В АЛМАГе+ имеется **основной режим, педиатрический и режим с противовоспалительным и обезболивающим эффектами**. Последний режим заслуживает особого внимания, потому что предназначен для борьбы с обострениями хронических заболеваний спины и суставов. Его параметры настолько тщательно выверены, что разрешены к использованию в столь мучительный для пациента период, когда иные средства зачастую противопоказаны.

Показания к применению аппарата АЛМАГ+

- ***Шейный остеохондроз, в том числе осложненный межпозвоночной грыжей***
- ***Остеохондроз грудного, поясничного, крестцового отделов***
- ***Артриты***
- ***Артроз***
- ***Остеопороз***
- ***Травмы***

ПРЕИМУЩЕСТВА НОВОГО АППАРАТА АЛМАГ+

1 **Расширенные возможности. Три точно подобранных режима работы** отныне дают возможность лечить шейный остеохондроз по медицинским стандартам и при этом - с индивидуальным подходом к конкретной ситуации.

2 **Важно, что даже для маленьких детей от 1 месяца жизни разработан бережный детский режим № 2** с особыми параметрами магнитного поля.

3 **У нового АЛМАГа+ улучшена конструкция и увеличена комплектация:**

- индукторы можно разделять 2х2 для лучшего охвата больной зоны;
- есть световые и звуковые индикаторы состояний;
- появились надежные универсальные крепления, чехол и кейс.

За счет трансформации линейки лечебных индукторов и усиления плотности магнитного потока усовершенствованы показатели лечения **именно шейного остеохондроза.**

Аппарат создан в научно-техническом центре компании ЕЛАМЕД - крупного специализированного медицинского производителя, чьей продукцией оснащено около 80 % лечебных учреждений России. Разве это не гарантия надежности?

Следите за здоровьем, и пусть жизнь будет в радость!

ЖИЗНЬ БЕЗ ЛИШНИХ ПИЛЮЛЬ 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

И в других аптеках и магазинах медтехники города и области

Реклама 16+

Компания 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

5-7 сентября

Садовая фирма ВИКТОРИЯ

г. Оренбург, ТК «Максимум», ул. Авторемонтная, 1

ЭТОЙ ЯРМАРКИ КРАСКИ!

Подходит к концу великолепный летний садовый сезон. Благоухание цветов и растения, нагруженные урожаем… Но такая удача только у тех, кто сделал правильный выбор в пользу надежных сортов и качественного посадочного материала. А кто-то только задумался о начале своей «карьеры садовода».

Для всех любителей дачно-огородной жизни садовая фирма «Виктория» приготовила приятные и удивительные сюрпризы и приглашает на долгожданную, первую в этом году выставку-продажу!

По словам руководителя фирмы «Виктория» Алексея Степанова, Оренбург - это особенный город: «Здесь живут, возможно, самые взыскательные, самые требовательные и знающие толк в садоводстве люди. Поэтому для вас мы привозим только **лучшие сорта плодово-ягодных культур, которые гарантированно принесут вам великолепные урожаи** и будут радовать отменным вкусом!»

На выставке-продаже, которая пройдет с 5 по 7 сентября в ТК «МАКСИМУМ», «Виктория» представит несколько суперхитов этого сезона.

Среди них - **уникальные сорта бесшипной малины, малины летней и ремонтантной.** Сверхкрупноплодную и самую раннюю малину хотел бы иметь у себя каждый садовод. На выставке будет представлено и малиновое дерево, отличающееся отличной морозоустойчивостью и богатыми урожаями.

Второй изюминкой ассортимента станут великолепные сорта **черной смородины**. Они выведены специально для условий Урала с учетом всех наших непростых климатических факторов. Их **главным достоинством является неповторимый вкус**, который для многих садоводов считается эталонным. Ну и урожайность просто потрясающая - по 5 кг с куста вам гарантировано.

Какой же сад без **вишни**? Разнообразие представленных на выставке сортов поражает своим плодородием, восхитительной сладостью и нежнейшим насыщенным ароматом чудесных плодов.

А **жимолость**! Только лучшие и проверенные сорта бакчарской селекции, абсолютно десертного вкуса и ошеломляющей урожайности. Саженцы яблони, груши, абрикоса… Каждый найдет для себя кусочек садовой радости.

Ну а на десерт, конечно же, царица садов - **земляника**. «Виктория» знает толк в землянике. Это наш конек! **Лучшие мировые сорта, обычные и ремонтантные, феерия вкусов и карнавал удовольствий**!

Тот, кто хоть раз посадил великолепные сорта земляники от садовой фирмы «Виктория», не променяет их уже ни на что другое.

Немаловажным фактором к покупке является и то, что «Виктория» приезжает в Оренбург каждый год в течение многих лет и дорожит своей репутацией, что гарантирует качество и оригинальность посадочного материала.

Приходите за отличными саженцами и рассадой на выставку-продажу *с 5 по 7 сентября.*
Садовая фирма «Виктория» приглашает вас в *ТК «МАКСИМУМ», ул. Авторемонтная, 1,*
и с нетерпением ждет встречи со своими постоянными и, конечно же, новыми клиентами! Увидимся…

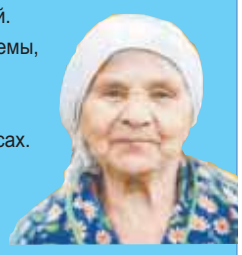
ПРЕДСКАЗАТЕЛЬНИЦА-ЗНАХАРКА бабушка Серафима, 80 лет

- Снимает порчу, сглаз, родовое проклятие.
- Старинное гадание на бобах, зеркалах, картах Таро, выливание на воске и свечах. Расскажет все сама: что было, что будет и чего вам ждать.
- Соединит распавшуюся семью, поставит защиту, приворот по фото.
- Избавление от алкозависимости раз и навсегда.

8-960-541-14-24

Бабушка Раиса, 76 лет

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



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

8-961-534-50-56

На очередной выставке «Меновой двор» будет работать несколько разделов:

- продукты питания, пищевые ингредиенты, сельскохозяйственные продукты;
- замороженные продукты и полуфабрикаты;
- напитки;
- оборудование для переработки с/х продукции;
- семеноводство;
- упаковка, упаковочное оборудование и др.

Лучшие продукты примут участие в традиционном конкурсе качества «Наша марка». Победителей ждут дипломы и медали.

Место проведения: г. Оренбург, СКК «Оренбуржье», пр. Гагарина, 21/1.
Дополнительная информация по телефонам: (3532)67-11-02, 67-11-05.

Ваш ангел-хранитель

Я была уверена: способности к ясновидению придуманы ради личной выгоды. Но с Прасковьей Васильевной все оказалось иначе.

От меня все отвернулись, в семье - постоянные скандалы. Ни один специалист не мог определить, что со мной происходит. Ответ был один: «Ищите бабушку, мы бессильны».

Люди порекомендовали мне Прасковью Васильевну. Успокаивало то, что у нее многолетний опыт. Первая встреча меня удивила: я была немногословна, но она знала, с какой бедой я к ней пришла. Это человек редкой доброты, который разделяет всю твою боль, дает надежду и веру. За несколько сеансов она разрешила мою проблему и помогла моей дочке выйти замуж, супругу - сохранить бизнес, а сестре - вернуть мужа, которого приворожили.

Если в вашей жизни начались неприятности, справиться с которыми вам не под силу, не отчаивайтесь.

Фото предоставлено рекламодателем

Звоните Прасковье Васильевне. Она поможет и вернет счастье в ваш дом.

КОНТАКТЫ
Тел. 8(909)310-58-62.

Телефон рекламной службы 77-68-42

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, 5.
Электронная почта: orsud@yandex.ru
Телефон/факс: 77-30-87, 77-68-42.

Газета издается при участии Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям РФ.
Номер отпечатан в ООО «ОрскПресс» (460024, г. Оренбург, ул. Пороховая, 2).
Объем 8 п.л. Тираж 17 600 экз. Заказ №35/327.
Время подписания в печать по графику - 2 сентября в 23.00.
Фактическое время подписания в печать - 2 сентября в 23.00.