47 (1 273) 26.11.2019

ОРЕНБУРГСКАЯ
Сударыня
ЖЕНЩИНА, СЕМЬЯ, МАТЕРИНСТВО, ДЕТСТВО

стр. 4

В чем кроется секрет успеха?

Продолжается подписка на газету
«ОРЕНБУРГСКАЯ СУДАРЫНЯ»
на первое полугодие 2020 года

Оставайтесь с нами!

ДЕД МОРОЗ РЕКОМЕНДУЕТ!

Пансионат «Марсово поле» приглашает оренбуржцев отдохнуть, укрепить здоровье и получить позитивные эмоции!

К Вашим услугам 1-2-местные комфортные номера, шестиразовое питание, интересная развлекательная программа и множество приятных сюрпризов.

«МАРСОВО ПОЛЕ» - отдых высшей новогодней пробы!

Забронировать места на декабрь и январь можно по тел. 44-54-56.

ЦЕНТР ФИНАНСОВЫХ РЕШЕНИЙ

СРОЧНАЯ ПОМОЩЬ В ПОЛУЧЕНИИ КРЕДИТА

*Пример расчета:

250 000 ₽ (Платеж от 4413 ₽/мес.)
400 000 ₽ (Платеж от 7061 ₽/мес.)
600 000 ₽ (Платеж от 10592 ₽/мес.)
1 000 000 ₽ (Платеж от 17653 ₽/мес.)

1. На любые цели наличными
2. Независимо от дохода
3. Независимо от кредитной истории
4. Перекредитация под меньший %

8 (3532) 450-210

Данное объявление носит справочный характер и не является публичной офертой. ООО «Центр Финансовых Решений» не является банком или кредитной организацией и оказывает ТОЛЬКО консультационные услуги, которые предоставляются ООО «ЦФР».
* Приведен пример расчета стоимости консультационных услуг ООО «ЦФР». Расчет не отражает платежи по кредиту.

Как получить налоговый вычет за лечение?

стр. 7

№47 (1 273) 26.11.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

СПОРТ

Наши – в сборной

Министерство спорта России определилось с составом команды летних Паралимпийских игр. Оренбуржье в состав национальной сборной страны представят легкоатлеты Дияс Избасаров и Александра Неделько, пловцы Виктория Ищиулова и Юлия Молчанова.
Ребята уже активно готовятся к XVI Паралимпийским летним играм, которые пройдут с 25 августа по 6 сентября 2020 года в столице Японии городе Токио.

БЕЗОПАСНОСТЬ

Не допустить пожаров!

Ровно 100 многодетных семей Оренбурга и Оренбургского района приняли участие в торжественном мероприятии в рамках акции «Сохрани жизнь себе и своему ребенку».
Семейные команды состязались в конкурсах, участвовали в мастер-классах по обучению навыкам первичной пожарной подготовки, учились оказывать неотложную медицинскую и психологическую помощь при возникновении пожара. Каждая семья получила в подарок дымовые извещатели и огнетушители.
Так в нашем регионе стартовал масштабный проект «Оренбуржье без пожаров», призванный повысить безопасность и научить население действовать в чрезвычайных ситуациях.
Всего в рамках проекта будет оказана адресная практическая помощь по защите от пожара 500 многодетным семьям в 20 муниципальных образованиях области.

УСПЕХ

В борьбе за премию

Учитель физкультуры из Илекского района Владимир Зубков претендует на получение Национальной спортивной премии по результатам 2019 года.
Итоги подводятся в 11 номинациях. Всего будут определены 18 победителей. Званием лауреата и премией в один миллион рублей отмечаются спортсмены, тренеры, представители СМИ, спортивные сооружения и субъекты федерации, благодаря которым спорт в России становится все более популярными и привлекает внимание миллионов людей.
Владимир Зубков представлен в номинации «Спорт для всех». Он работает в Студеновской школе уже более 20 лет, является председателем местного спортивного клуба «Серебряный мяч», лауреатом областного конкурса «Оренбургская параллель - движение для здоровья». Его воспитанники регулярно занимают призовые места в областных соревнованиях по волейболу.

Марина ПЕТРЕНКО.

Семечки – под запретом

В 2020 году фермерам придется ограничить площади посевов подсолнечника. Субсидию на поддержку получат только те, у кого «семечка» занимает не более 20 %.

Лидерами в выращивании подсолнечника в 2019 году стали Бузулукский и Курманаевский районы. На этих территориях масличной культурой было засеяно более 60 тыс га.

Решение правительства Оренбургской области об изменении порядка предоставления финансовой поддержки производителям сельскохозяйственной продукции продиктовано желанием расширить площади зерновых и сократить посевы масличной культуры, которая наносит существенный вред почве.

- Известно, что подсолнечник истощает землю. Для ее восстановления в короткий срок необходимы дорогостоящие удобрения. В большинстве хозяйств об этом не думают и в погоне за прибылью засевают неприхотливыми семенами больше половины имеющихся площадей. Потом просто бросают поля, - объясняют специалисты Министерства сельского хозяйства Оренбургской области.

В этом году наш регион оказался на втором месте в России по объемам производства подсолнечника. Мы уступили лишь Саратовской области.

Фермер Виктор Евлюшкин из села Державино Бузулукского района в 2019 году засеял «семечкой» около 40 % полей, почти 900 гектаров.

- Я понимаю, что гроблю землю. Но выбора-то нет. Сегодня мы за счет подсолнуха в буквальном смысле выживаем. Семена продаем по 12,6 тысячи рублей, а пшеницу - почти в два раза дешевле. Доходов от зерновых культур едва хватает на приобретение топлива, ремонт техники и оплату труда рабочих, - рассказывает Виктор Васильевич.

Фермер из Бузулукского района сомневается в том, что ограничительные меры правительства окажутся эффективными. Коллеги его поддерживают. По мнению аграриев, стимулировать к выращиванию зерновых культур нужно не кнутом, а пряником. Например, повышением закупочных цен на пшеницу. А отказ в государственной поддержке и так еле сводящих концы с концами предприятий ухудшит и без того не особенно радостную картину в сельском хозяйстве.

- Мы пытались объяснить ситуацию, просили сохранить меры поддержки для хозяйств, которые за счет продажи семян развивают животноводство, но нас не услышали, - сетуют фермеры.

Ограничения на выращивание подсолнечника в том или ином виде уже действуют в ряде российских регионов. Например, в Краснодарском крае принят закон об обеспечении плодородия земель сельхозназначения. Он не допускает выращивания подсолнечника на конкретном поле чаще одного раза в восемь лет. В Ростовской области в утвержденных в 2012 году правилах рационального использования земель прописано, что аграрии могут выращивать подсолнечник на участке, не превышающем 15 % общей площади посевных полей.

Марина СЕНЧЕНКО.

ОБРАЗОВАНИЕ

У детворы – новоселье

В Тоцком районе открыт новый детский сад. Он рассчитан на 75 воспитанников в возрасте до трех лет.

Жители села Тоцкое Второе ждали замечательного события много лет. На торжественное открытие люди пришли целыми семьями.

В детском саду будут действовать три группы, имеются административный и пищевой блоки, медицинский кабинет и прачечная. На улице оборудованы игровые площадки с теневыми навесами, установлены малые архитектурные формы.

- Хорошо поработали проектировщики и строители, детский сад получился очень уютным и теплым, дошкольное учреждение соответствует всем современным требованиям. Коллектив молодой, видны позитивный настрой и готовность работать, - отмечает и. о. министра образования региона Алексей Пахомов.

Детский сад начал работать с 25 ноября. Уже в первый день он принял более 50 ребятишек.

Всего до конца 2019 года в Оренбургской области будет открыто 19 детских садов проектной мощностью 1 598 мест. Новые образовательные учреждения распахнут свои двери для детворы в Бузулуке, Оренбурге, Абдулинском и Соль-Илецком городских округах, Беляевском, Бузулукском, Оренбургском, Саракташском и Тоцком районах. Все детские сады строятся в рамках национального проекта «Демография».

Инга ПРОХОРОВА.

ПРОИСШЕСТВИЯ

Грабители наказаны

Трое жителей Орска осуждены за кражу сейфа с одним миллионом рублей.
По материалам дела, преступление осужденные совершили ночью в одном из городских офисов. Пока один наблюдал за окружающей обстановкой, двое разбили окно и проникли в кабинет бухгалтера. Украденный сейф похитители вывезли на автомобиле, распилили и поделили добычу между собой. Двоим грабителям, ранее судимым, предстоит по четыре года провести в колонии. Третий лишен свободы на два года. Всем назначен штраф по 50 тысяч рублей.

Банкротство не за горами

Налоговые долги завода «Орские прицепы» выросли до 18,3 млн руб. Это стало поводом для очередного иска с требованием признать предприятие банкротом. Иск налоговой службы находится на рассмотрении в Арбитражном суде Оренбургской области. Это вторая попытка обанкротить завод прицепов. В июне 2019 года налоговая служба уже обращалась в суд. Тогда долг предприятия составлял чуть более 17 млн руб, но налоговики не смогли доказать, что у завода есть достаточно имущества, чтобы погасить долг за счет продаж на торгах.
Завод тракторных прицепов начали разбирать на металлолом в 2018 году. Сегодня объекты предприятия принадлежат разным физическим лицам и структурам.

Пожар на скважине

Капитоновское нефтяное месторождение в Новосергиевском районе загорелось утром 23 ноября.
На месте происшествия работали более полусотни спасателей и 16 машин. Обошлось без пострадавших. Угрозы распространения пожара на ближайший населенный пункт - село Верхняя Платовка - нет.
На месте возгорания работает оперативный штаб. Открытое горение ликвидировано. Устранение последствий продолжается.

За бензоколонку ответит жена

Ленинский районный суд Оренбурга вынес решение по иску владельцев заправочной станции о взыскании материального ущерба с водителя, сломавшего бензоколонку. Автолюбитель, залив бензин в бак, забыл вытащить раздаточный кран и поехал.
В результате повредил колонку. Как оказалось, у мужчины нет водительских прав и страховки на автомобиль. Машина оформлена на супругу. Ей и придется выплачивать 250 тысяч рублей ущерба.

Ангелина МАЛИНИНА.

Прогноз погоды

	СРЕДА, 27.11	ЧЕТВЕРГ, 28.11	ПЯТНИЦА, 29.11	СУББОТА, 30.11	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 01.12	ПОНЕДЕЛЬНИК, 02.12	ВТОРНИК, 03.12
Бузулук	-9...-4	-9...-4	-7...-3	-6...-1	-5...-1	-1...-4	-6...-7
Оренбург	-10...-3	-11...-8	-10...-7	-9...-5	-8...-4	-3...-5	-4...-5
Орск	-9...-3	-9...-6	-11...-8	-11...-8	-12...-9	-7...-7	-5...-5

Регион получил новый импульс для развития

Участниками традиционного Международного форума «Оренбуржье - сердце Евразии» стали более 3 000 человек из 12 стран мира и 21 региона России. Результат работы - десятки новых проектов и стратегических инициатив в интересах граждан.

В рамках форума в этом году проведено более 30 разноплановых мероприятий: дискуссии, круглые столы, деловые игры, мастер-классы как для предпринимателей, так и для руководителей муниципальных образований. Экспертами выступили около 200 руководителей и сотрудников федеральных министерств и ведомств: Евразийской экономической комиссии, Минэнерго России, Внешэкономбанка, Фонда развития моногородов, Центрального банка России, Российского экспортного центра, Фонда социальных инвестиций и др.

Одна из главных тем форума - взаимодействие между Россией и Казахстаном.

- Мы уже воплотили в жизнь ряд совместных проектов. По поручению главы государства запланирована модернизация пунктов пропуска. Это позволит отрегулировать грузовые и пассажирские потоки, расширить рынки и укрепить экономики двух стран. Наш регион приграничный. Мы намерены развивать не только сырьевое, но и агропромышленное, и торгово-логистическое, и производственное направления. Постараемся задать новый темп экономике региона, будем содействовать созданию новых рабочих мест. Форум «Оренбуржье - сердце Евразии» для нас очень важен, - отмечает губернатор Оренбургской области Денис Паслер.

ВЫГОДЫ ДЛЯ МОНОГОРОДА

Запуск печной линии Новотроицкого содового завода стал примером поддержки конкретного города. Завод рассчитан на выпуск более чем 260 тысяч тонн кальцинированной соды, строительного гипса и извести. Открытие предприятия обошлось в 3 млрд рублей. Треть от этой суммы выделил Фонд развития моногородов, который совместно с регионом также профинансировал строительство автомобильной дороги стоимостью 54 млн рублей.

- Мы готовы поддерживать производителей, которые находятся на территории всех семи моногородов Оренбуржья. Новотроицкий содовый завод получил заем на 15 лет под 5 % годовых. Мы увидели, что деньги вложены с умом, и помогли запустить предприятие, на котором должно появиться свыше 400 новых рабочих мест. Это значимый результат для города и хороший показатель слаженной работы всех уровней власти и представителей бизнеса.

Оренбургская область из года в год доказывает свой высокий потенциал в разных сферах деятельности.
С каждым годом форум «Оренбуржье - сердце Евразии» расширяет свои границы. Меняются темы, совершенствуются технологии, подписываются важнейшие партнерские соглашения.

О ВОЗМОЖНОСТЯХ НАДО ЗНАТЬ

Представители крупнейшего в России интернет-магазина «Вайлдберрис» (Wildberries) подробно рассказали предпринимателям Оренбуржья о возможностях онлайн-торговли, о стоимости размещения и организации доставки товаров. Участники диалога мгновенно оценили выгоду от нового формата сотрудничества.

- В розничной продаже реализация товара не всегда высокая, а на электронных площадках она может доходить до 100 процентов. Для нас важно иметь дополнительную возможность для развития продаж нашего продукта. Я пришел сюда узнать, как это происходит, и получил ответы на свои вопросы, - рассказывает менеджер Оренбургской чайной фабрики Сергей Петин.

В ПАРТНЕРСТВЕ С БИЗНЕСОМ

Активное привлечение негосударственного сектора к реализации национальных проектов в социальной сфере - одна из приоритетных задач современности. Оренбуржье справляется с ее решением вполне успешно. Сегодня в региональном реестре поставщиков социальных услуг каждый шестой поставщик - это социально ориентированная некоммерческая организация. Яркими примерами сотрудничества власти и бизнеса в Оренбургской области являются частный пансионат «Марсово поле», региональное агентство детского отдыха «Оренбургские каникулы», физкультурно-оздоровительный центр «Потенциал» и многие другие организации. Приглашенные эксперты сошлись во мнении, что наш регион обладает необходимым ресурсом для успешного развития негосударственного сектора.

Ирина ФООС.

ИЗ ЖИЗНИ ОБЛАСТИ

Бюджет пополнится

Оренбургская область вошла в число регионов России, которые получат грант за достижение ключевых показателей деятельности органов исполнительной власти в 2019 году. Средства из федерального бюджета выделяются для стимулирования регионов к эффективной работе по реализации национальных проектов. В Приволжском федеральном округе дополнительные средства получат шесть регионов. Наибольшую сумму - 1,56 млрд руб - получит Самарская область. Чуть меньше - 1,38 млрд руб и 1,34 млрд руб - достанется Башкирии и Пермскому краю. В Оренбуржье поступит 1,32 млрд руб. Меньше всех получат Республика Марий Эл и Кировская область. Им выделено лишь по 40 млн руб. Без дополнительной поддержки останутся Саратовская область, республики Мордовия и Удмуртия.

Санавиация не простаивает

В Оренбургскую городскую больницу из Орска в тяжелом состоянии доставлены сразу три пациента.
У 69-летней женщины ожоги второй-третьей степеней тяжести, 34-летний мужчина получил серьезные травмы в быту, а 68-летней орчанке необходимо хирургическое вмешательство в связи с патологией суставов.
Экстренную эвакуацию провел экипаж вертолета Ми-8.
Пациенты провели на борту воздушного судна 1 час 15 минут, тогда как дорога на автомобиле заняла бы не менее трех часов.
Все время полета люди находились под наблюдением врача-реаниматолога.
Всего за 2019 год санитарными вертолетами выполнено 146 вылетов, эвакуировано 182 пациента, в том числе 78 детей.

Инга ПРОХОРОВА.

ОПРОС

Кто последний в очереди?

Прошлая неделя во всех городах России, в том числе и в Оренбурге, ознаменовалась огромными очередями в наркологический и психоневрологический диспансеры, где водители пытались получить медицинские справки по старым ценам. «Где еще вам приходится сталкиваться с очередями? И как их можно избежать?» - поинтересовались мы у читателей.

Ирина БРЯНЦЕВА, служащий, г. Оренбург:
- В магазине вечером народа всегда много, но я вынуждена с этим мириться, поскольку другой возможности заходить за продуктами у меня нет. Порой по часу приходится ждать своей очереди и в кассах системы «Город». По-моему, сократить очереди можно, если в часы и дни пиковой нагрузки добавить сотрудников.

Анна ТРУБНИКОВА, учитель, г. Сорочинск:
- В большинстве учреждений все систематизировано, и больших очередей уже практически нет нигде, а вот в поликлиниках справиться с этой проблемой никак не получается. Приходишь по записи, а там все равно живая очередь. Даже если очень торопишься и время твое подошло, никто никого не пропускает.

Ирина РЫЧИХИНА, соцработник, г. Орск:
- По работе мне приходится бывать в разных учреждениях, банках и магазинах и нередко стоять в очереди. Вне очереди соцработников не пропускают. В пенсионный фонд сейчас можно по предварительной записи попасть. Почему бы не сделать подобное и в центрах социальной защиты населения? Очередей бы было гораздо меньше.

Наталья МИХАЙЛОВА, служащий, с. Плешаново:
- Иногда сталкиваюсь с очередью в аптеке, но в таком случае разворачиваюсь и иду в другую. Благо, выбор есть, и цены примерно везде одинаковые. А вот в поликлинике даже при имеющейся записи никогда без задержек не обходится. 10-20 минут как минимум в ожидании приема теряешь. Остальных очередей помогает избежать Интернет.

Владимир БЛИНОВ, рабочий, г. Оренбург:
- Приходишь платить за квартиру, а в «Свободной кассе» никогда свободно не бывает. Не меньше получаса стоять приходится. Я обычно занимаю очередь и гуляю по торговому центру. Несмотря на это, оплачивать коммуналку через мобильный банк не хочу. Так надежнее. И в поликлинике очереди всегда. Без этого никак.

Наталья НИКОЛАЕВА, социальный работник, п. Тюльган:
- С большими очередями не сталкиваюсь, поскольку активно пользуюсь онлайн-сервисами. Через Интернет оплачиваю ЖКУ, покупаю одежду и бытовую технику, железнодорожные билеты, на прием к врачу записываюсь через Госуслуги.

Подготовила Ксения КОРНИЛОВА.

Женский бизнес-форум «Деловая весна» продолжает шагать по области. Сегодня, 26 ноября, он проходит в Орске. Главная ценность этого мероприятия, которую отмечают все без исключения участницы, в том, что каждый этап открывает жителям региона новые имена успешных женщин, которые не боятся изменять свою жизнь к лучшему. И других этому учат.

История успеха у каждого своя

«Не надо бояться смены деятельности!»

Юлиана Матюхина: «Я следую совету американского актера и политика Арнольда Шварценеггера - во всем опираться на свои сильные стороны, найти свое призвание и не отступать от задуманного».

Юлиана Матюхина руководит коммуникационным агентством «Generation Д» и считает, что в жизни и карьере каждый человек должен опираться на свои сильные стороны.

В семье Юлианы предпринимателей нет. Ее родители врачи. Юлиане тоже все прочили карьеру в медицине, но она не стала продолжателем династии. Получила экономическое образование и устроилась работать в банк. Но вскоре поняла, что мир цифр и отчетов - это не ее. Девушке показалась более интересной рекламная деятельность. И Юлиана получила образование маркетолога со специализацией в интернет-маркетинге. Теперь убеждена, что не надо бояться переучиваться.

- Стереотип, что специальность нужно выбирать один раз и навсегда, уже не актуален. Нужно пробовать, выходить из зоны комфорта, преодолевать свои страхи и двигаться в ногу со временем, - уверена Юлиана Матюхина.

За два года она реализовала двадцать проектов. Работает в основном удаленно, разрабатывает бренды для компаний, логотипы, продвигает продукцию и услуги в интернет-пространстве. В числе заказчиков не только оренбургские представители малого и среднего бизнеса, но и предприниматели из Санкт-Петербурга, Казани, есть клиенты из Израиля, Эстонии и Латвии.

В команде Юлианы десять человек. Все вместе они разрабатывают стратегию рекламы, придумывают привлекательную для конкретной целевой аудитории «упаковку».

Главным плюсом своей работы Юлиана Матюхина считает свободный график, но не скрывает, что за свободой кроется огромная личная ответственность за каждый сделанный шаг. За планирование финансов, за поиск клиентов, за сроки исполнения заказа.

- Я мечтаю стать хорошим эффективным руководителем. У меня для этого есть фундамент, на него и опираюсь. Со мной работают надежные люди. Это важно. Когда перед нами стоит задача выполнить срочный проект, мы мобилизуемся и не считаемся с личным временем, - рассказывает Юлиана.

В ближайшие годы руководитель планирует перейти из сегмента малого бизнеса в средний. Для этого готова увеличить численность команды и количество проектов. Считает, что ее собственный проект находится в стадии роста, когда очень нужны инвестиции.

«Любому человеку нужна подпитка»

Екатерина Коновалова возглавляет компанию «Геометрия Оренбург». Она из тех людей, которые хотят жить в комфортной и приятной среде. Профессиональная деятельность этому способствует.

Екатерина Коновалова: «В настоящее время наша компания занимается развитием туристического бренда Оренбурга. Очень хочется сделать что-то полезное для родного города».

- Екатерина, как Вы пришли в бизнес?

- В компанию «Геометрия Оренбург» я пришла работать экономистом в 2013 году. Но творческое начало во мне всегда присутствовало, а потому помимо своих прямых обязанностей я с удовольствием участвовала во всех проектах компании. Один из них - приглашение в Оренбург испанских музыкантов. Пригодилось знание английского языка. Успех придавал уверенности, и «Геометрия» меня захватила без остатка. Уже через четыре года я стала руководителем компании в Оренбурге.

- Что для Вас означает ведение бизнеса?

- С женского форума «Деловая весна», который состоялся в Оренбурге в мае этого года, я вынесла для себя одну мысль - женщина в бизнесе должна быть хозяйкой. Рачительной, заботливой, смелой, не боящейся перемен - как в доме. Так и стараюсь работать. Для меня бизнес - это возможность самореализации. Он помогает мне развиваться. Что касается трудностей, то они есть у всех. Бывают и финансовые провалы, и команда меняется, и вдохновение уходит, и идеи кончаются… И тут уж либо ты сдаешься, либо встаешь с колен и продолжаешь движение!

- Что помогает выходить из идейного кризиса?

- Существует так называемая теория соленого огурца. Свежий овощ погружают в рассол, и он начинает напитываться. Смысл метафоры в том, что окружение оказывает мощное воздействие на человека. Потому я стараюсь участвовать в различных конференциях, диспутах, форумах. Процесс генерации идей ничем не ограничен. Он допускает самые фантастические и безумные мысли, которые потом фильтруются с учетом потребностей целевой аудитории и условий реализации.

- Как удается совмещать бизнес и личную жизнь?

- Я не люблю распространяться на тему своей личной жизни, не выставляю ее напоказ в социальных сетях. Я воспитана на семейных ценностях и очень ими дорожу.

В работе меня всегда поддерживают родители и моя сестра. Они всегда дают конструктивные советы.

«Много раз начинала с нуля»

Ольга Аминова: «Дорогу осилит идущий».

Оренбурженка Ольга Аминова - бизнес-консультант, бизнес-тренер. Она помогает предпринимателям увеличить прибыль за счет повышения уровня самообразования и мотивации сотрудников.

Ольге Аминовой 39 лет. Она начала пробовать себя в бизнесе в 1997 году. Занималась прямыми продажами, была торговым представителем производителей товаров народного потребления, книг, парфюмерии, косметики. По карьерной лестнице поднялась именно в продажах, выполняя довольно жесткие планы. А потом стала наставником для своих подчиненных. В 22 года Ольга Аминова руководила дистрибьюторским филиалом в Орске.

- От возможности не только управлять тридцатью сотрудниками, но и увеличивать объемы продаж, от понимания того, что мы продаем в пять-десять раз больше самых успешных магазинов, я по-настоящему кайфовала, - вспоминает Ольга.

На пике успеха она создала семью, родила сына и… погрузилась в домашние хлопоты. Теперь говорит, что и сама не заметила, как хорошо отлаженная схема стала давать сбои, а вернее, перестала приносить желаемый доход. Семейное счастье тоже оказалось недолгим. С супругом пришлось расстаться, когда ребенку едва исполнилось четыре месяца. Чтобы обеспечить себя и малыша, Ольга Аминова начала все с нуля. Наладила контакты с поставщиками, с которыми ранее работала, организовала команду и открыла своеобразный магазин «на колесах», ездила по области и продавала различные товары. Жизнь потихоньку начала налаживаться. И вот новое потрясение! В 2009 году во время одной из поездок Ольга попала в аварию. Это заставило женщину кардинально пересмотреть свою деятельность и поменять вектор движения.

- У меня появилось фантастическое желание открыть в Оренбурге парфюмерную фабрику. Меня отговаривали. Но я была упряма: влезла в долги и запустила производство, - рассказывает Ольга.

В ее лаборатории производилось девять ароматов, как мужских, так и женских. Точки продаж появились во многих крупных торговых центрах в разных уголках Оренбургской области. Но затраты превосходили доходы, и производство пришлось свернуть.

Это теперь Ольга понимает, что парфюмерная фабрика была обречена, потому что ее руководителю не хватало опыта и знаний особенностей рынка, финансовых инструментов, основ планирования…

Направление для нового бизнеса подсказала интуиция. Ольга Аминова прошла обучение, получила сертификаты бизнес-тренера и бизнес-консультанта и начала осваивать рынок услуг. Однако оренбургские потребители-предприниматели оказались к этому не готовы. Потому свои первые тренинги по продажам и управленческой деятельности Ольга Аминова проводила в Екатеринбурге. Каждый проект вдохновлял. Она видела результат и получала все новые и новые заказы. Услуги Ольги Аминовой в области продаж и обучения персонала стали востребованными.

- Начать все с нуля мне каждый раз помогала мотивация. Я должна была сама обеспечивать себя и своего ребенка, хотела помогать маме. И свое место в профессиональной среде всегда хотелось занять достойно и уверенно, самореализоваться и добиться успеха, - рассуждает женщина-предприниматель.

У Ольги много планов. В новом году она планирует участвовать в тендерах, выполнять государственные заказы. И готова действовать, чтобы все поставленные цели были достигнуты.

Материалы полосы подготовила Людмила ЯКОВЛЕВА.

Чтобы читали и дети, и взрослые...

Как заинтересовать ребенка книгой? Какие произведения интересны современным школьникам? Что позволит превратить библиотеки в центр культурной жизни? На эти и другие вопросы попытались ответить участники конференции Союза женщин России «Мы - за читающую Россию».

Более 300 библиотекарей, школьных учителей, студентов, преподавателей вузов, филологов, активистов областного Совета женщин из всех уголков Оренбуржья собрались 19 ноября в зале главной библиотеки региона и на целый день превратили его в площадку для обмена опытом, установления полезных контактов, позитивного настроя на дальнейшую работу.

- Оренбургская область выбрана местом проведения мероприятия неслучайно. В этом регионе реализуется множество интересных проектов, направленных на повышение интереса детей и взрослых к книге, на развитие семейного чтения, на модернизацию библиотек и внедрение в эту сферу современных технологий, - отмечает советник председателя Союза женщин России Алла Покровская.

Выступления президента Ассоциации школьных библиотекарей русского мира Татьяны Жуковой, ведущего научного сотрудника Российской академии образования Натальи Борисенко, директора школы № 32 города Краснодара Ларисы Валиулиной и других известных специалистов в области детского чтения вызвали большой интерес у участников. Аудитории, в которых сразу за пленарным заседанием проводились мастер-классы именитых гостей на разные темы, едва вместили всех желающих.

На мероприятии активно обсуждались проекты «Читающая семья Оренбуржья», «Пять шагов к читающей школе», «Комната читающей мамы» и другие.

- Итогами нашей работы должны стать привлечение новых участников, выявление интересных направлений деятельности и освоение новых форм работы. Женсоветы могут быть объединяющим мостиком между библиотеками учреждений культуры и образования и семьями оренбуржцев, - такую задачу поставила перед участниками конференции председатель Оренбургского регионального отделения Союза женщин России Ольга Хромушина.

Разные темы выступлений и огромный интерес к конференции «Мы - за читающую Россию», организованной в Оренбурге по инициативе Союза женщин России и областного Совета женщин, позволяют надеяться на то, что каждый участник получил ту информацию, которая поможет в работе именно ему. Ведь у библиотеки в малокомплектной сельской школе одни потребности, а у современной городской - другие...

И. о. министра образования Оренбургской области Алексей ПАХОМОВ.

Творческие женщины готовы к реализации новых интересных проектов, активному взаимодействию библиотек с семьей, увеличению числа юных читателей и знакомству их с замечательными книгами.

«Хочется поскорее внедрить передовой опыт!»

Елена ЖУКОВА, победитель конкурса «Читающая семья Оренбуржья - 2019»:

- Я всегда знала, что мой ребенок будет любить книгу. Наверно, этому способствовали и мое педагогическое образование, и общение со студентами, и личная увлеченность чтением. Так оно и получилось. Сын Константин читать любит. И мы вместе проводим за книгами очень много времени. Иногда каждый свою выбирает, но частенько и вместе читаем. Бывает, что я беру в руки какое-то произведение, а Костя начинает расспрашивать, кто автор, о чем пишет. Потом и сам берет в руки мою книгу и уже не выпускает, пока до конца не осилит. И мне очень обидно, что в школе на переменах в окружении одноклассников, увлеченных телефонами, он тоже откладывает книгу. Решить эту проблему, наверно, поможет проект «Комната читающей мамы», о котором рассказала на конференции директор краснодарской школы Лариса Валиулина. И денег много для реализации этого проекта не нужно. В каждой школе можно найти уголок и оборудовать его мягкими удобными диванами, поиграть с освещением, с оформлением. В такую комнату наверняка потянутся и дети, и взрослые. Я обязательно предложу в лицее, где учится мой сын, организовать комнату для чтения. Уверена, что педагоги меня поддержат. Ведь нам на каждом родительском собрании говорят о том, насколько важно прививать детям любовь к чтению.

Книге – вторую жизнь

Передача в дар библиотекам собраний книг, которые коллекционировались несколькими поколениями, стала в Оренбуржье доброй традицией.

Библиотеки такую благотворительность только приветствуют, в отдельных случаях даже выехать за литературой на дом готовы.

- Мы принимаем любые книги в хорошем состоянии. Единственное требование - они не должны содержать материалы экстремистского характера. Бывает, что полученными в дар экземплярами мы доукомплектовываем свой фонд. В некоторых случаях передаем их в обменно-резервный сектор, - рассказывает Елена Морозова, заведующая отделом комплектования областной библиотеки им. Н. К. Крупской.

Книги из обменного фонда выставляются на специальных общедоступных стендах, где их бесплатно может взять любой желающий. Такие стенды установлены на входе в областную библиотеку и в здании железнодорожного вокзала Оренбурга.

Кроме того, принятые от населения книги зачастую используются для проведения массовых мероприятий, отправляются в сельские библиотеки, рассылаются в места лишения свободы, воинские части, больницы и другие социальные учреждения.

Старшее поколение одобряет

Ярким событием конференции «Мы - за читающую Россию» стало вручение специального знака «Одобрено старшим поколением» библиотеке села Подгородняя Покровка Оренбургского района.

Это одна из первых сельских библиотек области, получившая статус «модельная». Современное учреждение культуры эффективно выполняет информационную, образовательную и просветительскую функции, соответствует всем требованиям для удовлетворения потребностей читателей.

Одним из основных направлений работы сотрудников является возрождение и сохранение национальных и духовных традиций русского народа.

Несмотря на небольшие площади, подгородне-покровская библиотека очень уютная, располагает к общению, творчеству и вдохновению. Особенно востребован у сельчан Центр краеведения.

Старшее поколение посещает библиотеку с удовольствием, и внуков своих бабушки и дедушки частенько приводят в литературную гостиную, в клуб интересных встреч, на различные мероприятия.

Руководитель Вера Филиппова смогла организовать работу библиотеки так, что о ней известно не только в Оренбуржье, но и далеко за его пределами.

Материалы полосы подготовила Марина ЕЛИСТРАТОВА.

№47 (1 273) 26.11.19 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

За что голосуют народные избранники?

На внеочередном заседании Оренбургского городского Совета депутаты рассмотрели 11 вопросов. Каждый из них касается важных аспектов развития областного центра.

Все решения приняты большинством голосов.

Первый заместитель главы города Владимир Ильиных будет курировать общественные проекты, наружную рекламу, информатику и связь, гражданскую оборону и пожарную безопасность.

Главным событием в повестке дня стало согласование на должность первого заместителя главы Оренбурга Владимира Ильиных.

С предложением согласовать назначение на ответственный пост человека из прежней команды губернатора Дениса Паслера к депутатам обратился глава города Дмитрий Кулагин. Он охарактеризовал кандидата на пост первого заместителя как опытного управленца, имеющего два высших образования и большой опыт работы в администрации города Североуральска Свердловской области.

«ЗА» ПРОФЕССИОНАЛИЗМ

Кандидатуру Владимира Ильиных депутаты поддержали большинством голосов.

- Не буду скрывать, что в Оренбург я приехал по приглашению Дениса Паслера. Конечно, решение о переезде было сложным, но взвешенным и обдуманным, - сообщил депутатам Владимир Ильиных.

Он находится в Оренбурге уже почти месяц. За это время познакомился с главными проблемами городского хозяйства, с особенностями устройства системы управления.

- Оренбург мало чем отличается от других региональных центров страны. Переселение из ветхого и аварийного жилья, ремонт дорог, создание комфортной среды… Все эти проблемы сегодня актуальны для любого города. У меня есть опыт их решения, потому планирую сразу включиться в работу, - отметил новоиспеченный первый заместитель.

«ЗА» НОВЫЙ ОБЛИК ГОРОДА

Перераспределение средств городского бюджета всегда требует от депутатов серьезного изучения вопроса. Прошедшее заседание не стало исключением. После оживленного обсуждения пять миллионов рублей решено направить на выполнение работ по консервации ветхих зданий, имеющих особую историко-культурную ценность. В списке - дом № 5 в переулке Коммунальном, дом № 69 на улице Чичерина, дом № 21 на улице Максима Горького и другие здания, построенные в начале XX века.

Еще четыре миллиона рублей будет направлено на снос расселенных зданий.

- Утвержденная сумма - лишь десятая часть от того, что необходимо для сноса ветхого фонда. Всего на решение проблемы требуется порядка 40 миллионов рублей. Эти средства можно получить от продажи муниципального имущества. В прогнозный план приватизации уже добавлены несколько объектов. Предполагаемый доход бюджета от передачи в собственность этих зданий вместе с землей - 71 миллион рублей, - сообщила председатель Оренбургского городского Совета Ольга Березнева.

«ЗА» ПАМЯТЬ О ГЕРОЯХ

Инициативу об установке в сквере имени Лебедева и Сираева мемориальных бюстов в память о подвиге земляков, погибших при исполнении воинского долга в Чеченской Республике, депутаты поддержали единогласно.

Виктор Лебедев и Рустам Сираев шагнули в бессмертие в марте 2000 года. В составе шестой роты 104-го полка 76-й Псковской воздушно-десантной дивизии ребята вели бой в Аргунском ущелье. Боевики из банды Хоттаба предложили российским десантникам огромную сумму денег за то, чтобы их пропустили. Но наши торг не приняли. Комбат вызвал по рации огонь артиллерии на себя... Виктор Лебедев и Рустам Сираев посмертно награждены орденами Мужества.

Марина СЕНЧЕНКО.

В отдельных комнатах старинной мечети и сейчас ежедневно проводятся службы. В них участвуют 10-15 человек.

ИНИЦИАТИВА

Мусульмане восстанавливают мечеть

В Оренбурге планируется реконструкция старейшей соборной мечети. В настоящее время памятник культуры и истории находится в аварийном состоянии.

Известно, что прошение о сооружении первой мечети в Оренбурге было отправлено императору инициативной группой во главе с дочерью казахского хана Нурали Тайкарой-ханум в 1800 году. Однако ответ из столицы по неизвестным причинам задерживался. Тогда местные мусульмане воспользовались удобным случаем и обратились за содействием к туркменскому хану Пиргали-султану, который после избрания правителем Мангышлака прибыл в Оренбург для официального извещения и отправки послов в Санкт-Петербург. От его имени татарин Габдулвахит Габдессалямов составил новое письмо к императору в 1802 году. Ответом на это письмо стал указ Александра I оренбургскому военному губернатору Николаю Бахметеву построить в городе мечеть «в ободрение жительствующих в Оренбурге и по торговому промыслу приезжающих туда ж в немалом числе разных магометанского звания народов». Мечеть была построена в 1804 году. Тогда в городе уже сложилась немногочисленная мусульманская община из числа постоянных жителей - выходцев из среднеазиатских государств и первых татарских купцов. За свою историю соборная мечеть неоднократно перестраивалась. По просьбе прихожан в 1830 году был расширен молитвенный зал. После пожара 1876 года мечеть была восстановлена на средства купца Хусаинова и приобрела облик двухэтажного каменного здания с массивным минаретом, примыкающим с северной стороны.

Со времени постройки соборной мечети на протяжении первой половины XIX века прибывающие в город мусульмане селились компактно именно в этом районе, в Мечетном (ныне Левашова) и Татарском (ныне Каширина) переулках.

В 1826 году при соборной мечети состояли 146 человек мужского пола, не считая «разных команд военного ведомства нижних чинов и выходящих из Бухарии и Хивы купеческих караванов», в 1861 году - 197 прихожан, в 1890 году - 625, в 1908 году - 252. По своему социальному составу это были преимущественно торговцы с расположенных поблизости главной торговой площади, толчка, рынка на Чернореченской площади и Гостиного двора, а также чиновники, офицеры, действующие и отставные нижние чины, дворяне, приказчики и конторские служащие из числа мусульман.

При мечети действовало медресе, которое на рубеже XIX-XX веков получило название «Валия».

В 1930 году соборная мечеть была закрыта. Борцы с религией снесли минарет, а здание сначала приспособили под студенческое общежитие, потом - под квартиры преподавателей педагогического института. В качестве жилья оно и просуществовало до наших дней. Только в прошлом году 16 семей, проживающих в бывшей мечети, были расселены.

- Предстоит много работы, однако нас это не пугает. Ведь на протяжении нескольких десятилетий мечеть являлась для наших предков центром религиозной и общественной жизни. И мы считаем своим долгом вернуть справедливость, - рассказывает имам Тальгат Шарипов.

В 2015 году здание признано объектом культурного наследия регионального значения. Сейчас оно передано в собственность мусульманской общины.

Впереди - проведение экспертизы, поиск средств на строительные работы. По предварительной оценке, деньги нужны немалые. В капитальном ремонте нуждаются пол, крыша, одна из покосившихся колонн. Сколько времени понадобится на реставрацию святыни, никто не знает. Зато уже известно, что после капитального ремонта в мечети появятся музей, библиотека и учебные классы.

Сейчас здание находится под круглосуточной охраной. Оно мало похоже на мечеть. Но обращает на себя внимание диагональным расположением и необычной планировкой. Минарета нет, однако в торцевом выступе угадывается михраб, указывающий направление на Мекку.

Марина ЕЛИСТРАТОВА.

ПРОФЕССИОНАЛЫ

Молодые педагоги получили награды

В областном конкурсе «Педагогический дебют» приняли участие 15 начинающих специалистов из Оренбурга, Бугуруслана, Бузулука, Новотроицка, Сорочинского и Ясненского городских округов, Бугурусланского, Курманаевского, Новоорского, Новосергиевского, Сакмарского и Тоцкого районов.

Лауреаты заочного этапа конкурса, отобранные почти из 200 участников, в финале представили на суд экспертов свои лучшие уроки, поделились успешным опытом на мастер-классах, продемонстрировали профессиональную компетентность в рамках круглых столов и педагогических ток-шоу.

- Конкурс «Педагогический дебют» проводится для развития творческого потенциала и самореализации молодых педагогов, формирования профессионального отношения к совершенствованию системы образования в Оренбургской области, - отмечает директор регионального центра развития образования Марина Тамбовцева.

В этом году конкурс проходил в трех номинациях: «Молодые учителя», «Молодые управленцы», «Педагоги-наставники».

Конкуренция в каждой номинации была очень высокой, задания требовали максимальной концентрации и нацеленности на результат.

Победителями в разных номинациях стали учитель английского языка новоорской школы № 1 Акжаркын Катпенова, заместитель директора по учебной работе новотроицкой СОШ № 5 Валентина Заугольникова и учитель начальных классов бугурусланской СОШ № 2 Людмила Шептухина. Все они получили дипломы и премии.

ОТКРЫТЫЙ МИР

Оренбуржцы вернулись из Японии

Стажировка в Стране восходящего солнца дает возможность увидеть ее достопримечательности, познакомиться с различными видами традиционного искусства и тесно пообщаться с носителями языка.

Студенты ОГУ прошли стажировку в Университете Вакаяма и в Женском университете Отяномидзу. Наши ребята стали участниками множества мастер-классов, побывали на лекциях и прикоснулись к культуре Страны восходящего солнца.

Стажировка была организована в рамках образовательных программ Японо-российского центра молодежных обменов в Токио.

- Оренбургский государственный университет входит в число 20 российских вузов, сотрудничающих с этим центром. Благодаря такому партнерству с 2009 года в нашем университете японский язык преподают японцы, а у студентов есть возможность принимать участие в обменных программах, - рассказывает директор Японского информационного центра ОГУ Людмила Докашенко.

В этом году в Японии побывали студентка архитектурно-строительного факультета Александра Крохина, а также Максим Скородумов и Сергей Коваль из Аэрокосмического института. Все ребята по несколько лет изучают японский язык и культуру этой страны.

- Мы стали участниками чайной церемонии и освоили древнюю технику изготовления украшений из обрезков шелка. У меня с первого раза получился симпатичный журавлик. Теперь он украшает мой свитер, - рассказывает Александра Крохина.

Максима Скородумова впечатлили лекции по культуре, на которых он узнал о происхождении иероглифов на кулинарную тему. Парень с удовольствием принял участие в мастер-классе по приготовлению традиционных осенних сладостей в виде хризантем.

- Мы общались на японском языке с разными людьми, и в большинстве случаев нас понимали. Но совершенствовать язык и расширять словарный запас мне необходимо, - делится впечатлениями Сергей Коваль.

Теперь ребята мечтают принять участие в других японо-российских программах.

Студенты побывали в Японии в одно из самых красивых времен года - Момидзигари, которое называется периодом любования красными кленовыми листьями. Ребята восхищены Токио, в котором жизнь кипит даже ночью, и Вакаямо - тихим городом с улочками и каналами, а также с двухэтажными зданиями, среди которых стоят удивительные храмы.

Инга ПРОХОРОВА.

Расходы на лечение можно компенсировать

Оренбуржцы все чаще стали обращаться в налоговую службу за получением налогового вычета за лечение. Об особенностях оформления документов и получения возврата налога рассказывает заместитель начальника отдела налогообложения доходов физических лиц и администрирования страховых взносов УФНС России по Оренбургской области Галина Лещенко.

Галина Лещенко: «Право на получение социального налогового вычета за лечение самого налогоплательщика, его супруга или супруги, родителей или детей до 18 лет, в том числе усыновленных и подопечных, у российских граждан появилось в 2001 году».

- Галина Викторовна, кто имеет право на получение налогового вычета за лечение?

- Всеми видами налоговых вычетов могут воспользоваться физические лица, с доходов которых в бюджет отчисляется НДФЛ в размере 13 %. Пенсионеры в эту категорию не попадают, так как налог с пенсии не отчисляется. Исключением являются работающие пенсионеры и те, кто получает пенсию из негосударственных пенсионных фондов, которая облагается налогом. Вычетами также не вправе воспользоваться предприниматели, находящиеся на специальных режимах налогообложения, то есть не уплачивающие НДФЛ по ставке 13 %.

- Частично компенсировать можно любые затраты на лечение?

- Существует перечень медицинских услуг, которые предполагают получение социального налогового вычета. Этот перечень утвержден постановлением Правительства Российской Федерации. В него включены диагностические и лечебные процедуры, различные виды реабилитации, в том числе в условиях дневного стационара и в санаторно-курортных учреждениях. Основное условие для получения налогового вычета - наличие договора на оказание платных медицинских услуг и справки об оплате данных услуг для представления в налоговые органы.

Следует отметить, что форма справки утверждена приказом Минздрава России и выдается после оплаты медицинской услуги по требованию ее получателя.

- По каким видам услуг жители Оренбургской области заявляют о своем праве на вычет чаще всего?

- Наиболее часто оренбуржцы обращаются за компенсацией расходов, произведенных в связи с лечением и протезированием зубов. По сравнению с прошлым годом, количество обратившихся за данными видами вычетов увеличилось на 7 %. Растет и число желающих получить налоговый вычет за дорогостоящее лечение. По сравнению с прошлым годом - на 15 %.

- Возможно ли получить вычет по расходам на лечение за рубежом?

- Вычет по расходам на лечение предоставляется в случае оказания услуг медицинскими организациями и предпринимателями, имеющими лицензии на осуществление медицинской деятельности, выданные в соответствии с законодательством Российской Федерации.

- Что входит в пакет документов на предоставление вычета за лечение и приобретение лекарств? Что предпринимается, чтобы облегчить процесс получения гражданами вычетов?

- В настоящее время для получения налогового вычета гражданину необходимо предоставить декларацию по форме 3-НДФЛ, договор на оказание медицинских услуг и документы, свидетельствующие об их оплате. Приобретение лекарств из утвержденного перечня подтверждается рецептами и кассовыми чеками. Обязанность по представлению копий лицензий отменена в связи с тем, что налоговые органы самостоятельно могут проверить их наличие у учреждения. С 2020 года граждане вправе получить вычет на приобретение любых лекарственных средств, которые выписывает лечащий врач.

- Каков порядок предоставления налогового вычета за лечение?

- Все налоговые вычеты предоставляются за истекший налоговый период. Налоговым периодом признается год. В связи с этим средства, потраченные на лечение в 2019 году, должны соответствовать договорам 2019 года. Иными словами, все документы должны быть датированы одним годом. Декларацию по форме 3-НДФЛ можно подать лично и в электронном виде с помощью различных онлайн-сервисов.

Для пользователей сервиса «Личный кабинет» доступны заполнение декларации 3-НДФЛ и приложение документов в режиме онлайн.

Сканированные документы принимаются к рассмотрению. В случае возникновения вопросов в ходе проведения проверки декларации, инспектор вправе запросить подлинники документов. В 2020 году планируется начать прием деклараций, в том числе на предоставление налоговых вычетов, через МФЦ. Это облегчит процедуру для жителей отдаленных районов.

- Какие ограничения установлены при расчете налогового вычета?

- Максимальная сумма, с которой предоставляется социальный налоговый вычет, - 120 тысяч рублей в год. На последующие налоговые периоды разница в реальных затратах не переносится. Следует учесть, что 120 тысяч рублей - это сумма в совокупности с другими социальными вычетами, за исключением вычетов по расходам на обучение детей и на дорогостоящее лечение.

Максимальная сумма вычета, которую можно получить, составляет 15 600 рублей.

Хочется напомнить, что все вычеты носят заявительный характер. Заявить можно и незначительную сумму расходов. Например, возврат налога при лечении одного зуба, на которое потрачено 2 000 рублей, составит всего 260 рублей. Главное, чтобы пакет документов соответствовал установленным требованиям.

Следует отметить, что ограничений по сумме расходов не имеет только социальный налоговый вычет на дорогостоящее лечение. Он исчисляется с той суммы, которая фактически израсходована налогоплательщиком.

Записала Людмила ЯКОВЛЕВА.

Доходы, облагаемые по ставке 13 %, в 2018 году получили около 800 тыс жителей Оренбургской области. Декларации на предоставление социальных налоговых вычетов подали около 5,5 тыс человек. Им возвращено более 37 млн руб. В 2017 году налоговые вычеты в общей сумме 34 млн руб получили свыше 5,1 тыс граждан.

Активное долголетие бабушки Муниры

Для жительницы Оренбурга Муниры Абдуловны Абдрахимовой никогда не было неразрешимых задач. Учитель математики и директор школы с многолетним стажем, мама четверых детей, бабушка восьмерых внуков, прабабушка 13 правнуков, в свои 90 лет она легко справляется с выполнением любого задания как в науке, так и в жизни.

Утренняя гимнастика, обязательная прогулка в любую погоду, доброе сердце и вечная тяга к знаниям и решению трудных задач - основные слагаемые долголетия Муниры Абдрахимовой.

Родители с малых лет напутствовали Муниру: «Учись хорошо - станешь учителем!» Старшая из детей в семье, она всегда старалась быть примером для шестерых братьев и сестер.

Полуголодное военное детство в родной Зубочистке Переволоцкого района с плохонькой одежонкой, с занятиями в холодных классах, с газетными листами вместо тетрадей, с работой в колхозе после уроков… Все вынесла, все преодолела Мунира. Училась так хорошо, что, переехав в Оренбург, смогла работать переводчицей у пленных немцев и поступить в педагогический институт на учителя математики и физики.

ГЛАВНЫЙ ВОСПИТАТЕЛЬ

После получения диплома Мунира Адбуловна получила направление в Гайский район и сразу была назначена директором школы в селе Гайнулино. «Страна дала тебе образование, постарайся оправдать оказанное доверие!» - подбадривала себя молодая учительница в трудные минуты. И работала на совесть. Не только школьников учила, но и их родителей приобщала к культуре и науке. Вместе с мужем Камилом Гилазовичем, который работал председателем колхоза, Мунира Адбуловна ставила спектакли для всего села. А уж если у кого в семье неурядицы случались, Абдрахимовы первыми приходили разобраться в ситуации. Одним помогали, других пристыдить приходилось, а третьих и приструнить.

Молодую учительницу и ее семью уважали в Гайнулино и всячески старались высказать свое почтение. Бывало, проснутся утром Абдрахимовы, откроют двери, а на крыльце - кринка с парным молоком. Кто-то из соседей или учеников гостинец принес. А доярки порой даже брали с собой на ферму старшую дочку учительницы, чтобы педагог могла спокойно поработать.

Супруг Муниры Абдуловны был фронтовиком, потому День Победы в большой семье Абдрахимовых до сих пор считается главным праздником.

ДУША СЕМЬИ И СЕЛА

25 ноября Мунире Абдуловне исполнилось 90 лет. И за все прожитые годы она ни разу не позволила себе повысить голос ни на кого в семье. Старшая дочка Нурия до сих пор удивляется, как мама может спокойно относиться ко всем шалостям и проказам ребятишек. Тихим голосом, по-доброму объясняет она детям, как нужно себя вести, и они стараются соответствовать. Сейчас забота Муниры Абдуловны - внуки и правнуки. Они доверяют ей свои секреты, делятся успехами и неудачами. Знают, что бабушка никогда не поругает, не осудит, всегда поддержит, похвалит, даст мудрый совет.

Вся ее жизнь - пример уважительного отношения к людям, душевной доброты и гостеприимства. Дом Абдрахимовых всегда был полон гостей - и в Гайнулино, и в соседнем селе Никольском, где жили и работали много лет Мунира Абдуловна и Камил Гилазович.

Коллеги, первые ученики, которым сейчас уже по 80 лет, соседи до сих пор зовут бывшего директора школы на все знаменательные мероприятия. Недавно Мунира Абдуловна приняла участие в открытии в селе Гайнулино обелиска воинам-землякам, участникам Великой Отечественной войны.

С ИНТЕРЕСОМ К ЖИЗНИ

О своем почтенном возрасте Мунира Абдуловна не вспоминает. Вот только вязать платки и паутинки для всей семьи уже не может. Руки не слушаются. Но новое блюдо приготовить для нее труда не составляет. Увидит по телевизору интересный рецепт - и тут же приглашает семью на дегустацию. У них с невесткой даже негласное соревнование ведется, кто вкуснее и необычнее блюдо приготовит. Дети шутят, что заберут у мамы все кастрюли и сковороды, чтобы она побольше отдыхала. Да куда уж там! Лучше бабушки Муниры национальный многослойный пирог губадию и чак-чак никто не делает.

Мунира Абдуловна и сейчас много читает, старается не пропускать мероприятия в библиотеке имени Х. М. Ямашева, выписывает татарские журналы, разгадывает кроссворды на двух языках. А если кому из младших Абдрахимовых не удается с задачкой по математике или физике справиться, они без раздумий звонят бабушке. Она даже олимпиадные задания легко решает.

Надежда ТЕРЕХИНА.

ЖЕНСКИЙ ВЗГЛЯД

Пташки-торопыжки...

Уже почти неделю мне не дает покоя мысль об абсурдности некоторых праздников, появившихся в последнее время в нашем календаре. В частности, не могу понять, как можно праздновать Международный день недоношенных детей!

Начну издалека. Шесть лет назад дочка наших друзей на седьмом месяце беременности отдыхала с мужем в Башкирии. Там у нее неожиданно отошли воды. За 400 км от родного города и гинеколога, у которого наблюдалась. Молодые родители экстренно рванули в Оренбург. Недоношенный малыш родился совсем крошечным - 1 кг 300 г. Молодая мама долго лежала с ним в больнице и выхаживала. Благодаря стараниям врачей ребенок набрал необходимые для полноценной жизни вес и рост, мама успокоилась, но вспоминать тот трудный период жизни семья не любит. Молодые родители маленького Матвея тоже не понимают, зачем в России, и в Оренбурге в том числе, решили ПРАЗДНОВАТЬ Международный день недоношенных детей.

Как семейную, очень интимную историю можно выносить на всеобщее внимание?

Начальное название этого действа звучало так - Международный день повышения осведомленности о недоношенности. В 2009 году его учредили представители Европейского фонда по уходу за новорожденными детьми. Сегодня более чем в 100 странах мира отмечают эту дату.

По статистике, 15 миллионов детей ежегодно рождаются недоношенными. Это больше чем каждый десятый ребенок. В этот день повсюду проходят благотворительные концерты и акции. Как только мероприятия не называют: «Праздник ранних пташек», «Парад торопыжек», «Праздник белых лепестков»…

По медицинской статистике, недоношенные малыши впоследствии становятся обычными детьми. Они развиваются так же, как другие дети. А выживаемость младенцев весом от 500 граммов в России составляет 98 процентов. Получается, что недоношенность - досадная случайность, которую нужно стараться избежать всеми силами. Зачем тогда трубить о ней на всех перекрестках?

Галина ШИРОНИНА.

КОНКУРС

В любви признаются внуки

В Оренбурге подведены итоги IV творческого конкурса «Моя любимая бабушка». В этом году в нем приняли участие 290 школьников и студентов.

Ребята вложили всю свою любовь в материалы о бабушках-кудесницах, искренне восхищались долголетием семейного счастья дедушек и бабушек.

Ребята пробовали свои силы в трех номинациях: «Рассказ», «Видео» и «Видеопрезентация».

Все работы на темы «Война в памяти моей семьи», «Бабушка-кудесница», «Бабушка и дедушка - пример для подражания» оказались искренними, трогательными, с теплыми признаниями в любви своим рукодельницам, добрым наставницам и настоящим героиням.

Ребята, подготовившие рассказы о своих близких, переживших тяготы войны, вовлекли в творческий процесс мам и пап, бабушек и дедушек.

Ученик гимназии № 3, девятилетний Ваня Сорокин, получил Гран-при в номинации «Война в памяти моей семьи» за видеопрезентацию. Третьеклассник очень ярко и выразительно рассказал о своих прабабушке Валентине Николаевне и прадедушке Алексее Ивановиче Раздобудько, которых он видел только на фотографиях и знает лишь по рассказам родителей. Прабабушка Валя воевала в составе 3-го Украинского фронта, была связистом. Прадедушка Алексей во время войны выращивал хлеб в тылу. У него пять орденов, в том числе орден Ленина.

- Работать над презентацией мне было очень интересно! Я перефотографировал старые снимки, записывал рассказы мамы. Потратил примерно месяц свободного времени, но не жалею об этом, - рассказывает Ваня. - Конкурс помог мне понять, что нужно дорожить памятью предков и не забывать, какие подвиги совершил наш народ во имя родной земли.

Немало достойных работ было представлено и на другие темы. Двенадцатилетняя Даша Давыскиба из школы № 68 заняла первое место в номинации «Бабушка-кудесница».

- Мою бабушку зовут Роза Шамильевна, ей сейчас 76 лет. Мы живем вместе и очень дружим. Бабушка научила меня читать и писать, в младших классах занималась со мной, помогала делать уроки. Она необычайно добрая, отзывчивая и ласковая, всегда рядом в трудные минуты и дает полезные советы. А еще моя бабушка очень вкусно готовит, - рассказывает Даша.

Организатором конкурса выступает Оренбургская городская общественная организация «Совет женщин» при поддержке Дворца творчества детей и молодежи г. Оренбурга и нашей газеты.

Ирина ФООС.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Пастухова:

«У НАС НА СТОЛЕ ВСЕГДА МЕД»

- Муж разводит пчел, потому мы используем все продукты пчеловодства. Мед обязателен на нашем столе. С медом и о повышении иммунитета задумываться не приходится. А настойка прополиса - хорошее ранозаживляющее и обезболивающее средство. За своим здоровьем мы следим и каждый год проходим диспансеризацию.

НАРОДНЫЙ РЕЦЕПТ

ОТ КАШЛЯ

- 30 г травы багульника болотного залить 1 ст кипятка, настоять и процедить. Принимать по 2 ст л 3 раза в день.
- 20 г травы полыни настоять в 0,5 л водки не менее 24 часов. Принимать по 1 ст л 3 раза в день и перед сном. Для лечения детей это средство не рекомендуется.
- Растереть яичные желтки с сахаром добела. Смесь увеличится в объеме в 2-3 раза. Принимать натощак.
- Большую репчатую луковицу очистить, вымыть и натереть на терке. Смешать с гусиным жиром. Втирать эту смесь в область грудной клетки и шеи. Завязать теплым платком. Утром натощак принимать по 1 ст л этой смеси при кашле.
- При кашле, бронхите, пневмонии применять отвар мать-и-мачехи. 1 ст л листьев залить 1 ст крутого кипятка, настаивать 30 мин и процедить. Принимать по 1 ст л 5-6 раз в день.
- Смешать свежевыжатый сок моркови с молоком в равных пропорциях. Принимать при кашле 5-6 раз в день.
- При кашле у детей рекомендуется сок моркови с медом. Сок моркови должен быть свежеприготовленным. Принимать по 1 ст л смеси 4-5 раз в день.

ПРОСТУДА: ПРАВДА И МИФЫ

Исследования, проводимые учеными, доказывают, что большая часть утверждений о простуде, передаваемых из поколения в поколение, ошибочна.

• Перед простудой мы бессильны.

Это миф! Чаще всего возбудителями простуды бывают риновирусы, которые распространяются по воздуху с пылью и капельками жидкости. Вдыхая зараженные частицы, мы заболеваем. Однако в большинстве случаев наши защитные силы справляются с вирусами, останавливают болезнь на самой ранней стадии, не доводя до клинических проявлений.

• Появление простуды провоцирует холод.

На самом деле отрицательная температура, наоборот, способна остановить самую тяжелую эпидемию и защитить от заражения, если одеваться соответственно сезону. Сухой морозный воздух действует губительно на многие вирусы, уничтожая их в окружающей среде. Самый благоприятный климат для вирусов - прохладная и влажная осень или зимние оттепели.

• Для защиты от простуды нужно пользоваться антибактериальным мылом.

Это миф! Такое мыло убивает бактерии, лишая их возможности построить собственную защитную клеточную оболочку. Но возбудителями простуды чаще являются вирусы, которые имеют другой состав оболочки. Поэтому антибактериальное мыло имеет такую же эффективность, как и обычное: мыльный раствор просто смывает болезнетворные частицы с рук. Для снижения риска заболевания простудой современные медики советуют обрабатывать руки спиртосодержащими средствами.

• Куриный бульон защищает от простуды.

Это правда! Пульмонолог Стефан Реннард доказал, что употребление куриного бульона влияет на подвижность нейтрофилов, лейкоцитов, защищающих организм от инфекций и активизирующих иммунную систему.

• Витамин С укрепляет иммунитет.

Это миф! Раньше медики считали, что витамин С увеличивает количество белых кровяных клеток, которые убивают вирусы. Ни одно из современных исследований это не подтвердило. Витамин С помогает немного ослабить симптомы простуды, укрепляет сосудистую стенку, снижает проявления воспаления, но не влияет на иммунитет.

• Самое лучшее средство против простуды - лук.

Это правда! До сих пор многие практикуют такой способ профилактики простуды: разрезают луковицу пополам и оставляют ее в комнате. Помещение заполняет специфический запах, который и защищает нас от бактерий и вирусов. Исследования западных ученых подтвердили это.

• Мед лечит насморк.

Это правда! Согласно выводам медиков, мед гораздо эффективнее многих лекарств от насморка. В меде содержатся вещества, которые не просто снимают симптомы простуды, а еще и лечат.

• Чем выше температура, тем опаснее заболевание.

Выраженность симптомов простуды не всегда отражает тяжесть состояния. На самом деле верно другое: чем острее иммунная система реагирует на вирусы, тем более ярко выражены симптомы простуды, в том числе и температура. Острые симптомы простуды являются признаком крепкой иммунной системы, а при ослаблении защитных сил организма болезнь может протекать длительно, без выраженных симптомов.

• Поначалу простуда может протекать без симптомов.

Это правда! Медицинская статистика показывает, что 20-30 % простуженных людей являются носителями вирусов, при этом симптомы простуды у них не проявляются. Наиболее заразным человек бывает во время инкубационного периода. Этот период длится при простуде обычно 2-3 дня и может протекать бессимптомно.

• Во время простуды нужно забыть про спорт.

Это миф! Современные исследования показывают: физическая нагрузка поможет вашей иммунной системе побороть вирусы. Единственное противопоказание - высокая температура.

НАУКА

ОСТОРОЖНЕЕ С «УСКОРИТЕЛЯМИ» УМА!

Как показали опросы, проведенные исследователями, в последнее время все больше людей принимают ноотропные препараты, стимулирующие мозговую деятельность. Но это отнюдь не безвредно!

Принимать «умные» пилюли можно, если у вас относительно здоровый организм, вы не страдаете повышенным давлением или другими сердечно-сосудистыми заболеваниями и если препарат приобретен в аптеке по рецепту врача. Во всех иных случаях рисковать не стоит, как бы ни хотелось резко «поумнеть»!

Молодым людям вообще не следует использовать ноотропы.

Улучшить умственные способности поможет пища. Ешьте больше рыбы - в ней содержатся фосфор, а также жирные кислоты омега-3, стимулирующие работу мозговых сосудов. В период экзаменов, написания курсовых и дипломных работ употребляйте каждый день горький шоколад. Не забывайте и про свежие овощи и фрукты - в них содержатся естественные антиоксиданты и витамин С. В грецких орехах присутствует лецитин, который активизирует память.

Хозяюшка
Оренбургская Солидарность
№ 47 (1 273) 26.11.19

НАТАЛЬЯ ПАСТУХОВА,

с. Донское Беляевского района

Очаровательная, веселая, активная, спортивная, молодая... Трудно поверить, что Наталья Пастухова, преподаватель русского языка и литературы Донской основной общеобразовательной школы, отмечает свой 65-летний юбилей.

Молодая учительница приехала в Донское ровно 43 года назад. После окончания института вышла замуж за студента химико-биологического факультета Григория Пастухова и отправилась в родное село супруга. Два месяца проработала в Беляевке, потому что в Донской школе мест не было, а с ноября 1976 года учит русскому языку и литературе ребят из своего села.

- В детстве я мечтала стать врачом, - вспоминает Наталья Николаевна, - но вовремя поняла, что медицина - это не мое. К тому же очень хотелось быть похожей на любимого педагога Абдулинской школы-интерната № 1, где я училась в старших классах, - на учителя русского языка и литературы Анну Васильевну Миронову. Да и любимая тетя Татьяна Егоровна Ковбот тоже была литератором.

Любовь к книгам и русскому языку Наталья Пастухова старается привить и своим ученикам. Даже трудно сосчитать, сколько их было более чем за 40 лет работы. Первые выпускники сейчас приводят на уроки Натальи Николаевны своих внуков. А некоторые из ее учеников стали коллегами. И нынешний директор школы - Татьяна Николаевна Еремеева - тоже выпускница Пастуховой.

Много лет вместе с супругой работал и Григорий Григорьевич. Он был директором школы, она - завучем. В школе, можно сказать, выросли и дети Пастуховых - Юлия, Наталья и Александр.

- Я ни разу не пожалела о выборе профессии, - признается Наталья Николаевна. - Ведь в работе учителя нет однообразия. Общение с детьми - это каждый день новые открытия, эмоции, впечатления. С детьми не соскучишься. Жаль только, что с каждым годом бумажной работы у педагогов становится все больше, но при всем этом мы стараемся уделять не меньше внимания детям - ученикам, своим дочерям и сыну, внукам.

У Натальи Николаевны и Григория Григорьевича шестеро внуков. Старшей внучке уже 21 год, самому младшему - всего четыре. Все они обожают бывать у бабушки с дедушкой. Несмотря на то что дети живут в Оренбурге, большая семья часто собирается вместе.

Для детей, внуков, друзей и соседей чета Пастуховых - образец семейного счастья. Через четыре десятка лет супругам удалось пронести первое трепетное чувство любви и нежности друг к другу. Быть может, все это потому, что глава семьи в душе неисправимый романтик и продолжает радовать супругу приятными сюрпризами и красивыми цветами. Может, потому, что Наталья Николаевна - настоящая хранительница домашнего очага, добрая и гостеприимная. А может, просто сама судьба соединила сердца двух единомышленников, людей, близких по духу и увлечениям.

В прошлые выходные вся семья собралась на юбилей Натальи Николаевны. И вновь она счастливо улыбалась, глядя на детей и внуков. А утро понедельника встретила с любимыми учениками.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:
Детская ПРИСМОТРИТЕСЬ К ТИХОНЕ
У зеркала КАК НОСИТЬ БРОШЬ?
Урожайные сотки ВСЕ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О САЖЕНЦАХ С КОМОМ

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Пастухова: «ПЕРЕД НОВЫМ ГОДОМ УСТРАИВАЕМ ФОТОВЫСТАВКУ»

- Муж - фотограф-любитель, и у нас очень много красивых фотографий природы. Вот уже много лет перед Новым годом устраиваем вернисаж «Мы в этом году», отбирая для выставки лучшие семейные снимки, картины природы, фотографии с различных мероприятий. Для этой экспозиции у нас отведена целая стена. Снимки прошлого года аккуратно убираются в альбомы, которых более чем за 40 лет у нас набралось немало.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

УХАЖИВАЕМ ЗА МЕБЕЛЬЮ

* Неполированную мебель чистят пылесосом с мягкой насадкой или протирают от пыли мягкой сухой тряпкой. Периодически можно протирать ее влажным тампоном, а при сильном загрязнении - мыть теплой водой с мылом и насухо вытирать.
* Для чистки металлических деталей мебели можно использовать соду, разрезанную луковицу, лимонный сок, а затем отполировать детали мелом, смоченным нашатырным спиртом и водой (2:1).
* Обивку мягкой мебели чистят пылесосом или щеткой, которую можно обернуть марлей, смоченной соленой водой (1 ч л соли на 1 л воды). Чистить следует только в одном направлении.
* Пыль из кресел, стульев, дивана выбивают, накрыв их тряпкой, смоченной в растворе спиртового уксуса в воде (1-2 ст л уксуса на 1 л воды).
* Обивку мягкой мебели можно протирать чистой шерстяной тряпкой, смоченной в теплом растворе любого синтетического моющего средства для шерстяных тканей.
* Загрязненные места на декоративных тканях, которыми обивают мебель, можно очистить стиральным порошком, растворенным в теплой воде. Жирные пятна удаляют кашицей из бензина и стирального порошка, которую втирают в ткань и оставляют на ночь. Утром этот состав смывают горячей водой.

КАК УХАЖИВАТЬ ЗА КОМПОЗИТНОЙ МОЙКОЙ?

Мойки из искусственного камня в наши кухни пришли относительно недавно, но уже успели заслужить любовь своих хозяев. Как ухаживать за такими раковинами?

Поверхность композитной мойки имеет замечательную особенность: она не задерживает воду и налет, а это обеспечивает легкий уход. Жирные пятна на такой поверхности не остаются - жир скатывается.

Раковину из искусственного камня очищают теплой водой и моющими средствами для посуды. Использовать абразивные вещества нельзя!

Из-за жесткой воды со временем раковина неизбежно покроется тонким известковым налетом. Удалить его можно 2,5%-ным раствором уксуса, но действовать нужно осторожно. Не оставляйте кислоту на поверхности мойки дольше чем на 1-2 мин, а после обработки смойте ее большим количеством чистой воды. Известковый налет рекомендуется удалять не чаще одного раза в месяц.

Если на мойке появились матовые следы или небольшие потертости, то от них можно избавиться, отполировав мойку кремом или гелем для мытья эмалированных поверхностей. Кроме того, в продаже есть и специальные средства для ухода за композитными мойками, сделанные на основе гранитной крошки.

Пятна от краски, туши, чернил, шариковой ручки можно попробовать удалить спиртом или ацетоном. Помните: лучше удалять любые пятна и загрязнения сразу, чтобы они не успели впитаться в поверхность.

Композитные мойки в условиях кухни действительно весьма долговечны и устойчивы к различным внешним воздействиям, однако устраивать им серьезные испытания не стоит. Если в раковину попали какие-либо агрессивные вещества, их необходимо сразу же удалять мыльным раствором и промывать чистой водой - композит выдерживает только краткосрочный контакт с реагентами.

Осторожнее нужно быть и с раскаленной посудой, только что снятой с плиты. Ставить ее в мойку сразу нельзя - необходимо дать сковородке (кастрюле) остыть. Также берегите раковину от падения тяжелых предметов, чтобы не спровоцировать появление сколов.

ЦВЕТОВОД

ЭПИСЦИЯ: УХОД И РАЗВЕДЕНИЕ

Эписция - красивое вьющееся многолетнее растение, родственница сенполии. Она декоративна, отлично вписывается в интерьер, а потому любима цветоводами.

Эписция - некрупное растение до 20 см в высоту и ширину. Листья ее овальные, морщинистые, покрытые пушком, миндально-зеленые с более темными краями, собраны в розетки и достигают длины 5-8 см. Свисающие побеги и красивые серебристо-зеленые или медно-красные листья эффектны, а ярко-красные трубчатые цветки с желтым зевом придают растению необыкновенную красоту. Цветет эписция с весны до осени.

Лучшим местоположением эписции при разведении в квартире будет подоконник с ярким рассеянным светом. В качестве земли для посадки можно использовать торф, перегной из коры, вересковую землю. Подкармливают цветок с апреля по сентябрь один раз в месяц.

Для растения требуется высокая влажность воздуха, поэтому его нужно регулярно опрыскивать. Поливают эписцию каждые два дня, чтобы субстрат был влажным в течение всего периода роста, а зимой переходят на полив один раз в неделю.

Пересаживать эписцию нужно каждые два года, в феврале-марте, в широкую, но неглубокую посуду. Размножается эписция пикировкой усов, стеблевыми черенками. Листочки легко укореняются.

Из вредителей и болезней для растения опасны белокрылки.

Цветок не любит прямые солнечные лучи и не терпит сквозняков.

Эписцию размножают при температуре +23...+25°С и повышенной влажности воздуха и почвы, обязательно прикрыв стеклом.

Для большей декоративности ее можно высаживать в террариуме или в стеклянной бутылке.

КАК НОСИТЬ БРОШЬ?

У многих броши ассоциируются с устаревшими старомодными украшениями. На самом деле уже который сезон модельеры на своих показах упорно доказывают обратное. Вооружимся их рекомендациями.

Чтобы выглядеть как девушка с обложки, нужно знать некоторые тонкости ношения этого аксессуара.

• Чем проще наряд, тем заметнее брошь.

Яркие, крупные броши эффектнее всего смотрятся на скромных нарядах лаконичного классического силуэта. Если вы выбираете пестрый или блестящий наряд, от подобного украшения стоит отказаться вовсе, оно попросту потеряется.

• Каждому времени суток - свой колорит.

Для повседневного и делового стиля лучше отдавать предпочтение скромным брошам, сочетающимся с цветом наряда. Зато вечером можно позволить себе больше - особенно эффектны будут украшения со светлыми разноцветными и блестящими камнями, сверкающими в свете софитов.

• Внимательно подбираем аксессуары.

Стоит ли комбинировать брошь с бусами, колье или иным ярким акцентом на шею? Стоит, если эти украшения составляют единый комплект. Однако будьте аккуратны: чрезмерное количество аксессуаров на груди визуально утяжеляет ее, а образ делает слишком вычурным и даже вульгарным.

• Объединяем небольшие броши в группу.

Интересным и ярким решением будет одновременное объединение нескольких брошей. Главное - выбирать украшения одной стилевой тематики и не смешивать несочетаемое. Например, группируем между собой стиль ар-деко, цветочную тематику, булавки, броши с лентой.

КУДА МОЖНО «ПОСЕЛИТЬ» УКРАШЕНИЕ?

* Броши из ткани крепим на ту часть тела, которую хотим акцентировать;
* на карман на груди;
* на плечо, если вы выбираете объемный джемпер или платье без ворота;
* на полочки жакета, не имеющего застежек;
* на бретельку вечернего платья;
* на дамскую сумочку;
* на шарф или платок;
* на верхнюю одежду;
* на головной убор;
* на меховое манто;
* на резинки, повязки и ленты для волос;
* на драпирующийся пояс нарядного платья в качестве пряжки.

ЧТО НЫНЧЕ В МОДЕ?

Новый сезон богат на «брошечные» идеи, в которых найдут что-то свое и романтичные натуры, и бизнес-леди, и спортивные барышни. Что до трендов, то на волне популярности находятся старый добрый винтаж, растительная и животная тематика в виде рептилий, насекомых, листьев и всевозможных цветов, абстракция. Чаще всего материалами, из которых изготавливаются украшения, являются пластик, металлы, искусственные и драгоценные камни, стразы, эмаль, подручное сырье (ткань, бусины, бисер и т. д.).

АКСЕССУАРЫ

СЕРЬГИ - ПО ЦВЕТУ ГЛАЗ

Камни в серьгах должны быть либо одного оттенка с глазами, либо контрастного цвета.

Красоту обладательниц выразительных **серо-зеленых** глаз подчеркнут камни зеленоватых оттенков - малахит, бирюза, берилл.

Зеленые глаза с желтоватым оттенком выиграют, если их оттенить сережками с хризолитом.

Голубые глаза яркого оттенка прекрасно смотрятся в сочетании с лазуритом, бирюзой, а если цвет глаз светло-голубой, выбирайте камни золотистого и желто-оранжевого цвета. Особое очарование голубым «прозрачным» глазам придадут камни синего и фиолетового цветов.

Если ваши глаза **ярко-карие или темно-зеленые**, вы будете эффектнее выглядеть в серьгах с камнями насыщенных оттенков. Вам подойдут гранат, рубин, изумруд, топаз. Удачный выбор - камни контрастных цветов: жемчуг, горный хрусталь, янтарь, перламутр.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Пастухова: «БОДРОСТЬ МНЕ ДАЕТ ТИБЕТСКАЯ ГИМНАСТИКА»

- Вот уже четверть века по утрам я делаю зарядку. Это комплекс упражнений, задействующий различные органы и направленный на оздоровление организма. Упражнения называют тибетской гимнастикой. Их выполняют утром не вставая с постели, каждое повторяется по 30 раз. Данный комплекс легко можно найти в Интернете.

1. Растираем руки. Ладони должны стать горячими.

2. Растираем ушные раковины.

3. Кладем ладони на область глаз и слегка надавливаем на них.

4. Ладонью правой руки массируем шею сверху вниз.

5. Далее делаем массаж лба, положив правую ладонь на лоб, левую - сверху, двигаем ладони от виска к виску.

6. Потом следует массаж живота. Положив ладони друг на друга, делаем круговые движения по часовой стрелке в области живота.

7. Втягиваем и задерживаем в таком положении живот.

8. Делаем упражнение «Велосипед».

9. Подтягиваем к груди обе ноги.

10. Ладони кладем на затылок и постукиваем по затылочной части.

11. Ладони на затылке. Поглаживаем голову сверху до шейного позвонка.

12. Садимся, сгибаем ногу в колене и массируем стопу, потом меняем ноги.

По окончании массажа растираем ноги снизу доверху.

Такая гимнастика дает заряд бодрости на весь день.

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, 02.05** «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30, **01.00** «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Тест на беременность». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «Познер». (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 «Тайны следствия-18». (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым».(12+)
02.00 Т/с «Личное дело».(16+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05 Х/ф «Поздняя любовь».
09.30 «Другие Романовы».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, **01.10** «Роли Олега Ефремова».
12.10, **02.10** Красивая планета.
12.25, **18.45, 00.30** Власть факта.
13.10 «Линия жизни».
14.15 Д/ф «Верея. Возвращение к себе».
15.10 Новости. Подробно. Арт.
15.25 «Агора».
16.30 Х/ф «Ночной звонок».
17.35 Сэр Саймон Рэттл, Кристиан Тецлафф и Лондонский симфонический оркестр.
19.45 Главная роль.
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 Д/с «Цивилизации».
21.45 «Сати. Нескучная классика...».
22.25 Т/с «Людмила Гурченко».
23.10 «Рэгтайм, или Разорванное время».
00.00 Открытая книга. Герман Садулаев «Иван Ауслендер».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00 «Акценты». (12+)
06.40 «Жизнь здоровых людей». (16+)
07.00 «Таланты и поклонники». (12+)
07.25 «Национальный характер». (12+)
07.50 «Видеоблокнот». (12+)
08.05, **02.55** Х/ф «Рудольф Нуриев. Рудик». (12+)
09.05, **13.35** «Кухни народов Крыма». (12+)
09.20 «Погода». (0+)
09.25 Х/ф «Гардемарины, вперед!». (12+)
12.15 «Рыболовные истории». (16+)
13.00 «Штрихи к портрету». (12+)
13.50, **15.50, 18.10, 23.05** «Видеоблокнот». (12+)
14.00 «Один день». (16+)
14.30 «Национальный аспект». (16+)
15.10 «Туристический рецепт». (12+)
15.30, **17.00** «Новости дня». (12+)
16.00, **17.20** Х/ф «Где ты, Багира?». (0+)
17.45 «Правильный выбор». (12+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
19.00, **20.30, 23.30, 02.20** «Новости дня». (12+)
19.25, **20.55, 23.55, 02.45** «Новости спорта». (12+)
19.35 «Русский характер». (16+)
21.05 Т/с «Ночные ласточки». (12+)
23.15, **00.05** Х/ф «Интердевочка». (16+)
03.50 Х/ф «Без права на второй шанс». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 «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 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, **16.00** «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «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 «Пуленепробиваемый монах». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
00.00 «Неизвестная история». (16+)
01.00 Х/ф «Девушка в поезде». (18+)

НТВ

05.00 Т/с «Участковый». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (6+)
08.05 «Мальцева». (12+)
09.00, **10.20** Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
10.00, **13.00, 16.00, 19.00, 00.00** «Сегодня».
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.25 «Следствие вели...». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10, **19.40** Т/с «Гений». (16+)
21.00 Т/с «Пес». (16+)
23.00 «Своя правда». (16+)
00.05 «Сегодня. Спорт».
00.10 «Поздняков». (16+)
00.25 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.30 Т/с «Бесстыдники». (18+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.15 М/с «Том и Джерри». (0+)
06.40 М/с «Драконы. Гонки по краю». (6+)
07.05 Х/ф «Сеня-Федя». (16+)
08.05 «Уральские пельмени». (16+)
08.25 Х/ф «Затерянный мир. Парк Юрского периода-2». (16+)
11.00 Т/с «Ивановы-Ивановы». (16+)
19.00 Т/с «Кухня. Война за отель». (16+)
19.50 Х/ф «Трансформеры». (12+)
22.40 Х/ф «Мальчишник в Вегасе». (16+)
00.40 «Кино в деталях». (18+)
01.40 Х/ф «Ночные стражи». (12+)
03.20 «6 кадров». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «6 кадров». (16+)
07.40 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.40 «Давай разведемся!». (16+)
09.45 «Тест на отцовство». (16+)
10.45, **04.10** «Реальная мистика». (16+)
12.45, **02.50** «Понять. Простить». (16+)
14.35, **02.25** «Порча». (16+)
15.05 Х/ф «Девушка средних лет». (16+)
19.00 Х/ф «От ненависти до любви». (16+)
23.20 «Моя вторая жизнь». (16+)
23.35 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Где рождаются чемпионы?». (12+)
09.00, **10.50, 12.45, 15.05, 17.25, 20.00, 23.25** Новости.
09.05, **12.50, 17.30, 20.10, 02.35** Все на Матч!
10.55 Гандбол. Чемпионат мира. Женщины. Россия - Аргентина.
13.20 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины. (0+)
15.10 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины. (0+)
16.55 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
18.00 Футбол. Чемпионат Франции. «Монако» - ПСЖ. (0+)
21.00 «Зенит» - «Спартак». Live». (12+)
21.20 Футбол. Российская Премьер-лига. ЦСКА - «Арсенал» (Тула).
23.30 «Дорогой наш Гус Иванович». (12+)
00.00, **01.45** Тотальный футбол.
00.30 Футбол. Церемония вручения наград «Золотой мяч 2019».
03.15 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Уникс (Казань) - ЦСКА (0+).
05.15 Профессиональный бокс. Афиша. (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 Х/ф «Безотцовщина». (12+)
10.00 Д/ф «Тамара Семина. Всегда наоборот». (12+)
10.55 Городское собрание. (12+)
11.30, **14.30, 17.50, 22.00, 00.00** События.
11.50 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Элеонора Шашкова». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
16.55 «Естественный отбор». (12+)
18.20 Х/ф «Судья». (16+)
22.30 «Газовый рубеж». (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «90-е. Кремлевские жены». (16+)
01.45 Х/ф «Город». (12+)
03.45 «Ералаш». (6+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 18.30, 03.25** «Известия».
05.20, **09.25** Т/с «Шеф-2». (16+)
11.35, **13.25** Т/с «Шеф. Новая жизнь». (16+)
19.00 Т/с «След». (16+)
22.15, **23.05** Т/с «Барс». (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, **23.00** «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2». (16+)
13.30 «Танцы». (16+)
15.30 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.30 Т/с «Полярный». (16+)
20.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
21.00 «Где логика?». (16+)
22.00 «Однажды в России». (16+)
01.05 Х/ф «Поворот не туда 4: Кровавое начало». (18+)
02.00, **04.45** «Вперед в прошлое». (16+)
02.15 «Преступление века». (16+)
02.30, **05.00** «Нефронтовые будни». (16+)
03.30 «Маленькие истории большой степи». (16+)
04.15 «Тайный город». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, **21.15** Новости дня.
08.15 «Полезная покупка». (12+)
08.30 Д/с «Война после Победы (12+)
09.55 Т/с «Второй убойный». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
12.05 Т/с «Второй убойный». (16+)
14.10, **16.05** Т/с «Второй убойный». (16+)
16.20, **21.25** «Открытый эфир». (12+)
18.10 Д/с «Хроника Победы». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)
19.40 «Скрытые угрозы». (12+)
20.25 Д/с «Загадки века». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 Т/с «МУР». (16+)
03.00 Х/ф «Вам - задание». (16+)
04.15 Х/ф «Признать виновным». (12+)

ТВ-вторник 3 декабря

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, 02.05** «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30, **01.00** «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Тест на беременность». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
23.55 «Право на справедливость». (16+)
03.05 «Время покажет». (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 «Тайны следствия-18». (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым».(12+)
02.00 Т/с «Личное дело».(16+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05 «Правила жизни».
07.35 Д/ф «Николай Пономарев-Степной. Девять десятых, или Параллельная фантастика».
08.25 «Легенды мирового кино».
08.55 Красивая планета.
09.10, **22.25** Т/с «Людмила Гурченко».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, **01.30** «Возьмемся за руки, друзья!». Фестиваль авторской песни.
12.25, **18.40, 00.45** «Тем временем. Смыслы».
13.10 Д/ф «Жизнь была и сладкой и соленой».
13.55 Д/с «Цивилизации».
15.10 Новости. Подробно. Книги.
15.20 «Пятое измерение».
15.50 «Белая студия».
16.30 Х/ф «Жил-был настройщик...».
17.40 Сэр Саймон Рэттл и Лондонский симфонический оркестр.
19.45 Главная роль.
20.05 Торжественное открытие XX Международного телевизионного конкурса юных музыкантов «Щелкунчик».
21.45 Искусственный отбор.
23.10 «Рэгтайм, или Разорванное время».
00.00 Д/ф «Люди-птицы. Хроники преодоления».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **09.00, 15.30, 17.00** «Новости дня». (12+)
06.25 «Туризматика». (12+)
07.00, **08.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.40** «Новости дня». (12+)
07.20, **08.20** «Новости спорта». (12+)
07.30 «Национальный характер». (12+)
07.50, **13.50, 15.50, 18.10, 23.05** «Видеоблокнот». (12+)
08.30 «Поехали». (12+)
09.25 Т/с «Ночные ласточки». (12+)
11.25 Д/с «Связь времен. Добрая воля». (12+)
12.00 Д/ф «Джуманджи». (12+)
13.00 «Поединок умов». (6+)
14.00 «Один день». (16+)
14.30 «Национальный аспект». (16+)
15.10 «Туристический рецепт». (12+)
16.00, **17.20, 00.05** Х/ф «Домик в сердце». (12+)
18.20 «Акценты: сердце Евразии». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.25, **20.55, 23.55, 02.05** «Как быть?». (16+)
19.35 «Обратная связь». (12+)
20.20 «Правильный выбор». (12+)
21.05 Т/с «Ночные ласточки». (12+)
23.15 «Покатушки». (16+)
02.15 Концерт «Все звезды «Дорожного радио». (12+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 «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 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, **16.00** «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «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 «Геракл». (16+)
21.50 «Водить по-русски». (16+)
00.00 «Загадки человечества». (16+)
01.00 Х/ф «Коматозники». (16+)
03.00 Х/ф «Скрытые фигуры». (12+)

НТВ

05.00 Т/с «Участковый». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (6+)
08.05 «Мальцева». (12+)
09.00, **10.20** Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
10.00, **13.00, 16.00, 19.00, 00.00** «Сегодня».
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.25 «Следствие вели...». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10, **19.40** Т/с «Пес». (16+)
23.00 «Своя правда». (16+)
00.05 «Сегодня. Спорт».
00.10 «Крутая история». (12+)
01.15 Т/с «Бесстыдники». (18+)
03.25 Т/с «Участковый». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.15 М/с «Том и Джерри». (0+)
06.40 М/с «Драконы. Гонки по краю». (6+)
07.05 Х/ф «Сеня-Федя». (16+)
08.05 Т/с «Кухня. Война за отель». (16+)
09.10 «Уральские пельмени». (16+)
09.30 М/ф «Кролик Питер». (6+)
11.15 Х/ф «Трансформеры». (12+)
14.05 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
18.30 Т/с «Кухня. Война за отель». (16+)
20.00 Х/ф «Трансформеры. Месть падших». (16+)
23.05 Х/ф «Мальчишник-2. Из Вегаса в Бангкок». (18+)
01.05 Х/ф «Мальчишник в Вегасе». (16+)
02.50 «Супермамочка». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.45 «Удачная покупка». (16+)
06.55, **07.40** «По делам несовершеннолетних». (16+)
07.25, **23.20** «Моя вторая жизнь». (16+)
08.40 «Давай разведемся!». (16+)
09.45 «Тест на отцовство». (16+)
10.45, **04.10** «Реальная мистика». (16+)
12.45, **02.50** «Понять. Простить». (16+)
14.35, **02.25** «Порча». (16+)
15.05 Х/ф «Темные воды». (16+).
19.00 Х/ф «От ненависти до любви». (16+)
23.35 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Где рождаются чемпионы?». (12+)
09.00, **12.15, 15.55, 19.10, 20.20, 00.05** Новости.
09.05, **16.00, 19.15, 00.10** Все на Матч!
10.25 Гандбол. Чемпионат мира. Женщины. Россия - Конго.
12.20 Футбол. Российская Премьер-лига. (0+)
14.10 Тотальный футбол. (12+)
15.25 «Исчезнувшие». (12+)
16.50 Футбол. Чемпионат Италии. «Кальяри» - «Сампдория». (0+)
18.50 Восемь лучших. (12+)
19.50 «КХЛ. Наставники». (12+)
20.25 Хоккей. КХЛ.
23.45 «ЦСКА - СКА. Live». Специальный р епортаж (12+)
01.00 Футбол. Чемпионат Франции. «Лион» - «Лилль».
03.00 Водное поло. Лига чемпионов. Мужчины. (0+)
04.05 «Мадридский рубеж Кубка Дэвиса». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10, **03.50** «Ералаш». (6+)
08.20 «Доктор И...». (16+)
08.55 Х/ф «Голубая стрела». (0+)
10.45 Д/ф «Нина Дорошина. Пожертвовать любовью». (12+)
11.30, **14.30, 17.50, 22.00** События.
11.50 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Наталья Щукина». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)
16.55 «Естественный отбор». (12+)
18.15 Х/ф «Судья-2». (16+)
22.30 «Осторожно, мошенники! Идите к бесу». (16+)
23.05 Д/ф «Женщины Дмитрия Марьянова». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Прощание. Владимир Этуш». (16+)
01.45 Х/ф «Город». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 18.30, 03.10** «Известия».
05.20, **09.25** Т/с «Разведчики». (16+)
13.25 Т/с «Горюнов». (16+)
19.00 Т/с «След». (16+)
22.15, **23.05** Т/с «Барс». (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, **23.00** «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2». (16+)
13.30 «План Б». (16+)
15.05 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.30 Т/с «Полярный». (16+)
20.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
21.00 «Импровизация «. (16+)
22.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)
01.05 Х/ф «Проклятый путь». (16+)
02.00, **04.15** «Маленькие истории большой степи». (16+)
02.45, **05.00** «Вперед в прошлое». (16+)
03.00, **05.15** «Преступление века». (16+)
03.15 «Нефронтовые будни». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, **21.15** Новости дня.
08.15 «Полезная покупка». (12+)
08.30 Д/с «Война после Победы». (12+)
09.55 Т/с «Второй убойный». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
12.05, **14.10, 16.05** Т/с «Второй убойный». (16+)
16.20, **21.25** «Открытый эфир». (12+)
18.10 Д/с «Хроника Победы». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)
19.40 «Легенды армии». (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (16+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 Х/ф «Ночной патруль». (12+)
01.40 Х/ф «Военно-полевой роман». (12+)

№47 (1 273) 26.11.19 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, 01.10** «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30, **00.00** «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Тест на беременность». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
03.05 «Время покажет». (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 «Тайны следствия-18». (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Личное дело». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40** Новости культуры.
06.35 «Лето Господне».
07.05, **20.05** «Правила жизни».
07.35 Д/с «Цивилизации».
08.35 «Легенды мирового кино».
09.00 Цвет времени.
09.10, **22.25** Т/с «Людмила Гурченко».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, **01.45** Д/ф «Хоккей Анатолия Тарасова».
12.15, **18.40, 01.00** «Что делать?».
13.05 «Линия жизни».
13.55, **20.45** Д/с «Цивилизации».
15.10 Библейский сюжет.
15.35 «Сати. Нескучная классика...».
16.20 Х/ф «Мой нежно любимый детектив».
17.45 Сэр Саймон Рэттл, Леонидас Кавакос и Лондонский симфонический оркестр.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
21.45 «Абсолютный слух».
23.10 «Рэгтайм, или Разорванное время».
00.00 Д/ф «Хокусай. Одержимый живописью».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **09.00, 15.30, 17.00** «Новости дня». (12+)
06.25 «Полчаса о вере». (16+)
07.00, **08.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.30** «Новости дня». (12+)
07.20, **08.20** «Как быть?». (16+)
07.30 «Национальный характер». (12+)
07.50, **13.50, 15.50, 18.10, 23.05** «Видеоблокнот». (12+)
08.30 «Поехали». (12+)
09.25 Т/с «Ночные ласточки». (12+)
11.25 Д/с «Связь времен. Добрая воля». (12+)
12.00 Д/ф «Джуманджи». (12+)
13.00, **19.35** «Обратная связь». (12+)
14.00 «Один день». (16+)
14.30 «Национальный аспект». (16+)
15.10 «Туристический рецепт». (12+)
16.00, **17.20, 00.05** Х/ф «Мужчина в доме». (16+)
17.50 «Правильный выбор». (12+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.25, **20.55, 23.55, 01.55** «Новости спорта». (12+)
20.15 «Накануне». (12+)
21.05, **02.05** Т/с «Ночные ласточки». (12+)
04.35 «Музыка на канале». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 «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, **15.00** «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (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 «На расстоянии удара». (16+)
22.00 «Смотреть всем!». (16+)
01.00 Х/ф «Герой-одиночка». (16+)
02.50 Х/ф «Дальняя дорога». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Участковый». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (6+)
08.05 «Мальцева». (12+)
09.00, **10.20** Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
10.00, **13.00, 16.00, 19.00, 00.00** «Сегодня».
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.25 «Следствие вели...». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10, **19.40** Т/с «Пес». (16+)
23.00 «Своя правда». (16+)
00.05 «Сегодня. Спорт».
00.10 «Однажды...». (16+)
01.05 Т/с «Бесстыдники». (18+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.15 М/с «Том и Джерри». (0+)
06.40 М/с «Драконы. Гонки по краю». (6+)
07.05 Х/ф «Сеня-Федя». (16+)
08.05 Т/с «Кухня. Война за отель». (16+)
09.10 «Уральские пельмени». (16+)
09.30 Х/ф «10 000 лет до н.э.». (16+)
11.35 Х/ф «Трансформеры. Месть падших». (16+)
14.35 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
19.00 Т/с «Кухня. Война за отель». (16+)
20.00 Х/ф «Трансформеры-3. Темная сторона Луны». (16+)
23.05 Х/ф «Мальчишник. Часть 3». (16+)
01.05 Х/ф «Мальчишник-2. Из Вегаса в Бангкок». (18+)
02.55 «Супермамочка». (16+)
03.40 «6 кадров». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.45 «Удачная покупка». (16+)
06.55, **07.40** «По делам несовершеннолетних». (16+)
07.25, **23.20** «Моя вторая жизнь». (16+)
08.40 «Давай разведемся!». (16+)
09.45 «Тест на отцовство». (16+)
10.45, **04.10** «Реальная мистика». (16+)
12.45, **02.50** «Понять. Простить». (16+)
14.35, **02.25** «Порча». (16+)
15.05 Х/ф «Письма из прошлого». (16+)
19.00 Х/ф «От ненависти до любви». (16+)
23.35 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Где рождаются чемпионы?». (12+)
09.00, **10.55, 13.30, 16.05, 19.15, 00.00** Новости.
09.05, **13.35, 16.10, 19.20, 00.10** Все на Матч!
11.00 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мужчины. «Зенит-Казань» (Россия) - «Сада Крузейро» (Бразилия). (0+)
13.00 «КХЛ. Наставники». (12+)
14.05 Профессиональный бокс. (16+)
15.45 «Биатлон. Первый снег». (12+)
16.30 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. «Кузбасс» (Кемерово, Россия) - «Факел» (Новый Уренгой, Россия).
19.55 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины.
22.15 Плавание. Чемпионат Европы (бассейн 25 м).
01.15 «Дерби мозгов». (16+)
01.55 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мужчины. «Зенит-Казань» (Россия) - «Аль-Райян» (Катар).
03.55 «Команда мечты». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10, **03.50** «Ералаш». (6+)
08.20 «Доктор И...». (16+)
08.55 Х/ф «Кольцо из Амстердама». (12+)
10.35 Д/ф «Евгений Моргунов. Под маской Бывалого». (12+)
11.30, **14.30, 17.50, 22.00** События.
11.50 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Наталия Санько». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
18.15, **20.05** Х/ф «Северное сияние». (12+)
22.30 Линия защиты. (16+)
23.05 «Прощание. Евгений Белоусов». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 Д/ф «Мужчины Людмилы Зыкиной». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 18.30, 03.10** «Известия».
05.40, **13.25** Т/с «Горюнов». (16+)
09.25 Т/с «Сильнее огня». (16+)
19.00 Т/с «След». (16+)
22.15, **23.05** Т/с «Барс». (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, **23.00** «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2». (16+)
13.25 «Большой завтрак». (16+)
14.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
15.00 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
21.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Где логика?». (16+)
01.05 Х/ф «Общак». (18+)
02.00, **04.15** «Нефронтовые будни». (16+)
03.00, **05.15** «Преступление века». (16+)
03.15 «Маленькие истории большой степи». (16+)
04.00 «Вперед в прошлое». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, **21.15** Новости дня.
08.15 «Полезная покупка». (12+)
08.30 Д/с «Война после Победы». (12+)
09.55 Т/с «Второй убойный». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
12.05, **14.10, 16.05** Т/с «Второй убойный». (16+)
16.20, **21.25** «Открытый эфир». (12+)
18.10, **05.30** Д/с «Хроника Победы». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)
19.40 «Последний день». (12+)
20.25 Д/с «Секретные материалы» (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 Х/ф «Чужая родня». (0+)
01.40 Х/ф «Особо опасные...». (0+)
03.00 Х/ф «Правда лейтенанта Климова». (12+)
04.25 Х/ф «Летающий корабль». (0+)

ТВ-четверг 5 декабря

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, 01.10** «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.30, **00.00** «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Тест на беременность». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
03.05 «Время покажет». (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 «Тайны следствия-18». (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Личное дело». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05, **20.05** «Правила жизни».
07.35 Д/с «Цивилизации».
08.35 «Легенды мирового кино».
09.00 Дороги старых мастеров.
09.10, **22.25** Т/с «Людмила Гурченко».
10.15 «Наблюдатель».
11.10, **01.20** «Балет Игоря Моисеева». Фильм-концерт.
12.25, **18.45, 00.40** «Игра в бисер». «Исаак Бабель. «Одесские рассказы».
13.10 «Абсолютный слух».
13.55, **20.45** Д/с «Цивилизации».
15.10 Новости. Подробно. Театр.
15.20 Пряничный домик.
15.50 «2 Верник 2».
16.40 Х/ф «Невероятное пари, или Истинное происшествие, благополучно завершившееся сто лет назад».
17.55 Сэр Саймон Рэттл, Джулия Баллок и Лондонский симфонический оркестр.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
21.45 «Энигма. Тан Дун».
23.10 «Рэгтайм, или Разорванное время».
00.00 Черные дыры. Белые пятна.

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **09.00, 15.30, 17.00** «Новости дня». (12+)
06.25 «Туризматика». (12+)
07.00, **08.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.45** «Новости дня». (12+)
07.20, **08.20** «Новости спорта». (12+)
07.30 «Накануне». (12+)
07.50, **13.50, 15.50, 18.10, 23.05** «Видеоблокнот». (12+)
08.30 «Поехали». (12+)
09.25 Т/с «Ночные ласточки». (12+)
11.25 Х/ф «Мужчина в доме». (16+)
13.00 «Обратная связь». (12+)
14.00 «Один день». (16+)
14.30 «Национальный аспект». (16+)
15.10 «Туристический рецепт». (12+)
16.00, **17.20, 00.05** Х/ф «Право на надежду». (12+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
18.50 «Тема дня». (12+)
19.25, **20.55, 23.55, 02.10** «Акценты дня». (12+)
19.35 «Русский характер». (16+)
21.05, **02.20** Т/с «Ночные ласточки». (12+)
04.00 Х/ф «2307 операция «Андроид». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Военная тайна». (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+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, **18.00** «Круглый стол». (16+)
13.00, 00.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Леон». (16+)
22.40 «Смотреть всем!». (16+)
01.00 Х/ф «Двадцать одно». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Участковый». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (6+)
08.05 «Мальцева». (12+)
09.00, **10.20** Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
10.00, **13.00, 16.00, 19.00, 00.00** «Сегодня».
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.25 «Следствие вели...». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10, **19.40** Т/с «Пес». (16+)
23.00 «Своя правда». (16+)
00.05 «Сегодня. Спорт».
00.10 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
00.55 Т/с «Бесстыдники». (18+)
02.50 «Их нравы». (0+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.15 М/с «Том и Джерри». (0+)
06.40 М/с «Драконы. Гонки по краю». (6+)
07.05 Х/ф «Сеня-Федя». (16+)
08.05 Т/с «Кухня. Война за отель». (16+)
09.10 Х/ф «Царь скорпионов». (12+)
10.55 Х/ф «Трансформеры-3. Темная сторона Луны». (16+)
14.05 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
19.00 Т/с «Кухня. Война за отель». (16+)
20.00 Х/ф «Трансформеры. Эпоха истребления». (12+)
23.25 Х/ф «Остров». (12+)
02.00 Х/ф «Мальчишник. Часть 3». (16+)
03.35 «6 кадров». (16+)
03.50 Т/с «Молодежка». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40 «Удачная покупка». (16+)
06.50, **07.35** «По делам несовершеннолетних». (16+)
07.20 «Моя вторая жизнь». (16+)
08.10 «Давай разведемся!». (16+)
09.15 «Тест на отцовство». (16+)
10.15, **04.10** «Реальная мистика». (16+)
12.20, **02.50** «Понять. Простить». (16+)
14.10, **02.25** «Порча». (16+)
14.40 Х/ф «Умница, красавица». (16+)
19.00 Х/ф «От ненависти до любви». (16+)
23.20 «Моя вторая жизнь». (16+)
23.35 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Где рождаются чемпионы?». (12+)
09.00, **10.55, 13.00, 16.05, 19.20** Новости.
09.05, **13.05, 16.10, 19.25, 00.15** Все на Матч!
11.00 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины. (0+)
13.55 Гандбол. Чемпионат мира. Женщины.
13.45 Восемь лучших. (12+)
16.50 Профессиональный бокс. (16+)
18.50 «Гран-при с Алексеем Поповым». (12+)
20.10 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Женщины.
22.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. ЦСКА (Россия) - «Жальгирис» (Литва).
00.50 Плавание. Чемпионат Европы (бассейн 25 м). (0+)
01.55 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мужчины. «Зенит-Казань» (Россия) - «Кучине-Лубе Чивитанова» (Италия).
03.55 «Команда мечты». (12+)
04.25 Восемь лучших. (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Человек родился». (12+)
10.35 Д/ф «Михаил Ульянов. Горькая исповедь». (12+)
11.30, **14.30, 17.50, 22.00** События.
11.50 Т/с «Коломбо». (12+)
13.40 «Мой герой. Наталья Хорохорина». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
18.15, **20.05** Х/ф «Северное сияние». (12+)
22.30 «Обложка. Протокол позора». (16+)
23.05 Д/ф «Актерские драмы. Борьба за роль». (12+)
00.00 События. 25-й час.
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 Д/ф «Декабрь 41-го. Спасти Москву». (12+)
01.45 Х/ф «Город». (12+)
03.50 «Ералаш». (6+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00, 18.30, 03.10** «Известия».
05.20, **13.25** Т/с «Горюнов». (16+)
08.35 «День ангела».
09.25 Т/с «Убить дважды». (16+)
19.00 Т/с «След». (16+)
22.15, **23.05** Т/с «Барс». (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, **23.00** «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2». (16+)
13.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
15.00 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
19.30 Т/с «Полярный». (16+)
20.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
21.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)
22.00 «Импровизация». (16+)
01.05 Х/ф «Короли улиц 2». (18+)
02.00, **04.00** «Вперед в прошлое». (16+)
02.15 «Клуб». (16+)
02.30, **04.15** «Маленькие истории большой степи». (16+)
02.45, **05.00** «Преступление века». (16+)
03.00, **05.15** «Нефронтовые будни». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, **21.15** Новости дня.
08.15 «Полезная покупка». (12+)
08.30 Д/с «Война после Победы». (12+)
09.55 Т/с «Второй убойный-2». (16+)
12.00, **16.00** Военные новости.
12.05, **14.10, 16.05** Т/с «Второй убойный-2». (16+)
16.20, **21.25** «Открытый эфир». (12+)
18.10 Д/с «Хроника Победы». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)
19.40 «Легенды космоса». (6+)
20.25 «Код доступа». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 Х/ф «В полосе прибоя». (6+)
01.25 Д/ф «Связь через века». (6+)
01.55 Х/ф «Частная жизнь». (12+)

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». Новый сезон (12+)
23.20 «Вечерний Ургант». (16+)
00.15 Х/ф «Соглядатай». (12+)
02.15 «Горячий лед». Турин. Фигурное катание. Финал Гран-при 2019. (0+)

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 «Тайны следствия-18». (12+)
01.30 Х/ф «Напрасная жертва». (12+)
03.10 Х/ф «Спитак». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, **07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.00** Новости культуры.
06.35 «Пешком...».
07.05 «Правила жизни».
07.35 Д/с «Цивилизации».
08.35 «Легенды мирового кино».
09.00 Цвет времени.
09.10 Т/с «Людмила Гурченко».
10.20 Х/ф «Весенний поток».
11.45 XX Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Щелкунчик».
13.50 Черные дыры. Белые пятна.
14.30 Д/ф «Полет на Марс, или Волонтеры «Красной планеты».
15.10 Новости. Подробно. Кино.
15.25 «Письма из провинции».
15.55 «Энигма. Тан Дун».
16.35 Х/ф «Ваня».
18.05 Концерт Государственного академического симфонического оркестра России им. Е. Ф. Светланова.
19.00 Смехоностальгия.
19.45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица».
21.20 Д/ф «Женщина, которая умеет любить».
22.05 «Линия жизни».
23.20 «2 Верник 2».
00.05 Х/ф «Любовники Марии». (16+)

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **09.00, 15.30, 17.00, 20.30, 23.30, 01.10** «Новости дня». (12+)
06.25 «Туризматика». (12+)
07.00, **08.00, 19.00** «Новости дня». (12+)
07.20, **08.20** «Акценты дня». (12+)
07.30 «Национальный характер». (12+)
07.50, **13.50, 15.50, 18.10, 23.15** «Видеоблокнот». (12+)
08.30 «Поехали». (12+)
09.25 Т/с «Ночные ласточки». (12+)
11.25, **00.00** Х/ф «Джокер». (12+)
12.40 Д/ф «Окаянные дни». (16+)
13.05 «Акценты: сердце Евразии». (12+)
14.05 «Один день». (16+)
14.30 «Национальный аспект». (16+)
15.10 «Туристический рецепт». (12+)
16.00, **17.20** Х/ф «Король Дроздовик». (6+)
18.20 «Правильный выбор». (12+)
18.30 «Друг». (12+)
19.25 «Как быть?». (16+)
19.35 «Штрихи к портрету». (12+)
20.00, **23.25** «Погода на неделю». (0+)
20.05 «На родной земле». (12+)
21.00 Х/ф «Жена смотрителя зоопарка». (16+)
01.40 Х/ф «2307 операция «Андроид». (16+)
03.25 Х/ф «Сердцеед». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Военная тайна». (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** «Новости». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 «Круглый стол». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Документальный спецпроект». (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 «Смотрящие за шоу-бизнесом». (16+)
21.00 «Развод» по объявлению». (16+)
23.30 Х/ф «Пираньи 3D». (18+)
01.20 Х/ф «Пираньи 3DD». (18+)
02.40 Х/ф «Чудо на Гудзоне». (16+)

НТВ

05.00 Т/с «Участковый». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (6+)
08.05 «Доктор Свет». (16+)
09.00, **10.20** Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
10.00, **13.00, 16.00, 19.00** «Сегодня».
13.25 «Обзор. ЧП».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.25 «Следствие вели...». (16+)
17.15 «Жди меня». (12+)
18.10, **19.40** Т/с «Пес». (16+)
23.05 «ЧП. Расследование». (16+)
23.35 Х/ф «Эксперт». (16+)
01.40 «Квартирный вопрос». (0+)
02.45 «Место встречи». (16+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.15 М/с «Том и Джерри». (0+)
06.40 М/с «Драконы. Гонки по краю». (6+)
07.05 Х/ф «Сеня-Федя». (16+)
08.00 Т/с «Кухня. Война за отель». (16+)
09.10 Х/ф «Трансформеры. Эпоха истребления». (12+)
12.35 «Шоу «Уральских пельменей« (16+)
20.00 «Русские не смеются». (16+)
21.00 Х/ф «Трансформеры. Последний рыцарь». (12+)
00.05 Х/ф «Власть страха». (16+)
02.20 «Супермамочка». (16+)
03.05 «6 кадров». (16+)
03.50 Т/с «Молодежка». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «6 кадров». (16+)
07.20, **08.05** «По делам несовершеннолетних». (16+)
07.50 «Моя вторая жизнь». (16+)
09.05 «Давай разведемся!». (16+)
10.10, **04.50** «Тест на отцовство». (16+)
11.10, **03.10** «Реальная мистика». (16+)
13.10, **01.45** «Понять. Простить». (16+)
15.00, **01.15** «Порча». (16+)
15.30 Х/ф «Любовница». (16+).
19.00 Х/ф «Бойся желаний своих». (16+).
23.20 Т/с «Самара». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)
05.40 «Туристический рецепт». (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Где рождаются чемпионы?». (12+)
09.00, **10.55, 13.00, 15.05, 18.15, 20.30, 23.25, 00.35** Новости.
09.05, **15.10, 18.20, 20.35, 02.40** Все на Матч!
11.00 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Женщины. (0+)
13.05 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мужчины. «Зенит-Казань» (Россия) - «Кучине-Лубе Чивитанова» (Италия). (0+)
16.25 Гандбол. Чемпионат мира. Женщины. Россия - Швеция.
19.00 «Боевая профессия». (16+)
19.20 Профессиональный бокс. (16+)
21.20 Футбол. Российская Премьер-лига. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва).
23.30 Все на футбол! Афиша. (12+)
00.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Интер» - «Рома».
03.10 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Химки» (Россия) - «Барселона» (Испания). (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «Ералаш». (6+)
08.20 Д/ф «Александр Лазарев и Светлана Немоляева. Испытание верностью». (12+)
09.20 Х/ф «Бархатный сезон». (12+)
11.30, **14.30, 17.50** События.
11.50 Х/ф «Бархатный сезон». (12+)
13.25, **15.05** Х/ф «Анатомия убийства». (12+)
14.50 Город новостей.
18.15, **20.05** Х/ф «Северное сияние». (12+)
22.00, **02.50** «В центре событий». (16+)
23.10 «Приют комедиантов». (12+)
01.00 Д/ф «Александр Иванов. Горькая жизнь пересмешника». (12+)
02.00 Д/ф «Актерские драмы. Борьба за роль». (12+)
04.00 Петровка, 38. (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **09.00, 13.00** «Известия».
05.20, **09.25, 13.25** Т/с «Следователь Протасов». (16+)
19.05 Т/с «След». (16+)
23.45 «Светская хроника». (16+)
00.45 Т/с «След. Чайка». (16+)
01.30 Т/с «Детективы». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00, **23.05** «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2». (16+)
13.25 «Большой завтрак». (16+)
14.00 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
15.00 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
17.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 «Comedy Woman». (16+)
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «Открытый микрофон». (16+)
01.10 «Такое кино!». (16+)
01.40 Х/ф «Перекресток Миллера». (16+)
03.35, **05.30** «Тайный город». (16+)
03.45 «Нефронтовые будни». (16+)
04.00 «Клуб». (16+)
04.15 «Маленькие истории большой степи». (16+)
05.00 «Преступление века». (16+)

ЗВЕЗДА

06.10 Х/ф «Мерседес» уходит от погони». (12+)
08.00, **21.15** Новости дня.
08.20 «Рыбий жЫр». (6+)
09.30, **11.35, 12.05** Т/с «Второй убойный-2». (16+)
12.00 Военные новости.
13.50, **16.05** Т/с «Второй убойный-2». (16+)
16.00 Военные новости.
18.15 Д/с «Хроника Победы». (12+)
18.45, **21.25** Х/ф «Живые и мертвые». (12+)
23.10 «Десять фотографий». (6+)
00.00 Т/с «Алька». (16+)
03.40 Х/ф «Опасные гастроли». (6+)
05.05 Д/ф «Раздвигая льды». (12+)

ТВ-суббота 7 декабря

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 «Доброе утро. Суббота».
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости.
10.15 «Открытие Китая». (12+)
11.15 «Наедине со всеми». (16+)
12.00 Новости.
12.15 Х/ф «Жестокий романс». (12+)
15.00 «Алла Пугачева. И это все о ней...». (16+)
17.30 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
19.00 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время».
21.20 «Что? Где? Когда?». (16+)
22.35 Х/ф «Большие надежды». (16+)
00.30 «Горячий лед». Турин. Фигурное катание. Финал Гран-при 2019.
01.50 Бокс. Бой за титул чемпиона мира. Энтони Джошуа - Энди Руис. (12+)

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 «Юмор! Юмор! Юмор!!!».(16+)
13.50 Х/ф «Привет от аиста». (12+)
18.00 «Привет, Андрей!». (12+)
20.00 Вести в субботу.
21.00 Х/ф «Дорогая подруга». (12+)
01.10 Х/ф «Моя мама против». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30 Библейский сюжет.
07.05, **02.35** М/ф.
08.00 Х/ф «Невероятное пари, или Истинное происшествие, благополучно завершившееся сто лет назад».
09.15 Телескоп.
09.45 «Передвижники. Александр Борисов».
10.15 Х/ф «Ваня».
11.45 XX Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Щелкунчик».
13.50 Д/с «Настоящее - прошедшее. Поиски и находки».
14.20 Х/ф «Служили два товарища».
16.00, **01.00** Д/с «Голубая планета».
16.55 Д/ф «Джентльмены удачи». Я злой и страшный серый волк».
17.40 Д/с «Энциклопедия загадок».
18.05 Х/ф «Родня».
19.40 Большая опера - 2019.
21.00 «Агора».
22.00 Х/ф «О мышах и людях».
23.50 Клуб 37.
01.50 «Искатели».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00, **00.30** Х/ф «Жена смотрителя зоопарка». (16+)
08.15, **10.50, 18.15** «Один день». (16+)
08.45, **19.30, 02.45, 04.35, 04.50** «Туристический рецепт». (12+)
09.00 «Обратная связь». (12+)
09.40 «Кухни народов Крыма». (12+)
09.50, **12.35, 16.10, 18.50** «Видеоблокнот». (12+)
10.00, **19.00, 00.00** «Акценты: сердце Евразии». (12+)
10.35, **11.55, 14.20, 16.05, 18.45, 21.40** «Погода на неделю». (0+)
10.40 «Правильный выбор». (12+)
11.20 «Рыболовные истории». (16+)
12.00 «Соседи». (12+)
12.45 Х/ф «Король Дроздовик». (6+)
14.25 Х/ф «Потерянный остров». (16+)
16.20 «Включайся». (6+)
16.35 М/ф.
19.50 Х/ф «Цареубийца». (12+)
21.45 Х/ф «Гардемарины, вперед!». (12+)
22.55 Х/ф «Без права на второй шанс. (16+)
03.00 Х/ф «Охотники за облаками». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
05.30 Х/ф «Действуй, сестра!». (12+)
07.20 Х/ф «Вечно молодой». (12+)
09.15 «Минтранс». (16+)
10.15 «Самая полезная программа». (16+)
11.15 «Военная тайна». (16+)
15.20 «Засекреченные списки». (16+)
17.20 Х/ф «Коммандо». (16+)
19.10 Х/ф «План побега». (16+)
21.20 Х/ф «План побега 2». (16+)
23.15 Х/ф «Над законом». (16+)
01.00 Х/ф «Смерти вопреки». (16+)
02.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
03.30 «Территория заблуждений». (16+)

НТВ

04.55 «ЧП. Расследование». (16+)
05.25 Х/ф «... По прозвищу «Зверь». (16+)
07.10 Д/ф «Время первых». (6+)
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+)
13.00 «Поедем, поедим!». (0+)
14.00 «Своя игра». (0+)
16.20 «Следствие вели...». (16+)
19.00 «Центральное телевидение».
21.00 «Секрет на миллион». (16+)
23.00 «Ты не поверишь!». (16+)
23.35 «Международная пилорама». (18+)
00.30 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
01.40 «Фоменко фейк». (16+)
02.05 «Дачный ответ». (0+)
03.10 Х/ф «Паспорт». (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, **10.30** «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
09.30 «Просто кухня». (12+)
12.00 «Русские не смеются». (16+)
13.00 «Форт Боярд. Возвращение». (16+)
17.00 Х/ф «Мир Юрского периода-2». (16+)
19.35 Х/ф «Люди в черном». (0+)
21.30 Х/ф «Люди в черном-2». (12+)
23.10 Х/ф «Люди в черном-3». (12+)
01.10 Х/ф «Стюарт Литтл». (0+)
02.40 «Супермамочка». (16+)
03.30 «6 кадров». (16+)
03.50 Т/с «Молодежка». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «6 кадров». (16+)
07.20 Х/ф «Вам и не снилось...». (16+)
09.10 Х/ф «Я счастливая». (16+)
11.00 Х/ф «Дом на холодном ключе». (16+)
14.50 Х/ф «Все сначала». (16+)
19.00 Х/ф «Отчаянный домохозяин». (16+)
23.15 Х/ф «Люблю 9 марта». (16+)
00.50 Х/ф «Вам и не снилось...». (16+)
02.30 Х/ф «Дом на холодном ключе». (16+)
05.30 Видеоблокнот. (12+)
05.40 «Старые письма о главном». (6+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Зенит» (Россия) - «Виллербан» (Франция). (0+)
10.30 Х/ф «Тоня против всех». (16+)
12.45, **16.00, 20.45, 23.35** Новости.
12.55 Все на футбол! Афиша. (12+)
14.00 Футбол. Чемпионат Испании. «Вильярреал» - «Атлетико». (0+)
16.05 «Биатлон. Первый снег». (12+)
16.25, **20.50, 23.40** Все на Матч!
16.55 Конькобежный спорт. Кубок мира.
18.00 Футбол. Российская Премьер-лига. «Краснодар» - ЦСКА.
21.10 Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Мужчины.
23.05 Биатлон с Дмитрием Губерниевым.
00.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Лацио» - «Ювентус».
02.40 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мужчины. 1/2 финала. (0+)
04.40 Конькобежный спорт. Кубок мира. (0+)
05.10 Плавание. Чемпионат Европы (бассейн 25 м). (0+)
06.00 Сноубординг. Кубок мира. Параллельный слалом. (0+)

ТВЦ

06.00 Марш-бросок (12+)
06.40 АБВГДейка. (0+)
07.05 Х/ф «Сказка о потерянном времени». (0+)
08.25 Православная энциклопедия. (6+)
08.55 Х/ф «Неисправимый лгун». (6+)
10.25 «Актерские судьбы. Тамара Макарова и Сергей Герасимов». (12+)
11.00 Х/ф «Не могу сказать «прощай». (12+)
11.30, **14.30, 23.45** События.
11.45 Х/ф «Не могу сказать «прощай». (12+)
13.10, **14.45** Х/ф «Где живет Надежда?». (12+)
17.15, **19.05** Х/ф «Анатомия убийства». (12+)
21.00 «Постскриптум».
22.15, **04.15** «Право знать!». (16+)
00.00 «90-е. Профессия - киллер». (16+)
00.50 «90-е. Преданная и проданная». (16+)
01.35 «Советские мафии. Дело мясников». (16+)
02.25 «Газовый рубеж». (16+)
02.55 «Постскриптум». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Детективы». (16+)
10.15 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Главное».
00.55, **01.50, 02.30, 03.10, 03.45, 04.25** Т/с «Барс». (16+)

ТНТ

07.00, **08.30** «ТНТ. Gold». (16+)
08.00, **01.10** «ТНТ music». (16+)
09.00, **17.30** Т/с «СашаТаня». (16+)
11.00 «Comedy Woman». (16+)
13.00 М/с «Мультерны». (16+)
14.55 Т/с «Фитнес». (16+)
19.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
21.00 «Танцы». (16+)
23.05 «Дом-2». (16+)
01.40 Х/ф «В тылу врага». (16+)
02.50, **05.30** «Тайный город». (16+)
03.00 «Маленькие истории большой степи». (16+)
03.45 «Преступление века». (16+)
04.00 «Вперед в прошлое». (16+)
04.15 «Нефронтовые будни». (16+)

ЗВЕЗДА

05.40 Х/ф «Жизнь и удивительные приключения Робинзона Крузо». (0+)
07.25 «Рыбий жЫр». (6+)
08.00 «Морской бой». (6+)
09.00, **13.00, 18.00** Новости дня.
09.15 «Легенды цирка». (6+)
09.45 «Последний день». (12+)
10.30 «Не факт!». (6+)
11.00 «Первый фестиваль юнармейской лиги квн». (0+)
11.55 Д/с «Секретные материалы». (12+)
12.45 «Специальный репортаж». (12+)
13.15 «СССР. Знак качества». (12+)
14.05, **18.25** Т/с «Ночные ласточки». (12+)
18.10 «Задело!».
23.05 Х/ф «Прорыв». (12+)
00.55 Х/ф «Рысь». (16+)
02.55 Х/ф «Военно-полевой роман». (12+)

За возможные изменения в программе редакция ответственности не несет.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.10 Х/ф «Старомодная комедия». (12+)
06.00, **10.00** Новости.
06.10 «Старомодная комедия». (12+)
07.00 «Играй, гармонь любимая!». (12+)
07.45 «Часовой». (12+)
08.15 «Здоровье». (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
10.10 «Жизнь других». (12+)
11.15, **12.15** «Видели видео?». (6+)
12.00 Новости.
13.35 «Романовы». (12+)
15.35 Лыжные гонки. Кубок мира 2019-2020. Мужчины. Эстафета.
17.00 «Горячий лед». Турин. Фигурное катание. Финал Гран-при 2019.
19.25 «Лучше всех!». (0+)
21.00 «Время».
22.00 «Большая игра». (16+)
23.45 «Хранитель». (12+)
00.50 «Горячий лед». Турин. Фигурное катание. Финал Гран-при 2019. (0+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

04.45 «Сам себе режиссер».
05.25 Х/ф «Опасный возраст». (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 «Аншлаг и Компания». (16+)
14.25 Х/ф «Добежать до себя». (12+)
18.20 «Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица».
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, **02.30** М/ф.
07.15 Х/ф «Служили два товарища».
08.50 «Обыкновенный концерт».
09.20 «Мы - грамотеи!».
10.00 Х/ф «О мышах и людях».
11.45 XX Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Щелкунчик».
13.45 Диалоги о животных.
14.30 «Другие Романовы».
15.00 Х/ф «Вождь краснокожих».
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком».
17.15 «Пешком...».
17.45 «Романтика романса».
18.40 Д/ф «Люди и страсти Алисы Фрейндлих».
19.30 Новости культуры.
20.10 Х/ф «Анна и Командор».
21.30 «Белая студия».
22.15 Спектакль «Пассажирка».
01.00 Х/ф «Вождь краснокожих».

ОРТ ПЛАНЕТА

06.00 Х/ф «2307 операция «Андроид». (16+)
07.45 Д/ф «Древние цивилизации» №2 (12+)
09.00 «Обратная связь». (12+)
09.40 «Как быть?». (16+)
09.45, **10.35, 14.45, 18.45, 20.50, 22.30** «Погода на неделю». (0+)
09.50, **11.35, 16.25, 18.50** «Видеоблокнот». (12+)
10.00 «Акценты». (12+)
10.40 «Туристический рецепт». (12+)
11.00 «Поединок умов». (6+)
11.45 «Национальный аспект». (16+)
12.15, **16.35** «Включайся». (6+)
12.30 «Почемучка». (6+)
12.50, **03.40** Х/ф «Клоуны». (12+)
14.50 Х/ф «Шаг с крыши». (6+)
16.50 Х/ф «Охотники за облаками». (16+)
18.30 «Таланты и поклонники». (12+)
19.00, **00.00** «Акценты». (12+)
19.35 Х/ф «Джокер». (12+)
20.55 «Человеческий фактор». (12+)
21.10 Х/ф «Гардемарины, вперед!». (12+)
22.35 «Правильный выбор». (12+)
22.50 Х/ф «Без права на второй шанс». (16+)
00.35 Х/ф «Потерянный остров». (16+)

ОРЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.10 Т/с «Балабол». (16+)
23.00 «Добров в эфире». (16+)
00.00 «Военная тайна». (16+)
03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

НТВ

05.05 «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 Х/ф «Афоня». (0+)
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+)
02.05 «Битва за Крым». (12+)

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 Х/ф «Люди в черном». (0+)
12.25 Х/ф «Люди в черном-2». (12+)
14.15 Х/ф «Люди в черном-3». (12+)
16.20 Х/ф «Трансформеры. Последний рыцарь». (12+)
19.25 Х/ф «Хэнкок». (16+)
21.15 Х/ф «Фокус». (16+)
23.20 Х/ф «Ночной беглец». (18+)
01.35 Х/ф «Черная вода». (16+)

ПЛАНЕТА-РЕГИОН-ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «6 кадров». (16+)
07.45 Х/ф «Сестренка». (16+)
09.45 «Пять ужинов». (16+)
10.00 Х/ф «Люблю 9 марта». (16+)
11.35 Х/ф «Любовница». (16+)
14.55 Х/ф «Бойся желаний своих». (16+)
19.00 Х/ф «Соломоново решение». (16+)
23.00 Х/ф «Я счастливая». (16+)
00.55 Х/ф «Сестренка». (16+)
02.40 Д/с «Замуж за рубеж». (16+)

МАТЧ

08.00 Профессиональный бокс.
10.00 «Команда мечты». (12+)
10.30 «Боевая профессия». (16+)
10.50 Футбол. Чемпионат Германии. «Боруссия» (Менхенгладбах) - «Бавария». (0+)
12.50, **18.10, 21.00** Новости.
13.00 «Исчезнувшие». (12+)
13.30, **15.45, 18.15, 21.05, 02.20** Все на Матч!
13.55 Гандбол. Чемпионат мира. Женщины.
16.10 Футбол. Чемпионат Нидерландов.
19.10 Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Женщины.
21.55 Плавание. Чемпионат Европы (бассейн 25 м).
00.40 После футбола.
01.40 «Дерби мозгов». (16+)
03.00 Шорт-трек. Кубок мира. (0+)

ТВЦ

06.25 Х/ф «Случай в тайге». (12+)
08.15 Х/ф «Трое в лабиринте». (12+)
10.30 «Ералаш». (6+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!». (12+)
11.30, **23.55** События.
11.45 Х/ф «Добровольцы». (0+)
13.35 «Смех с доставкой на дом». (12+)
14.30 Московская неделя.
15.00 «90-е. Криминальные жены». (16+)
15.55 «Прощание. Савелий Крамаров». (16+)
16.45 «Хроники московского быта. Ковер, хрусталь и стенка». (12+)
17.35 Х/ф «Слишком много любовников». (12+)
21.10, **00.10** Х/ф «Забытая женщина». (12+)
01.05 Х/ф «Северное сияние». (12+)
02.55 Петровка, 38. (16+)
03.05 Х/ф «Русское поле». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, **05.35** Т/с «Барс». (16+)
06.15 Д/ф «Моя правда». (16+)
08.00 «Светская хроника». (16+)
09.00 Д/ф «Моя правда». (16+)
10.00 Т/с «Шеф. Новая жизнь». (16+)
01.05 Х/ф «На крючке!». (16+)
02.35 «Большая разница». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
12.00 Т/с «Ольга». (16+)
20.30 «План Б». (16+)
22.05 «Stand up». (16+)
23.05 «Дом-2». (16+)
01.10 «Такое кино!». (16+)
01.40 «ТНТ music». (16+)
02.10 М/ф «Симпсоны в кино». (16+)
03.25 Х/ф «Лучшие планы». (16+)
04.50 «Открытый микрофон». (16+)

ЗВЕЗДА

05.00 Т/с «Алька». (16+)
09.00 «Новости недели».
09.25 Служу России! (12+)
09.55 «Военная приемка». (6+)
10.45 «Код доступа». (12+)
11.30 «Специальный репортаж». (12+)
12.10 Х/ф «Я объявляю вам войну». (16+)
14.00 Т/с «МУР». (16+)
18.00 Главное.
19.25 Д/с «Легенды советского сыска» (16+)
20.10 Д/с «Незримый бой». (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 Х/ф «Стрелы Робин Гуда». (6+)
01.20 Х/ф «Живые и мертвые». (12+)
04.30 Х/ф «Прорыв». (12+)

Владимир Семенович **Знахарь**

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

АНТИ ПСОРИАЗ

Забудьте о псориазе! Уникальный фитокрем "Антипсориаз" со свежими соками растений. Длительное очищение кожи на срок более одного года во многих случаях. Не содержит гормонов и искусственных добавок. Спрашивайте в аптеках "Живица", ул. Высотная, 2, т. 67 1188, пр-т Победы, 162, т. 66 8837, ул. Беляевская, 19, т. 66 8907, ул. Авиационная, 12/1, т. 66 8798, ул. Мира, 2/1, т. 66 8797, ул. Туркестанская, 37, т. 66 3058, ул. Комсомольская, 128, т. 66 8839, ул. Комсомольская, 199/1, т. 66 8850, ул. Транспортная, 18/2, т. 66 8813, ул. Фронтовиков, 6/1, т. 66 8814, ул. Терешковой, 251/2, т. 66 8815, ул. Гагарина, 21/7, т. 66 8873. Горячая линия и заказ почтой: (495) 506 8184.
Декларация № ТС N RU Д-RU.АВ58.В.17352 Патент РФ № 2424855. www.antipsoriaz.ru
Перед применением ознакомьтесь с инструкцией

«Двадцать лет из-за артрита я испытывала сильные боли. В один прекрасный день я сделала потрясающее открытие, и моя боль исчезла...
...без специального лечения и без хирургического вмешательства»

Эксклюзив: история Екатерины Сидоренко (58 лет), домохозяйки и матери двоих детей.

«То, что я испытала, настолько невероятно, что я сначала боялась говорить об этом людям, которые, как и я, испытывали постоянную боль из-за артрита (ревматические боли в конечностях). Я ждала до тех пор, пока сама не убедилась в том, что боль не возвращается.

Прошло уже больше года с тех пор, как я живу без боли. Поэтому для меня очень важно рассказать всем, как я это сделала, – к моему удивлению, это самый простой способ в мире.

С двадцати лет я страдала от ревматических болей. У меня утром были такие опухшие руки и ноги, что я не могла одеться самостоятельно. Мне нужна была помощь даже для того, чтобы просто встать с кровати.

Я испытывала неописуемые боли в позвоночнике, коленях, ногах и руках. Я уже представляла себя в инвалидной коляске.

Пока однажды передо мной не стал страшный выбор: операция или инвалидная коляска...

Каждый день мне приходилось принимать сильные препараты, анальгетики и болеутоляющие. И это в течение двадцати лет.

Однажды я случайно услышала об экстракте мидии (в журналах все пишут об этом). Это на 100% натуральный продукт, который просто необходим всем страдающим от ревматизма и артроза. Он действительно приносит облегчение.

В тот же день я позвонила моей лучшей подруге Наде, чтобы поговорить с ней об этом. Мы давние подруги, и она очень хорошо знает мои ежедневные мучения. Поэтому я не удивилась, когда она перезвонила на следующий день. Она сказала, что говорила об этом еще с одной своей подругой детства, она фармацевт и сказала, чтобы я зашла к ней в аптеку и узнала больше об этом. Она даже предложила мне продукт *Остеофрост*.

Это интересно! Ученые подсчитали, что суставы пальцев рук в среднем в течение жизни сгибаются 25 миллионов раз.

Моя боль исчезла

В течение этих пяти дней я чувствовала, что ревматизм уходит из моего тела. В организме происходила реальная детоксикация. И через пять дней боль просто исчезла! У меня не осталось никаких проблем утром. Я могу сама подняться, одеться, и я чувствую себя в форме. Благодаря *Остеофросту* я впервые после двадцати лет не принимала анальгетиков. Я была взволнована и полна надежды.

Это произошло очень быстро, и вся моя жизнь изменилась

Он эффективен на 100%. Не только мои суставы, но и все мое состояние неуклонно улучшается. У меня опять появился вкус к жизни, и я радуюсь домашним делам. Жизнь прекрасна и удивительна».

Историю Е. Сидоренко записал диетолог Марк Ушкин.

Как это работает

С возрастом хрящевая ткань, находящаяся в наших суставах, утрачивает способность удерживать воду, ослабевает прочность соединительной ткани в суставе. Особенностью хондроитина является его способность сохранять воду в толще хряща в виде водных полостей, создающих хорошую амортизацию и поглощающих удары, что в итоге повышает прочность соединительной ткани.

Здоровый суставной хрящ

Уже миллионы людей – среди них врачи и диетологи – принимают *Остеофрост*.

***Остеофрост* доступен эксклюзивно в России**

Остеофрост содержит экстракт мидии и зверобоя, которые имеют такие уникальные преимущества:

✓ **Экстракт мидии** – чистая вытяжка из мидии зеленогубой, стимулирующая образование коллагена и питающая хрящевую ткань.

✓ **Экстракт зверобоя** – натуральное вещество, эффективно ослабляющее боли.

ОСТЕОФРОСТ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО РЕГЕНЕРИРУЕТ ВАШИ СУСТАВЫ

С возрастом в организме происходит износ хряща. Что приводит к его повреждению с последующим воспалением и боли. И это происходит все чаще и чаще.

Элементы Остеофроста встраиваются в хрящевую ткань и восстанавливают хрящ. Боль естественно уменьшается вплоть до полного исчезновения.

Терпите такую боль?

☐ Ревматическая боль
☐ Артрическая боль
☐ Подагра ☐ Другое

Ваша боль чаще всего ощущается в суставах и таких частях тела:

☐ В руках ☐ В ногах
☐ В спине

Пока Вы испытываете одну или несколько болей, прием *Остеофроста* – специально для Вас.

НЕ СОДЕРЖИТ ДИКЛОФЕНАК

Телефон для заказов: 8 (495) 781-42-14

ОТПРАВЬТЕ СМС* С ЗАКАЗОМ НА НОМЕР +7 (917) 563-99-90

Заказ по СМС и электронной почте
rusbetaprotect@gmail.com
просим высылать на указанный номер в следующей форме: код продукта, цена, фамилия, имя, почтовый индекс, область, район, город, улица, номер дома, квартира.
*Стоимость СМС и звонков согласно тарифам Вашего оператора связи.

КУПОН ЗАКАЗА «ОСТЕОФРОСТА» БЕЗ РИСКА
Вышлите купон по адресу: 115088, г. Москва, а/я №88
ООО «Лаборатория клинической иммунологии»

☐ Да, я действительно хочу воспользоваться вашим уникальным предложением о начальном курсе, который поможет мне избавиться от боли и позволит поддерживать себя в форме. Если по какой-либо причине я не буду доволен(на) результатом, я верну ***«Остеофрост»*** и мне будут возвращены деньги без каких-либо условий с вашей стороны.**

«Остеофрост» продается эксклюзивно в России.
Уникальное предложение: специальная скидка 40% для постоянных читателей журнала.
Отметьте квадратик рядом с курсом, который Вы выбираете.

☐ **«Остеофрост», курс Экстрасильный**, 4 упаковки (60 дней) + 1 банка «**Формавит**» в подарок. **Цена: 3699 руб. Код продукта 187 24 137**

☐ **«Остеофрост», курс Интенсивный**, 3 упаковки (45 дней) + 1 упаковка «**Спирулина**» в подарок. **Цена: 3199 руб. Код продукта 187 24 138**

☐ **«Остеофрост», курс Усиленный**, 2 упаковки (30 дней). **Цена: 2299 руб. Код продукта 187 24 135**

ФИО:.....
Индекс:.....Область:.....
Район:.....Город:.....
Улица:.....Номер дома: ..... Квартира:.....
Моб. тел:.....E-mail:.....

Закажите «Остеофрост» на сайте: www.betaprotect.com

*Перед применением проконсультируйтесь со специалистом. Юр. адрес: 115088, г. Москва, ул. 2-я Машиностроения, д.17, стр. 1. ОГРН 1127746143425. *Стоимость СМС согласно тарифам вашего оператора связи. ** Гарантия. Если вы не будете удовлетворены результатом, верните нам препарата вместе с заявлением на возврата денег, мы вернем вам сумму, которую вы потратили на препарат (за вычетом почтовых расходов). Заказывая продукт, я согласно Закону РФ «О защите персональных данных» соглашаюсь предоставить свои персональные данные ООО «Лаборатория клинической иммунологии», а также предоставляю разрешение на обработку моих персональных данных и доступ к ним третьих лиц, в границах и с целью выполнения моего заказа. Реклама. Не является БАД и лекарственным средством. Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом.*

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Пастухова: «СПЕЦИАЛЬНЫХ РЕЦЕПТОВ ВОСПИТАНИЯ НЕТ»

- У нас никогда не было установок как-то по-особенному воспитывать детей. Мы просто сами старались быть честными, порядочными и добрыми, и дети перенимали это. Видя, как ответственно относятся к работе родители, Юлия, Наталья и Александр старались к учебе и порученным им делам подходить с такой же ответственностью и выполнять все добросовестно. Вместе с нами дети занимались различными видами спорта: теннисом, легкой атлетикой, плаванием, волейболом, лыжами, шахматами. И сейчас, став взрослыми, они не забывают о физкультуре, участвуют в соревнованиях и прививают любовь к спорту своим детям.

ИГРОВАЯ

РАЗВИВАЕМ РЕЧЬ

«УМЕНЬШАЕМ - УВЕЛИЧИВАЕМ»

Взрослый: «Я буду называть кого-нибудь или что-нибудь, а ты сделай его «маленьким». Например, дом - домик, заяц - зайчик». Далее ребенок пробует самостоятельно добавлять к словам уменьшительные суффиксы. Те же самые игры можно проводить с «увеличивающими» суффиксами: дом - домище, волк - волчище, муравей - муравьище и т. д.

«НАЗОВИ ОДНИМ СЛОВОМ»

Взрослый: «Я буду описывать что-то, а ты назови то, о чем я рассказываю, одним словом. Часы, которые помогают проснуться?» Ребенок называет слово «будильник». Потом смена ролей.

«КОМУ ЧТО НУЖНО?»

Взрослый называет человека или животное, а ребенок в ответ говорит, какой предмет (предметы) ему могут понадобиться: парикмахер - ножницы, расческа; учитель - указка, учебники.

ПРИСМОТРИТЕСЬ К ТИХОНЕ

Еще сравнительно недавно жители России о массовых происшествиях в школах могли услышать разве что в новостях про США. Но в последнее время эти случаи наблюдаются и в нашей стране. Почему дети в мирное время применяют огнестрельное оружие? Отвечают специалисты.

? Можно ли как-то понять, что ребенок находится на грани нервного срыва и готов взять в руки оружие?

Можно, но для этого необходимо быть в контакте со своим ребенком, интересоваться им. У детей старше семи лет часто бывают две параллельные жизни, т. е. дома они ведут себя не так, как, например, с одноклассниками, в школе или на улице. В принципе, это нормально. Ненормально, если родители думают, что воспитали идеальное чадо.

? Какие они - дети-преступники?

Часто о тех, кто брал оружие в руки, одноклассники, соседи и родители потом говорили: «Это так странно, ведь был спокойный, добрый, безобидный мальчик». На самом деле спокойный и удобный для мамы и папы ребенок - это не то же самое, что безобидный. Иногда родители сами же подавляют своих детей, они внушают им, что нужно быть тихими, не мешать, делать так, как им сказано, хорошо учиться, не грубить старшим и т. д. В итоге сын или дочь именно так и ведут себя в окружении взрослых, но при этом у них есть параллельная жизнь. А в ней - свои сложности и проблемы.

НАХОДИТЕ ВРЕМЯ ДЛЯ СВОИХ ДЕТЕЙ! РАЗГОВАРИВАЙТЕ С НИМИ!

? То есть психологи советуют присмотреться к слишком спокойному и беспроблемному ребенку?

Да, особенно если папе и маме некогда с ним разговаривать. Родители должны честно признаться себе: почему вы решили, что у вашего ребенка все хорошо? По умолчанию, из-за того, что он не доставляет вам лишних проблем? Увы, это не показатель. Возможно, вы просто многого не знаете.

Многие родители не могут выслушать собственное чадо без упреков, советов и критики, поэтому дети предпочитают им вообще ничего не рассказывать, лишь бы избежать всего этого.

? Почему ребенок на вопросы о его жизни отвечает, что он не хочет об этом разговаривать?

Такой ответ чаще всего означает, что родители уже потеряли доверие. Есть много семей, в которых принято решать проблемы ребенка сообща. Но гораздо больше в нашем обществе детей, которые боятся рассказать о своих делах и проблемах маме с папой. Фраза «Я не хочу об этом говорить» - сигнал о том, что за этими словами стоит боль, просто ей не хотят с вами делиться. И дополнительные расспросы («Нет, ты расскажи!») абсолютно точно не помогут. Восстанавливать утраченные доверительные отношения со своим ребенком очень непросто.

Бывает и так, что человек просто не хочет погружаться в травмирующую его ситуацию (например, если над ним издеваются одноклассники) и уходит от ответа с помощью данной фразы.

? По каким признакам можно догадаться, что у ребенка есть какие-то проблемы, он способен на агрессию?

Отсутствие радости. Пока у ребенка сохраняется здоровое чувство юмора и есть какие-то желания, все хорошо.

Бесчувственность. Понаблюдайте за своим ребенком. Знакома ли ему эмпатия? Бывают ли ситуации, когда он кому-то сочувствует, сострадает? У людей, которые берут в руки оружие и начинают из него стрелять, абсолютно точно нет такой способности.

Анализируйте соцсети ребенка, ведь обычный профиль тоже может многое рассказать о его проблемах, переживаниях, чувствах, боли.

? Если ребенку сложно заводить друзей или у него вообще их нет, это тоже может рассматриваться как некий «звоночек»?

Часто бывает, что друзья вроде бы и есть, но они почему-то очень быстро перестают общаться с вашим ребенком. В такой ситуации абсолютно точно не надо сидеть сложа руки и думать, что сын или дочь сами разберутся. Надо помочь, но не используйте для этого критику и наставления.

И еще один важный момент: любая физическая агрессия у здоровых людей возникает обычно как некая ответная реакция на то, что происходит с ними в обществе. Это не оправдание для тех, кто идет стрелять в других людей, а скорее напоминание всем о том, что заниматься травлей, унижать кого-то или применять в отношении другого человека любое насилие, как физическое, так и моральное, недопустимо!

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

ЛЮБИМЫЕ ЦВЕТЫ И ХАРАКТЕР

Почему людям нравятся какие-то определенные цветы? Флористы знают причину: выбор любимого цветка происходит подсознательно. Узнайте о себе то, что вы еще не знали.

ТЮЛЬПАНЫ любят люди с сильной энергетикой и несгибаемой волей. С таким человеком легко общаться, но разгадать его сущность ни у кого не получится - это человек-загадка. Невзгоды эти лица стойко переносят потому, что смотрят в будущее с оптимизмом. Женщины, обожающие тюльпаны, считают, что они всегда правы.

ПИОН. Людей, любящих пионы, можно разделить на два лагеря: одни в силу своей застенчивости подавляют сексуальные желания или испытывают дефицит любовных утех, другие, наоборот, очень любвеобильны. При этом последняя группа любителей пионов также страстно обожает деньги и саму жизнь.

ПОЛЕВЫЕ ЦВЕТЫ ИЛИ СИРЕНЬ любят люди, предпочитающие держать свои чувства при себе. Если что-то не так, могут замкнуться в себе. Они обладают богатым внутренним миром и утонченностью, в силу чего им не хватает энергии на достижение целей. Зато любители сирени и полевых цветов очень отзывчивы и старательны.

ФИАЛКИ чаще всего выбирают интроверты. Им хорошо наедине с собой и своими мыслями. Они часто идеализируют свое прошлое и любят помечтать. Но это не значит, что такие люди меланхоличны и депрессивны. Если они желают чего-то достичь, они этого постепенно достигнут. Своего упускать не станут.

ХРИЗАНТЕМЫ. Любители этих цветов все время стремятся достичь совершенства во всем, будь то внешность, дом или карьера. Они серьезны, ответственны и любят покопаться в себе. Порой они замыкаются, и другие часто не могут понять и принять их. Сложно полюбить человека, который не любит себя сам.

РОЗЫ предпочитают самодостаточные и уверенные в себе личности. Такие люди умеют любить и себя, и других. Они реалисты, знают, чего хотят. Не любят предаваться несбыточным мечтам. Любители роз настойчивы и амбициозны. Они не затеряются в серой толпе, за что порой бывают нелюбимы другими.

ГВОЗДИКИ обычно нравятся тем людям, которым чуждо бурное проявление чувств, но которые умеют быть вежливыми и знают, что и когда нужно сказать, чтобы не обидеть другого. Но есть среди любителей гвоздик и те, кто не прочь поманипулировать окружающими. При этом они весьма прямолинейны и упрямы.

ГЕРБЕРЫ любят простые, милые, добрые, открытые и легкоранимые люди. И вместе с тем они довольно уперты в своем стремлении к идеалу во всем. Хотя это не всегда помогает им добиться своего, ведь они не умеют приспосабливаться к обстоятельствам. А некоторые люди, обожающие герберы, боятся жизни и всегда ищут, на кого бы опереться.

ИРИСЫ нравятся трудолюбивым и упертым людям. В своих стремлениях к достижению цели они порой доходят до фанатизма. Из-за этого любители ирисов порой остаются в одиночестве - близкие перестают их понимать. А ведь этим упрямцам всего лишь нужно быть немного сговорчивее и гибче.

ЛИЛИИ любимы людьми, уверенными в себе, энергичными и сильными, гордыми и даже заносчивыми. В большинстве случаев им неважно чужое мнение, эти люди уверены, что правы только они. Им точно недостает самокритичности… И вместе с тем они обладают некоей утонченностью натуры и незаметным обаянием.

НА ЗАМЕТКУ

РЕЦЕПТЫ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ

Чтобы невзгоды не портили вам жизнь, научитесь поднимать себе настроение с самого утра.

• Вечером, перед тем как лечь спать, проветривайте комнату. Распахивайте окна пошире.

• После ужина оставили в мойке гору посуды «на потом», вещи не убрали? А если не поленитесь и приберетесь - проснетесь с ощущением, что вы чемпион домашнего хозяйства.

• Заведите будильник с запасом: у вас будет время проснуться, поваляться под одеялом и подумать о приятном.

• Прежде чем идти в душ или готовить завтрак, выделите пару минут на два простейших действия. Выпейте стакан воды и включите любимую музыку.

• Примите душ с вкусно пахнущим гелем, нанесите на тело увлажняющий крем. И не забудьте про обливания ледяной водой.

• Завтрак не должен быть чрезмерным, он просто должен быть.

• Вечером подготовьте все, что наденете на работу. Утром останется захватить ключи и телефон, посмотреться в зеркало и улыбнуться своему отражению: «Ты красавица, и я тебя люблю».

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Пастухова: «ОТНОСИТЬСЯ К ЖИЗНИ СТАЛА ФИЛОСОФСКИ»

- С возрастом понимаешь, насколько быстротечна жизнь, и начинаешь на все смотреть более спокойно, философски. Приходит и осознание того, что к окружающим людям следует относиться деликатнее, беречь себя и их от обид, тревог, резких нечаянных слов.

ОТНОШЕНИЯ

ДОГОВОРИТЕСЬ НА БЕРЕГУ

Во время подготовки к свадьбе пары иногда забывают о главном - договориться о будущей совместной жизни и выяснить все нюансы заранее.

Как вы будете распоряжаться финансами? В эту тему входит буквально все, начиная с того, совместный или раздельный бюджет у вас будет. Кто станет следить за оплатой счетов? Нужно ли согласовывать покупки? Если ответить на эти вопросы до того, как вы распишетесь в книге актов гражданского состояния, можно сэкономить немало нервов.

Каковы ваши взгляды на воспитание детей? Важно обсудить традиции воспитания, принятые в ваших семьях, и то, какие у вас обоих взгляды. Религия, медицина, дисциплина - эти моменты имеют огромное значение. Здесь важно, чтобы у вас не было принципиальных разногласий.

Как будете делить домашние обязанности? И в наши дни бремя домашних дел чаще лежит на женщине. При этом мужчины очень часто отказываются делать даже то, о чем вы заранее договорились.

Как вы будете поддерживать отношения? Исследования показывают, что многие измены происходят из-за отсутствия эмоциональной близости с партнером. Подумайте, что вы будете делать, чтобы связь оставалась прочной.

Как переживете спады в сексуальной жизни? Очевидно, что интимная жизнь не может всегда быть идеальной. Если вы проведете вместе много лет, то наверняка придется пережить и беременность, и болезни, и стрессы, и сложные периоды на работе. К этому нужно быть морально готовыми.

Оренбургская Солидарность
№ 47 (1 273) 26.11.19

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Пастухова:

«ОДНО ИЗ ЛЮБИМЫХ УГОЩЕНИЙ - ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ»

- Взбить 3 желтка с 3/4 ст сахара, добавить 1/2 ч л гашеной соды, 200 г размягченного сливочного масла, соль на кончике ножа, 2 ст муки. Замесить упругое тесто. Разделить его на две части (2/3 и 1/3). Из меньшей части скатать 10 шариков. Положить их в морозилку. Большую часть теста положить в форму или на противень. Сверху выложить мелконарезанные или натертые яблоки. Залить начинку 3 яичными белками, взбитыми с 3/4 ст сахара. Можно добавить ванилин. Сверху натереть на крупной терке шарики из теста. Выпекать в духовке при 160°С 30-40 мин.

К ЧАЮ

ПИРОГ «А-ЛЯ ЧИЗКЕЙК»

500 г яблок (груш), 1 ч л корицы (по желанию), 3 ст л сахара. Корж: 2 яйца, 100 г сахара, 1 ч л разрыхлителя, 100-130 г муки. Начинка: 600 г творожного сыра («Филадельфия», «Хохланд» и т. д.), 200 мл сливок 33 %, 3 яйца, 150 г сахара, 2 ч л ванильного сахара.

Яйца взбить с сахаром, всыпать муку и разрыхлитель, аккуратно перемешать. Тесто вылить в форму, смазанную маслом. Поставить на 10-15 мин в разогретую до 180°С духовку. Остудить. Для начинки сыр перемешать с сахаром, ванильным сахаром, сливками, яйцами. Полученную массу выложить на корж. Яблоки тонко нарезать, посыпать корицей и сахаром, перемешать и аккуратно распределить по начинке. Так как начинка жидкая, лучше выкладывать яблоки плашмя, по одному ломтику, чтобы они не утонули. Выпекать пирог в течение часа в разогретой до 180°С духовке. Готовый пирог полностью остудить и нарезать порционно.

САЛАТ С АВОКАДО И КУРИЦЕЙ

1 авокадо, 300-400 г куриного филе, 1 огурец, 1 красная луковица, лимонный сок, черный молотый перец, зерна горчицы, соль.

Филе отварить до готовности. Авокадо разрезать пополам, удалить косточку, очистить. Курицу, авокадо нарезать ломтиками, огурец - кружочками, лук - полукольцами. Сложить все в салатницу, посолить, сбрызнуть лимонным соком и перемешать. Посыпать салат зернами горчицы и перцем.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И ОГУРЦОВ

2 небольшие отварные свеклы, 1 свежий огурец, 1 огурец маринованный, 5-6 веточек зеленого лука, соль, майонез.

Свеклу и огурцы нарезать кубиками, добавить измельченный лук, посолить и заправить майонезом. Готовить непосредственно перед употреблением, т. к. постоявшие огурцы дают жидкость.

ЖАРЕНАЯ КАМБАЛА ПОД ТОМАТНО-ЛУКОВЫМ СОУСОМ

500 г камбалы, 250 г лука, 100 г томатного соуса, панировочные сухари, соль, перец, зелень по вкусу, растительное масло.

Рыбу почистить, посолить, поперчить, оставить на 30 мин. Затем обвалять в панировочных сухарях и пожарить до готовности на растительном масле. Лук нарезать соломкой, обжарить до золотистого цвета. Добавить 150 мл кипяченой воды, томатный соус, немного посолить, поперчить, довести до кипения, кипятить 5 мин. На готовую рыбу выложить соус, посыпать зеленью.

СЛОЙКИ С КАПУСТОЙ

500 г слоеного теста, 300 г капусты, 150 г лука, 1 яйцо, соль, растительное масло.

Капусту мелко нашинковать, лук нарезать кубиками. На растительном масле обжарить лук, добавить капусту, посолить, поперчить. Тушить до тех пор, пока капуста не станет мягкой, затем добавить яйцо, перемешать. Тесто раскатать, нарезать квадратами 10х10 см. На каждый выложить начинку и слепить пирожки. Уложить пирожки на противень, застеленный бумагой для выпечки. Выпекать 20 мин в духовке, разогретой до 180°С.

КУРИНЫЙ РУЛЕТ С КУРАГОЙ

Курица весом 1,5 кг, 1 ст грецких орехов, 200 г кураги, 2 яйца, 1 ч л молотого имбиря, 2 ч л зелени петрушки, 2 ст л сливочного масла, 1 ст л майонеза.

У курицы надрезать кожу со стороны спинки и снять ее с частью мякоти. Оставшуюся мякоть отделить от костей и нарезать тонкими ломтиками. Разложить ломтики на кожу ровным слоем, посолить и поперчить. Для начинки курагу промыть и замочить в холодной воде на 1 час, обсушить и пропустить через мясорубку. Затем смешать с измельченными орехами, яйцами, имбирем и зеленью. Разложить начинку на курицу и сформовать рулет, перевязать его шпагатом, чтобы лучше сохранилась форма. Посолить, поперчить, немного обмазать майонезом и завернуть в фольгу. Запекать в духовке при 190°С в течение часа, затем снять фольгу и отправить в духовку еще на 10-15 мин. Рулет охладить, нарезать ломтиками.

БАРАНИНА ПО-ФРАНЦУЗСКИ

1,5-2 кг баранины (лучше задняя нога), 3 ст л сливочного масла, 16 мелких луковок (севок), 4 моркови, 2 зубчика чеснока, 1/4 ч л сушеного чабра, 2,5 ч л соли, 1/2 ч л черного молотого перца, 1/4 ст мясного бульона, 1/2 ст вина (типа мадеры).

Кусок мяса обжарить со всех сторон на масле на быстром огне, положить лук, чеснок, чабер, соль, перец и выдержать на среднем огне 10 мин. Влить вино и бульон, накрыть крышкой и тушить на слабом огне еще 1,5-2 часа. К столу подать на блюде с гарниром из овощей. Оставшуюся в жаровне подливку остудить и, сняв жир, подогреть и подать отдельно.

КУРИНАЯ КОЛБАСА

1 кг курицы, 20 г желатина, 2-3 зубчика чеснока, 1 ч л сладкой паприки, 1 ст л сушеных трав, 100 мл воды, соль, перец.

Мясо отделить от костей, мелко нарезать. Добавить чеснок, выдавленный через чеснокодавку, паприку, травы, желатин, перемешать. Влить воду, посолить, поперчить, перемешать. Выложить мясо в пустой пакет из-под сока (с фольгой внутри) и накрыть фольгой. Поместить конструкцию в рукав для запекания, завязать. Поставить в кастрюлю, налить воды так, чтобы она доходила до уровня мяса. Варить при слабом кипении в течение 2-2,5 часов.

ВСЕ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О САЖЕНЦАХ С КОМОМ

Насколько урожайным будет сад, напрямую зависит от правильного выбора саженцев.

ПРЕИМУЩЕСТВА И НЕДОСТАТКИ

Плюсы: саженцы с комом земли быстрее укореняются, т. к. имеют много мелких корешков, нежели саженцы без кома. Корни дольше не высыхают, что особенно важно для вечнозеленых растений.

Минусы: сложнее транспортировать из-за тяжести саженца. Для выращивания придется приложить больше усилий. Саженцы с комом стоят дороже.

ПОКУПКА

Большому растению - и ком большой, т. е. чем старше саженец, тем больший по размеру должен быть земляной ком. В противном случае растение будет плохо укореняться. При покупке необходимо обратить внимание на то, чтобы сам ком не был рыхлым и сухим. Обычно на таких саженцах имеется этикетка с полезными советами по уходу. Также осмотрите побеги - они должны хорошо ветвиться, на коре не должно быть никаких царапин.

ПОСАДКА

Осень и весна - самые лучшие сезоны для посадки. Перед тем как посадить саженец, ком земли необходимо хорошо полить. Яму для посадки желательно удобрить компостом, сам саженец посадить так, чтобы ком находился на одном уровне с поверхностью земли.

Если есть необходимость, саженец можно на первое время защитить от поломки при помощи вбитого кола. Кол этот необходимо вбить очень осторожно, чтобы не повредить корни.

Если саженец с комом находился в сетке, то саму сетку при посадке убирать не надо, она хорошо сгниет в земле. Единственное, что нужно сделать, это раскрыть сетку и осторожно опустить саженец в посадочную яму.

Возле посаженного саженца необходимо сформировать поливочный круг и обильно полить растение. После поливки приствольную область можно замульчировать.

ВАЖНЫЙ СОВЕТ

Свежепосаженные вечнозеленые кустарники и деревья в период укоренения нуждаются в дополнительном затенении, которое можно создать при помощи камышовой циновки. Почва не должна пересыхать, поэтому регулярный полив обязателен.

Покупая саженцы с комом, можно заметить, что надземные побеги, уже сформировавшие широкую крону или побеги, которые то и дело цепляются, обвязывают веревкой (для лучшей транспортировки) или помещают в специальную защитную пленку. Так вот, не торопитесь снимать эту пленку. Пусть защищает как можно дольше. Но после посадки ее лучше снять.

ИЗ ОПЫТА

ТОМАТЫ ДЛЯ ЛЕНИВЫХ

Для тех, кто не хочет ни подвязывать, ни пасынковать, ни формировать растения томатов, есть такие сорта, которые не требуют на выращивание много сил. Речь идет о штамбовых томатах.

Многие эти сорта и гибриды неприхотливы. Они отличаются ранним созреванием, так что никакие теплицы им не потребуются. Стебли у этих растений толстые, листья среднего размера, высота - от карликовых до среднерослых. Пасынки у них начинают расти позже и слабее, чем у обычных сортов, а кусты не падают под тяжестью плодов без опоры.

Пасынкование данным сортам не требуется. Штамбовые томаты можно выращивать даже без подвязки к кольям или шпалере и при этом получать высокие урожаи крупных, спелых, вкусных помидоров. А еще у этих томатов компактная корневая система, что позволяет выращивать на единице площади больше растений. Сажают их уплотненно, ряды размещают через 50-70 см, а кусты в ряду - через 25-40 см.

Плоды успешно вызревают в открытом грунте, дружно созревая. Выращенные под солнцем, они вкуснее, чем тепличные.

Для посадки этих томатов необходимо приготовить хорошее светлое место с питательной, заправленной удобрениями почвой. Лучший вариант - тепленький участок на южной стороне огорода, защищенный от сквозняков.

При посеве 6-10 апреля уже 18-25 июля можно получить первый урожай. Но сеять раньше томаты не нужно, так как при посеве в марте можно не получить урожая совсем, потому что рассада в таком случае перерастает, растения истончаются, цветы на первой и второй кистях осыпаются.

Среди огородников больше всего пользуются спросом красная и розовая окраска плодов, но в последнее время все большее распространение получают и сорта с оранжевыми и желтыми плодами, не вызывающими аллергических реакций, присущих сортам с красными плодами.

При уходе основное внимание уделяют подкормке, поливу, рыхлению, окучиванию и прополке сорняков. Желательно закрыть междурядья мульчой.

Самые популярные сорта и гибриды: Фэмили, Кемеровец, Спиридон, Алтын и Карамелька.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Пастухова:

«ВЫРАЩИВАЕМ ВНУКАМ КЛУБНИКУ»

- На участке у нас растет всего понемногу. И этого хватает, чтобы снабдить четыре семьи овощами, фруктами и ягодами. Внукам особенно нравится клубника. Для них и выращиваем «викторию». В этом году благодаря теплой осени ягоды ели до самого октября.

НА ЗАМЕТКУ

КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЧИСТКИ - В ДЕЛО

Очистки от картофеля - отличный источник крахмала, который так нужен смородине. От него ягоды вырастают до размера вишни. Поэтому возьмите за правило не выбрасывать картофельную кожуру, а собирать, сушить и хранить до нужных времен.

Очистки отлично сохнут на батарее или просто разложенные в один слой на подоконнике. Хранить их лучше в тканевых мешочках.

Всю весну и лето закапывайте сухие картофельные очистки под кусты или заваривайте их кипятком и остуженный отвар используйте для полива смородины.

Также картофельные очистки можно использовать в качестве удобрения при посадке капусты и огурцов. Для этого их размачивают и измельчают в кашицу. При подготовке лунок «картофельную кашу» закладывают на дно, присыпают сверху землей, а затем высаживают рассаду.

ШПАРГАЛКА

КАК СОХРАНИТЬ ЧЕСНОК ДО ВЕСНЫ?

Берут картонную коробку, на дно высыпают соль, затем укладывают слой чеснока, снова соль, затем чеснок и т. д. Последний слой чеснока засыпают солью и оставляют на кухне в прохладном месте.

Чеснок сохраняется отлично до нового урожая. Только он обязательно должен быть весь засыпан солью.

НАЛОГОВАЯ СООБЩАЕТ

Амнистия капитала продолжается

С 3 июня 2019 года по 29 февраля 2020 года Федеральная налоговая служба осуществляет прием специальных деклараций в рамках третьего этапа добровольного декларирования в соответствии с федеральным законодательством. Документы принимаются в любом налоговом органе.

Добровольное декларирование направлено на освобождение от ответственности за ранее совершенные нарушения налогового, таможенного и валютного законодательств, а также позволяет передать активы от номинального владельца бенефициарному (реальному) владельцу без уплаты налога. Специальная декларация может быть представлена на бумажном носителе декларантом лично или через уполномоченного представителя, действующего на основании нотариально заверенной доверенности. Форма специальной декларации, порядок ее заполнения и представления размещены на официальном сайте ФНС России в разделе «Специальная декларация».

ФНС России обеспечивает конфиденциальный режим хранения поданных специальных деклараций, не имеет права передавать содержащиеся в них сведения третьим лицам и использовать их для целей осуществления мероприятий налогового контроля.

Транспортный налог изменяется

На сайте Минпромторга России для применения за налоговый период 2018 года опубликован Перечень легковых автомобилей средней стоимостью от 3 млн руб. В соответствии с Налоговым кодексом Российской Федерации (п. 2 ст. 362), налог на автомобили, вошедшие в перечень, рассчитывается с учетом повышающих коэффициентов (от 1,1 до 3).

Начиная с налогового периода 2018 года транспортные средства, находящиеся в розыске в связи с их угоном или кражей, не облагаются налогом до месяца их возврата законному владельцу, а не до даты прекращения розыска в связи с истечением срока его проведения, как было ранее (пп. 7 п. 1 ст. 358 НК РФ).

Изменения в налоговых ставках и льготах могут произойти на региональном уровне в соответствии с законами субъектов РФ (подробную информацию можно получить с помощью сервиса «Справочная информация о ставках и льготах по имущественным налогам»).

Поскольку расчет налогов проводится исходя из налоговых ставок, льгот и налоговой базы, причины изменения величины налогов в конкретной ситуации можно уточнить в налоговой инспекции или в контакт-центре ФНС России по тел. 8-800-222-22-22.

Оплачивайте налоги вовремя!

Наличие задолженности по уплате налогов и сборов оказывает негативное влияние на налогоплательщиков. Налоговая задолженность является поводом для применения мер взыскания в рамках действующего законодательства о налогах и сборах, одной из которых является передача исполнительных документов налоговых органов в службу судебных приставов.

При наличии возбужденного исполнительного производства судебными приставами может быть наложен арест на имущество должников с целью его реализации.

Так, в рамках проведения совместных мероприятий налоговых инспекторов с судебными приставами-исполнителями Оренбургской области за девять месяцев 2019 года произведено 863 ареста имущества на сумму более 130 млн рублей. Поступившие от реализации арестованного имущества средства направляются на погашение налоговой задолженности.

ИФНС России по Дзержинскому району г. Оренбурга.

Кредитный потребительский кооператив «Сервис Капитал» объявляет о созыве 27 декабря 2019 г. внеочередного общего собрания пайщиков.

Собрание состоится в офисе кооператива по адресу: г. Оренбург, пр. Победы, 2, начало в 9.30.

Повестка дня внеочередного общего собрания:

1. *Выборы председателя и секретаря внеочередного общего собрания пайщиков кооператива.*

2. *Внесение изменений в устав КПК «СК» путем утверждения устава КПК «СК» в новой редакции.*

3. *Утверждение Положения о порядке и об условиях привлечения денежных средств членов КПК «СК».*

С информацией, подлежащей предоставлению пайщикам при подготовке общего собрания членов кредитного кооператива, вы можете ознакомиться по адресу: г. Оренбург, пр. Победы, 2.

В случае отсутствия кворума повторное общее собрание пайщиков состоится 27.12.2019 в 11.00 по адресу: г. Оренбург, пр. Победы, 2.

(318)

ТСР: условия обеспечения и замены

В соответствии с российским законодательством, лица, признанные инвалидами, обеспечиваются техническими средствами реабилитации (ТСР), входящими в федеральный перечень, утвержденный распоряжением Правительства РФ от 30.12.2005 № 2347-р.

Согласно установленным правилам, обеспечение инвалидов ТСР осуществляется в соответствии с индивидуальными программами реабилитации или абилитации (ИПРА) инвалидов. Их разрабатывают федеральные государственные учреждения медико-социальной экспертизы (МСЭ) в порядке, установленном Минтрудом России.

Рекомендация по ТСР приобретает юридическую силу и дает инвалиду (ребенку-инвалиду) право на соответствующую поддержку со стороны государства только после ее внесения в ИПРА.

***

Обеспечение ТСР носит заявительный характер. Уполномоченный орган рассматривает заявление в 15-дневный срок, а в случае подачи заявления инвалидом, нуждающимся в оказании паллиативной медицинской помощи (или лицом, представляющим его интересы), - в течение 7 дней.

Срок обеспечения инвалида ТСР серийного производства не может превышать 30 календарных дней. Для инвалида, нуждающегося в оказании паллиативной медицинской помощи, срок равен 7 календарным дням.

Если ТСР изготавливается по индивидуальному заказу и предназначено исключительно для личного использования, срок составляет 60 календарных дней.

В случае необходимости проезда инвалида к месту нахождения организации, указанной в ИПРА исполнителем, выдается специальный талон для оформления бесплатного проезда на железнодорожном транспорте или именное направление для получения документов на проезд автомобильным, воздушным или водным транспортом. Если инвалид нуждается в сопровождающем и это подтверждено записью в ИПРА, на него тоже выдается специальный талон.

В случае изготовления ТСР в амбулаторных условиях, расходы на проживание инвалида (сопровождающего лица) за фактическое число дней проживания, но не более чем за 7 дней, также оплачиваются организацией, которая назначена в ИПРА исполнителем. Если инвалид проживает в отдаленном районе от организации - не более чем за 14 дней при условии изготовления ТСР в течение одной поездки.

Законодательством также предусмотрено положение, когда инвалид может за свой счет приобрести ТСР, рекомендованное в ИПРА, а Фонд социального страхования компенсирует затраты. Размер компенсации определяется региональным отделением по стоимости ТСР, предусмотренной в госконтракте на момент подачи заявления. Эту информацию можно посмотреть на сайте ФСС РФ (http://fss.ru).

Также за счет государства осуществляется ремонт или замена ранее предоставленного ТСР.

***

ТСР, предоставленное инвалиду в соответствии с правилами, передается ему бесплатно в безвозмездное пользование и не подлежит отчуждению в пользу третьих лиц, продаже или дарению.

Срок пользования ТСР исчисляется от даты предоставления его инвалиду. В случае самостоятельного приобретения ТСР срок пользования исчисляется от даты его приобретения согласно документам, подтверждающим расходы.

Сроки пользования ТСР, протезами и протезно-ортопедическими изделиями до их замены определены приказом Минтруда России от 13.02.2018 № 85н. Например, срок пользования тростями опорными и тактильными, костылями, опорами, поручнями - 2 года. Кресла-коляски с ручным приводом (комнатные, прогулочные, активного типа), с электроприводом, малогабаритные используются не менее 6 лет.

***

Приказом Минтруда России от 31.10.2018 № 680н «О внесении изменений в перечень показаний и противопоказаний для обеспечения инвалидов ТСР...» предусмотрен ряд особенностей назначения некоторых ТСР инвалидам со сроком инвалидности «бессрочно» (детям-инвалидам - на 5 лет, до достижения возраста 14 или 18 лет). Для них установлены периоды, в течение которых есть вероятность выявления невозможности или противопоказанности к использованию ТСР, например, у ребенка-инвалида при его взрослении.

ТСР, по которым необходимо определять эффективность их применения:

- протезы с внешним источником энергии - через 2 года (у ребенка-инвалида - 1 год);
- телевизоры и телефонные устройства - через 7 лет;
- голосообразующие аппараты - через 5 лет;
- аппараты на кисть, тутор на всю ногу, ортопедическая обувь сложная на аппарат - через 4 года;
- специальные средства при нарушениях функций выделения (моче- и калоприемники), абсорбирующее белье, подгузники - через 2 года.

Лицам с инвалидностью, установленной без указания срока переосвидетельствования, или детям-инвалидам с пролонгированным сроком инвалидности (их законным/уполномоченным представителям) об этом необходимо знать. Чтобы избежать конфликтов и недопонимания при окончании срока эксплуатации, нужно самим проявлять инициативу и в плановом порядке оформлять новые направительные документы на МСЭ.

***

С 27.08.2019 вступил в силу приказ Минтруда России от 23.07.2019 г. № 521н. Приказ установил, что при замене по истечении срока (из-за поломки) или при выплате компенсации потраченных средств при самостоятельном приобретении инвалидом кресла-коляски с ручным приводом (комнатной, прогулочной, активного типа), с электроприводом, малогабаритной; протеза с внешним источником энергии (предплечья, плеча, бедра); протеза после вычленения плеча с электромеханическим приводом и контактной системой управления; аппарата на нижние конечности и туловище (ортез) необходимо пройти медико-техническую экспертизу при региональном отделении ФСС. В состав комиссии в обязательном порядке входят специалист по МСЭ и представитель протезно-ортопедического предприятия. При замене по истечении срока пользования или в случае необходимости замены в результате поломки требуется проведение экспертизы на предмет показаний и противопоказаний. При приобретении ТСР инвалидом за собственный счет необходимо пройти дополнительно экспертизу на соответствие приобретенного ТСР рекомендованному в ИПРА. Затем инвалиду с новыми направительными документами, в т. ч. с заключением медико-технической экспертизы, нужно обязательно пройти очную МСЭ в первичном экспертном подразделении (при малой мобильности инвалида - с выездом бюро на место его нахождения). Но окончательное решение о необходимости вышеуказанных ТСР будет вынесено только после консультативного освидетельствования в экспертном составе главного бюро.

***

Многоэтапность формирования ИПРА по перечисленным видам ТСР вызвана не только их высокой стоимостью. В основе - сложность, нетипичность экспертных случаев, требующих строгого индивидуального подхода в каждой конкретной ситуации. Только комплексный анализ документов и личный осмотр позволяют сделать вывод, что именно этот вид ТСР, например, кресло-коляска с электроприводом, является безусловным ТСР для данного инвалида.

Надо уточнить, что выбор конструкции протеза с внешним источником энергии не определяется одним возрастом инвалида. Учитываются объем функциональных возможностей, анатомо-функциональное состояние культи, давность дефекта, характер выработанных навыков и компенсаторных возможностей, функциональные запросы инвалида с учетом социальных, бытовых, трудовых факторов, в т. ч. занятий спортом, профессии и уровня интеллекта, что очень важно для управления многофункциональным протезом. Необходимо определить психологическую готовность к освоению протеза, наличие моторной одаренности, физическое развитие и выносливость, наличие сопутствующих заболеваний, влияющих на физические и функциональные способности при возможном ухудшении состояния и т. д.

Совокупность вышеперечисленных составляющих абсолютно исключает формальный подход и предусматривает вполне определенную цель - максимальную компенсацию до замещения анатомического дефекта и восстановления нарушенных (утраченных) функций.

И. В. ВИНАЕВ, Р. В. БОРЦОВ, Е. С. РОГОВА, ФКУ «ГБ МСЭ по Оренбургской области».

ТЕРРИТОРИАЛЬНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО АГЕНТСТВА ПО УПРАВЛЕНИЮ ГОСУДАРСТВЕННЫМ ИМУЩЕСТВОМ В ЛИЦЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ООО «ДЕЛЬТА»,

в соответствии со статьей 87 Федерального закона от 02.10.2007 № 229-ФЗ «Об исполнительном производстве», сообщает о реализации арестованного имущества путем проведения торгов 26 декабря 2019 года в 11.00 по местному времени по адресу: Оренбургская обл., п. Новосергиевка, пр. Калинина, 96.

ЛОТ № 1. Автомобиль KIA RIO, VIN: Z94CC41BADR158141, год выпуска: 2013, № кузова: Z94CC41BADR158141, № двигателя: DW617343, госномер: У594ЕО56, ПТС: 78 НУ 222519.
Собственник (правообладатель) - Пинчуков Александр Николаевич.
Начальная цена продажи: 358 615,00 руб.
Сумма задатка: 17 930,75 руб.

ЛОТ № 2. Автомобиль - грузовой фургон 27733-03, VIN: XUD2773337A000510, год выпуска: 2007, № кузова: LFWA1F1257JB51089, № двигателя: 611572767S-J6A, госномер: О454ЕТ56, ПТС: 50 МЕ 428218.
Собственник (правообладатель) - Глотов Сергей Викторович.
Начальная цена продажи: 76 075,00 руб. **Сумма задатка**: 3 803,75 руб.

ЛОТ № 3. Автомобиль ЗАЗ CHANCE, VIN: Y6DTF48УРВ0275210, год выпуска: 2011, № кузова: Y6DTF48УРВ0275210, № двигателя: 5689491, госномер: Т152ВН56, ПТС: 36 УМ 946116.
Собственник (правообладатель) - Крепаков Алексей Васильевич.
Начальная цена продажи: 82 450,00 руб. **Сумма задатка**: 4 122,50 руб.

ЛОТ № 4. Автомобиль RENAULT SANDERO, VIN: X7L5SRAVG52252458, год выпуска: 2014, № кузова: X7L5SRAVG52252458, № двигателя: UB03604, госномер: У144УВ56, ПТС: 77 ОК 206539.
Собственник (правообладатель) - Ильина Светлана Игоревна.
Начальная цена продажи: 340 000,00 руб.
Сумма задатка: 17 000,00 руб.

ЛОТ № 5. Нежилое здание (гараж), кадастровый номер: 56:10:0301004:195, площадь: 240 м^2, **нежилое здание (контора, склад)**, кадастровый номер: 56:10:0301004:194, площадь: 87,7 м^2, адрес объектов: Оренбургская обл., Грачевский р-н, с. Грачевка, ул. Зеленая, д. 27а, и **земельный участок**, земли населенных пунктов, для промышленной деятельности, кадастровый номер: 56:10:0301004:41, площадь: 3 947+/-43,98 м^2, адрес: установлен относительно ориентира, расположенного в границах участка. Ориентир - административное здание. Почтовый адрес ориентира: Оренбургская обл., Грачевский р-н, с. Грачевка, ул. Зеленая, д. 27а.
Собственник (правообладатель) - Потемкин Константин Владимирович.
Начальная цена продажи: 3 630 189,35 руб.
Сумма задатка: 1 815 094,68 руб.

ЛОТ № 6. Автомобиль LADA XRAY GAB430, VIN: XTAGAB430G0944453, год выпуска: 2016, № кузова: XTAGAB430G0944453, № двигателя: P014883, госномер: Т529УО56, ПТС: 63 ОО 595067.
Собственник (правообладатель) - Литвинова Елена Анатольевна.
Начальная цена продажи: 596 275,00 руб. **Сумма задатка**: 298 137,50 руб.

ЛОТ № 7. Здание, назначение: нежилое (база молодняка), кадастровый номер: 56:19:1704001:437, площадь: 1 381,8 м^2, адрес: Оренбургская обл., Новосергиевский р-н, с. Сузаново, ул. Южная, д. 36.
Доп. сведения: связь объекта с земельным участком, на котором он расположен, не установлена. В сведениях ЕГРН данные отсутствуют.
Собственник (правообладатель) - ООО «Хуторское».
Начальная цена продажи: 6 181 257,80 руб.
Сумма задатка: 3 090 628,90 руб.

ЛОТ № 8. 1/2 доли в праве общей долевой собственности на здание, назначение: нежилое, кадастровый номер: 56:37:0101068:375, площадь: 70,2 м^2, адрес: Оренбургская обл., г. Бугуруслан, ул. Революционная, д. 52а, и **1/2 доли в праве общей долевой собственности на земельный участок**, земли населенных пунктов, для эксплуатации здания магазина, кадастровый номер: 56:37:0101068:66, площадь: 118+/-3,8 м^2, адрес: установлен относительно ориентира, расположенного в границах участка. Ориентир - нежилое здание. Почтовый адрес ориентира: Оренбургская обл., г. Бугуруслан, ул. Революционная, д. 52а.
Собственник (правообладатель) - Мифтахутдинова Людмила Владимировна.
Начальная цена продажи: 799 000,00 руб.
Сумма задатка: 399 500,00 руб.

ЛОТ № 9. Земельный участок, земли населенных пунктов, для размещения домов индивидуальной жилой застройки, кадастровый номер: 56:44:0215015:44, площадь: 200+/-5м^2, адрес: Оренбургская обл., г. Оренбург, ул. 17 Линия, д. 3.
Собственник (правообладатель) - Швецова Надежда Семеновна.
Начальная цена продажи: 985 150,00 руб. **Сумма задатка**: 429 575,00 руб.

ЛОТ № 10. 1/2 доли в праве общей долевой собственности на здание, назначение: нежилое (автозаправочная станция), кадастровый номер: 56:38:0201004:159, площадь: 6,0 м^2, адрес: Оренбургская обл., г. Бузулук, ул. Промышленная, д. 8.
Собственник (правообладатель) - Часовских Евгений Тимофеевич.
Правообладатель земельного участка - Российская Федерация.
Начальная цена продажи: 204 200,60 руб. **Сумма задатка**: 102 100,30 руб.

ЛОТ № 11. 1/2 доли в праве общей долевой собственности на здание, назначение: нежилое (мастерские), кадастровый номер: 56:10:0301015:1189, площадь: 125,5 м^2, адрес: Оренбургская обл., Грачевский р-н, с. Грачевка, ул. Комсомольская, д. 2. Собственник (правообладатель) - Часовских Евгений Тимофеевич.
Правообладатель земельного участка - ДМСУ треста ОНС.
Вид права - постоянное бессрочное пользование.
Свидетельство № П-70 от 18.12.92.
Начальная цена продажи: 353 070,45 руб.
Сумма задатка: 176 535,23 руб.

ЛОТ № 12. 1/2 доли в праве общей долевой собственности на здание, назначение: нежилое (гараж для дорожных машин), кадастровый номер: 56:10:0301015:1089, площадь: 458,1 м^2, адрес: Оренбургская обл., Грачевский р-н, с. Грачевка, ул. Комсомольская, д. 2.
Собственник (правообладатель) - Часовских Евгений Тимофеевич.
Правообладатель земельного участка - ДМСУ треста ОНС.
Вид права - постоянное бессрочное пользование.
Свидетельство № П-70 от 18.12.92.
Начальная цена продажи: 1 370 426,53 руб.
Сумма задатка: 685 213,27 руб.

ЛОТ № 13. 1/4 доли в праве общей долевой собственности на сооружение, назначение: нежилое (газоснабжение участка ДСМУ в с. Грачевка), кадастровый номер: 56:10:0301015:1087, протяженность: 1 172 м, адрес: Оренбургская обл., Грачевский р-н, с. Грачевка, ул. Комсомольская, д. 2.
Собственник (правообладатель) - Часовских Евгений Тимофеевич. Правообладатель земельного участка - ООО «Промстрой», ИНН 5612085786.
Начальная цена продажи: 674 594,64 руб. **Сумма задатка**: 337 297,32 руб.

ЛОТ № 14. 25/100 доли в праве общей долевой собственности на здание, назначение: жилой дом, кадастровый номер: 56:37:0106019:147, площадь: 57,2 м^2, и **25/100 доли в праве общей долевой собственности на земельный участок**, для индивидуального жилищного строительства, кадастровый номер: 56:37:0106019:5, площадь: 400 м^2, адрес: Оренбургская обл., г. Бугуруслан, ул. 9 Января/ Заводская, д. 64/32.
На данное имущество сохраняется обременение в виде залога в пользу залогодержателя - ПАО «Сбербанк России».
Остаток долга на 26.02.2018 составляет 469 702,19 руб.
Собственник (правообладатель) - Исаева Анна Павловна.
Сведений о зарегистрированных лицах нет.
Начальная цена продажи: 217 887,30 руб. **Сумма задатка**: 108 943,65 руб.

ЛОТ № 15. 35/100 доли в праве общей долевой собственности на здание, назначение: жилой дом, кадастровый номер: 56:37:0106019:147, площадь: 57,2 м^2, и **35/100 доли в праве общей долевой собственности на земельный участок**, для индивидуального жилищного строительства, кадастровый номер: 56:37:0106019:5, площадь: 400 м^2, адрес: Оренбургская обл., г. Бугуруслан, ул.9 Января/ Заводская, д. 64/32.
На данное имущество сохраняется обременение в виде ипотеки в пользу залогодержателя - ПАО «Сбербанк России». Остаток долга на 26.02.2018 составляет 460 000,00 руб.
Собственник (правообладатель) - Исаева Анна Павловна.
Сведений о зарегистрированных лицах нет.
Начальная цена продажи: 356 177,20 руб. **Сумма задатка**: 178 088,60 руб.

ЛОТ № 16. Автомобиль RENAULT SANDERO STEPWAY, VIN: X7LBSRB1KDH617093, год выпуска: 2013, № кузова: X7LBSRB1KDH617093, № двигателя: UH51457, госномер: У715АК56, ПТС: 77 НС 177352.
Собственник (правообладатель) - Зырянов Станислав Станиславович.
Начальная цена продажи: 1 591 930,00 руб. **Сумма задатка**: 79 596,50 руб.

ЛОТ № 17. ПШМ плоскошовная Typical GK1500-01, инвент. № БП-000038.
Начальная цена продажи: 15 840,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 792,00 руб.

ЛОТ № 18. Оверлок 4-нит. Typical, инвент. № БП-000040.
Начальная цена продажи: 9 840,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 492,00 руб.

ЛОТ № 19. Оверлок 4-нит. Typical, инвент. № БП-000041.
Начальная цена продажи: 9 840,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 492,00 руб.

ЛОТ № 20. ПШМ Зигзаг Typical GC20U33, инвент. № БП-000042.
Начальная цена продажи: 10 920,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 546,00 руб.

ЛОТ № 21. ПШМ Inderle для образования складок IDL-400, инвент. № БП-000043.
Начальная цена продажи: 71 640,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 3 582,00 руб.

ЛОТ № 22. Стол для ПШМ GC20U33, инвент. № БП-000044.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 23. Стол для ПШМ GC1500, инвент. № БП-000045.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 24. Стол для ПШМ GC31030-12, инвент. № БП-000046.
Начальная цена продажи: 1 680,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 84,00 руб.

ЛОТ № 25. Стол для ПШМ GN79, инвент. № БП-000048.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 26. Стол для ПШМ GN79, инвент. № БП-000047.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 27. Сервопривод WR561-1, инвент. № БП-000056.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 28. Сервопривод WR561-1, инвент. № БП-000055.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 29. Сервопривод WR561-1, инвент. № БП-000049.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 30. Сервопривод WR561-1, инвент. № БП-000053.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 31. Сервопривод WR561-1, инвент. № БП-000050.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 32. Сервопривод WR561-1, инвент. № БП-000052.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 33. Сервопривод WR561-1, инвент. № БП-000054.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 34. Сервопривод WR561-1, инвент. № БП-000051.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 35. Разметочное устройство DZS-1D, инвент. № БП-000057.
Начальная цена продажи: 4 800,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 240,00 руб.

ЛОТ № 36. GC6220 ПШМ Typical прямострочка, обрезка края, инвент. № БП-000058.
Начальная цена продажи: 16 920,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 846,00 руб.

ЛОТ № 37. ПШМ Typical двухигольная GC6170, инвент. № БП-000059.
Начальная цена продажи: 14 160,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 708,00 руб.

ЛОТ № 38. Оверлок пром. 5-нит. Typical GN795, инвент. № БП-000060.
Начальная цена продажи: 10 200,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 510,00 руб.

ЛОТ № 39. Пресс для фурнитуры J-93-A, инвент. № БП-000061.
Начальная цена продажи: 18 000,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 900,00 руб.

ЛОТ № 40. Стол для ПШМ Typical, инвент. № БП-000064.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 41. Стол для ПШМ Typical, инвент. № БП-000063.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 42. Стол для ПШМ Typical, инвент. № БП-000062.
Начальная цена продажи: 2 880,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 144,00 руб.

ЛОТ № 43. Вышивальная машина GG1206, инвент. № БП-000065.
Начальная цена продажи: 611 760,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 30 588,00 руб.

ЛОТ № 44. Пуговичная машина Typical S-F11/1377, инвент. № БП-000066.
Начальная цена продажи: 30 960,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 1 548,00 руб.

ЛОТ № 45. Машина раскройная ленточная Type Special C-B2/900, инвент. № БП-000066.
Начальная цена продажи: 90 240,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 4 512,00 руб.

Собственник (правообладатель) имущества по лотам № 17-45 - ООО «ЧУПИНЕТ».

ЛОТ № 46. Автомобиль NISSAN QASHQAI, VIN: SJNFAAJ10U2922433, год выпуска: 2013, № кузова: SJNFAAJ10U2922433, № двигателя: 332965R, госномер: У145НХ56, ПТС: 56 ОО 035109.
Собственник (правообладатель) - Базарова Ольга Викторовна.
Начальная цена продажи: 601 000,00 руб.
Сумма задатка: 30 050,00 руб.

ЛОТ № 47. Сооружения электроэнергетики, кадастровый номер: 56:19:1002010:434, протяженность: 1 947 м, адрес: Оренбургская обл., Новосергиевский р-н, п. Новосергиевка, ул. Железнодорожная, ул. Павлова, ул. Вавилова, сооружение расположено в кадастровом квартале 56:19:1002010.
Собственник (правообладатель) - муниципальное образование «Новосергиевский поссовет» Новосергиевского района Оренбургской области.
Начальная цена продажи: 2 082 000,00 руб.
Сумма задатка: 1 041 000,00 руб.

ЛОТ № 48. Сооружения электроэнергетики, ВЛ-04 кВ, в 5-м микрорайоне п. Новосергиевка, кадастровый номер: 56:19:0000000:2416, протяженность: 1 983 м, адрес: Оренбургская обл., Новосергиевский р-н, п. Новосергиевка, ул. Степана Разина, ул. Павлова, ул. Конституции, ул. Жукова, сооружение расположено в кадастровых кварталах 56:19:1002002, 56:19:1002010, 56:19:1002011, 56:19:1002012.
Собственник (правообладатель) - муниципальное образование «Новосергиевский поссовет» Новосергиевского района Оренбургской области.
Начальная цена продажи: 2 120 000,00 руб.
Сумма задатка: 1 060 000,00 руб.

ЛОТ № 49. 1/6 доли в праве общей долевой собственности на земельный участок, для строительства индивидуального жилого дома и ведения личного подсобного хозяйства, кадастровый номер: 56:12:2104001:277, площадь: 1 200+/-12 м^2, адрес: Оренбургская обл., Оренбургский р-н, Пугачевский сельсовет, с. Паника, ул. Николаевская, участок 382.
Собственник (правообладатель) - Олейник Иван Иванович.
Начальная цена продажи: 21 868,00 руб. **Сумма задатка**: 10 934,00 руб.
Лот №50. Автомобиль КамАЗ 452880, VIN: X8945288060BA7005, год выпуска: 2006, № кузова: 1916117 кабина, № двигателя: 62332374, № шасси: XTC53228R62265477, госномер: О583ВМ56, ПТС: 16 МА 725870.
Собственник (правообладатель) - ООО «СПЕЦТРАНСЭНЕРГО».
Начальная цена продажи: 800 160,00 руб., в т. ч. НДС 20 %.
Сумма задатка: 400 080,00 руб.

ЛОТ № 51. Помещение, жилое (двухкомнатная квартира), кадастровый номер: 56:44:0230006:179, площадь: 23,1 м^2, адрес: Оренбургская обл., г. Оренбург, ул. Пушкинская, д. 25, кв. 2(а), помещение № 1 (коммунальное заселение).
Собственник (правообладатель) - Молотков Сергей Владимирович.
Начальная цена продажи: 978 000,00 руб.
Сумма задатка: 489 000,00 руб.

На имущество по лотам № 1-4, 16, 17-46 имеется ограничение (обременение) права: залог, арест.

На имущество по лотам № 6, 8, 47, 48, 50 имеется ограничение (обременение) права: арест.

На имущество по лотам № 5, 10-13, 49 имеется ограничение (обременение) права: арест, запрет на совершение действий по регистрации.

На имущество по лоту № 9 имеется ограничение (обременение) права: арест, арест суда, запрет на совершение действий по регистрации.

На имущество по лоту № 7 имеется ограничение (обременение) права: арест, запрет на регистрационные действия.

На имущество по лотам № 14, 15 имеется ограничение (обременение) права: ипотека, арест, запрет на совершение действий по регистрации, действий по исключению из Госреестра.

На имущество по лоту № 51 имеется ограничение (обременение) права: арест, запрет на совершение действий по регистрации, действий по исключению из Госреестра.

С условиями договора, заключаемого по результатам торгов, формой договора о задатке, заявки на участие в торгах, протокола о результатах торгов, договора купли-продажи можно ознакомиться по адресу организатора торгов. Кроме того, указанные формы входят в состав извещения, публикуемого на официальном сайте Российской Федерации в сети Интернет для размещения информации о проведении торгов www.torgi.gov.ru.

Получить дополнительную информацию о торгах и правилах их проведения, записаться для ознакомления с формами документов, условиями договора, документацией, характеризующей предмет торгов, а также для заключения договора о задатке можно по адресу: Оренбургская область, п. Новосергиевка, ул. Ленинградская, д. 11, тел.: 8-922-838-19-33, 8-922-863-66-44, в рабочее время. (317)

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

► Продаю или сдаю на длительный срок 3-комн. кв-ру в центре Оренбурга со всеми коммунальными удобствами. Т. 76-61-64. (290*)

► 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*)

► 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. 8-987-783-93-16. (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 ул. Фрунзе, 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*)

► Дом в с. Нижняя Павловка, 66 м², газ, отопление, надворные постройки. Зем. уч. 16 соток. Т. 8-922-898-05-01. (271)

► Земельный участок 10 соток с недостроем (138 м²) в с. Подгородняя Покровка на ул. Ноябрьской. Все коммуникации. Т. 8-912-341-53-99. (281*)

► 2-комн. кв-ру, 45,8 м², в новом 2-кварт. доме, со всеми удобствами, в 25 км от Оренбурга (п. Юный, ул. Луговая, 49). Земля 7,5 сотки, без надворных построек. Т. 8-922-819-21-20. (289*)

► Землю в с. Сакмара. От собственника. Коммуникации рядом, залит фундамент под баню, есть большая емкость для воды. Т.: 8-906-839-53-10, 8-908-321-35-16. (300*)

► Дом в с. Зубочистка Вторая, 56 м². Есть вода, газ, свет, счетчики. Имеются летняя кухня и баня. Документы оформлены. Т. 8-932-846-01-14. (302*)

► 1 комн. кв-ру за 900 тыс. руб. Т. 8-905-819-64-35. (310)

КУПЛЮ

► Квартиру, комнату, частный дом в Оренбурге. Т. 8-905-819-64-35. (295)

СДАЮ

► 2-комн. кв-ру с ремонтом и мебелью на ул. Юных Ленинцев. На длительный срок. Т. 8-922-807-20-26. (276*)

РАЗНОЕ

► 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)

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*)

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

► Газовую плиту трехкомфорочную, 1 500 руб. (с. Сакмара). Т.: 8-906-839-53-10, 8-908-321-35-16. (301*)

► Двух коров 6 лет черной и пестрой мастей, с. Краснохолм. Т. 8-987-852-84-63. (304*)

► Дрова от 1 м³. Т. 8-912-357-09-23. (313)

► Тыква сладкая, тыквенный сок. Доставка. Т.: 24-47-72, 8-905-886-47-72. (315)

УСЛУГИ

► 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; ТЦ «Радуга», о этаж. 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 швейных машин. Гарантия. Т. 61-39-03. (67)

► 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)

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)

► Прочистка канализации. Т.: 60-26-60, 8-932-536-00-60. (315)

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)

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

► Шоу от Светланы. Баян. Домра. Гитара. Новогодние корпоративы. Свадьбы. Юбилеи. Т. 8-912-349-74-64. (181)

► Частный санитар. Предлагаю уход, купание, уборку влажную и пылесосом, помощь по дому. Обслуживание в Оренбурге, Самородово, Караванном. Работаю официально. Т. 8-987-196-08-35. (28)

► Натяжные потолки. Т. 8-902-365-12-13. (292)

► Новогодние корпоративы в кафе «Тунар», ул. Шевченко, 251/2. Т. 28-58-66.

РАБОТА

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

► **Требуются сотрудники на подработку на дому. Т. 555-919.** (311)

Телефон рекламной службы
77-68-42

ЗНАКОМСТВА

► **МУЖЧИНА**, 48 лет, рост 180 см, светлые глаза. Познакомлюсь с девушкой, женщиной от 18 до 45 лет, с хорошей фигурой, можно с южанкой, азиаткой. Брак не исключен. Т.: 65-07-00 (дом.), 29-77-93 (сот.). Спросить Андрея.

► **МУЖЧИНА**, 37 лет. Проживаю и работаю в Оренбурге, без вредных привычек, без материальных и жилищных проблем. Познакомлюсь с девушкой для встреч и серьезных отношений. Т. 8-902-366-80-29.

► **МУЖЧИНА**, 34 года, высокий, стройный. Работаю, детей нет, судим не был. Для создания семьи познакомлюсь со стройной, симпатичной девушкой из Оренбурга, без вредных привычек, материальных и жилищных проблем. Ищу добрую, честную, самостоятельную. Жду подробное сообщение по тел. 8-987-843-00-82.

► **МУЖЧИНА** пенсионного возраста. Образованный, культурный, проживаю в сельской местности. Познакомлюсь с женщиной до 57 лет, свободной от детей. Готов к созданию семьи на моей территории. Т. 8-901-113-89-66.

► **МУЖЧИНА**, 38 лет, рост 178 см. Мечтаю познакомиться с девушкой (можно с инвалидностью) или женщиной от 25 до 45 лет. Ребенок не помеха. Т. 8-922-894-01-85.

► **МУЖЧИНА**, 50 лет. Для создания семьи познакомлюсь с татаркой от 40 до 48 лет, можно с инвалидностью. Без детей и вредных привычек. Т. 8-922-853-00-83.

Нашу дорогую, любимую Сагиру Тюллегеновну Универбаеву поздравляем с 70-летием!

Семьдесят лет - это важная дата,
Ведь в жизни так важен любой юбилей!
Желаем тебе жить красиво, богато,
Будь счастлива и никогда не болей!
Пускай тебя радуют дети и внуки,
Будь сил и энергии вечно полна,
Не знай никогда ни печали, ни скуки,
Ведь жизнь нам для радости только дана!

Муж, дети, внуки, с. Каменнозерное.

Дорогую Ольгу Александровну Попову поздравляем с днем рождения!

Что сказать молодой и красивой?
В день рожденья хотим пожелать
Быть успешной, здоровой и сильной,
Чтоб вершины легко могла брать.
Чтоб была окрыленной любовью,
Чтоб сбывались любые мечты.
Чтоб улыбка с лица не сходила,
Пусть счастливой всегда будешь ты!

Твои родные, с. Кардаилово.

Нашу дорогую, любимую Александру Степановну Стрельникову поздравляем с 90-летним юбилеем!

Поздравляем с днем рожденья!
От души тебе желаем
Быть подольше с нами рядом.
Пусть седина в висках искрится
И вдаль летят, летят года…
Пусть сердце не устанет биться
И добрым остается навсегда!

Дочь, зять, внучка Екатерина, правнуки.

Дорогую Любовь Михайловну Антонову поздравляем с юбилеем!

Ты празднуешь сегодня юбилей,
И с радостью тебя мы поздравляем,
От всей души и сердца пожелаем:
Чего захочешь, то ты и имей!
Не знай преград на жизненном пути,
Болезней, огорчения не знай.
Будь радостной, счастливой, не грусти
Ты никогда. Цвети и процветай!

Муж, дети, внуки, Хаджимуратовы, Шатиловы, с. Мустаево.

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

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

С днем рождения

Наталью Бадаеву,
Ванечку Иванова,
Ольгу Елагину,
Петра Криволапова,
Максима Криволапова,
Зою Бесчетнову,
Николая Богатырева,
Ирину Сапрыкину,
Луизу Байбулатову,
Соню Гиниятуллину,
Валентину Осьминкину,
Настеньку Булгакову,
Лидию Юнусову,
Валентину Неверову,
Нину Смолину,
Антонину Смоленову,
Антонину Акимову,
Лидию Портнову,
Раису Шамсутдинову,
Татьяну Овсянникову,
Светлану Андрееву,
Светлану Голенковскую,
Татьяну Садчикову,
Максима Кривошеева,
Игоря Кирьянова,
Зою Крутову,
Александру Вечканову,
Милану Тингееву,
Наталью Якухину,
Екатерину Трофимову,
Улмикен Таналиеву,
Ольгу Фоменко,
Айткулу Дусказинову,
Владимира Игонина,
Римму Каюмову,
Владимира Мордвинцева,
Закарью Аскарова,
Ивана Банникова,
Марию Жбанову,
Валентину Шеломихину,
Любовь Антонову,
Факию Абдрахимоу,
Рину Сабанчину,
Галю Абдульманову!

Ясных дней, успеха, счастья,
Замечательных друзей,
И пусть в дверь вашу стучатся
Те, кто сердцу всех нужней!

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!

Дорогих, любимых Ильдара Азатовича и Азалию Азатовну Ишкановых поздравляем с днями рождения!

**День рожденья - это светлый праздник!
И вам хотим мы пожелать
Счастьем и любовью жизнь украсить,
Трудности всегда решать на пять!
Ну а если будет одиноко -
Преданных и искренних друзей,
И по жизни чтоб везенья было много,
Без подводных чтоб камней!**

С любовью, мама, папа, бабушки, дедушки, с. Имангулово Первое.

Уважаемых Олесю Алексеевну Дмитриеву, Екатерину Евгеньевну Пучкову и Сергея Алексеевича Ульянова поздравляем с днями рождения!

**Мы все хотим без исключенья
Вам всяких всячин пожелать:
Удачи, счастья и везенья…
И никогда не унывать!
Чтоб выпадал билет счастливый,
Чтоб отпуск не был ваш дождливым,
Больших успехов на работе
И у начальства быть в почете!**

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

Нашу любимую Ульяну Витальевну Гриценко поздравляем с 15-летием!

**15 лет - прекрасный возраст,
Вся жизнь лежит перед тобой!
Живи, влюбляйся, улыбайся,
Мечтай, учись и планы строй.
В твой юбилей тебе желаем
Взрослеть не сильно торопиться,
Ведь юность быстро пролетает…
Успей же ею насладиться!**

Бабушка, Редины, Боронович, Тучины, Голодниковы, Облицовы, с. Первая Григорьевка.

Нашу дорогую, уважаемую Валентину Михайловну Кутлину поздравляем с днем рождения!

**Сегодня по-особенному радостным
Становится пусть каждое мгновенье,
Приподнятым, восторженным и праздничным
Весь день пусть остается настроенье!
Пусть жизнь любовью, счастьем наполняется,
Приятные пусть дарит впечатления,
А все, что не сбылось, еще сбывается!
Сердечно поздравляем с днем рождения!**

Коллектив «Вечерушки», родные, с. Каменноозерное.

Нашу дорогую Наталью Андреевну Грудинину поздравляем с днем рождения!

**Ни солнца луч, ни ветра шорох
Во всей красе не смогут рассказать:
Ты - человек, который всем нам дорог,
Отзывчивей на свете не сыскать!
Твой день рождения - отличный повод
Сказать, как мы тобою дорожим.
Желаем долгих лет и неба голубого…
«Счастливой жизни!» - много раз мы повторим.**

Муж, дети, внуки, родные, с. Каменноозерное.

Дорогого, любимого Ивана Труша поздравляем с днем рождения!

**Сегодня важный юбилей,
Десятый год стучится в двери.
Будь всех ровесников сильней
И будь всегда в себе уверен!
Учись на пять, играй в футбол,
Упорно спортом занимайся.
Чтоб в жизни ты своей нашел
И дружбу, и успех, и счастье!**

Семьи Мароко, Антоновых, Малышевых, с. Каменноозерное.

Уважаемую Любовь Михайловну Антонову поздравляем с юбилеем!

**Красивой женщине мы годы не считаем -
Сердечно с юбилеем поздравляем
И красоту желаем не терять,
А вместе со здоровьем умножать!
Пусть счастье Вас везде сопровождает,
А жизнь за мудрость щедро награждает
И силы, бодрости побольше Вам дает.
Душа трепещет пусть, от радости поет!**

Коллектив СОШ, с. Мустаево.

Дорогую Ирину Федоровну Кобзеву от всего сердца поздравляем с юбилеем!

**Желаем любви и добра в юбилей,
Здоровья отменного, бодрости, смеха,
Заботливых близких, веселых друзей,
Достатка, внимания и успеха!
Пусть сбудется все, что еще не сбылось,
Пусть годы текут хорошо и красиво,
Чтоб радостно жить до ста лет довелось
С душой молодой и улыбкой счастливой!**

Коллектив МБДОУ № 114, г. Оренбург.

Уважаемую Лидию Васильевну Климову поздравляем с 80-летием!

**Пусть будет здоровье крепче гор,
А настроение - прекрасным,
Доброты и тепла станет вдоволь,
Небо будет и светлым, и ясным!
И судьба чтоб Вам постаралась
Впредь дарить только радость и счастье,
Чтобы Вы, как сейчас, улыбались,
Чтоб ушли все тревоги, ненастья!**

Администрация и коллектив ОСОСОД № 2 ГБУСО «КЦСОН» Северного округа г. Оренбурга.

Дорогого Ильмира Фатхуллиевича Сафарова поздравляем с днем рождения!

**Говорят, мужчиной быть не просто -
Смелым и уверенным в себе,
Решения принимая жестко,
Отважно двигаться к судьбе.
Идти по жизни, помогая
Родным, любимым, дорогим.
Достичь успеха, лишь желая
Стремиться к высшим из вершин!**

Жена, дети, внуки, коллектив школы, с. Зубочистка Вторая.

Дорогую Рамзию Ахмаровну Шагидзянову поздравляем с днем рождения!

**Пусть этот день красивым будет, ясным,
Пусть счастье не обходит никогда.
Пусть будет настроение прекрасным,
Желанья пусть сбываются всегда!**

Администрация и коллектив ОСОСОД № 3 ГБУСО «КЦСОН» Северного округа г. Оренбурга.

Уважаемую Елену Ивановну Кузнецову поздравляю с днем рождения!

**Огромного счастья, любви и везенья
Желаю тебе от души в день рожденья.
Пусть будут подарки, цветы, комплименты,
Пусть помнятся долго веселья моменты!
Желаю признаний и нежного взгляда,
Пусть музыка в сердце звучит как награда,
Радость искрится в глазах дивным светом
И солнышко светит зимой, словно летом!**

Коллега Наталья Юрина, с. Каменноозерное.

Дорогих, милых мамочек сердечно поздравляем с Днем матери!

**Праздник любви, доброты и надежды…
Веру тех женщин сложно сломать!
Каждому сердцу свято и нежно,
Бережно, трепетно звание «Мать».
Хотим пожелать вам здоровья и мира,
Вложить в поздравленье немного тепла…
Пусть ценят вас дети, пусть множатся силы,
Пусть жизнь ваша будет легка и светла!**

Любящие вас, но иногда огорчающие дети, с. Каменноозерное.

Нашу дорогую, любимую Халиду Хайдаровну Ишканову поздравляем с юбилеем!

**Для мудрой дамы возраст не помеха,
И ты с достоинством несешь свои года.
Полна ты радости, здоровья и успеха,
Прекрасна, остроумна, молода…
Тебе сегодня 60, а в сердце - 20!
Все так же искорки блестят в твоих глазах.
Желаем не грустить, годам не поддаваться
И не считать сединки в волосах!**

Твои дети, внуки, с. Имангулово Первое.

Дорогого, любимого Фирдата Шаукатовича Баширова поздравляем с юбилеем!

**С юбилеем тебя поздравляем,
С этой важной, значительной датой!
От души мы тебе пожелаем
Быть счастливым и очень богатым.
Пусть любовь твою жизнь украшает,
Пусть дела твои в гору идут,
Пусть родные тебя обожают,
В доме будут тепло и уют!**

Жена, дети, внуки, с. Имангулово Первое.

Дорогую, уважаемую Фанису Равилевну Абдулову поздравляем с юбилеем!

**Желаем в юбилей красивый
Покоя, мира и тепла,
Чтоб жизнь не бешено бурлила,
А будто реченька текла.
Желаем, чтобы в твоем доме
Были и счастье, и любовь,
Желаем молодости вечной
И встреч приятных вновь и вновь!**

Муж, дети, внуки, соседи, коллектив школы, с. Зубочистка Вторая.

Дорогого, уважаемого Раниля Раилевича Юсупова поздравляем с юбилеем!

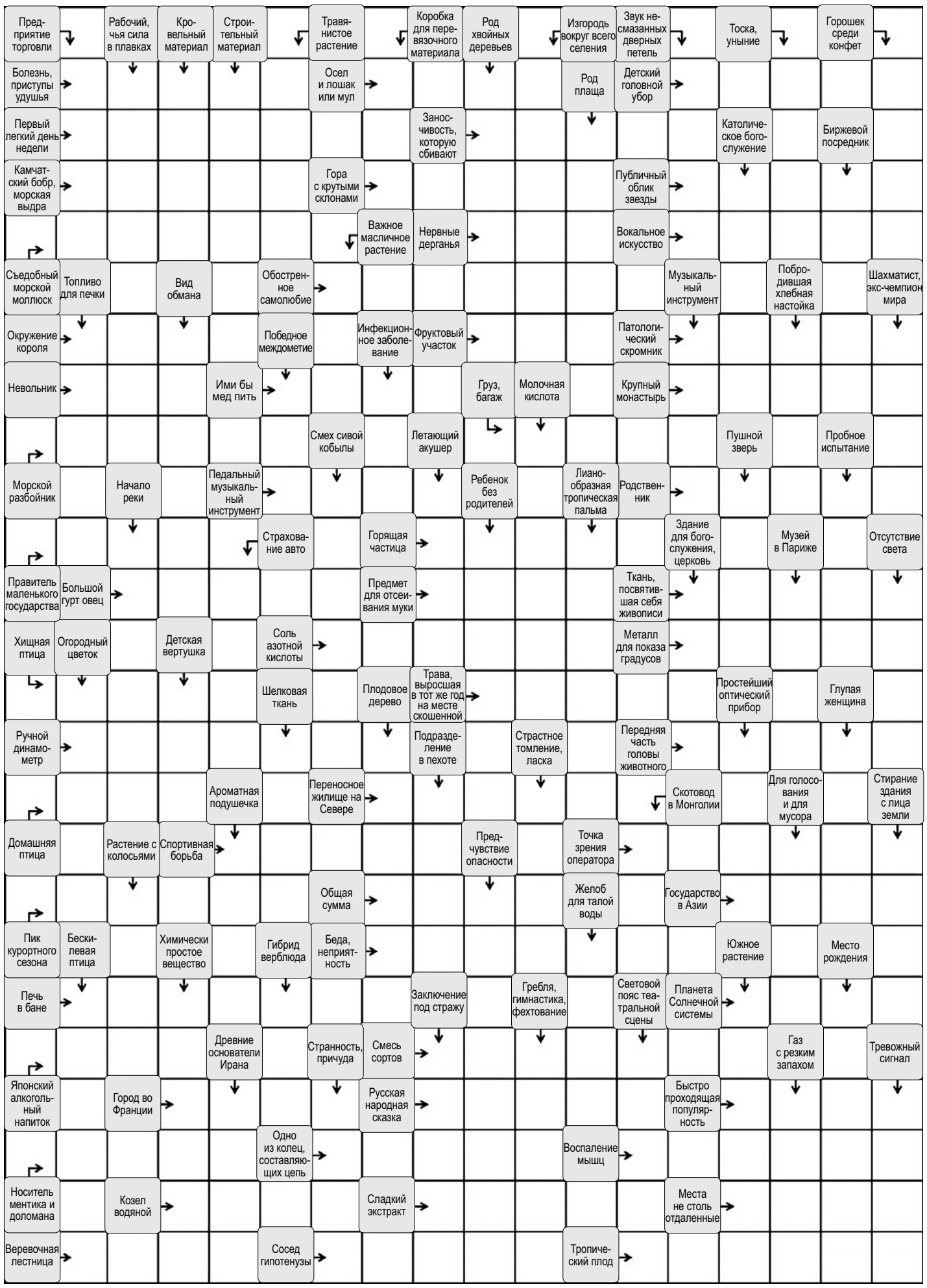
**В чудесный праздник, юбилей,
Все от души Вас поздравляют,
Улыбки добрые друзей
Пусть Вас сегодня окружают!
И будут светлыми года,
И все исполнятся желанья…
Здоровья, радости всегда,
Счастливой жизни, процветанья!**

Жена, дети, ЖКХ «Южное», администрация, с. Зубочистка Вторая.

Хотите поздравить близких?

Базовая цена размещения поздравлений:
- 8 строк стихотворного текста
(не включая обозначения адресата) - 200 руб.;
- 8 строк + фото - 250 руб.
При количестве строк более 8 каждая следующая строка - 30 руб.
Наценка за срочность - 100 %.

Телефон для справок: 77-30-87.



Ответы на сканворд из №46

По горизонтали: Берлога. Наст. Русак. Ипатка. Акциз. Каркаде. Нара. Немец. Ржа. Гнома. Копра. Скарб. Ролик. Виста. Абидос. Колосняк. Красота. Зажим. Осмотр. Пани. Кредо. Тина. Окоп. Трус. Саше. Тротуар. Лоб. Указ. Керосин. Вошь. Пират. Жертва. Ракета. Птица. Идиллия. Кряква. Ерика. Обед. Швец. Анис. Класс. Егерь. Крах. Парад. Оплот. Дипер. Кресло. Сарыч. Бытие. Сип. Аргон. Короб. Логово. Барак. Канал. Лак.

По вертикали: Лекало. Спор. Ваер. Лупара. Прием. Колок. Ява. Клик. Род. Окот. Шейк. Способ. Опахало. Пульт. Сатана. Гад. Искра. Апаш. Материк. Труп. Владыка. Капор. Киви. Дичок. Ананас. Оса. Угар. Цеце. Кулон. Загар. Гребок. Саржа. Отит. Рыба. Утка. Роса. Инок. Дикарь. Беж. Дань. Кила. Ринг. Вязка. Рели. Ореол. Кузен. Икар. Сбор. Лоск. Морс. Жена. Столб. Рассол. Гарем. Твид. Шкив. Инка. Лива. Цаца. Море. Наряд. Хлопок.

ХА! ХА! ХА!

Встречаются два приятеля.
- Вот возил вчера дочь в деревню, показывал козла.
- Зачем?
- Чтоб знала, как НАСТОЯЩИЙ козел выглядит, а то она все только со слов матери представляет...

* * *

Мальчуган приходит домой с синяком под глазом. Мать ему:
- Я же тебе говорила, чтобы ты был более рассудительным и сосчитал до ста прежде, чем ввязаться в драку!
- Пока я считал до ста, Витька мне в глаз дал! Ему родители велели считать только до пятидесяти...

* * *

- Это дневная карта пробок в городе?
- Нет, это карта концентрации городских бездельников, отлынивающих от работы.

* * *

Он требовал форель на завтрак, но жена дала ему леща…

* * *

Объявление: «Продам автомобильную сигнализацию, новую, в упаковке, недорого. Не успел поставить».

* * *

- Из тебя получится отличная жена.
- Это предложение?
- Нет, предположение.

* * *

- Ты зачем пьешь?
- Чтобы быть красивым.
- Пьянка тебя делает красивым?
- Конечно! Когда я прихожу домой из бара, жена мне все время говорит: «О! Пришел, красавчик!»

* * *

- И еще, согласно правилам нашей фирмы, вы никому не должны разглашать размер вашей зарплаты.
- Да я, собственно, и не собирался позориться.

* * *

Женщина, ты не домохозяйка! Ты - хаусменеджер!

* * *

- Сема, ваша жена работает?
- Работает, переводчицей.
- А где?
- В магазинах.
- Что значит «в магазинах»?
- То и значит: ходит по магазинам и переводит мои деньги.

* * *

- Где работает ваш муж?
- Уже третий месяц на ликеро-водочном заводе.
- И ему там нравится?
- Не знаю. Он еще не приходил домой.

* * *

Одно из двух: мы либо горы свернем, либо дров наломаем.

Астрологический прогноз с 26 ноября по 1 декабря

Овен

Вы сможете достичь почти любых вершин, но только при критическом отношении к себе и еще более критическом - к окружающим. В семье могут возникнуть недопонимания между домочадцами. Миротворцем придется выступить вам.

Телец

На этой неделе заметно улучшатся отношения в партнерстве, как в супружеском, так и в деловом. Старайтесь проговаривать любые проблемные вопросы для того, чтобы прийти к компромиссу, учитывайте не только свои интересы, но и желания партнера.

Близнецы

Сейчас могут усилиться финансовые проблемы. Однако это будет временным явлением. Вы преуспеете в рациональном ведении хозяйства и повседневной работе. Выходные дни благоприятны для гармонизации отношений в браке.

Рак

Постарайтесь не тратить свои силы на заведомо невыполнимые задачи. Позвольте разуму взять верх над эмоциями, и это принесет вам успех. У Раков, состоящих в браке, могут усилиться противоречия в отношениях с партнером. Одной из причин разногласий станут деньги.

Лев

На этой неделе не пытайтесь всем и каждому доказать свою правоту, лучше уйти в тень, время все расставит по местам. Следите за своей речью особенно тщательно. Велик риск обидеть хорошего человека.

Дева

Не воспринимайте происходящее слишком серьезно. Юмор поможет вам наладить отношения. Стоит задуматься о чем-то новом, не бойтесь перемен. Детям потребуется ваш совет, постарайтесь заметить это прежде, чем они наделают глупостей.

Весы

Наступает непростая неделя, так как накопилось много дел, которые лучше выполнить не откладывая. Сохраняйте спокойствие и позитивный настрой. Некоторые неувязки в делах могут преследовать вас, но интуиция подскажет вам верное решение в сложившейся ситуации.

Скорпион

Вы будете пребывать в хорошем расположении духа практически всю неделю. Окажетесь востребованным и практически незаменимым во всех вопросах человеком. Но не забывайте и о личной жизни. Проявите свои чувства и лучшие качества. Это оценят.

Стрелец

Неделя обещает быть активной и напряженной. Вам понадобятся такие качества, как дипломатичность и умение предвидеть ближайшее будущее. Важные дела можно и нужно планировать именно в данный период. Звезды сойдутся наилучшим для вас образом.

Козерог

Неделя благоприятна для новых дел и начинаний. Ваша общительность может принести хорошие результаты, только не выбалтывайте чужие тайны. Будьте осторожны, не принимайте скоропалительных решений, касающихся вашей личной жизни.

Водолей

Вам просто необходимо заранее просчитывать свои действия и слова. Поиск золотой середины должен стать основным вашим занятием в эти дни. Малейшее отклонение от единственно верной и продуманной линии поведения - и вас ожидают малоприятные последствия.

Рыбы

На этой неделе не исключены неожиданные события, которые никак не укладываются в ваши планы. Прежде всего это может касаться взаимоотношений со второй половиной и с кем-то из ваших друзей.

Побочный эффект

Люди встречаются, люди влюбляются, женятся… Так поется в известной песне. А если не везет в любви так, что просто беда? Ответа на этот вопрос песня, увы, не дает.

В поисках места для парковки я медленно двигалась вдоль черной кованной ограды и резко затормозила прямо перед входом на кладбище. Стас хозяйским жестом постучал в лобовое стекло и, торопливо затянувшись напоследок сигаретой, рванул дверь:

- Привет, красотка. Подбросишь?

- Договорились же, - буркнула я вместо приветствия.

- Я тоже рад тебя видеть, - улыбнулся Стас, располагаясь на переднем сиденье.

- Ну и? - спросила я пресным тоном, не глядя на Стаса, чтобы не сорваться.

- Поругались прямо на кладбище. Жена психанула и уехала. На моей машине. Все, - весело отчитался Стас.

В его голосе не было ни раздражения, ни недовольства. Сумасшедший дом какой-то! Жена уезжает от него прямо с кладбища, даже не почтив память покойного дедушки, а он тут же звонит любовнице, мол, у меня освободился вечер, подъезжай, забери меня, я сегодня без машины…

- Ну и? - повторила я, чувствуя невероятное опустошение внутри.

- Не бросай так резко сцепление, машину дергает, чувствуешь? Выезжай на трассу. Едем к тебе, - вкрадчивым голосом Стас указал мне направление движения и пункт назначения.

- Нет, не едем, - я не выдержала паузу, и фраза прозвучала слишком быстро и уверенно, словно я ждала его предложения как сигнала.

Собственно, так и было: я изо дня в день на протяжении уже полугода дрессировала себя, чтобы в ответ на его предложения отвечать твердым отказом, но еще ни разу навыки, полученные в процессе дрессировки, не применила в жизни. Сегодня в первый раз. Неужели я это сказала?

***

- Что-то не так? - спросил Стас тоном заботливого папаши, встречающего своего сыночка из школы с набухшим фингалом под глазом.

- Что-то не так, - покорно согласилась я.

- Что именно?

- Ой, Стас, - я абсолютно искренне поморщилась. - Ну сколько можно мусолить одно и то же?..

- Зачем ты тогда приехала? Сказала бы нет. Соврала бы, что занята.

Меня передернуло. Он прекрасно знал, что я не могу сказать ему нет, но ему нравилось каждый раз убеждаться в своей власти надо мной…

- Ладно-ладно, успокойся, - примирительно сказал Стас и неловко попытался меня приобнять.

Пожалел! Он меня пожалел! А вот это зря… У меня аллергия на чужую жалость.

- Ты знаешь, что я не умею тебе отказывать, и каждый раз спрашиваешь, почему я не сказала нет! Что за садизм такой? Стас, ты напоминаешь ребенка, поймавшего муху в спичечный коробок. И вот теперь ты играешься с этим коробком, трясешь его, слушаешь, проверяешь: жужжит? шевелится? Я жужжу, Стас, жужжу пока. Но я устала. Мне тесно, скучно, мало воздуха, и вообще, знаешь ли, плохо жить в будущем гробике и знать, что от меня ничего не зависит. А ты, такой благородный, ласково спрашиваешь: «А что же ты не улета-а-аешь?» И вежливо ответа ждешь. А я тебе из спичечного коробка жужжу, дожужжаться не могу: «Да выпусти меня, живодер! Открой коробок!»

- Да не бросай ты так резко сцепление, когда скорости переключаешь, - строго перебил меня Стас.

Я недавно получила права и сейчас активно нарабатывала себе водительский стаж, а Стас более чем комфортно чувствовал себя в роли инструктора.

- Это все, что ты можешь сказать в ответ на мою пламенную речь? - ледяным тоном осведомилась я, выезжая на городскую трассу. Перекресток, на котором нужно будет принимать решение, неумолимо приближался.

- Ну что ты злишься? Я же тебя не держу, - ласково доложил Стас. - И ничего тебе не обещал.

- А я ничего и не просила, если помнишь. Моя первая просьба за год наших отношений - оставить меня в покое.

- Целый год тебя устраивало полное отсутствие обязательств, а потом вдруг - бах! - и не устраивает. Представь себе, я оказался к этому не готов. Я был уверен, что у нас все хорошо.

- А у нас все хорошо, Стас. Просто есть проблема. Она в отношении каждого из нас к нашим отношениям, прости за каламбур. Ты смакуешь свою жизнь, а я свою - гублю. У тебя жена, ребенок, работа, любовница - полный комплект. Именно в этой последовательности. А я начала с конца. С тебя, с любовника. При таком старте значительно затрудняется вероятность приобретения первых трех пунктов. Я это поняла не сразу, через год, но поняла. И теперь пытаюсь выбраться из этой твоей любви, как из спичечного коробка. Но без твоей помощи мне не справиться с этим пленом. Все было замечательно, я ни о чем не жалею. Стас, ты - лучший для меня, был, есть и, возможно, будешь, но ты ничего не обещал. А мне 25 лет, и уже хочется найти того, кто пообещает хоть что-нибудь. Но пока ты будешь обрывать мой телефон и заезжать вечером ко мне домой на часок, я буду одна. Все ночи, все выходные, все праздники, все отпуска я буду одна! Ты же у нас прекрасный семьянин!

***

- Хорошо, я понял. Но сейчас, сегодня… Я не могу просто выйти из машины и уйти. Юленька… Ты могла сказать все это по телефону, но ты приехала. Я вижу тебя, я чувствую твой запах - от тебя опять пахнет медом. Я могу трогать твое тело… Я умоляю тебя, только сегодня, в последний раз, поехали к тебе.

- Стас, ты слушал меня? Ты слышал меня?

- Да, - он устало потер переносицу указательным пальцем.

Обычно в наших отношениях этот жест означал, что у него неприятности, о которых он не может мне рассказать. Неужели я достучалась до него, и он действительно меня понял, проникся и осознал? Если так, надо укрепить эффект.

- Стас, я чувствую себя пятым пальцем.

- Что? - он посмотрел на меня внимательно и обеспокоенно, как врач смотрит на пациента, больного неизвестной заразой.

- Ты никогда не обращал внимания, что у всех мультяшных героев на руках по четыре пальца? Представляешь, мультипликаторы, не сговариваясь, рисуют своим героям именно четыре пальца. Знаешь почему? Потому что пять пальцев визуально не воспринимаются, зрителю начинает казаться, что с пальцами на руках перебор, а вот четыре смотрятся в самый раз. Вот такой парадокс. Обман зрения. Я - твой пятый палец, Стас. Я есть, а смотрится лучше, когда меня нет. В твоей жизни я теоретически существую, но лучше меня не прорисовывать. Ну по будням вечерком после работы можно еще нарисовать, пунктирчиком, и то лучше тоненько-тоненько, чтобы можно было легко стереть одним звонком твоей жены, плачущей о прокисшей солянке.

- Опять ты…

***

Никогда не забуду тот день. Мы договорились вместе переночевать, а это было целое событие, так как Стас все выходные и все ночи как примерный семьянин проводил дома. Мы выбрали день, продумали все до мелочей, и я целых две недели жила предвкушением его «местной командировки», выдуманной для его жены. Он пришел ко мне с чемоданом, в который были заботливо уложены две наглаженные сорочки, на случай если командировка затянется. Там же стояла пластиковая баночка с котлетами. Стас - очень обеспеченный человек, он может питаться в лучших ресторанах, но котлеты - ее коронное блюдо, и она решила в командировке вкусно напоминать о доме.

Мы сидели в горячей ванне, пили ледяное шампанское и целовались. Впереди была наша ночь. А потом по нелепым законам плохого кино позвонила его жена и истерически стала рыдать в фонящую трубку, что у нее прокисла солянка, на которую завтра к ней придут подруги. Он вылез из горячей ванны и стал ходить по коридору, мокрый, голый, и успокаивал ее нежно, как ребенка, и ласково ворковал с ней, закрывая трубку ладонью, чтобы я не слышала.

Он вернулся ко мне через двадцать минут, сел в остывшую ванну, залпом допил уже теплое шампанское, начал неистово целовать меня, просить прощения и признаваться в любви. Потом замолчал. Вылез из ванной, надел одну из наглаженных женой сорочек и ушел, чмокнув меня в щеку со словами: «Извини, я не могу. У нее там истерика».

***

Он ушел. А я впервые задумалась о том, что выросла из этих отношений, мне в них уже тесно, а подгонять их под меня Стас никогда не согласится, потому что ему они в самый раз.

- Хм, у нее были проблемы... Еще бы! Прокисшая солянка кого хочешь доведет до нервного срыва… - я не хотела этого говорить, я даже так не думала.

- Послушай, - резко и твердо произнес Стас, - ты никогда не услышишь от меня ничего плохого о моей жене. Я никогда не буду дружить с тобой против нее, слышишь? У меня прекрасная жена. Ты знала это с самого начала, и тебя устраивало полное отсутствие обязательств. А теперь ты упрекаешь меня за это. Тебя не устраивают больше наши встречи? Хорошо, я понял. Я не буду больше звонить… Смотри, как все символично. Ты приехала за мной на кладбище, чтобы похоронить наши отношения… Плавнее, Юля, плавнее отпускай сцепление.

- Хорошо. Спасибо, - я рассеянно кивнула.

Все идет по плану. Только бы не зареветь сейчас. Только бы не зареветь…

- Юля, - Стас заговорил официальным тоном, и это означало, что он очень нервничает. - Ты одна из самых удивительных женщин, которых я встречал и с которыми встречался. Но у тебя есть проблема. Как бы это сформулировать… Помнишь, мы ездили в пансионат, на Волгу? Ты там еще приболела, помнишь? Так вот, утром ты встала пить лекарства. Я тогда тоже проснулся и наблюдал за тобой. Ты выпила четыре разные таблетки, включая анальгин, но прежде чем это сделать, ты прочитала полностью инструкцию к каждому лекарству, даже к анальгину. И, глотая таблетку, ты уже точно знала, для чего она, какое будет иметь действие и какие возможны побочные эффекты. Вот так ты и живешь. У тебя на все есть своя инструкция. Даже на любовника. Ты знаешь, каким он должен быть, для чего он, какие действия он должен делать и какие побочные эффекты имеют такие отношения… Я - твое лекарство от одиночества. Это основное мое действие, ну а то, о чем ты говорила, побочные эффекты. И я теперь не понимаю одного: ты же прочла мою инструкцию, ты же знала, что они возможны. Почему же ты оказалась к ним не готова?

***

Я промолчала. «У меня прекрасная жена», - эта фраза раздирала меня изнутри своей лаконичностью, простотой и правдивостью. Спасибо тебе, Стас, за нее. Если бы не было этой фразы, я бы, наверное, сорвалась, не выдержала и дала себе время еще побыть с тобой. И увязла бы еще сильнее в этих отношениях, и потом было бы еще больнее…

- Высади меня у какого-нибудь бара, - Стас правильно истолковал мое молчание. - Я самозабвенно напьюсь. Домой приду под утро, и моя жена уложит меня в нашу постель и будет думать, что я так близко к сердцу принял ссору с ней и нажрался от переживаний. И ей это даже польстит. Высади меня где-нибудь у бара…

Дальше мы ехали молча. Я притормозила у одинокого домика с яркими разноцветными фонариками. На втором этаже там располагался маленький уютный бар.

***

Мы молча сидели в машине и молча прощались. Вот он перекресток, на котором надо принимать решение. Дальше нам не по пути. Стаса ждут виски безо льда, пьяные откровения и тяжелый сон в семейном ложе, а меня - дорога домой, пустая квартирка и поиски человека, который наполнит мою жизнь новым смыслом.

- Ну, скажи мне что-нибудь на прощание, - не выдержала я.

Стас вздрогнул, словно мое присутствие рядом было для него неожиданностью, потом обернулся ко мне и взял мое лицо в свои ладони. Потянулся поцеловать, но остановился. Просто смотрел на меня, и в этом взгляде было все, что он мог и хотел сказать: любовь, благодарность, печаль, понимание, прощение и прощание. И я неожиданно для себя улыбнулась.

Я поняла. Как у природы нет плохой погоды, так и у отношений нет побочных эффектов. Там, в небесной канцелярии, кому-то очень мудрому видней, что для каждого из нас лучше сегодня: какая погода, какой человек… И бесполезны всякие прогнозы, и не нужны нелепые инструкции. Надо просто жить и учиться благодарно принимать все, что происходит в жизни: и расставания с каждым следующим человеком, и грязно-серые осенние сумерки. Ведь на смену им обязательно придет новый, любимый и единственный, человек, а на небе обязательно взойдет лохматое оранжевое солнце.

Он улыбнулся в ответ своей неповторимой улыбкой и, заботливо баюкая мое лицо в лодочках своих ладоней, тихо попросил:

- Не бросай так резко сцепление…

Юлия МАЛИКОВА,
г. Оренбург.

Уважаемого Николая Васильевича Буравова поздравляем с днем рождения!

Пусть в этот праздник будут рядом с Вами
Все те, с кем жизнь приятней и теплей,
И добрыми, душевными словами
Украсят Ваш прекрасный юбилей!
Ведь 35 - пора больших свершений...
Пусть вдохновенье, и души полет,
И много светлых, радостных мгновений
Вам каждый новый день преподнесет!

Коллектив ГБУСО «КЦСОН» Северного округа г. Оренбурга.

Нашу любимую Татьяну Дмитриевну Девлешову поздравляем с днем рождения!

Сестренка, милая ты наша,
Поздравить мы хотим тебя
И пожелать тебе, родная,
Всех самых лучших благ без края!
Ведь ты красива, и умна,
И обаятельно мила.
Своей улыбкой даришь свет...
Живи, сестренка, до ста лет!

Сестры, с. Мустаево.

Нашего дорогого Галима Халимовича Сайфутдинова поздравляем с днем рождения!

Как здорово тебя нам поздравлять,
Хорошего и самого родного,
Здоровья и любви тебе желать...
И удовольствия от жизни много-много!
Пусть день рожденья твой удачу принесет,
Наполнит радостью сегодня все мгновенья.
Пускай тебе во всем всегда везет
И ежедневно будет праздник настроенья!

Дети, внуки, с. Зубочистка Вторая.

Дорогого, любимого Ильфата Рифатовича Муканаева поздравляем с юбилеем!

Желаем счастья и здоровья,
В делах - успеха и везенья.
Пусть дома ждут всегда с любовью...
И позитива в настроеньи!
Достаток будет пусть достойным,
Тоски и скуки ты не знай.
В часы сомнений будь спокойным,
С улыбкой новый день встречай!

Мама, папа, Лилечка, д. Сагит, т. Марина, т. Зоя, с. Чесноковка.

Уважаемую Анну Владимировну Безымянную поздравляем с днем рождения!

Ароматами бархатных роз,
Каждым светлым, чудесным мгновеньем,
Исполнением радужных грез
Будет радовать пусть день рожденья!
Нежных, искренних слов теплота
Пусть согреет волшебным дыханьем,
Чтоб в душе было счастье всегда
И сбывались любые желанья!

Администрация и коллектив ГБУСО «КЦСОН» Северного округа г. Оренбурга.

Любимую Насиму Равгатовну Мансурову поздравляем с днем рождения!

Расцветает пусть в день рождения
Дом букетами цветов,
Станет светлым настроение
От сердечных, добрых слов!
Пусть душа поверит в чудо,
Сбудутся желанья вновь,
А в счастливом сердце будут
Нежность, радость и любовь!

Муж, дети, внуки, с. Чесноковка.

Дорогого Набиуллу Латыфовича Мансурова поздравляем с юбилеем!

Девяносто добрых лет твоих,
Лет счастливых, неземных...
Поздравляем с этим юбилеем,
За тебя душой всегда болеем!
Здоровья пожелаем мы тебе как сталь,
Пусть прошлого не будет тебе жаль.
Впереди тебя еще сюрпризы ждут,
Пусть в этот день они же двери распахнут!

С любовью, дети, внуки, правнуки и большая родня.

Дорогого, любимого Евгения Павловича Назина поздравляем с 25-летием!

Юности прекрасная пора
Шлет привет и очарование,
Мы тебе желаем лишь добра
И купаться в лучиках внимания!
Двадцать пять - еще все впереди:
И любовь, и жизнь, и все стремления...
Пусть же исполняются заветные мечты
В светлый праздник твоего рождения!

Папа, мама, бабуля, д. Юра, х. Степановский.

Дорогую, любимую Татьяну Владимировну Панурову поздравляем с днем рождения!

Желаем счастья тебе и добра,
Много нежности, ласки, любви,
Пусть судьба будет очень щедра,
Исполняя желанья твои!
Пусть сюрпризы приятные ждут
В череде замечательных дней...
Только радостных, светлых минут,
Только искренних, верных друзей!

С любовью, все мы, кто тебя любит.

Орвис Рино: бережное лечение насморка по выгодной цене

Орвис Рино (таблетки и капли для приема внутрь) от компании Эвалар - 100 % натуральное[1] лекарство для лечения острого и хронического насморка.

- Уменьшает отек и способствует более легкому отхождению слизи при насморке
- Оказывает противовоспалительное и противовирусное действие
- Снижает риск возникновения осложнений, таких как гайморит

Для взрослых и детей с 2-х лет[2].

НА 90 % ВЫГОДНЕЕ ПО ЦЕНЕ![3]

Таблетки **Капли** для приема внутрь

ОРВИС – все, что нужно от ОРВИ и гриппа!

Температура?	Вирус?	Кашель?	Насморк?
Орвис Флю	Орвис Иммуно	Орвис Бронхо Амброксол Орвис Бронхо Тимьян	Орвис Рино Таблетки Капли для приема внутрь

Эвалар – здоровье, доступное каждому!

www.evalar.ru 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный) apteka.ru **8-800-700-8888** (для заказа)

Спрашивайте во всех аптеках, а также: Данафарм: 55-77-76; **Оренлек:** 780-780, 8-800-700-57-80

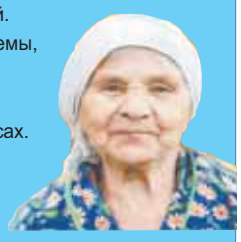
[1] В отношении растительных экстрактов, входящих в состав препаратов. [2]Капли Орвис Рино. Таблетки Орвис Рино – для взрослых и детей с 6 лет.
[3]По данным аналитически-статистического розничного аудита фармацевтического рынка, проводимого ООО «Проксима Рисерч», за апрель 2019 года средневзвешенная розничная цена по сравнению с аналогом. Аналог для сравнения выбран по дозировкам, действующим веществам, форме выпуска.
659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760. Реклама

ГАРАНТИЯ GMP КАЧЕСТВА

Эвалар

[4] ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

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.

8-903-434-20-78

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

Спрашивайте газету «Оренбургская сударыня» в магазинах «Магнит»

НАТЯЖНЫЕ
ПОТОЛКИ
НЕДОРОГО
8-902-365-12-13

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ОБОГРЕВАТЕЛЬ С ЭФФЕКТОМ ГОРЯЧЕГО КИРПИЧА

Современный вариант русской печи от завода «ТеплЭко»

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

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

Речь идет об экономичном обогревателе **«ТеплЭко»**, который сочетает в себе 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 10 декабря всего
~~3900 р.~~ 2400 р.

НАДЕЖНОСТЬ! Пожизненная гарантия*

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.

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.

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.

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. Пожизненная гарантия*.

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

*Срок эксплуатации - 10 лет.

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 22 000 экз. Заказ №47/339.
Время подписания в печать по графику - 25 ноября в 23.00.
Фактическое время подписания в печать - 25 ноября в 23.00.