13 (1291) 07.04.2020

ОРЕНБУРГСКАЯ
Сударыня
ЖЕНЩИНА, СЕМЬЯ, МАТЕРИНСТВО, ДЕТСТВО

стр. 2

Поклонимся героям-медикам

Продолжается подписка на газету
«ОРЕНБУРГСКАЯ СУДАРЫНЯ»
на II полугодие 2020 года
Оставайтесь с нами! Т. (3532) 77-30-87.

Веселый и добрый ответ злому вирусу

стр. 4

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Герои нашего времени – в белых халатах

В Оренбурге три медицинских работника, которые выезжают на предварительные случаи коронавируса, теперь живут прямо на работе. Такое решение медики приняли сами.

Бригада в составе Вадима Сатубалдина, Ильнура Музафарова и Александра Мозгунова специально создана на станции скорой медицинской помощи Оренбурга для работы с предварительными случаями COVID-19 и теми гражданами, которые могут быть потенциальными носителями вируса. Это минимизирует риск распространения инфекции среди медицинских работников и пациентов.

Ничего выдающегося в своем поступке ребята не видят. Они считают, что всего лишь добросовестно выполняют свои обязанности.

Вадиму, Ильнуру и Александру для проживания предоставлены помещения в отдельно стоящем здании. У ребят свой вход, есть все необходимые условия для жизни. И жесточайший санитарный режим. Три фельдшера отлично уживаются.

Все ребята холостые, потому свое длительное отсутствие дома им приходится объяснять только родителям. Мамы, папы и ближайшие родственники, конечно, очень переживают за своих героев.

Вадим Сатубалдин родом из Шарлыка. Ему 29 лет, семь из них он работает в службе скорой помощи.

- За сутки мы выезжаем по 10-14 раз. При наличии симптомов коронавирусной инфекции или подтвержденном контакте с носителем вируса забираем пациента в больницу, - рассказывает Вадим.

На все вызовы фельдшеры выезжают в специальных защитных костюмах. На лице - плотная маска, на ногах - бахилы до колен. После каждого возвращения костюмы утилизируются, а машина подвергается специальной обработке.

- Заразиться, конечно, все боятся. Но панику разводить ни к чему. Достаточно соблюдать меры предосторожности, правила личной гигиены и ограничить контакты. Из ниоткуда вирус в организм не попадает, - объясняет Вадим.

В круглосуточном режиме он готов работать столько, сколько потребуется. Но искренне надеется на спад заболеваемости как в нашем регионе, так и по всей стране.

Александр Мозгунов пришел на станцию скорой помощи несколько месяцев назад. Ему 24 года. Молодой человек признается, что согласился работать в спецбригаде без особых раздумий. Друзья, знакомые и родственники не понимают, зачем нужно рисковать собственным здоровьем по доброй воле. А Саша лишь обаятельно улыбается в ответ на все вопросы со словами: «Кто-то же должен выполнять эту работу!»

Родители и брат у парня в Сорочинске. Они ежедневно справляются о состоянии его здоровья.

Фельдшер часто выезжает к горожанам, которые вернулись из поездок за границей или соседних регионов и почувствовали недомогание.

- Жалобы стандартные - высокая температура и боль в горле. Всех, кто прибыл в Оренбург из других стран и городов, мы рассматриваем как потенциальных носителей инфекции. И предпринимаем все, чтобы своевременно разобраться в ситуации, - объясняет Александр.

Ильнуру Музафарову 24 года исполнится 12 апреля. К празднику на работе молодой человек готов. Да и праздника как такового не будет. Ведь 12 апреля Ильнур заступает на сутки.

Фельдшером он работает три года. Родная сестра тоже в медицине. Она лаборант. Родители живут в селе Кульчумово Саракташского района. Мать и отец одобряют поступок сына и гордятся им, хотя очень волнуются.

- Всем необходимым нас обеспечивают. Если соблюдать установленные правила, риск заражения минимальный. Мы даже друг от друга практически изолированы, - говорит Ильнур.

Вызовов у каждого из парней очень много. Даже минутки для отдыха не выпадает. Целый день из машины не выходят. И водители вместе с ними на передовой. Они рискуют не меньше медиков и стараются максимально качественно доставлять спасителей к жертвам страшной инфекции.

С целью уменьшить нагрузку на добровольцев в белых халатах на станции скорой помощи в Оренбурге решено создать дополнительную спецбригаду. Она должна приступить к работе на этой неделе. Известно, что о своем желании войти в состав группы несколько человек уже заявили. В их числе - одна девушка.

Ирина ФООС.

СПОРТ

У «Надежды» – третье место

Оренбургская баскетбольная команда стала бронзовым призером чемпионата России 2019-2020 гг.

В связи с угрозой распространения коронавирусной инфекции исполком Российской федерации баскетбола принял решение завершить сезон в Премьер-лиге чемпионата страны, а команды классифицировать по итогам регулярного чемпионата.

Оренбургский клуб «Надежда» уступил курскому «Динамо» и екатеринбургскому «УГМК».

27 марта у «Надежды» закончился карантин после пребывания на территории иностранного государства. Две недели игроки, тренеры, медицинский состав и директор клуба находились под непрерывным медицинским контролем на самоизоляции, сдавали тесты и готовились к тренировкам. К сожалению, ситуация с коронавирусом за это время не улучшилась.

Игроки «Надежды» перешли к подготовке по индивидуальной программе в домашних условиях.

ОТКРЫТЫЙ МИР

Сыроделы осваивают иностранный опыт

Бузулукская компания учится производству сыров у технолога известной итальянской компании.

В декабре прошлого года предприятие ООО «Бузулукское молоко» освоило выпуск сыра «Моцарелла». В апреле в ассортиментную линейку планируется добавить сорта «Российский» и «Гауда». Сертификаты на их производство уже имеются.

В настоящее время специалистов обучает технолог фирмы Clever Machine. Бузулучане осваивают производство итальянских сыров длительного периода созревания «Проволоне» и «Азиаго». В случае успешного результата, который зависит от сыропригодности молока, планируется получить сертификат на эти сорта.

Сегодня проектная мощность ООО «Бузулукское молоко» по производству сыров - около двух тонн в день, но на первоначальном этапе планируют закладывать ежедневно до 600-700 кг сыров.

За январь-февраль 2020 года произведено более 70 тонн сыра.

Марина ПЕТРЕНКО.

МЕЛАТОНИН ЭВАЛАР -

самое выгодное по цене лекарство от бессонницы*

Лучше сон, лучше сновидения, лучше жизнь!

apteka.ru 8-800-700-8888 (для заказа)

Качество сна зависит от уровня мелатонина в организме. Мало кто знает, что уже с 30-летнего возраста выработка мелатонина резко уменьшается, поэтому все чаще могут возникать проблемы со сном. Если у вас бессонница, а обычные снотворные не дают результата, попробуйте **Мелатонин Эвалар.**

- Мелатонин Эвалар - самое выгодное по цене лекарство от бессонницы*.
- Содержит мелатонин, полученный из аминокислот растительного происхождения.
- Ускоряет засыпание, способствует полноценному сну и бодрому пробуждению.
- Не вызывает привыкания и зависимости.
- Адаптирует организм к смене часовых поясов и изменениям погоды.

Мелатонин Эвалар - лечение бессонницы без переплат!

ЛЕКАРСТВА ЭВАЛАР - ЗДОРОВЬЕ, ДОСТУПНОЕ КАЖДОМУ!

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

Спрашивайте во всех аптеках, а также: Данафарм: 58-20-02

GMP Гарантия качества

*За упаковку по данным ЗАО «Группа ДСМ» за август 2019 г.: средневзвешенная розничная цена за 1 таблетку ЛС «Мелатонин Эвалар» в форме таблеток №20 ниже, чем у аналогов, представленных в аналогичных формах выпуска – таблетки №20, 30, 24.
Аналоги для сравнения выбраны по действующему веществу и дозировке.
Реклама 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Прогноз погоды

	СРЕДА, 08.04	ЧЕТВЕРГ, 09.04	ПЯТНИЦА, 10.04	СУББОТА, 11.04	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 12.04	ПОНЕДЕЛЬНИК, 13.04	ВТОРНИК, 14.04
Бузулук	-3...+5	+2...+14	+2...+12	+4...+12	+2...+10	0...+7	+2...+9
Оренбург	-3...+4	+1...+13	+1...+12	+3...+13	+1...+10	+2...+9	+3...+14
Орск	+5...+2	-2...+9	+1...+11	-1...+11	-1...+12	0...+6	0...+14

Пока в рядах Российской армии не выявлено ни одного случая заражения коронавирусом.

Призыв не отменяется

Сложная эпидемиологическая ситуация в стране не повлекла за собой отмены весеннего призыва в армию. Новобранцы отправятся в войска уже 20 мая.

Обсуждение весенней кампании длилось очень долго. Практически до последнего момента. Указ о призыве на срочную военную службу был подписан президентом страны 30 марта. Работа началась 1 апреля и завершится 15 июля. С учетом сложных эпидемиологических условий прибытие призывников на сборные пункты состоится в более поздние сроки.

- Большая часть ребят будет призвана в конце мая - начале июня. Все мероприятия будут осуществляться с соблюдением особых санитарных условий, - сообщает военный комиссар Оренбургской области Андрей Буданов.

Штабом Центрального военного округа в целях недопущения распространения коронавируса среди новобранцев разработан целый комплекс профилактических мер. Например, военнослужащие по призыву и граждане, имеющие отсрочку, будут посещать сборный пункт по разным графикам. Для автотранспорта по перевозке ребят на призывные и сборные пункты предусмотрена специальная дезинфекционная обработка. Обеззараживанию подвергнутся салоны автобусов, багажные отделения и системы кондиционирования.

Все необходимые меры профилактики обещают соблюсти и на областном призывном пункте - обязательное бесконтактное измерение температуры тела на входе и обеспечение медицинскими масками членов медицинских комиссий и личного состава военкомата, наличие изолированных помещений и работа дежурных медиков. Для призывников организован отдельный медицинский пост.

Перед отправкой каждого новобранца проверят на наличие коронавируса в организме. Если тест покажет положительный результат, призывника сразу изолируют и отправят в инфекционную больницу.

Продуманы и условия передвижения призывников от места отправки до воинской части. Рюкзаки бойцов будут укомплектованы средствами для дезинфекции рук, влажными салфетками и медицинскими масками. За здоровьем команд присмотрят медики.

По прибытии к месту службы солдаты также попадут на медосмотры и двухнедельный карантин. Эта традиционная мера сохранилась еще со времен серьезных эпидемий.

- Главная задача, которая стоит перед нами, - не допустить возникновения и распространения коронавирусной инфекции среди призывников и военнослужащих, - заявляют в Военном комиссариате Оренбургской области.

Всего из нашего региона на военную службу этой весной планируется отправить около 2 000 парней. Традиционно ребята будут служить в разных уголках страны во всех родах войск.

Марина СЕНЧЕНКО.

БЕЗОПАСНОСТЬ

Степи снова горят

С начала 2020 года в Оренбургской области произошло 75 возгораний сухой растительности. За такой же период 2019 года было зафиксировано всего 15 случаев.

Одной из первых наказание за противоправные действия понесла жительница Новоорского района. Она сжигала траву в неположенном месте и привлекла внимание инспекторов, совершавших рейд. Несознательная гражданка привлечена к административной ответственности.

Пожарные напоминают о том, что нельзя сжигать сухую растительность и мусор вблизи строений и на землях общего пользования населенных пунктов. Нарушителям грозит штраф до 200 тысяч рублей.

Ангелина МАЛИНИНА.

ПРАВОСУДИЕ

За фейки – штрафы

В нашем регионе назначен первый штраф за распространение ложной информации о коронавирусной инфекции в социальных сетях.

Во время мониторинга Интернета правоохранители обнаружили публикацию с ложными сведениями о якобы зараженных директоре и продавце магазина в Абдулино. Недостоверную информацию распространила 50-летняя женщина. Она услышала, что сотрудники магазина находились на двухнедельном карантине после возвращения из-за рубежа, и решила, что они заражены COVID-19. Не проверив свои домыслы, опубликовала их в соцсети.

За злоупотребление свободой массовой информации с учетом смягчающих обстоятельств нарушительницу оштрафовали на 15 тысяч рублей. Максимальный размер штрафа по этой статье составляет 100 тысяч рублей.

Инга ПРОХОРОВА.

ОПРОС

По чьему кошельку ударил вирус?

По мнению экспертов, последствия долгого карантина могут быть опаснее самого коронавируса. Падение цен на нефть, снижение деловой активности, разорение части предприятий малого и среднего бизнеса - все это приведет к тому, что материальное благосостояние каждого гражданина страны в довольно короткий срок заметно изменится в худшую сторону. Ощутили ли вы на себе последствия нерабочих дней? Как карантин повлиял на ваши доходы? На эти вопросы мы попросили ответить наших читателей.

Сергей МИРОНОВ, массажист, г. Оренбург:
- Плюс карантина в том, что все дела на даче переделал. А вот в финансах потерял. Мой заработок - фиксированная оплата за день плюс 40 % стоимости услуг. Как будет оплачен простой, не знаю. Работодатель обещал что-то придумать. Лишился я и подработки.

Любовь ГРИНЬКО, с. Украинка Сакмарского района:
- Я на пенсии, мне волноваться за потерю дохода нечего. Да и все в селе у нас работают. Коров доить надо, за телятами ухаживать - тоже, к посевной уже готовятся. В городе дочка с зятем тоже работают, на их организации карантин не распространяется. А вот внучка переживает, что может остаться без зарплаты, так как фирма, где она работает, частная.

Ольга ЛЕНЬШИНА, специалист по реализации, г. Оренбург:
- Мне карантин помешал сделать плановую операцию в Уфе. Получается, что я даже сэкономила. А вот бюджет моих родственников сильно пострадал. Считаю, что власть должна выделить компенсацию тем, кто сидел на самоизоляции без содержания, и семьям с детьми, попавшим в трудную ситуацию.

Валентина САМСОНОВА, старший охранник, с. Бродецкое Оренбургского района:
- Мы продолжаем работать. Приходится оставлять четверых детей без присмотра, чтобы зарабатывать деньги. Но я и этому рада, так как многие мои знакомые остались без работы. Рынок «Локомотив» закрыли, и моя сестра, многодетная мать, в одиночку воспитывающая детей, сидит без денег. Я чем могу помогаю ей, а поддержки от государства никакой.

Ольга ОСИПОВА, машинист, г. Оренбург:
- Оренбургский локомотиворемонтный завод работает без перерыва. Зарплату нам в связи с карантином не изменили. Все как обычно. Только пенсионеров старше 60 лет отправили по домам. Они, конечно, потеряют в доходах. Муж работает в компании «АСБ-Сервис». Все сотрудники этой организации на самоизоляции. Что будет с зарплатой, пока не знаем.

Татьяна ДРАНКИНА, специалист соцслужбы, с. Александровка:
- Мы работаем. Назначаем и выплачиваем пособия. Люди ведь страдать не должны. Пожилым можно самоизоляцию и продлить, им, слава богу, пенсию платят. А вот молодежи надо работать. И вообще от властей хочется больше информации. Например, зачем по улице в масках ходить, почему в аптеках цены подскочили на лекарства?

Людмила САРСЕНБАЕВА, домохозяйка, г. Новотроицк:
- В нашей семье работает только супруг. Металлургический комбинат «Уральская Сталь» не остановился, потому зарплата, наверно, не изменится. Мы с детьми находимся на самоизоляции, пытаемся освоить дистанционное обучение. Знакомые с пониманием относятся к ситуации с карантином. Все готовы потерпеть.

Виталий БОРЦОВ, полиграфолог, г. Оренбург:
- Я остался без доходов. Но мы все сплотились перед надвигающейся опасностью. Большинство людей продемонстрировали лучшие качества - готовность помочь пожилым, врачам и т. д. Вместе с тем эти события обнажили проблему несправедливого распределения материальных ресурсов. Пока не слышал, что кто-то сочувствует семье богатого человека, скончавшегося в Бузулуке. Вот это, на мой взгляд, самое страшное.

Подготовила Ксения КОРНИЛОВА.

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Безвозмездно, то есть даром

Жительница поселка Новосергиевка Светлана Абдразакова в период эпидемии переквалифицировалась из мастера перманентного макияжа в швею. По просьбе сельчан она шьет защитные маски и не берет за свою работу ни копейки.

За один день Светлана успевает сшить до пятидесяти масок. Цветная ткань - ее веселый ответ коронавирусной панике!

Сначала Светлана решила защитить от вируса себя, двух своих малышей и родителей, которые в силу возраста входят в группу риска. Достала мамину швейную машинку. За основу взяла выкройку, по которой шили маски в Советском Союзе. Немного усовершенствовала модель, изучив советы профессионалов в Интернете.

Размер маски от Светланы стандартный - 15х20 см. Ткань плотно прилегает к лицу за счет складок, по бокам - завязочки.

Два слоя материала - уже неплохая защита. Но для тех, кто испытывает повышенную настороженность, Светлана предусмотрела наружный кармашек, куда можно вкладывать дополнительный сменный «фильтр» в виде влажной салфетки.

Марлю мастер не использует, потому что ее просто нет в продаже. В дело пошел отрез, купленный когда-то для пошива постельного белья. Красиво и стильно получилось. Фотографии первых моделей Светлана разместила на своей страничке в социальной сети. И сообщила, что всем нуждающимся готова сшить маски бесплатно.

- Время сейчас сложное, деньги не у всех есть, а защищенным себя хочется каждому чувствовать. Вот я и решила помочь землякам пережить эпидемию, - объясняет свой душевный порыв молодая мама.

Тканевые маски можно использовать многократно. Они легко стираются и хорошо гладятся. Самое главное - в них легко дышится.

Сначала заказы начали по одному-два поступать. От друзей, знакомых, соседей. Потом и учреждения стали обращаться. В числе клиентов Светланы Абдразаковой - коллектив вневедомственной охраны, сотрудники местного отделения Пенсионного фонда, работники «Россельхозбанка». Счет готовых изделий уже перешел на десятки. Но денег Светлана по-прежнему не берет ни с кого. Считает, что нечестно менять правила по ходу работы.

- Я отказываюсь даже от символической платы. Заказчики, конечно, все равно отблагодарить стараются. Кто шоколадкой, кто конфетами. Так и работаем, - рассказывает Света.

Разумеется, заниматься благотворительностью молодой маме, которая находится в отпуске по уходу за четырехмесячным ребенком, непросто. Постельный отрез уже давно закончился, а на новую ткань денег нет. Потому Светлана обратилась к землякам с просьбой. «Если есть возможность - поделитесь тканью для пошива масок», - опубликовала она на своей страничке в соцсети. И новосергиевцы откликнулись. Одни приносят куски ткани, другие - новыми простынями жертвуют. А третьи последовали примеру неравнодушной женщины и тоже за пошив принялись.

Вот только с новой сложностью мастерицы столкнулись - из магазинов исчезла резинка, которая используется в качестве «ушек» на маске.

- Голь на выдумку хитра. Придумаем что-нибудь, - смеется Светлана.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

ИНИЦИАТИВА

Духовный центр – своими руками

Жители села Барабановка организовали православный приход и открыли молельный дом. Православная жизнь в селе возродилась после десятков лет разрухи и забвения.

Храм Казанской Божией Матери, построенный еще в 1856 году, вместе с двумя церковно-приходскими школами и библиотекой был безжалостно разорен в 1931 году. Иконы, утварь - все исчезло. В опустевшем здании сначала школу-восьмилетку открыли, потом правление колхоза в нем разместилось. Почти 90 лет о церковной жизни сельчанам напоминал только чудом уцелевший колокольчик из храма. Он и теперь звенит в местной школе при отсутствии электричества и используется на различных мероприятиях.

Духовная жизнь в Барабановке начала возрождаться после визита в село правящего архиерея. Митрополит Вениамин осенью 2018 года проводил богослужение в местном клубе, был удивлен большому количеству верующих в селе и дал свое благословение на открытие молитвенного дома.

Жители Барабановки воодушевились. Провели собрание, выбрали актив и начали собирать деньги на покупку здания. Все понимали, что возвести храм с нуля небогатому сельскому населению не по силам.

- Мы ходили по домам, по районным учреждениям и организациям с протянутой рукой. Сбор денег - большое и трудное дело. Выделяли со своих пенсий по тысяче рублей, жертвовали кто сколько мог. Так в складчину и купили домик за 250 тысяч рублей, - рассказывает казначей приходского совета Антонина Ларькина.

Сделка состоялась в декабре прошлого года. Хозяйка отдала ключи православным активистам и согласилась подождать окончательной оплаты. Полный расчет свершился совсем недавно.

Домик оказался уютным и функциональным. Помимо молельной комнаты в нем нашлось место для свечной лавки и подсобки. Веранда стала пунктом взаимопомощи. Жители села оставляют там свои вещи для передачи нуждающимся. Не залеживается ничего - ни одежда, ни обувь, ни предметы быта.

Новая церковь названа в честь иконы Божией Матери «Знамение». Неравнодушные сельчане продолжают приносить иконы, мебель, ковры…

Обустройством престола занялся настоятель храма Сергия Радонежского в Новосергиевке иерей Алексей Долгалев.

Под его руководством и богослужения проводятся в соответствии с церковным календарем. Два раза в месяц батюшка сам приезжает в Барабановку, проводит службы и совершает церковные таинства.

В настоящее время в Барабановке проживают почти 700 человек. Пока всех желающих посещать богослужения молельный дом вмещает.

У возрождающегося сельского прихода еще много потребностей. С Божьей помощью активисты надеются все их разрешить.

- Недавно от односельчан поступил запрос на проведение обряда крещения не только для младенцев, но и для взрослых. После Пасхи постараемся организовать это мероприятие. Вот только собственной купели у нас пока нет. Придется позаимствовать в новосергиевском храме, - рассказывает член приходского совета Ольга Студенихина.

Аля ВИКТОРОВА.

АКЦИЯ

Доброта не уходит на карантин!

Совет женщин Октябрьского района совместно со специалистами социальной защиты помогли многодетной семье.

Акция «Помоги большой семье» проводится в Октябрьском районе уже несколько лет. Мероприятия по предотвращению распространения коронавируса не стали препятствием для ее проведения и в этом году. В первых числах апреля председатель женсовета Яна Трофимова навестила семью Жилиных, в которой воспитываются семь детей.

Многодетная мама была очень рада одежде и обуви для своих ребятишек, а дети остались в восторге от сладостей и игрушек.

- Я возглавляю Совет женщин Октябрьского района уже восемь лет. И все эти годы стараюсь вносить свой посильный вклад в добрые дела. Единомышленников в общественной организации у меня много. В основном мы реализуем интересные экологические проекты. Но и поддержать людей в трудных жизненных ситуациях всегда готовы, - говорит Яна Трофимова.

Всего в Октябрьском районе проживают восемь семей, в которых воспитываются больше шести ребятишек. Все они с радостью принимают любую помощь. Оказать ее может каждый. Для этого достаточно принести в Центр социального обслуживания населения одежду и обувь в хорошем состоянии, игрушки, продукты, предметы быта.

- И свои шкафы освободите, и людей порадуете, - обращается к землякам Яна Юрьевна.

Инга ПРОХОРОВА.

«Не лечите вирус алкоголем!»

Инфекция стремительно распространяется по планете. Еще стремительнее распространяются слухи о ней. Тысячи источников, миллионы высказываний… Разобраться в столь агрессивном потоке информации обычному человеку крайне сложно. Кому верить? Кого игнорировать? Наша редакция изучила сотни научных публикаций, прежде чем предложить вам, уважаемые читатели, интервью с профессором кафедры микробиологии Санкт-Петербургского государственного университета Алексеем Потехиным. С полной версией можно ознакомиться на сайте reminder.media.ru. Это онлайн-журнал, исследующий важные темы, касающиеся здоровья и саморазвития.

Алексей Потехин: «Сейчас обо всем, что мы делаем, нужно думать с точки зрения того, не помогаем ли мы нашими поступками распространению вируса».

- Еще несколько дней назад многие спорили, какая стратегия для борьбы с новым коронавирусом лучше - китайская или британская. Китайская - это жесткий карантин, а британская - это карантин только для стариков, остальные придерживаются обычного образа жизни, чтобы заболеть и получить иммунитет. Сейчас уже нет поводов для споров?

- Мне кажется, чем дальше развивается ситуация, тем более очевиден ответ. В краткосрочной перспективе побеждает «китайская» модель. Уже известно, что в Великобритании пересмотрели концепцию и также вводят все более жесткий карантин. Довольно мягкая модель реализуется пока в Швеции. Но, боюсь, без жестких карантинов не обойтись никому. Они помогают добиться двух целей, которые наиболее актуальны сегодня: разорвать цепочки распространения вируса, вовремя выявить и изолировать людей, которых поразили штаммы вируса, дающие тяжелую симптоматику. Таких пациентов трудно пропустить, их изоляция и лечение позволяют вывести из игры самые опасные варианты вируса. В итоге пропорция смещается в сторону штаммов, дающих слабую или вообще бессимптомную инфекцию. Затем, когда таких штаммов станет большинство, автоматически возобладает «британский» подход - пусть ими переболеет большинство людей, это приведет к созданию так называемого коллективного иммунитета. Когда в популяции переболело 60-70 % людей, передача вируса существенно замедляется, у него просто не остается достаточного числа доступных жертв.

- Как такой вирус мог появиться? И можно ли было это предотвратить?

- Предотвратить появление новых вирусов, приходящих к человеку из природы, от других животных, невозможно. Это всегда происходило и всегда будет происходить. Так человек получил, например, вирус иммунодефицита, вирус Эбола, вирусы гриппа и все три коронавируса, вызвавших вспышки заболеваний в последние двадцать лет. Это естественный ход событий - вирусы, мутируя, приобретают способность перескочить через «видовой барьер», поразить другой вид животных и при случае инфицировать нового хозяина. Случаи для таких заражений предоставляются нечасто, потому что многие животные никогда не контактируют в дикой природе. А на китайском рынке такой контакт становится возможным, когда совершенно разные животные содержатся практически в общих клетках, где вирусы могут передаваться и воздушно-капельным, и орально-фекальным путем, и через кровь при убое. Наверно, теперь в Китае пересмотрят организацию таких рынков.

Достоверно известно, что исконными хозяевами коронавирусов являются летучие мыши. Но на пути вируса от летучей мыши к человеку были, вероятно, и промежуточные хозяева, в частности, вероятными кандидатами на эту роль являются степные ящерицы - панголины. У них обнаружены коронавирусы, очень похожие на промежуточные формы между вирусами летучих мышей и тем, что поражает нас сейчас.

- В России пока выявлено сравнительно мало случаев заражения. Это результат недостаточного тестирования? Или в наших условиях вирус просто хуже распространяется?

- Как показывает практика, вирус везде распространяется примерно одинаково, и во всех странах график роста числа заражений имеет схожую форму. В России вирус появился относительно поздно, нам его «привезли» из-за границы не сразу, поэтому мы, как и большинство стран в мире, находимся в самом начале развития эпидемии. Что касается тестирования, то оно до сих пор, действительно, не отработано в смысле достоверности, причем, кажется, нигде в мире, и дает и много ложноотрицательных, и много ложноположительных результатов. Конечно, имеет место недооценка числа инфицированных, так как многих бессимптомных вирусоносителей просто не проверяют, да и люди со слабыми симптомами ОРВИ не обращаются к врачам. Это не плохо, так как популяция потихоньку накапливает тот самый коллективный иммунитет. Чем длительнее эпидемия, тем точнее становятся системы обнаружения вируса.

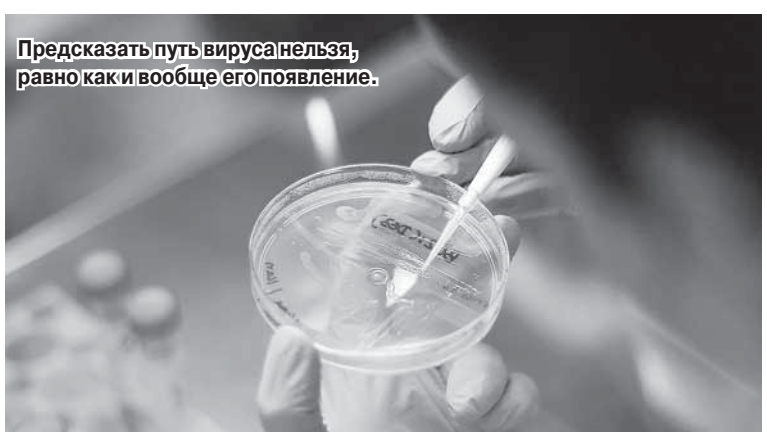
- Все очень ждут вакцину. Каковы шансы, что она действительно появится?

- Нет никаких оснований думать, что вакцину от коронавируса не удастся разработать. Этот вирус вызывает мощный иммунный ответ, то есть он имеет хорошие антигенные детерминанты - молекулы, на которые наша иммунная система вырабатывает антитела. Пока нет данных, что он как-то подавляет иммунную систему или обманывает ее так, как это умеет делать, например, ВИЧ. И наконец, биология коронавирусов такова, что для них не характерна особо высокая изменчивость.

А если нет скачкообразных изменений, то уже приобретенный иммунитет, в том числе, после вакцинации, оказывается достаточно эффективным.

- Как думаете, когда настанет пик эпидемии в России? Пойдет ли все на спад к лету? Превратится ли новый коронавирус в сезонное заболевание?

- Начну с вопроса о сезонности. Пока нет оснований утверждать, что для нового коронавируса будет характерна сезонность. Как мы видим, эпидемия разворачивается и в Бразилии, где сейчас лето, и в Индии и Пакистане, где весной очень жарко, и в Мексике, где тоже жарко и всегда очень жесткий ультрафиолет. Но сезонность характерна для многих инфекций, потому что наиболее часто они поражают человека во второй половине зимы и начале весны, когда организм наиболее ослаблен. Когда человечество приобретет коллективный иммунитет к текущему коронавирусу, он, вероятно, пополнит группу вирусов, которые вызывают ОРВИ. Возможно, через несколько лет все забудут про коронавирус как таковой и просто будут болеть еще одной вирусной простудой. Пока у нас в России эпидемия по-настоящему не началась. В Китае при очень жестких мерах на стабилизацию ситуации ушло около трех с половиной месяцев. При соблюдении рекомендаций эпидемиологов, с учетом опыта стран, раньше нас столкнувшихся с коронавирусной эпидемией, у нас где-то к середине лета может пойти на спад. Но для этого каждый из нас должен проявить ответственность - нельзя позволить инфекции распространиться лавинообразно. Сейчас действительно необходимо снизить социальную активность, уменьшить общение с другими людьми, ни в коем случае не выходить из дома нездоровым или после контакта с заболевшим человеком. Нужно тщательно соблюдать правила гигиены. Возможная цена нашей безответственности - чья-то жизнь.



Предсказать путь вируса нельзя, равно как и вообще его появление.

- Периодически появляются сообщения, что лекарства от тех или иных вирусов помогают и от нового коронавируса. Может ли это быть правдой?

- Это была бы абсолютная случайность, так как вообще для большинства вирусов такие препараты отсутствуют. Нащупать ахиллесову пяту у вирусов очень непросто, а их механизмы изменчивости позволяют им очень быстро ускользнуть от действия даже хорошо подобранного лекарства, и оно очень быстро оказывается неэффективным. Например, двадцать лет назад грипп хорошо лечили с помощью ремантадина. Но вирус мутировал, и сейчас ремантадин практически бесполезен при гриппе - у вирусов не осталось той молекулы-мишени, с которой взаимодействовал препарат. Было бы очень большой, практически фантастической удачей найти сейчас какой-то препарат, который оказывал бы направленное действие на коронавирус. Этого нельзя исключать, но это маловероятно.

- Сейчас все стали экспертами-вирусологами, и со всех сторон встречаются самые разные мнения. Какие распространенные мифы вы слышали?

- Комментировать можно многое. Например, многие почему-то думают, что этот вирус вообще не опасен. Боюсь, что тут жизнь сама разъяснит им, опасен вирус или нет, и достаточно скоро, потому что любая инфекционная болезнь собирает свой урожай смертей.

Очень много разговоров о том, что это «боевой» вирус, который был создан в лаборатории и как-то оттуда ускользнул. Не вдаваясь в биологические подробности, скажу следующее. Во-первых, никакие враждебные силы не будут создавать дорогостоящее биологическое оружие, убивающее в основном стариков старше 75 лет. Во-вторых, уже доказано, что вирус имеет природное происхождение. Мутации, которые в нем происходят, резко увеличивают его сходство с рецепторами на клетках человека. Такие мутации нельзя предсказать, а значит, нельзя сделать под заказ.

Есть опасения, что распространению вируса может помочь пыль, которой весной всегда много в наших городах. Они беспочвенны, потому что для вирусов пыль не является привлекательным субстратом, они предпочитают гладкие поверхности. Пыль не переносит вирусы.

Наконец, многие собираются лечиться в соответствии с национальной традицией, употребляя крепкие спиртные напитки. Водка никак не повлияет на коронавирус в организме и к тому же ослабит иммунную систему. Как шутят врачи, водка имеет лишь один выраженный противовирусный эффект - ею можно протирать руки и поверхности. Но антисептик дешевле.

- Какие уроки человечеству важно вынести на будущее из всей этой ситуации?

- Во-первых, человечество вспомнило о простых правилах гигиены. Например, о важности мытья рук. Вы не представляете, как резко сейчас во всем мире пойдет на спад заболеваемость многими инфекционными болезнями просто потому, что люди начали мыть руки. Во-вторых, теперь никто не будет думать, что разговоры о появлении новых грозных вирусов из природы - это мистификации крупнейших фармацевтических компаний, а на самом деле такого не происходит. Происходит, как видим. В-третьих, я очень рад, что коронавирус пошатнул позиции антипрививочников - их вообще не слышно. Думаю, сейчас они первыми встали бы в очередь на прививку от коронавируса. Вакцины - величайшее достижение прогресса, о чем человечество как-то подзабыло. А природа ему напомнила.

Кроме того, человечество, возможно, вновь станет ценить фундаментальные научные исследования. Если бы ученые много лет не занимались исследованиями коронавирусов летучих мышей и других животных, хотя эти вирусы никого особенно, кроме них, не волновали, то теперь нам бы пришлось собирать информацию о новых коронавирусах человека с нуля. А это - время, которое измеряется в жизнях людей.

Записала Инна ГЕРМАН.

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

«А родине моей – процветания!»

Нина Евсеевна Киселева - ветеран труда, почетный гражданин Тюльганского района, отличник просвещения. Когда началась Великая Отечественная война, ей было шесть лет.

Более 30 лет Нина Киселева посвятила обучению и воспитанию городецких ребятишек. Столько же уже находится на заслуженном отдыхе.

В 1941 году семья Нины жила в Домбаровке. Тогда это был Халиловский район Чкаловской области.

- До сих пор чувствую дрожь от холода и непонятное чувство страха. И дорога… Бесконечная, неизвестно куда ведущая. Скрип колес. Плач детей… Такие воспоминания у меня о начале войне, - рассказывает Нина Евсеевна.

Отцу дали бронь как геологу-разведчику и направили открывать новое Бабаевское угольное месторождение.

На 15 подводах переезжали семьи в башкирское село Ермолаево Куюргазинского района.

До места добирались месяц. Эта дорога Нине Евсеевне и запомнилась навсегда. Взрослые все время разговаривали о событиях на фронте, потому дети были уверены, что их везут на войну.

В Ермолаево всех сначала по чужим домам расселили - на постой. Кому места не досталось, в землянках жили. Это потом уже геологам отдельное жилье построили.

- От голода нас спасали пайки, которые выдавали отцу на работе. Мне, как самой маленькой, лакомых кусочков овсяного хлеба доставалось побольше. Кроме этого, и траву ели, и жмых. Все, что более-менее съедобно было, - вспоминает Нина Евсеевна.

Она была четвертым ребенком в семье. Брат, окончив семь классов, стал работать токарем. Старшие сестры в школе учились, Нина за ними тянулась, потому уже в шесть лет в первый класс пошла. В школе ей нравилось. Вместе со всеми собирала и отправляла на фронт теплые вязаные вещи, работала на полях. Главной активисткой была. Примером не только для своих ровесников, но и для ребят постарше.

День Победы Нина Евсеевна помнит поминутно.

Был холодный день. Шел снег. Школьников вывели на главную площадь села. Там на митинге ребята и услышали по радио долгожданное известие о разгроме фашистов. Люди плакали и обнимались. Нина выступила с торжественной речью. После того как митинг закончился, ее отыскал какой-то мужчина и, поблагодарив за выступление, подарил пасхальное яйцо...

После окончания школы главная школьная активистка без сомнений поступила в Чкаловский государственный педагогический институт на факультет географии. Вместе с дипломом об окончании получила направление на должность директора в одну из школ Оренбургского района. Из-за отсутствия опыта отказалась и по распределению в августе 1956 года приехала в семилетнюю школу села Городки Троицкого (теперь Тюльганского) района.

- Во всем селе тогда было лишь два-три дома, крытых железом, остальные - под соломенными крышами. А в школе не было ни одного учителя с высшим образованием. В основном работали те, кто окончил десять классов или учительские курсы. Поэтому всем помогала с методикой преподавания, посещала уроки коллег, чтобы дать рекомендации, - рассказывает Нина Евсеевна.

Несколько лет она работала учителем географии, потом стала завучем, а с 1973 года - директором.

Вместе со всей страной Нина Киселева развивала систему образования. И школу топить дровами приходилось, и заготавливать вместе с учениками эти самые дрова.

За плохие отметки и хулиганство школьников разрешалось наказывать. Например, в кино запрещалось ходить. А еще по сельскому радио пофамильно объявляли, кто хорошо учится и отлично себя ведет, а кто двойки получает и безобразничает. И родители во всем поддерживали учителей, никогда не перечили, очень уважали педагогов.

Много внимания в советские годы уделялось трудовому воспитанию. Ученики работали на колхозных полях и фермах, заготавливали веники из чилиги, корм для скота. На пришкольном участке выращивали ягоды, фрукты и овощи, летние каникулы в трудовом лагере проводили.

В 1976 году в Городках построили новое двухэтажное здание школы, которая теперь носит имя Героя России Александра Прохоренко. На ее территории до сих пор шумят сосны и березы, посаженные в годы работы Нины Евсеевны.

Наталья ГИРИНА.

МЕДАЛЬ ЗА ПОБЕДУ – ВЕТЕРАНУ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ

К 75-летию Великой Победы готовится оренбуржец Николай Кузьмич Чепаксов. Накануне праздника юбилейную медаль и подарки ветерану вручил депутат Оренбургского городского Совета по избирательному округу № 5 Андрей Мысик.

От депутатов Оренбургского городского Совета Андрей Мысик поздравил Николая Кузьмича Чепаксова с наступающим Днем Победы, вручил памятную медаль, большой термопот для семейных чаепитий и продуктовый набор. «Мы должны быть бесконечно благодарны фронтовикам за их великий подвиг, помнить тех, кто не вернулся с полей сражений, и окружить заботой и вниманием наших ветеранов», - считает Андрей Мысик.

О детстве и фронтовой юности Николай Кузьмич Чепаксов рассказывает редко: слишком многое пришлось пережить.

Родился в 1923 году в селе Верхние Кузлы Пономаревского района, а вскоре семье пришлось переехать. Неподалеку основали новое село Михайловка. Трудились все от зари и дотемна, и даже дети помогали старшим в поле и при строительстве дома. А в 1933 году Чепаксовых, как зажиточных крестьян, раскулачили и сослали в Сибирь. Вернулись в Чкаловскую область они только в 1937-м.

Когда прогремели первые взрывы Великой Отечественной, отца Кузьму Петровича сразу призвали на фронт. А в августе 1942 года повестка пришла и Николаю, который работал в ту пору лесником.

Через два месяца подготовки новобранцев в составе 226-й стрелковой дивизии из Бугуруслана направили в Сталинград. Тогда, в октябре 1942 года, немцы начали решающее наступление на обороняющиеся в городе войска. Николай Кузьмич помнит, как приходилось воевать с гитлеровцами на расстоянии броска гранаты, а порой переходить в рукопашную. В ноябре началось контрнаступление советских войск, и 2 февраля 1943 года немецкая армия под Сталинградом была разгромлена. За оборону города красноармеец Чепаксов был награжден медалью.

Вместе со своей дивизией Николай Кузьмич прошел от Сталинграда до Курска. В сражении под Прохоровкой боец был тяжело ранен и отправлен в госпиталь в Орск, а позже комиссован.

На память врачи отдали Чепаксову извлеченную из его тела разрывную пулю. Долго хранилась она в семье. И дочь Александра помнит, как в детстве играла с этим страшным снарядом.

Николай Кузьмич снова вернулся в лесничество в Михайловке. Потом возил горючее в колхозе. А когда переехал с семьей в Пономаревку, устроился учетчиком и проработал в общей сложности более 50 лет.

День Победы для Чепаксова был и остается священным праздником. В Пономаревке ходил со своей семьей на митинг. Теперь же встать в строй не позволяет здоровье. Николай Кузьмич смотрит Парад Победы по телевизору и вспоминает боевых товарищей и тот победный май 1945-го.

Ксения КОРНИЛОВА.

Урал уже не батюшка, а паводок – не половодье

Уровень воды в Урале у Оренбурга этой весной не оправдал прогнозов. Вместо ожидаемых 7-8 метров река поднялась на два с небольшим. Что за этим последует?

Большое количество снега, выпавшее за эту зиму, к началу предполагаемого половодья просто испарилось из-за оттепелей, постоянных и сильных ветров, преимущественно солнечной погоды.

Талые воды практически не пополнили обмелевшее русло Урала. Ледоход прошел быстро и незаметно.

- Известно, что состояние реки Урал во многом зависит от сброса с Ириклинского водохранилища. Сегодня гидроузел сбрасывает не более 20 кубов в секунду. Потому ждать большого объема воды оттуда не стоит. Водохранилище даже в зиму ушло со значительным дефицитом. Теперь ему необходимо добирать ресурсы. Уралу вряд ли что-то достанется, - объясняет начальник Оренбургского Гидрометцентра Василий Мещерин.

Такая ситуация крайне беспокоит не только рядовых граждан, из года в год наблюдающих, как Урал мелеет и зарастает водорослями, но и ученых, которые с сожалением констатируют, что на происходящие процессы повлиять почти невозможно.

- Река Урал - типичная степная река, специфической чертой которых является крайняя неравномерность водности различных лет. Решающую роль в наполнении или обмелении рек все-таки играет климат, а именно количество осадков, влажность воздуха, ветер. Все эти составляющие уже много лет не в пользу водоемов. Это очевидно. Осадков мало, влажность воздуха низкая, ветра сухие, - отмечает кандидат географических наук Юрий Падалко.

Дефицит воды в Урале наблюдался в 30-х и 60-х годах прошлого столетия. Затем уровень значительно повышался. Это вселяет надежду, что главная артерия региона еще может вернуть себе статус полноценной реки.

Полное пересыхание Урала ученые исключают, ведь даже в летнее время река получает подпитку из Ириклинского водохранилища в объеме не менее 15 м^3/с. А вот заболачивание тиной и водорослями в этом году может наблюдаться. При минимальном уровне воды это неизбежно. Как следствие - оскудение флоры и фауны водоема.

Проблемы обмеления Урала на протяжении нескольких лет поднимаются на самых разных уровнях. Создаются комиссии и запускаются экспедиции, проводятся заседания и слушания… Сформирован даже межгосударственный российско-казахстанский фонд по комплексной очистке бассейна реки Урал, запланировано участие Оренбургской области в федеральной программе «Сохранение уникальных водных объектов» в рамках национального проекта «Экология». Только пока, как говорится, воз и ныне там.

Марина СЕНЧЕНКО.

ЗАПОВЕДНИК

От зимней спячки проснулись медведи

Первым из берлоги вышел крупный самец. Сотрудники государственного природного заповедника «Шайтан-Тау» обнаружили его в урочище Малбуй на севере Кувандыкского района.

Вот таким запечатлела мишку косолапого фотоловушка, которую инспекторы заповедника «Шайтан-Тау» установили, чтобы наблюдать за животными ранней весной.

Сначала инспекторы Дмитрий Быков и Фарид Ахтямов увидели следы животного. Спутать их с кем-либо невозможно. Ширина так называемой пальмарной мозоли передней лапы бурого медведя равна 16 сантиметрам. Чтобы не проваливаться в снег, глубина которого в заповеднике даже сейчас местами достигает 70 сантиметров, косолапый использует снегоходные тропы. На них и было решено установить фотоловушки для изучения поведения хищника. Приборы зафиксировали и первую охоту голодного хищника.

- На второй день после пробуждения медведь нашел свежую кабанью тропу. По ней и начал преследовать добычу. Приблизившись к двухлетнему кабану, он напал на свою жертву в зарослях кустарников и ранил. Затем преследовал кабана более двух километров, пока не догнал у горного ручья. Хищник утолил голод и вернулся в урочище, - рассказывают инспекторы заповедника.

На кадрах с фотоловушек хорошо видно, как в первые сутки к остаткам добычи слетелись хищные птицы - беркуты и орланы-белохвосты. В сумерках к трапезе присоединилась лисица, а ближе к ночи полакомиться свежей кабанятиной пришла волчица в сопровождении двух молодых волков. Туша была съедена за два дня, но медведь продолжал приходить к этому месту еще четверо суток.

Этот мишка не единственный на территории Оренбургской области. Всего в заповеднике «Шайтан-Тау» живут не менее десяти бурых медведей, включая две семьи с пятью медвежатами. Специалисты отмечают, что это довольно высокая плотность для площади в 6,5 тыс. гектаров.

В этом году животные начали просыпаться, как обычно, в конце марта, потому что спать им ничего не мешало. Залегли сытыми, жира к осени нагуляли много. А, например, три года назад медведи вышли из берлог уже в феврале. Их выгнали голод и дожди, из-за которых вода стала подтапливать берлоги.

Основная пища медведей ранней весной - остатки сухой прошлогодней травы, тушки погибших зимой мелких животных, дикий лук и чеснок, которые только-только пробиваются на лесных склонах.

Случаи нападения медведей на домашний скот крайне редки, для нашего региона вообще не характерны.

Ирина ФООС.

АКЦИЯ

ВСЕ ГЕРОИ – В ОДНОЙ КНИГЕ

Оренбургский заповедник предлагает читателям нашей газеты присоединиться к масштабному проекту «Заповедное Оренбуржье в лицах». Это цикл коротких видеосюжетов и публикаций о людях, которые внесли большой вклад в сохранение особо охраняемых природных территорий региона: о сотрудниках заповедников, национальных парков и заказников, о деятелях науки и образования, о путешественниках-исследователях, о работниках лесного и охотничьего хозяйства, о педагогах образовательных учреждений и др.

Все материалы будут размещены на сайте заповедника и на официальных страницах в соцсетях. Итогом проекта станет книга «Заповедное Оренбуржье в лицах», издание которой запланировано на 2021 год.

ОКНО В ПРИРОДУ

Басю воспитали люди

Сотрудники Центра реинтродукции лошади Пржевальского выкормили жеребенка, от которого отказалась мать.

- Басе тогда было 1,5 месяца. Лошадку поместили в конюшню. Чтобы малышка не паниковала, оставшись в одиночестве, к ней подселили нескольких овец, - рассказывает руководитель Центра Татьяна Жарких.

Басе разрешалось общаться с другими лошадьми Пржевальского. Она свободно выходила гулять в небольшой вольер. По обе стороны вольера находятся акклиматизационные загоны, к которым каждый день подходили табуны. Жеребца-холостяка Паприку люди привечали особенно приветливо. Как только Паприка подходил со своей стороны к сетке, тут же выносили Басе ее ведерко с овсом, вешали на забор, чтобы Бася паслась рядом с Паприкой. Лошади быстро нашли общий язык.

15 февраля Басю выпустили в репродуктивную группу. Паприка принял ее как члена своего табуна.

Сейчас искусственница живет со всеми остальными лошадьми. Взрослые кобылы пытаются доминировать над ней, но Бася знает, у кого искать защиты. Она подбегает к Паприке, клацает зубами и начинает пастись рядом с ним «голова к голове». Лошади не решаются предпринимать попыток агрессии в присутствии жеребца, который теперь стал гаремным.

От людей Бася отвыкла очень быстро. Она и раньше была диковатой, а сейчас полностью копирует поведение других лошадей Пржевальского. По общему развитию животное нисколько не отличается от жеребят-сверстников.

Сейчас Басе нужно окрепнуть в акклиматизационном загоне и окончательно освоиться среди других лошадей Пржевальского. Только после этого ей будет позволено совершать многокилометровые путешествия по степи.

Инга ПРОХОРОВА.

Всего в оренбургских степях в настоящее время живут 47 лошадей Пржевальского. На октябрь этого года запланирована транспортировка еще одной партии животных из США.

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ЖЕНСКИЙ ВЗГЛЯД

Карантинные хроники

Ну что, дорогие читатели, приуныли? Да, такое с нами впервые! Никто не думал, что эта зараза загонит нас в четыре стены! И мы даже не подозревали, как тяжело находиться в этой самой изоляции…

Мы ведь как отдыхали обычно в выходные или в отпуске? Ждем-ждем этих денечков, а придут - впрягаемся в домашний труд так, что на работу потом бежим с радостью... Отдыхать!

И вот случилось, что все мы одновременно ушли в отпуск, точнее на выходные. Радоваться бы, но веселье длилось недолго… На смену ему пришло уныние.

Многие не понимают оборонительной стратегии врачей, не верят им. А ведь в медицине действия в условиях эпидемий и пандемий отработаны давно. Они-то знают: не закрой нас силой - сами себя сгубим! История тому свидетель.

В 1892 году в Оренбургской губернии разразилась беспрецедентная тогда по своим масштабам эпидемия холеры. Эта болезнь до сих пор считается самой страшной. Недаром образ холеры всегда рисовали как смерть с косой. Так вот, губернские власти в то лето действовали решительно. Для сдерживания инфекции запретили перемещение по губернии. В поездах рассаживали людей так, чтобы не было скученности в вагонах, потому билетов продавали в два раза меньше. Да, меры пришлись по душе не всем: купцы (предприниматели по-нашему) теряли деньги из-за закрытых лавок, крестьяне не могли привезти товары на рынок. Начался ропот. По губернии поползли слухи, что это «докторишки все задумали». Кое-где дело доходило даже до кровопролития. Но строжайшие меры дали результат: уже через два месяца эпидемия пошла на спад, а еще через два - полностью затихла.

Чем сегодняшняя ситуация отличается от той? Да ничем! И не надо ругать власть. Все предпринятые меры совершенно обоснованны. А вот большинство из нас оказалось не готово к такому развитию событий и рвется из родного дома хоть куда-нибудь. Почему? Да потому, что отучились мы взаимодействию друг с другом: перестали слушать рассказы стариков, интересоваться жизнью детей, обсуждать проблемы и радости друг друга. Не долг по кредиту или новую мебель... Я о другом. Мы не чаевничаем за общим столом, не играем в настольные игры, не читаем вместе книги, не рассматриваем старые фото, не делаем с детьми поделки, не смеемся над шутками… Каждый сидит с главным другом - телефоном. Кто-то - с телевизором. Все в жуткой тревоге.

Я тоже не в сказочном царстве живу, но многолетняя дружба с доктором-психотерапевтом дала мне главное знание: тревога бессмысленна, если ты никак не можешь влиять на ее причину! Тревога подавляет выработку серотонина - гормона счастья - и тем самым ослабляет иммунитет. А иммунитет в условиях нового вируса - наш главный козырь!

В общем, удаленность от Оренбурга собрала в моем доме всех детей и внуков. «Так спокойнее», - решили все. Так долго все вместе мы еще не жили! И это, скажу я вам, очень непросто! Пришлось формулировать определенные правила.

Первое, что осталось у нас в доме незыблемым, - личное пространство каждой семьи и каждого человека. Пообщавшись вдоволь в первые дни, мы перестали ходить друг за другом и вести постоянные диалоги о распространении вируса. Старшая дочь теперь пьет привычный утренний кофе в полном одиночестве. Я, как всегда, читаю перед сном. Зять работает на удаленке и ведет переговоры по скайпу. И никто не дергает друг друга, добиваясь совместных завтраков и общего отбоя. Только двое маленьких детей регламентируют для нас периоды сна и бодрствования днем. И даже в этом есть позитив. Взрослые, наслушавшись «визгов-писков-капризов-мультиков», в часы детского сна тоже отдыхают и спокойно занимаются своими делами.

А в удобное для всех время мы вместе собираемся на кухне. Готовим, печем, накрываем стол, моем посуду, пикируем рассаду или учим внука играть в ладушки.

Конечно, каждый новый день требует от меня, как от хозяйки, новых идей, историй, занятий для детей и взрослых. И еду, стирку, уборку, глажку никто не отменял. Словом - жизнь кипит. И я не жалуюсь на свое заточение. Стараюсь направлять энергию, которой у меня через край, не на саморазрушение, а на созидание. Уверена, что конца света в ближайшее время не предвидится!

Галина ШИРОНИНА.

Веселите и радуйте себя! Начните заниматься спортом, прочитайте как можно больше книг, посмотрите интересное кино - словом, сделайте все, чтобы за время самоизоляции узнать что-то новое и не потерять то, что имели!

Оренбуржцы рвутся в большой эфир

Житель Оренбурга Марсель Ерманов стал участником юмористического шоу «Comedy Баттл» на ТНТ. Успешное выступление в первом этапе предоставило ему шанс побороться за главный приз - пять миллионов рублей.

Марсель Ерманов следит за выступлениями всех резидентов телешоу Stand Up на ТНТ. Особую симпатию у него вызывает участник из Казахстана Нурлан Сабуров.

Юмор интересовал Марселя всегда. С детства он любил смотреть КВН и фильмы-комедии. Будучи студентом исторического факультета ОГПУ, парень и сам начал играть в КВН. Сначала в команде факультета, потом - в сборной университета. После окончания вуза Ерманов стал выступать в Оренбургской лиге КВН, был участником международного фестиваля в Сочи, играл в центральной Уральской лиге в Челябинске… А параллельно с этим в паре с другом создавал миниатюры, снимал небольшие пьесы комедийного содержания и публиковал их в социальных сетях.

Сейчас Марселю Ерманову 29 лет. Свою профессиональную деятельность он связал с юмором и публичными выступлениями - ведет самые разные праздничные мероприятия.

- Я всегда мечтал играть в Высшей лиге КВН перед многомиллионной телевизионной аудиторией. Когда понял, что этого не случится, решил попробовать себя в жанре Stand Up на канале ТНТ, - рассказывает Марсель.

Несколько раз он вместе с другом участвовал в кастингах в составе дуэта «Марсель и Алексей», но до победы ребятам всегда чуть-чуть не хватало. Потому на очередной отборочный тур бывший кавээнщик отправился один.

Выступление Марселя Ерманова телезрители канала ТНТ увидели в конце марта. Наш земляк шутил про детство, про родственников, делился наблюдениями из жизни. Члены жюри Мигель и Антон Шастун уже успели опустить рычаги, сигналящие о выбывании участника, но Марсель не растерялся, наоборот, мобилизовался и выдал такие шутки, которые не смогли оставить равнодушным третьего члена жюри - Руслана Белого. Он и подарил оренбуржцу путевку в следующий этап известного шоу.

Марсель признается, что добиться успеха было нелегко. Выступать одному сложнее, чем в дуэте или в команде.

- Только ты и зал. И права на ошибку нет, и расслабиться нельзя ни на секунду. Никто не прикроет и не вытащит ситуацию, - объясняет участник популярного баттла. - Ты понимаешь, что в любое мгновение можешь полететь вниз в прямом смысле этого слова. И это очень крутой опыт.

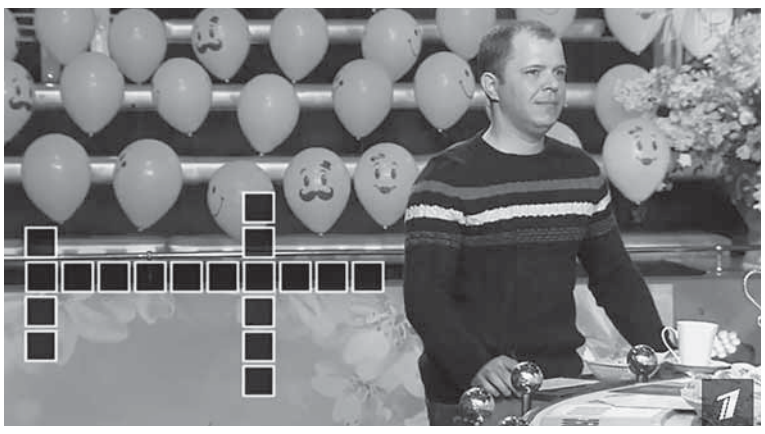
В настоящее время Марсель Ерманов работает над ошибками и готовится к следующему выступлению. Оренбургский комик признается, что главная цель участия в юмористическом шоу - добиться популярности и признания. Выигрыш главного приза - на втором месте. Для получения пяти миллионов рублей нужно успешно преодолеть все четыре этапа проекта.

Марина СЕНЧЕНКО.

УСПЕХ

Победу принесла «санитария»

Житель Новоорска Алексей Гришанин стал финалистом ток-шоу «Поле чудес» на Первом канале. Выпуск телепрограммы вышел в эфир 3 апреля.



В связи с распространением коронавирусной инфекции вместо зрителей в зале капитал-шоу были воздушные шары.

Алексей Гришанин играл в третьей тройке игроков и угадал слово «санитария».

- Я очень переживал, думал, что даже ни одну букву не придется назвать, а удалось целое слово сказать, - делится впечатлениями Алексей.

Задание в финале оказалось сложным. Скверную привычку наш земляк угадывал по буквам. Слово на табло открывалось медленно.

Алексей стал победителем программы, разгадав по буквам ответ на вопрос. На табло скрывалось слово «чесать».

По результатам игры Алексей Гришанин набрал минимальное количество баллов. Это стало своеобразным рекордом программы. Набранных очков хватило лишь на смартфон и набор постельного белья. С этим житель Новоорска и вышел в суперигру. С заданием на данном этапе Алексей не справился, но, вопреки правилам, подарки, выбранные по итогам финала, ему оставили.

Ведущему Алексей Гришанин подарил оренбургский пуховый платок.

Инга ПРОХОРОВА.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.10 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 01.10 «Время покажет». (16+)
14.00 «Добрый день».
15.00 Новости.
15.15, 02.35, 03.05 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40 «У нас все дома». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Ищейка». (12+)
22.30 «Док-ток». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.10 «Познер». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 «Утро России».
09.00, 14.30, 20.45 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 17.15 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Зулейха открывает глаза». (16+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «На дальней заставе». (12+)

МАТЧ

08.00 Баскетбол. Евролига. (0+)
10.00, 14.05, 17.30, 00.15 Все на Матч!
10.20 Хоккей. Суперсерия 1972 года. Канада - СССР. (0+)
12.40 Д/с «Кубок войны и мира». (12+)
13.30 «Сезон, который не мог закончиться». (12+)
14.00, 17.25, 00.10 Новости.
14.50 «Братислава. Live. Лучшее». (12+)
15.20 Хоккей. Чемпионат мира. (0+)
18.20, 20.50 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)
20.20 Все на футбол!
22.50 Тотальный футбол.
23.50 «Самый умный». (12+)
01.00 Х/ф «Крид: Наследие Рокки». (16+)

НТВ

05.15 Т/с «Москва. Три вокзала». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25, 01.05 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «Основано на реальных событиях». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.15, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
21.00 Т/с «Рикошет». (16+)
23.00 Т/с «Паутина». (16+)
00.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.15 «Известия».
05.25, 09.25, 13.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-6». (16+)
17.45 Т/с «Великолепная пятерка-2». (16+)
18.35 Т/с «Великолепная пятерка». (16+)
19.20 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Великолепная пятерка-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Т/с «След». (16+)
01.15 Т/с «Детективы». (16+)
03.25 Т/с «Страсть-2». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.25, 08.45, 14.00, 17.25, 18.20, 19.25, 20.45 Большие маленьким.
07.35, 19.35 «Другие Романовы».
08.00, 20.00 «Иисус Христос. Жизнь и учение».
08.50, 01.05 «Жгучие тайны века».
10.00, 21.30 Т/с «Достоевский».
10.55, 22.30 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи».
12.30 Academia.
13.15 «2 Верник 2».
14.05 Спектакль «Дядюшкин сон».
17.00 Д/ф «Роман в камне».
17.35 «Полиглот. Английский с нуля за 16 часов!
18.25 Д/ф «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!».
19.10 Открытый музей.
20.50 «Сати. Нескучная классика...».
00.00 «Большой балет».
00.25 Фильм-балет «Дом у дороги».
02.15 Д/ф «Верея. Возвращение к себе».

ОТР

02.15 «Фигура речи». (12+)
02.45 «Большая страна: победа». (12+)
03.00 «ОТРажение недели». (12+)
03.50 «От прав к возможностям». (12+)
04.05, 09.00, 22.50, 04.05 «Прав!Да?». (12+)
05.00, 13.35, 05.00 «Домашние животные». (12+)
05.30, 19.45, 05.30 «Медосмотр». (12+)
05.45 Т/с «Звезда эпохи». (12+)
07.30, 12.55, 19.15 Д/ф «Загадочная планета». (12+)
08.00 «Служу Отчизне». (12+)
08.30 «За строчкой архивной...». (12+)
10.00, 20.00 «Активная среда». (12+)
10.30, 20.30, 03.00 «Большая наука». (12+)
11.00 Т/с «Ева». (12+)
12.05, 02.05 Д/ф «100 чудес света». (12+)
13.25, 19.05 «Среда обитания». (12+)
14.05, 15.05 Т/с «Звезда эпохи». (12+)
15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00, 02.00 Новости.
16.05, 17.05, 00.15 «ОТРажение».
21.05, 22.05 Т/с «МУР есть МУР! - 2». (12+)
23.45, 07.15 «Вспомнить все». (12+)
03.25 «За дело!». (12+)

ТВЦ

06.00 «Ералаш». (6+)
06.05 Х/ф «Это начиналось так...». (12+)
08.00 «Настроение». (16+)
08.10 Х/ф «Не ходите, девки, замуж». (12+)
09.30 Х/ф «Медовый месяц». (0+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 23.50 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 04.50 «Мой герой. Юлия Такшина». (12+)
14.50, 00.10 Петровка, 38. (16+)
15.05, 02.55 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
16.55, 05.30 «Естественный отбор». (12+)
18.10 Х/ф «Чудны дела твои, Господи!». (12+)
22.25 «Орбита цвета хаки». (16+)
22.55, 01.05 «Знак качества». (16+)
00.20 «Приговор. Юрий Соколов». (16+)
01.45 «Вся правда». (16+)
02.15 Д/ф «Четыре жены Председателя Мао». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Крепкий орешек 3: возмездие». (16+)
22.30 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Неизвестная история». (16+)
00.30 Х/ф «Город воров». (18+)
02.40 Х/ф «В активном поиске». (16+)

СПАС

05.00, 01.25 «День Патриарха». (0+)
05.15 «Лица Церкви». (6+)
05.30 Д/с «День Ангела» (12+)
05.35 Д/ф «Русский апостол Америки». (12+)
07.00 «Монастырская кухня». (0+)
07.30 «Главное». Новости на «Спасе». (0+)
08.20 Д/ф «Святитель Иннокентий (Вениаминов) Возвращение домой». (12+)
09.30 «Русский обед». (6+)
10.30 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
11.30 Божественная литургия. (0+)
14.30 «Монастырская кухня» (0+)
15.00 Х/ф Подвиг разведчика. (12+)
17.00 Х/ф «Придел ангела» . (16+)
19.00, 01.50 «Завет». (6+)
20.00, 03.30 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
21.30, 02.45 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
22.00 «Евангелие от Матфея вслух» (0+)
00.55 Д/с «Апостолы». (12+)
01.40 Д/ф «Преподобная Мария Египетская». (12+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Охотники на троллей». (6+)
07.00 Т/с «Психологини». (16+)
08.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.25 «Детки-предки». (12+)
10.30 М/ф «Реальная белка». (6+)
12.10, 02.40 Х/ф «Бриллиантовый полицейский». (16+)
14.10, 00.55 Х/ф «Майор Пейн». (0+)
16.10 Х/ф «Мстители. Эра Альтрона». (12+)
19.00 «Миша портит все». (16+)
19.45 Х/ф «Гарри Поттер и философский камень». (12+)
22.50 «Русские не смеются». (16+)
23.55 «Кино в деталях». (18+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.35 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
07.35 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.35 «Давай разведемся!». (16+)
09.40, 05.00 «Тест на отцовство». (16+)
11.50 «Реальная мистика». (16+)
12.50, 02.45 «Понять. Простить». (16+)
14.40, 02.15 «Порча». (16+)
15.10 Х/ф «Счастье по рецепту». (16+)
19.00 Х/ф «Близко к сердцу». (16+)
23.10 Т/с «Дыши со мной». (16+)
04.10 «Реальная мистика». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 Т/с «Слепая». (16+)
11.00 «Гадалка». (16+)
11.30 «Сидим дома со звездами». (12+)
12.00 «Не ври мне». (12+)
15.00 «Мистические истории». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 «Знаки судьбы». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Хороший доктор». (16+)
20.30 Т/с «Касл». (12+)
23.00 Х/ф «Хижина в лесу». (16+)
01.00 Т/с «Помнить все». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
09.25 «Утро Пятницы». (16+)
10.25, 01.00 Т/с «Доктор Хаус». (16+)
13.00, 06.00 «На ножах». (16+)
15.05 «Голубая планета 2». (16+)
17.10 «Животные в движении». (12+)
18.10 «Орел и решка. Чудеса света». (16+)
20.00 «Орел и решка. Ивлеева vs Бедняков». (16+)
21.00 «Орел и решка. Безумные выходные». (16+)
22.00 «Орел и решка. Чудеса света». (16+)
23.00 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
03.40 «Пятница News». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.40 «Не факт!». (6+)
09.10, 12.05 «Открытый космос». (0+)
12.00, 16.00 Военные новости.
14.15 Х/ф «С Дона выдачи нет». (16+)
16.10 Х/ф «Черный океан». (16+)
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Курская дуга». (12+)
19.40 «Скрытые угрозы». (12+)
20.25 Д/с «Загадки века». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 Т/с «Отличница». (12+)
02.55 Х/ф «Подвиг Одессы». (6+)

МИР

06.00 Т/с «Красная королева».
08.10 Т/с «Частица Вселенной».
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.15 Т/с «Частица Вселенной».
13.15, 14.10, 16.20, 01.35 «Дела судебные».
17.20, 19.20, 04.30 Т/с «Мухтар. Новый след».
19.55 «Игра в кино».
20.40 «Всемирные игры разума».
21.15 «Отцы и дети».
22.15, 00.00 Т/с «Кулинар».
03.00 Х/ф «Цирк».

ТНТ

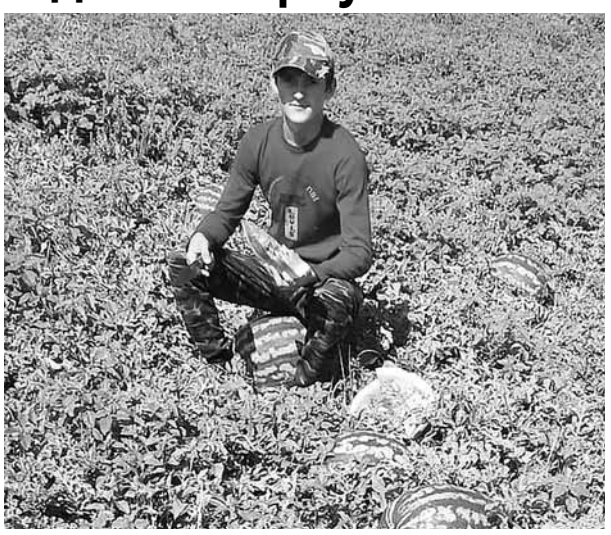
07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 «Холостяк. 7 сезон». (16+)
15.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
16.30 Т/с «Ольга». (16+)
18.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «Полицейский с Рублевки-5». (16+)
21.00 «Где логика?». (16+)
22.00 Т/с «Звоните ДиКаприо». (16+)
22.55 «Дом-2». (16+)
01.00 «Stand up». (16+)
03.35 «Открытый микрофон». (16+)

ОРТ

06.00 «Один день». (16+)
06.30, 13.00 Д/ф «Люди РФ». (12+)
07.00 «Итоги недели». (12+)
07.35 «Анализируй это. Дискуссионное шоу». (16+)
08.20, 19.30 «Энциклопедия. Возвращение к истокам». (12+)
09.00 «Национальный а спект». (16+)
09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 14.00 «Телеуроки». (6+)
13.35 «Таланты и поклонники». (12+)
14.40 «Жизнь здоровых людей». (16+)
15.05 «Туристический рецепт». (12+)
15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.40 «Новости дня». (12+)
15.55, 00.50 Т/с «Закрытая школа». (16+)
16.50 «Национальный характер». (12+)
17.20 Д/с «Карамзин». (12+)
17.50 М/ф.
18.10 «Окаянные дни». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
18.50 «Правильный выбор». (12+)
19.25, 20.55, 23.55, 02.05 «Новости спорта». (12+)
20.15 «Экономический клуб». (16+)
21.00 Х/ф «Паранормальное». (16+)
23.00 «Русский характер». (16+)
00.00 Т/с «Сашка». (16+)
02.15 Х/ф «Обитаемый остров». (12+)
04.30 Х/ф «Обитаемый остров. Схватка». (12+)

СЕЛЬСКОЕ ХОЗЯЙСТВО

Ждать ли арбузов?



В Соль-Илецком районе арбузы выращивают буквально в каждом огороде. Будь то пенсионерка с полусотней полосатых ягод или фермер, засеявший десятки гектаров.

Соль-илецкие бахчеводы из-за теплой погоды вышли в поля раньше обычного. Однако настроение пока далеко не радужное.

Глава фермерского хозяйства села Изобильного Наталья Петрищева спешит провести все работы, пока из почвы не ушла влага. Вся семья в поле круглыми сутками.

Наталья Евгеньевна выращивает арбузы уже два десятка лет. И на ее памяти такого раннего сева еще не было. Обычно в поля выходят в середине апреля. А в этом году 29 марта уже бороновать многие закончили.

- В прошлом году мы засеяли арбузами 100 гектаров, в этом году планируем уменьшить площадь почти в три раза. Решили перейти на зерновые: будем рожь озимую сажать, ячмень и пшеницу. Бахчи слишком зависят от погоды, да и товар скоро портится. Все, что не успел продать, выбрасывать приходится, - объясняет фермер.

Наемных работников женщина никогда не привлекала. Своими силами старается управляться. Ведь на счету каждая копейка.

Закрытие границы с Казахстаном из-за коронавируса бахчеводов не пугает. Да, наемных работников из стран ближнего зарубежья будет меньше. Зато Казахстан цену на арбузы не собьет. Ведь соседнее государство каждый год заполняет российский рынок дешевыми арбузами. Предприниматели из Екатеринбурга, Перми и других городов уже несколько лет даже не доезжают до соль-илецких полей, по пути закупая арбузы в Казахстане. У соседей полосатые ягоды достигают размеров автомобильного колеса. И неважно, что вкус оставляет желать лучшего… Арбузы меньше семи килограммов уже вообще никто не берет. Хотя по своим качествам они ничуть не уступают великанам.

Фермеры уверены, что при благоприятной ситуации и открытых границах между субъектами федерации и российскими городами проблем со сбытом бахчевых не будет.

Ирина ФООС.

ВЕСТИ ИЗ НАЛОГОВОЙ

ЕНДВ отменяется

В соответствии с Федеральным законом № 97-ФЗ от 29.06.2012, система налогообложения в виде единого налога на вмененный доход (ЕНВД) с 1 января 2021 года не применяется.

Организации и индивидуальные предприниматели, применявшие ЕНВД, могут перейти на следующие режимы налогообложения:

- на упрощенную систему налогообложения;

- на патентную систему налогообложения (ИП, привлекающие при осуществлении своей деятельности не более 15 работников);

- на применение налога на профессиональный доход (ИП, не имеющие наемных работников).

Организации и индивидуальные предприниматели при применении указанных режимов освобождаются от уплаты тех же налогов, что и при ЕНВД: налог на прибыль организаций (НДФЛ), налог на добавленную стоимость, налог на имущество организаций (физических лиц).

Информация о существующих режимах налогообложения размещена на сайте ФНС России (www.nalog.ru).

ИФНС по Промышленному району г. Оренбурга.

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.10 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 01.00 «Время покажет». (16+)
14.00 «Добрый день».
15.00 Новости.
15.15, 02.25, 03.05 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40 «У нас все дома». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Ищейка». (12+)
22.30 «Док-ток». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.10 «Вечерний Unplugged». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 «Утро России».
09.00, 14.30, 20.45 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 17.15 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Зулейха открывает глаза». (16+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «На дальней заставе». (12+)

МАТЧ

08.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
10.20, 15.55, 00.15 Все на Матч!
10.40 Хоккей. Суперсерия 1972 года. Канада - СССР. (0+)
12.40 Д/с «Кубок войны и мира». (12+)
13.35 «Жена баскетболиста». (12+)
13.55, 15.50, 19.05, 00.10 Новости.
14.00 Тотальный футбол. (12+)
15.00 «Самый умный». (12+)
15.20 «Месяц без спорта». (12+)
16.30 «Братислава. Live. Лучшее». (12+)
17.00 Хоккей. Чемпионат мира. Россия - Швеция. (0+)
19.10 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. «Челси» (Англия) - «Бавария» (Германия). (0+)
21.10 Все на футбол!
21.40 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Манчестер Сити» (Англия). (0+)
23.40 «Дорогой наш Гус Иваныч». (12+)
01.00 Х/ф «Крид 2». (16+)

НТВ

05.10 Т/с «Москва. Три вокзала». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25, 01.05 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «Основано на реальных событиях». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.15, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
21.00 Т/с «Рикошет». (16+)
23.00 Т/с «Паутина». (16+)
00.10 «Крутая история». (12+)
03.40 Т/с «Кодекс чести». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.15 «Известия».
05.40 Т/с «Новая жизнь сыщика Гурова. Продолжение». (16+)
09.25, 13.25 Т/с«Улицы разбитых фонарей-3». (16+)
17.45 Т/с «Великолепная пятерка-2». (16+)
18.35 Т/с «Великолепная пятерка». (16+)
19.20 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Великолепная пятерка-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Т/с «След». (16+)
01.15 Т/с «Детективы». (16+)
03.25 Т/с «Страсть-2». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.25, 08.45, 14.00, 17.00, 18.20, 19.25, 20.45 Большие маленьким.
07.35, 19.35 «Другие Романовы».
08.00, 20.00 «Иисус Христос. Жизнь и учение».
08.50, 01.20 «Бабушки надвое сказали. Борис Владимиров и Вадим Тонков».
10.00, 21.30 Т/с «Достоевский».
10.55, 22.30 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи».
12.30 Academia.
13.20 «Сати. Нескучная классика...».
14.05 Спектакль «Катя, Соня, Поля, Галя, Вера, Оля, Таня...».
15.35 Красивая планета.
15.55 «Большой балет».
16.20 Фильм-балет «Дом у дороги».
17.05 «Библейский сюжет».
17.35 «Полиглот. Английский с нуля за 16 часов!
18.25 Д/ф «Человек с бульвара Капуцинов». Билли, заряжай!».
19.10 Открытый музей.
20.50 «Белая студия».
00.00 «Большой балет».
00.25 Владимир Васильев. «И мастерство, и вдохновенье... ». Сцены из балетов.
02.30 Д/ф «Роман в камне».

ОТР

08.00 «За дело!». (12+)
08.40 «Большая страна: люди». (12+)
09.00, 22.50, 04.05 «Прав!Да?». (12+)
10.00, 20.00 «Гамбургский счет». (12+)
10.30, 20.30, 03.00 «Большая наука». (12+)
11.00 Т/с «Ева». (12+)
12.00, 02.05 Д/ф «100 чудес света». (12+)
12.55, 19.15, 07.30 Д/ф «Гении от природы». (12+)
13.25, 19.05 «Среда обитания». (12+)
13.35, 05.00 «Домашние животные». (12+)
14.05 Т/с «Доктор Тырса». (12+)
15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00, 02.00 Новости.
15.05 Т/с «Доктор Тырса». (12+)
15.45, 23.45, 07.15 «Вспомнить все». (12+)
16.05, 17.05, 00.15 «ОТРажение».
19.45, 05.30 «Медосмотр». (12+)
21.05, 22.05 Т/с «МУР есть МУР! - 2». (12+)
03.25 «Культурный обмен». (12+)

ТВЦ

06.10 Х/ф «Чудны дела твои, Господи!». (12+)
08.00 «Настроение». (16+)
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Лекарство против страха». (12+)
10.35 Д/ф «Георгий Жженов. Агент надежды». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 04.55 «Мой герой. Борис Смолкин». (12+)
14.50, 00.10 Петровка, 38. (16+)
15.05, 02.55 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
16.55, 05.35 «Естественный отбор». (12+)
18.10 Х/ф «На одном дыхании». (16+)
22.25, 01.45 «Осторожно, мошенники! Шараш-массаж». (16+)
22.55 Д/ф «Рынок шкур». (16+)
23.50 События. 25-й час.
00.20 «Прощание. Муслим Магомаев». (16+)
01.05 Д/ф «Рынок шкур». (16+)
02.15 Д/ф «Советский гамбит. Дело Юрия Чурбанова». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 Х/ф «Кошки против собак: месть Китти Галор». (6+)
05.35 «Территория заблуждений». (16+)
06.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Неизвестная история». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Крепкий орешек 4.0». (16+)
22.30 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Загадки человечества». (16+)
00.30 Х/ф «Крепкий орешек: хороший день, чтобы умереть». (16+)
02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
03.00 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 00.20 «День Патриарха». (0+)
05.15 Д/ф «Преподобная Мария Египетская». (12+)
05.30 Д/с «День Ангела». (12+)
06.00, 21.30, 02.45 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
06.30 «Монастырская кухня». (0+)
07.00, 19.00, 01.50 «Завет». (6+)
08.00 Х/ф «Мать Мария». (12+)
10.00 Божественная литургия. (0+)
13.00, 20.00, 03.30 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
14.00, 14.30 «Монастырская кухня» (0+)
15.00 Х/ф «Адмирал Нахимов». (0+)
17.00 Х/ф «Иваново детство». (0+)
22.00 «Евангелие от Марка вслух». (0+)
23.50 Д/с «Апостолы». (12+)
00.35 Д/ф «Земные следы Иисуса». (12+)
01.40 Д/ф «Великая среда». (12+)
03.15 «Псалтирь. Кафизма 16». (0+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Охотники на троллей». (6+)
07.00 Т/с «Психологини». (16+)
08.00 «Миша портит все». (16+)
09.00 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
15.25 Х/ф «Гарри Поттер и философский камень». (12+)
18.30, 19.00 «Миша портит все». (16+)
20.00 Х/ф «Гарри Поттер и тайная комната». (12+)
23.10 «Русские не смеются». (16+)
00.10 «Дело было вечером». (16+)
01.10 Х/ф «Дальше по коридору». (16+)
02.50 М/ф «Реальная белка». (6+)
04.05 М/ф «Муравей Антц». (6+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.20 «Давай разведемся!». (16+)
09.25, 05.05 «Тест на отцовство». (16+)
11.30 «Реальная мистика». (16+)
12.35, 02.45 «Понять. Простить». (16+)
14.25, 02.20 «Порча». (16+)
14.55 Х/ф «Близко к сердцу». (16+)
19.00 Х/ф «Никогда не бывает поздно». (16+)
23.15 Т/с «Дыши со мной». (16+)
04.10 «Реальная мистика». (16+)
05.55 «Домашняя кухня». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 Т/с «Слепая». (16+)
11.00 «Гадалка». (16+)
11.30 «Сидим дома со звездами». (12+)
12.00 «Не ври мне». (12+)
15.00 «Мистические истории». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 «Знаки судьбы». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Хороший доктор». (16+)
20.30 Т/с «Касл». (12+)
23.00 Х/ф «Шкатулка проклятия». (16+)
01.00 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00, 13.15, 06.10 «На ножах». (16+)
09.30 «Утро Пятницы». (16+)
10.40, 01.05 Т/с «Доктор Хаус». (16+)
15.25 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
18.40 «Мир наизнанку. Китай». (16+)
00.05 «Дикари». (16+)
03.50 «Пятница News». (16+)
04.20 «Генеральная уборка». (16+)
05.10 «На ножах. Отели». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.35, 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
08.55 Д/ф «Маршалы Сталина. Иван Конев». (12+)
10.10, 12.05, 16.05 Т/с «Естественный отбор». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.50 Д/с «Курская дуга». (12+)
19.40 «Легенды армии». (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (16+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 Т/с «Отличница». (12+)
02.55 Х/ф «Матрос Чижик». (0+)
04.20 Х/ф «В небе «ночные ведьмы». (6+)

МИР

06.00 Т/с «Закон и порядок».
08.10 Т/с «Частица Вселенной».
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.15 Т/с «Частица Вселенной».
13.15, 16.20, 01.35 «Дела судебные».
17.20, 19.20, 04.30 Т/с «Мухтар. Новый след».
19.55 «Игра в кино».
20.40 «Всемирные игры разума».
21.15 «Отцы и дети».
22.15, 00.00 Т/с «Кулинар».
03.00 Х/ф «Свинарка и пастух».

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Полицейский с Рублевки-5». (16+)
14.30 «Где логика?». (16+)
15.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
16.30 Т/с «Ольга». (16+)
18.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «Полицейский с Рублевки-5». (16+)
21.00 «Импровизация». (16+)
22.00 Т/с «Звоните ДиКаприо». (16+)
22.55 «Дом-2». (16+)
01.00 «Stand up». (16+)
03.40 «Открытый микрофон». (16+)

ОРТ

06.00 «Один день». (16+)
06.30 Д/с «Карамзин». (12+)
07.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.30 «Новости дня». (12+)
07.20, 09.20 «Новости спорта». (12+)
07.30 «Полчаса о вере». (16+)
08.05, 18.50 «Правильный выбор». (12+)
08.15, 18.10, 23.20 «Окаянные дни». (16+)
08.20 «Анализируй это. Дискуссионное шоу». (16+)
09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 14.00 «Телеуроки». (6+)
13.00, 17.20 Д/ф «Люди РФ». (12+)
13.35 «Таланты и поклонники». (12+)
14.40 «Жизнь здоровых людей». (16+)
15.05 «Туристический рецепт». (12+)
15.55, 00.40 Т/с «Закрытая школа». (16+)
16.45 «Национальный характер». (12+)
17.50 М/ф.
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
19.30 «Обратная связь». (16+)
20.15 «Экономический клуб». (16+)
20.55 Х/ф «Тренер Картер». (16+)
23.55 Т/с «Сашка». (16+)
01.55, 03.25 Х/ф «Моби Дик». (0+)
04.55 «Музыка на канале». (16+)

АКЦИЯ

Кому передать медальон?

Московский поисковый отряд «Обелиск» просит откликнуться родственников участника Великой Отечественной войны Кирилла Карповича Глазатова.

Медальон бойца был поднят в 2011 году в Темкинском районе Смоленской области. Он помог установить личные данные.

Кирилл Карпович Глазатов родился в 1898 году. До войны проживал в городе Чкалове (ныне Оренбург). Сражался с врагом в 973-м артиллерийском полку 160-й стрелковой дивизии 40-й армии Юго-Западного фронта. Погиб в звании старшего сержанта 10 марта 1943 года у деревни Скотинино в Смоленской области. Там и захоронен. Сейчас село называется Кикино.

Имеются данные о дочери солдата Нине Кирилловне Глазатовой. Известно, что она родилась в 1930 году в городе Соль-Илецке. Матерью является Анастасия Яковлевна Швец.

Поисковики готовы передать кому-то из родственников Кирилла Глазатова его личный медальон и документы.

Обращаться в редакцию.

Марина ПЕТРЕНКО.

ПАМЯТЬ

Разыскиваются воспитанники детского дома!

Уроженка Брянской области мечтает встретиться с друзьями детства. Нина Ивановна Дмитриева (в девичестве Бондаренко) просит откликнуться ребят, которые делили с ней тяготы военного времени.

«Когда началась война, мне было шесть лет. Мы жили на Брянщине, в селе Борщево. Мать с отцом ушли в партизаны, а меня отправили к родной тете в город Стародуб. Я хорошо помню, как фашисты бомбили наш город. Выла сирена, нас загоняли в подвалы. Когда стало понятно, что враг на подступах к Стародубу, детей погрузили в товарный поезд. Помню, что ехали очень долго. Спали на полу, питались сухарями и яблоками, пили воду. Товарняк привез нас в Оренбург. Тут нас рассадили по машинам и отправили по области. Конечной остановкой стало село Тукай в Александровском районе. Сказать, что трудно было, - ничего не сказать. Еды не хватало, голодали и с нетерпением ждали лета, чтобы полакомиться ягодой, щавелем, яблоками, крапивой.

Работали много - сами огород сажали, кизяк заготавливали на зиму, печку топили.

В школу нас возили на быках, потому что обуви не было. Очень боялись волков. Они всегда сидели у дверей и выли. Директор стрелял из ружья и отгонял хищников.

Мы все мечтали о том, что, когда война кончится, купим себе портфели и цветные карандаши.

В День Победы директор дал нам по пять конфет. Мы бегали по дворам и меняли их на хлеб.

После войны жить стало ненамного легче. В 15 лет нас выпустили из детдома и отправили в ремесленное училище. Я выучилась на фрезеровщика, но работу нам поручали очень мелкую и платили за нее копейки. Придешь иногда за получкой, а получать-то и нечего. Выручала подружка из общежития. Она посудницей в столовой работала и приносила нам остатки еды.

В поисках лучшей доли в 1955 году мы решили ехать на целину, совхоз Комсомольский строить. Нам обещали подъемные заплатить и жилье дать. До станции Шильда доехали на поезде. Там остановка была, и подружка предложила сбегать к брату, чтобы хлеба у него попросить. Пришли мы к нему, а он нас не отпустил на целину. Так я попала в Новотроицк, устроилась на завод работать. Очень тосковала по родине. Потому, как только первую получку мне выдали, отправилась в Брянскую область. И пришла в ужас от того, что там увидела. Нашего села не было, только трубы торчали из-под земли. Я нашла тетю свою. Она жила в землянке. Железная печка и топчан - больше у нее ничего не было.

Могилы матери и отца я не нашла. Обратно в Оренбуржье вернулась с тяжелым сердцем.

В 22 года вышла замуж. Мы с мужем дом построили в Краснохолме, четырех дочерей родили. Сейчас у меня восемь внуков и шесть правнуков. Я одна живу, но дети меня не бросают, помогают.

Военное детство вспоминаю очень часто. Хочу увидеться с детдомовскими ребятами - Жоржем Живодеровым, Сашей Карнауховым, Валентином Герой, Валей Дубровской, Ниной Мартыновой и Зоей Садык-Саженовой. Может, и еще кто откликнется на мое письмо».

Номер телефона и домашний адрес Нины Дмитриевой (Бондаренко) имеются в редакции. Звонить по тел. 77-63-95 в рабочее время.

Подготовила Инга ПРОХОРОВА.

Здоровье

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ирина Гриднева:

«ОТ ПАНКРЕАТИТА - ПОДСОЛНУХ, ОТ КАШЛЯ - МАЛИНА»

- К народным рецептам я иногда прислушиваюсь, пробую. Бывает, помогает. Года два назад зимой был сильный кашель. Посоветовали заваривать стебли малины. И действительно помогло. На следующий год подготовилась - с осени набрала веточек, но не пригодились: кашля не было.

Испытала на себе и рецепт лечения панкреатита. По осени необходимо выдернуть подсолнечник с корнем и срезать отросток на корневище. Мелко порубить эти отростки. 1 ст корней залить 3 л кипятка и кипятить 5 мин. Настоять, процедить. Кашицу не выбрасывать. Пить настой 3 раза в день по 1 ст. Потом корни снова залить водой и прокипятить 10 мин. Процедить и пить. На третий раз корни кипятить 20 мин. И только после этого их можно выбросить. У меня курс лечения составлял месяц. А кто-то привыкает к такому настою и пьет его, как чай, постоянно.

Хорошо очищает желудочно-кишечный тракт, нормализует стул и даже позволяет снизить вес гречка. 1 ст л крупы залить 1 ст кефира и настаивать при комнатной температуре ночь. Утром все перемешать и выпить. До обеда точно есть не хочется. На такой диете после приступа панкреатита я сбросила 14 кг за месяц.

НАРОДНЫЙ РЕЦЕПТ

✻ **Снять боль в горле** поможет полоскание 5-6 раз в день раствором пищевой соды (2 ч л соды на 1 ст теплой воды).

✻ Как только почувствуете симптомы **герпеса**, приложите к нему кубик льда из замороженного кофе, это не даст герпесу развиваться. Кофе надо брать только натуральный.

АВИТАМИНОЗ: ПРИЗНАКИ И СПОСОБЫ УСТРАНЕНИЯ

Затянувшееся плохое настроение, проблемы с кожей или волосами, неожиданная простуда - распространенные признаки весеннего авитаминоза. Однако, прежде чем ставить себе диагноз и назначать лечение, нужно разобраться, каких именно витаминов не хватает организму и почему.

Сезонный авитаминоз возникает во многом потому, что рацион человека зимой и ранней весной не так богат свежими фруктами и овощами. Консервированные же заготовки не приносят пользы здоровью. Нехватка витаминов и минеральных веществ усугубляется постоянными нагрузками на иммунитет в виде вирусных и простудных заболеваний.

Другой причиной авитаминоза, часто встречающейся у женщин, являются всевозможные диеты, и особенно их моноверсии. Исключив из меню жиры и масла, можно получить острую нехватку витаминов A, E, D, K и F.

Недостаток витаминов может ощущаться и у людей, употребляющих так называемую сорную еду - фастфуды, полуфабрикаты, продукты, содержащие химические добавки. В группу риска входят спортсмены, работники тяжелого физического и умственного труда, люди, перенесшие болезни, и беременные женщины.

При недостатке витамина А резко ухудшается зрение, глаза плохо видят в темноте. Кожа реагирует дерматитами и раздражением. Нехватка витаминов группы В характеризуется общими признаками - нарушениями сна, концентрации, депрессией, подавленностью, потерей аппетита, ухудшением памяти. Но дефицит каждого из них имеет и особенные симптомы:

B1 - потеря веса;

B2 - трещины в уголках губ и воспаленная слизистая глаз, дискомфорт при ярком свете;

B3 (PP) - желудочные расстройства, шелушение и огрубение кожи, ярко-красный язык;

B4 - нарушения работы печени, приводящие к сосудистым заболеваниям;

B5 - судороги и болезненность икроножных мышц, нервные расстройства;

B6 - покалывание в конечностях, трещины на губах, анемия;

B7 (H) - выпадение волос, мышечные боли, тошнота, воспаления и бледность кожи;

B8 - нарушения в работе мозга, почек, печени, щитовидной железы;

B9 - бледность, головные боли, слабый иммунитет, нервные расстройства;

B10 - тусклые волосы (возможно даже появление седины), фоточувствительность и безжизненность кожи;

B11 - понижение давления и нарушения работы сердца;

B12 - низкий уровень гемоглобина, звон в ушах, затрудненное дыхание и ухудшение зрения;

B13 - псориаз, экзема, нейродермит;

B15 - преждевременное старение;

B17 - онкологические заболевания.

Нехватка витамина С приводит к ослаблению защитных функций организма, а также к выпадению волос, кровоточивости десен, долгому заживлению синяков и ссадин, тусклости цвета лица и депрессии. Без достаточного поступления витамина D человек сталкивается с потерей аппетита, болезненностью глаз, ощущением жжения в гортани.

Витамин Е - гарант красоты, соответственно, говорить об упругой коже и блестящих волосах в условиях его дефицита не приходится.

Недостаток витамина F чреват нарушениями жирового баланса кожи - она может стать сухой, а может, наоборот, покрываться акне. На этом фоне часто развиваются различные аллергические реакции.

Мелкие кожные кровоизлияния и даже сильные кровотечения различной локации - повод сдать анализ на содержание витамина К. При нехватке витамина Р возникают мышечные боли в ногах и плечах, быстрая утомляемость и слабость.

Наличие любого из этих признаков или их совокупности - повод для принятия единственно верного решения - похода к врачу. Руководствуясь результатами анализов, он назначит эффективное и безопасное лечение. Дело пациента - выполнять предписания и в дальнейшем не допускать развития авитаминоза.

Курение и злоупотребление алкоголем резко повышают потребность организма во многих витаминах. Здоровый образ жизни (правильное питание, занятия спортом) - основная профилактика дефицита полезных веществ. Нельзя пренебрегать отдыхом. Избегайте стрессов. И тогда никакому авитаминозу вас не одолеть!

НАУКА

ЦВЕТ ВОЛОС ВЛИЯЕТ НА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ

Ученые из школы клинической медицины Кембриджского университета установили взаимосвязь между цветом волос и продолжительностью жизни.

Специалисты проанализировали геномы сотен тысяч человек и пришли к выводу, что у людей с темным цветом волос чаще всего половое созревание наступает раньше. А ранний пубертат повышает риск развития некоторых заболеваний, например, болезней сердечно-сосудистой системы и диабета второго типа.

Ученые предположили, что цвет волос и половое созревание связаны через гипофиз, потому что эта железа одновременно выделяет гормоны, регулирующие созревание половых желез и влияющие на пигментацию.

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Хозяюшка

Сударыня оренбургская

№ 13 (1 291) 07.04.20

ИРИНА ГРИДНЕВА,

с. Лабазы Курманаевского района

«Все, что ни делается, к лучшему», - уверена заведующая Лабазинским Домом творчества Курманаевского района Ирина Гриднева. Жизнь не раз доказала ей правдивость этой пословицы.

В детстве Ирина мечтала стать актрисой. Занималась музыкой, пела, играла в театральном кружке и готовилась к поступлению в театральный институт. Но судьба распорядилась иначе. Из-за болезни матери Ирине пришлось забыть об учебе в другом городе и остаться рядом с мамой. В родном Узбекистане она поступила на филологический факультет педагогического института.

Этот жизненный поворот стал для Ирины судьбоносным. После второго курса студентов-филологов направили в село Лабазы Курманаевского района Оренбургской области на диалектологическую практику - изучать особенности говора сельчан. Женщина по сей день вспоминает, как интересно разговаривали тогда в Лабазах, смягчая согласные: «Юркя», «Витькя». Гороховый суп называли абаркой. А характеристика гостей вообще стала притчей во языцех: «Приходили двое. Один убратый («хорошо одетый»), второй - куды тебе (то есть выглядящий сногсшибательно)».

В Лабазах Ирина и познакомилась со своим будущим мужем Юрием. Повстречались неделю - и девушка уехала домой в Узбекистан. Роман продолжался в письмах, а в сентябре парень приехал за своей любимой. В октябре свадьбу сыграли. Первое время молодая семья жила в Узбекистане. Ирине нужно было закончить учебу. Там родились и старшие дети - дочка Виктория и сын Виталий. В 1994 году после смерти родителей Ирина со своей семьей, младшими братом и сестрой вынуждена была уехать в Оренбуржье.

Поначалу в нашем степном крае женщине было очень тяжело. Ирина чувствовала опустошение, казалось, ее лишили родины. Но горевать было некогда - зарабатывали на новый дом.

В Лабазинской школе приезжей учительнице места не нашлось, и Ирина устроилась методистом по работе с молодежью в Дом творчества, а в 2001 году возглавила учреждение.

Через 20 лет на одном из праздничных мероприятий Ирина Альбертовна поблагодарила директора школы, что когда-то не взял ее на работу в школу.

- В Доме творчества я нашла то, о чем мечтала. У нас замечательный коллектив, хор, танцевальная и вокальная группы. Мы плодотворно сотрудничаем с районным отделом культуры, мне приятно общаться с коллегами. Концерты, спектакли, творческие конкурсы и фестивали… Мы несем людям праздник и радость, - рассказывает Ирина.

В семейной жизни у нее тоже есть все, о чем можно только мечтать. Любящий муж, хорошие дети, а теперь еще и чудесные внуки. Работа всегда позволяла Ирине Альбертовне проводить с дочерью и двумя сыновьями максимум времени. С младшим Владиславом, спортсменом-легкоатлетом, она объездила пол-России. И почти в каждом городе страны встречала своих земляков из узбекского Талимарджана. И очень этому радовалась.

Не потеряла Ирина связь с родиной. Один раз в три года в разных городах России собираются ее друзья, одноклассники, бывшие соседи. Около 250-280 человек разных возрастов и национальностей съезжаются. В следующем году бывшие земляки мечтают побывать на родине, посмотреть, как преобразился Талимарджан.

Семья Гридневых с пониманием относится и к общественной работе Ирины Альбертовны. Дважды избиралась она депутатом сельского совета, а в 2015 году вошла в состав районного совета депутатов. Очень ответственно женщина занимается решением вопросов своих избирателей: помогает оформлять пенсии и пособия, оказывает содействие в получении жилья, добивается ремонта дорог…

И ни от кого не ждет благодарностей. Чувствует себя счастливой от того, что может помочь односельчанам, хорошим людям, на которых ей всегда в жизни везет.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

Детская
КАК РАЗВИТЬ В РЕБЕНКЕ ЭМПАТИЮ?

У зеркала
БАЛЬЗАМ И КОНДИЦИОНЕР: В ЧЕМ РАЗЛИЧИЕ?

Урожайные сотки
СЕКРЕТЫ ПРИВИВКИ

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ирина Гриднева:
«БОЛЬШОЙ СТОЛ - ДЛЯ БОЛЬШОЙ СЕМЬИ»

- Пока дети росли, заниматься капитальным ремонтом было некогда. Сейчас мы с мужем решили воплотить в жизнь все свои мечты об идеальном домашнем очаге. Уже заменили окна, установили натяжные потолки, отремонтировали комнату. Но дел еще много: обшить дом сайдингом, установить новый забор, соединить летнюю кухню с домом, выложить дорожки плиткой... Но самое главное - поставить на улице, как принято у осетин, большой стол, за которым могли бы собираться в праздники и выходные все наши родные и друзья.

ДОМОВОДСТВО

Чтобы устранить опасные бактерии, которые скапливаются на деревянных и пластиковых разделочных досках, их необходимо дезинфицировать хотя бы раз в неделю. Самый эффективный способ - отбеливатель. Наполните тазик горячей водой, добавьте 1 ст л отбеливателя и замочите доски на 20-30 мин. После этого тщательно смойте следы химии под проточной водой смоющим средством.

Уют

ИЗУЧАЕМ ЯЗЫК РАСТЕНИЙ

Чего не хватает растениям? Говорить они не умеют, но это не значит, что их невозможно понять.

• ЛИСТЬЯ ВЫСЫХАЮТ И ТЕМНЕЮТ - не хватает влаги

Листья вянут у большинства растений, когда пересыхает почва. Не стоит заливать цветы в горшках, но ждать, пока земля полностью станет сухой, тоже нежелательно. Решение простое: полейте цветок, пока почва не станет влажной, а если земля в горшке пересыхает слишком часто, скорее всего, горшок маловат. Нужно пересадить цветок в горшок побольше.

Иногда растения настолько пересушены, что простой полив не поможет, но это не значит, что цветку нельзя помочь. Поставьте горшок с растением в ведро с водой на 10-15 минут, чтобы земля пропиталась влагой.

• ЛИСТЬЯ ОПАДАЮТ - мало влаги

Если цветок совсем не растет, а листья опадают, вам тоже следует чаще его поливать. Но в осенний период отмирание старых листьев у некоторых растений бывает естественным, например, у фикусов.

• КОНЧИКИ ЛИСТЬЕВ СОХНУТ - низкая влажность воздуха

Для того, чтобы растения чувствовали себя хорошо, им необходима влажность 60-80 %. Если она низкая (а в период отопительного сезона она может быть ниже 40 %), то растения будут страдать. Чаще всего от недостатка влажности повреждаются листья тропических пальм, хлорофитумов, папоротников и др. Чтобы помочь растениям, их нужно убрать подальше от батарей отопления, ежедневно опрыскивать или поставить рядом увлажнитель воздуха.

• ЛИСТЬЯ ДЕФОРМИРОВАНЫ ИЛИ ОБЕСЦВЕЧЕНЫ - растение залито водой

Чрезмерная влажность почвы - первый враг комнатных цветов. Корни залитого растения загнивают, земля закисает, а количество бактерий в почве растет. Исправить положение могут только пересадка в новый горшок с новой землей и хороший дренаж. Если видите при пересадке, что корни загнили, их можно слегка присыпать золой (древесным углем).

• ЛИСТЬЯ СКРУЧИВАЮТСЯ - сквозняк и холод

Если растение постоянно стоит у открытого окна, то от резкой смены температуры листья скручиваются, их края заворачиваются внутрь. Растение пытается сказать вам, что ему просто холодно. Листья могут почернеть полностью или частично. Иногда такое бывает, если растение близко расположено к оконному стеклу. Выход - переставить в другое место.

• ЛИСТЬЯ ПОБЛЕДНЕЛИ - не хватает питания

Скорее всего, вам нужно подкормить растение, а еще лучше - пересадить в кашпо побольше. Если листья выглядят бледными, им не хватает железа.

Нехватка железа в почве - одно из самых распространенных заболеваний, хлороз. В первую очередь от него страдают молодые верхние листья. Растение продолжает расти, но побеги преобретают нездоровую окраску. Чаще всего недостаток железа возникает, если в почве повышена кислотность. Лечить такие цветы лучше специальными препаратами или воспользоваться самым распространенным народным методом - воткнуть в почву пару ржавых гвоздей.

• РАСТЕНИЕ ТЯНЕТСЯ К ОКНУ - недостаток солнечного света

Здесь все просто. Растение тянется к солнцу, а это значит, что достаточно переместить горшок в солнечное место - и проблема будет решена.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ЗАКРЫВАТЬ ЛИ КРЫШКУ УНИТАЗА?

Зачем нужна крышка унитаза? Очевидно, что не только для удерживания запахов. Согласно исследованиям, когда вы смываете воду в унитазе, поднимается аэрозольный столб высотой до 2 м, состоящий из воды, воздуха и других частиц, в том числе болезнетворных бактерий.

Называется это «туалетный шлейф», благодаря которому бактерии могут разноситься на расстояния до 2-3 метров. Так что же делать? Закрывайте крышку унитаза перед нажатием кнопки.

ЧТО ГОВОРИТ ФЭНШУЙ?

По философии фэншуй вся энергия, связанная с туалетами, считается негативной. Китайская методика вообще настаивает на том, чтобы туалет не был установлен в ванной комнате, а если без этого не обойтись, то хотя бы визуально нужно разграничить зоны с помощью шторок или ширм. С туалетом и всем, что туда смывается, связана негативная энергия, способная лишить вас денег, благополучия и всяческих удач. Также во многих учениях вода ассоциируется с деньгами. Смываете воду - смываете достаток. Так что лучше закрывать не только крышку, но и дверь в туалет. Плохо, если туалет расположен рядом с кухней, но такое часто встречается в планировке квартир. Что остается? Закрывать крышку!

ЧТО ПОЛОЖЕНО ПО ЭТИКЕТУ?

Многие считают, что, закрывая крышку, вы проявляете вежливость по отношению к другим жильцам квартиры. В европейский странах с детства учат подобным правилам, так что, если вы пригласили в гости европейца, не удивляйтесь, что крышка унитаза всегда будет закрыта.

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

БАЛЬЗАМ И КОНДИЦИОНЕР: В ЧЕМ РАЗЛИЧИЕ?

Для ухода за волосами существует множество замечательных средств: шампуни, бальзамы, кондиционеры, масла. Часто, не задумываясь о разнице, покупаются наугад или бальзам, или кондиционер. А между тем разница есть, и существенная.

БАЛЬЗАМЫ

Бальзамы косметологи создали для улучшения состояния волос. Витамины, специальные питательные вещества, фитокомплексы, которые составляют основу этих средств, питают волосы, восстанавливают их структуру. Еще одно свойство бальзама - склеивание кератиновых чешуек на поверхности волоса, что обеспечивает гладкую поверхность волоса.

Следует различать и виды бальзамов.

Бальзам без добавок содержит цинк, жирные кислоты, фитоэстогены. Такой бальзам ухаживает за луковицами волос, выравнивает поверхность локонов.

Бальзам-ополаскиватель в своем составе содержит молочную, лимонную, уксусную кислоты. Такой бальзам восстанавливает кислотный баланс структуры волос, нейтрализует остатки шампуня на поверхности волос, придает прядям красивый блеск, склеивает структурные чешуйки, закрывая поверхность волос. Его рекомендуют применять для закрепления цвета окрашенных волос.

Бальзам-кондиционер обладает двойным действием. Его задача: защита прядей от пересыхания и воздействия высоких температур. Средство не только питает, но еще и защищает волосы.

КОНДИЦИОНЕРЫ

Кондиционер, в отличие от бальзама, оказывает косметический эффект. Применение кондиционера делает уход за волосами более комфортным: облегчает расчесывание, защищает пряди от горячего воздуха фена. А еще кондиционер имеет хороший антистатический эффект. Средство покрывает волосы незаметной защитной пленочкой, закрывает чешуйки на их поверхности, сохраняет в них влагу и структурные вещества.

Главное отличие бальзама от кондиционера - антистатический эффект. У бальзама его нет.

Кондиционер защищает наши волосы от агрессивного внешнего воздействия, а бальзам для волос питает локоны изнутри.

ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

Бальзам после мытья волос наносят массирующими движениями на корни волос, легонько втирают в кожу головы, распределяют по длине волос. Обычно бальзам оставляют на пару минут, после чего волосы промываются водой, укладываются феном (при необходимости).

Если бальзам используют в лечебных и питательных целях, его оставляют на волосах на 15 минут. Можно приобрести специальные восстанавливающие и питательные бальзамы, которые действуют по типу маски. Их наносят на полчаса, сверху утепляют полиэтиленовой шапочкой, полотенцем. Смывают как обычно при мытье волос.

Кондиционер наносят по длине волос легкими массажными движениями.

Средство не следует наносить на корни волос. Если игнорировать это правило, волосы быстро приобретут засаленный вид, и пострадает объем укладки.

Кондиционер наносят на чистые влажные волосы по длине на 1-2 минуты, смывают водой. Кондиционер обволакивает каждый волосок, облегчает расчесывание, придает блеск волосам.

Можно использовать несмываемый кондиционер, обычно он бывает в форме спреев.

Еще одно отличие бальзама от кондиционера - частота применения. Бальзам не рекомендуют применять более двух раз в неделю. Кондиционер подходит для частого применения, им можно пользоваться всякий раз после мытья волос.

Конечно, выбор средства зависит от состояния волос. Если им требуется восстановление или питание, лучше остановить выбор на бальзаме, если необходимы защита при укладке, сохранение объема, антистатический эффект, тогда выбирайте кондиционер.

Не забывайте периодически радовать волосы лечебными масками, особенно если ваши пряди окрашены или вы подвергаете их химической завивке.

СРЕДСТВА «2 В 1»

Стилисты не советуют покупать средства для мытья волос, на которых есть надпись «2 в 1»: шампунь с бальзамом, шампунь с кондиционером или даже такое вот сочетание - шампунь-бальзам-кондиционер. Не гонитесь за кажущейся выгодой: нанес сложное средство на волосы, смыл - и полный порядок. На самом деле эти средства не эффективны. Шампунь раскрывает чешуйки волоса, очищает его по всей структуре. А компоненты бальзама или кондиционера, наоборот, закрывают их. Действие шампуня снизится, волосы приобретут тяжеловесность. Шампунь не советуют долго держать на волосах, а бальзам и кондиционер для волос имеют другое время воздействия.

Не относитесь легкомысленно к выбору ухаживающих средств. Соблюдайте рекомендации по использованию косметических средств, подбирайте их в соответствии с типом своих волос.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ирина Гриднева:
«МАКИЯЖ ДЕЛАЕТ МОЛОЖЕ»

- Намеренно не примолаживаюсь, не худею. Я и так лучше всех. Муж, дети, внуки в этом уверены, и это - самое главное. Мне никто не дает моего возраста. Возможно, потому, что я люблю яркий макияж. Правильно подобранная косметика делает женщину моложе и красивее. Чистки лица в косметологическом кабинете мне на год хватает, если поддерживать кожу специальными средствами для умывания, тониками, лосьонами и кремами. А может, во всем виновата генетика. Мой папа - осетин, мама - татарка. Оба красивые были. Я, как говорят, на папу похожа. И эту кавказскую красоту я люблю подчеркивать. Впрочем, не во внешности дело. Красота женщины - в ее душе, характере, глазах, улыбке. Хмурых, злых, надменных не любят. Ценятся простота, веселый нрав и сердечность.

В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

МАСКИ ОТ ПИГМЕНТНЫХ ПЯТЕН

✻ Мелко измельченный пучок **свежей петрушки** необходимо заварить 1 ст кипятка. В теплом и процеженном отваре смачивается тканевая салфетка и прикладывается на лицо, по мере высыхания ее необходимо каждый раз смачивать. Такой компресс на сухой коже можно держать до 30 мин и использовать 2 раза за неделю.

✻ Размятая **мякоть огурца** смешивается с 2 ст л сливок/сметаны. Такая маска подходит для всего лица, включая область под глазами. При ее регулярном использовании исчезают участки темной пигментации под глазами и становятся незаметными коричневые пятна.

✻ Протертый **творог** (2 ст л) перемешивается с 1 ст л сливок, в приготовленный состав добавляется 10 капель 3%-й перекиси водорода. Эта маска хорошо устраняет любые виды гиперпигментации.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ирина Гриднева:

«НА ПРАЗДНИК ХОРОШИ ОСЕТИНСКИЕ ПИРОГИ»

- По традиции в неделю Святого Георгия осетины поздравляют друг друга и ходят в гости от старшего к младшему. На стол обязательно ставят осетинские пироги, причем количество их должно быть нечетным (но не менее трех). Начинка - самая разная. Моя мама, хоть и была татаркой, пекла великолепные осетинские пироги. И этот рецепт я переняла от нее. Замесить тесто из 3 ст воды, 1 ст молока, 2 ч л сухих дрожжей, 1 ч л соли, 1 ст л сахара, 3 ст л подсолнечного масла и муки (сколько возьмет). Оставить тесто подниматься на час-полтора. Подготовить начинку. Мясная: фарш, лук, чеснок, перец по вкусу. Картофельно-сырная: отварить и растолочь 4 картофелины, добавить немного сливочного масла и 200 г брынзы (ее можно заменить 2-3 плавленными сырками). Свекольная: молодые листья свеклы нарезать, добавить брынзу. Раскатать большую лепешку, на середину положить кусочек сливочного масла и выложить начинку, сверху защипнуть, как беляши, и размять руками. Выпекать в разогретой духовке при максимальной температуре до готовности.

К ЧАЮ

ПЕЧЕНЬЕ «МЕДОВОЕ»

100 г сливочного масла, 100 г сахара, 2 яйца, 3 ст л меда, 100 г грецких орехов, 2 ч л разрыхлителя, 400-450 г муки.

Орехи измельчить. Масло растереть с сахаром, добавить мед, яйца, хорошо перемешать. Всыпать разрыхлитель и муку, замесить тесто. Из теста сформировать лепешечки, обмакнуть их в орехи. Противень застелить бумагой для выпечки, выложить лепешечки (орехами вверх). Выпекать 20-25 мин в разогретой до 180°С духовке.

ДРАНИКИ С СЫРОМ, ВЕТЧИНОЙ И УКРОПОМ

200 г ветчины (колбасы), 200 г твердого сыра, 6 картофелин, 2 яйца, 1 луковица, 4 ст л муки, укроп, перец черный молотый, соль по вкусу, растительное масло.

Натереть на крупной терке картофель, луковицу, твердый сыр, ветчину. Добавить яйца, всыпать муку и рубленую зелень укропа, посолить и поперчить по вкусу. Перемешать до однородности. Выкладывать смесь на сковороду растительным маслом ложкой, придавая изделиям форму оладий. Жарить до золотистой корочки с двух сторон. Подавать со сметаной, посыпав рубленым укропом.

ПИКАНТНЫЕ КУРИНЫЕ ГРУДКИ

500 г филе куриной грудки, 4 ст л соевого соуса, 2 ст л меда, 2 ст л растительного масла, 3 зубчика чеснока, черный молотый перей, молотый имбирь, карри, кунжут.

Филе нарезать порционными кусочками, хорошо перемешать с солью, перцем, имбирем, карри, пропущенным через пресс чесноком, соевым соусом. Оставить мясо для маринования на один час. На сковороде прогреть до однородного состояния небольшое количество растительного масла и мед. Выложить грудки, жарить на медленном огне до золотистой корочки со всех сторон. В конце приготовления посыпать семечками кунжута, перемешать, еще немного прогреть и снять с огня.

САЛАТ ИЗ ВЕТЧИНЫ И ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ

Капуста пекинская, ветчина, свежие огурцы, лук репчатый, сметана, перец черный молотый, соль.

Капусту нашинковать мелко, огурец и ветчину нарезать соломкой, лук - полукольцами. Ингредиенты перемешать, посолить и поперчить по вкусу, заправить сметаной.

Лук в этом рецепте - ингредиент необязательный, ветчину можно заменить на отварную говядину или индейку.

САЛАТ С КАЛЬМАРАМИ И ГОРОШКОМ

1 банка консервированных кальмаров, 100 г зеленого горошка, 3 яйца, перец черный молотый, лук зеленый, майонез, соль.

Нарезать все ингредиенты небольшими кубиками, порубить зеленый лук, всыпать горошек (жидкость слить). Заправить салат майонезом, посолить по вкусу, перемешать.

ЗАПЕКАНКА «ЛЕНИВАЯ ЖЕНА»

80 г пельменей, 100 г твердого сыра, 4 яйца, 2-3 луковицы, 250 г майонеза, 1 ч л соли, щепотка черного молотого перца, зелень.

Лук нарезать небольшими кубиками, обжарить его на разогретой сковороде до появления золотистой корочки. Яйца взбить с добавлением соли, перца, майонеза. В духовку поместить на 1-2 мин предварительно смазанную маслом форму. В подогретую форму аккуратным слоем выложить сырые пельмени, сверху равномерным слоем распределить обжаренный лук. Залить все яичной смесью и посыпать натертым на крупной терке сыром. Запекать 40 мин в духовке при 200°С. Подавать, посыпав рубленой зеленью.

«УЗЕЛКИ» С ГОВЯДИНОЙ

На 4 «узелка»: 250 г мякоти говядины, 4 картофелины, 1 красный болгарский перец, 1 помидор, 1 луковица, перец черный молотый, сыр твердый, майонез, уксус, соль.

Лук нарезать полукольцами, залить горячей водой, влить немного уксуса, оставить на 10 мин, затем жидкость слить. Мясо нарезать кубиками 2х2 см, посолить, поперчить, добавить немного майонеза, перемешать. Болгарский перец и картофель нарезать кубиками, помидор - ломтиками. Подготовить четыре небольших куска фольги. На каждый положить 1/4 помидора, на него - 1/4 болгарского перца, сверху - картофель, посолить. На картофель положить 1/4 часть мяса, на него - 1/4 лука. Завернуть все осторожно, формируя «узелок». «Узелки» поставить на противень и запекать около часа в духовке при 180°С. Затем их достать, открыть, содержимое посыпать тертым сыром и отправить в духовку еще на 10-15 мин, не закрывая фольгу. Подавать на тарелке в горячем виде, посыпав зеленью.

Сложи и сохрани

СЕКРЕТЫ ПРИВИВКИ

Для того, чтобы привой и подвой образовали единый растительный организм, нужно правильно провести их копулировку (соединение).

Фото 1.

Фото 2.

Классическая копулировка - это совмещение длинных косых срезов привоя и подвоя с последующей фиксацией обвязочной лентой. За 30-40 дней происходит их срастание, после чего привой и подвой образуют единый растительный организм.

Однако такой способ подходит в том случае, если диаметр привоя и подвоя одинаковый. Но как быть, если нужно привить однолетний черенок толщиной в карандаш на взрослую ветку диаметром 2-3 см? Для этого существует несколько разновидностей копулировки, наиболее известные - вприклад и в расщеп.

ПРИВИВКА ВПРИКЛАД

Название говорит само за себя - на толстом подвое срезается слой коры длиной 2,5-3 см. Такой же длины срез делают и на черенке, после чего срезы прикладывают друг к другу (фото 1) и закрепляют специальной обвязочной или обычной изоляционной лентой. Понятно, что поверхность среза подвоя будет намного шире, чем у черенка, поэтому очень важно, чтобы кора была совмещена хотя бы с одного края. Иногда для более надежного совмещения на привое и подвое делают дополнительные надрезы, чтобы получились так называемые «язычки» (фото 1), которые прочно фиксируют прививку и до, и после обвязки лентой. Вот так выглядит место прививки, выполненной способом вприклад (фото 2).

ПРИВИВКА В РАСЩЕП

Ее обычно используют начинающие садоводы, потому что сам по себе способ совмещения привоя и подвоя способствует их успешному срастанию. При этом на черенке делают два косых среза так, чтобы нижняя часть привоя была похожа на клин. Затем прививочным ножом подвой расщепляется, и в образовавшуюся щель вставляется клиновидная часть привоя (фото 3). При этом черенок зажимается естественным образом, и обвязка в данном случае нужна только для страховки. Как и при других способах прививки, нужно следить, чтобы участки коры привоя и подвоя совпадали хотя бы с одного края. Если все сделано правильно, то во второй половине лета происходит полное срастание с обильным формированием каллусной ткани, которая затягивает места срезов (фото 4)

Фото 3.

Фото 4.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ирина Гриднева:

«САД НАПОМНИТ О ПУТЕШЕСТВИЯХ»

- У нас огромный огород и сад. Многие растения я, заядлая путешественница, привозила из своих поездок. Клубника, например, из Тюмени, с маминой родины. Ягода отлично прижилась в наших условиях, дает крупные и необычайно вкусные плоды. Крыжовник приехал к нам из Татарии. Черешню и виноград я привезла из Осетии. Грецкий орех - тоже гость с юга. Несмотря на то, что мы соблюдали все правила посадки (выкопали глубокую яму, засыпали на дно ее шифер) и ухода, растет орех небыстро, видно, тепла ему не хватает. Ждем не дождемся первого урожая.

ИЗ ОПЫТА

ОЧИЩАЕМ ТЕПЛИЦУ

Известно, что теплицы с осени обеззараживают дымом серных шашек. Если этого не сделано, то сейчас надо искать менее ядреные препараты.

Промыть теплицу изнутри можно средством для мытья посуды, но против грибков более действен раствор мочевины (50 г на 10 л воды). Этого достаточно, чтобы грибки погибли, а остатки препарата, попав в почву, послужили подкормкой для рассады. Раствором опрыскивают потолок, стены и даже грунт в теплице.

А вот хлорная известь весной не применяется, так как хлор не успеет выветриться - и растения будут от него страдать. Вместо него грунт опрыскайте раствором медного купороса (100 г на 10 л воды). Этого достаточно, чтобы прижечь грибки, и слишком мало, чтобы растения страдали от накопления излишков меди. Ведь медный купорос - один из микроэлементов, необходимый в небольших дозах растениям.

Некоторые владельцы теплиц используют для дезинфекции слабый раствор марганцовки. Раствор наносят на поверхности после их очистки раствором зеленого мыла. Этого достаточно, чтобы справиться с грибками.

Сударыня
ОРЕНБУРГСКАЯ
№ 13 (1 291) 07.04.20

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ирина Гриднева:

«УВАЖЕНИЕ ВОСПИТЫВАЕТСЯ С ДЕТСТВА»

- У меня трое детей. Виктории 30 лет, она старший лейтенант юстиции. Виталию - 26. Он работает мастером у нефтяников. Владислав - студент Звенигородского училища олимпийского резерва, серебряный и бронзовый призер первенства России по легкой атлетике в метании диска и толкании ядра. Мне за моих детей не стыдно, хотя мальчишки в детстве шкодные были. Приходилось быть с ними построже. Никто вроде бы их не учил, но дети меня называют только на «вы». Единственное, говорила всегда ребятам, что нужно ценить родственные связи, жить дружно и во всем помогать близким. Такими они и выросли. Семейные ценности и взаимное уважение для них превыше всего.

ВОСПИТАНИЕ

ЧЕМ ПОЛЕЗНЫ ДОЧКИ-МАТЕРИ?

Эта детская игра - миниатюрная модель семейных отношений. Согласно ее сюжету, дети примеряют на себя роли родственников, как малышей, так и взрослых. Если вы понаблюдаете за процессом игры, то сможете понять, как малыш видит и чувствует себя в семье.

Подсмотрите, не вмешиваясь, один из эпизодов игры в куклы вашего ребенка с другими малышами. Нередко ребята разыгрывают сценки, посвященные какому-либо событию из жизни семьи.

Проанализируйте то, что вы увидели. Отмечайте важные детали: кого играет ваша дочь? Какие манеры этого родственника она копирует? Если это один из родителей, то как он относится к ребенку? Что поощряет, а что запрещает и как? Повышает ли голос на куклу-ребенка? За что хвалит?

Наблюдения позволят вам увидеть отношения с ребенком со стороны, помогут скорректировать ваше поведение и поведение крохи в разных бытовых ситуациях.

Детская

КАК РАЗВИТЬ В РЕБЕНКЕ ЭМПАТИЮ?

Есть вещи, которые не даются человеку с рождения. Вместе с тем их развитие может оказать значительное влияние на качество жизни. Одна из них - эмпатия. Чем она может быть полезна детям?

О ЧЕМ РЕЧЬ?

Чуткость, отзывчивость, сопереживание, понимание - синонимы, обозначающие эмпатию. Может показаться, что дети - источник доброты и сочувствия. На самом деле это не так. Достаточно вспомнить эпизоды, когда ребенок может ударить котенка, обидеть малыша, кричать, когда кто-то дома болеет. Оказывается, что дети до трех лет практически не способны к проявлению сострадания, и это норма.

По мере взросления сыновей и дочерей мы можем наблюдать у них первые проявления эмпатии. Но только при условии, если поможем ей развиться. Наверняка вам известны примеры взрослых, которых можно назвать черствыми, не способными на сочувствие. Родителям необходимо приложить руку к развитию эмпатии у ребенка, ведь ее присутствие дает множество преимуществ. Люди с этим развитым чувством позитивно относятся к жизни, не осуждают других, умеют слушать и слышать, отлично выстраивают отношения со всеми.

Эмпаты хорошо ориентируются в различных ситуациях, умеют избегать и сглаживать конфликты, добиваются высоких показателей в учебе и работе. Ведь жизнь - это череда событий, основанных на общении с другими, умении ладить с людьми и наводить «мосты». В конце концов, чем лучше мы чувствуем окружающих, тем нам легче жить.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Доказано, что развитие способности к сочувствию у ребенка происходит через осознание собственных чувств. Чем больше они понимают и принимают свои эмоции, тем более склонны к оценке чувств других.

Эмпатия прекрасно развивается благодаря следующему:

• чтение сказок и их обсуждение учит сочувствовать героям, разграничивать добро и зло. Выдумка, облаченная в книгу, воздействует не только на ум, но и на чувства малыша. Повышаются его восприимчивость, эмоциональность;

• разговоры с детьми о потребностях других, о переживаемых ими чувствах. Возьмите за привычку разбирать все жизненные ситуации на уровне эмоций. Например, что чувствовал ребенок, когда произошла ссора с другом? Какие эмоции при этом мог испытывать приятель?

• играйте по ролям, параллельно анализируя поведение героев. Даже рядовая игра в дочки-матери помогает примерить «шкуру» другого героя, акцентирует внимание на предполагаемых эмоциях героев. Интересуйтесь у чада характером персонажей, почему они поступили так или иначе;

• через домашних питомцев ребенок учится ответственности, вниманию к тем, кто рядом. Если малыш жесток по отношению к животному, объясняйте его поведение, задавайте вопросы вроде «Как ты думаешь, что чувствует сейчас Барсик?», «А ты на его месте что бы чувствовал?» и т. п.;

• обсуждайте реальные ситуации с ребенком. Даже когда вы идете по улице, можно упражняться в развитии эмпатии. Например, увидев котенка на дереве, предположите, что ему страшно; бегущий человек явно куда-то опаздывает; плачущий ребенок чем-то расстроен. Какие чувства могут испытывать данные персонажи?

А самое главное - сами учитесь эмпатии и открыто ее проявляйте. Демонстрируйте чувства по отношению к близким, проговаривайте вслух то, что испытываете. Так малыш начинает выделять для себя различные эмоции, усваивает их выражение. Покажите на своем примере, что вы чувствуете, используя фразы «Я расстроена», «Мне обидно», «Я счастлива» и т. п. Объясните, что испытывать любое из чувств - нормально.

НАУКА

ДЕТИ И ДЕНЬГИ

Дети способны понять и оценить важность денег в 10-летнем возрасте - к такому выводу пришли исследователи из Великобритании.

Большинство родителей, принимавших участие в исследовании, отметили, что к 10-летнему возрасту их дети осознали, что деньги не бесконечны, они не достаются их родителям просто так и их не стоит тратить на пустяки.

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

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Психолог

СИНДРОМ ВЫГОРАНИЯ

Кто из нас хотя бы раз в жизни не ощущал, что устал от своей работы? Такое состояние может означать наличие эмоционального выгорания. Можно ли исправить ситуацию?

Новая работа всегда завораживает. Все в ней великолепно: и коллектив дружный, и начальник - золото, и работать интересно. Долго ли длится это чувство влюбленности в работу? Бывает и так, что когда-то любимое дело начинает надоедать, а дружелюбный офис становится противен. Разве такое может быть?

Ответ: может, если вы добросовестный и ответственный, склонный все идеализировать человек, потому что именно такие сотрудники подвержены синдрому выгорания, который представляет собой самый настоящий хронический стресс. Постоянная усталость, которая не исчезает даже после отдыха, устойчивое нежелание общаться с коллегами (а потом и со всеми, кто может говорить) и неистребимое чувство неудовлетворенности - это лишь некоторые яркие признаки стресса.

Эмоциональное выгорание - это состояние, при котором человек постоянно чувствует себя уставшим, подавленным.

Понятно и без исследований, что ни одна работа не может на протяжении долгого времени приносить лишь радость и удовлетворение. Но есть факторы, которые могут способствовать развитию этой нелюбви: окна офиса выходят на стену соседнего здания; нет времени передохнуть из-за надзирательства начальства; постоянная спешка, паника или, наоборот, однообразие в работе; трудные взаимоотношения с коллегами; отсутствие перспектив; огромная ответственность или ситуация, в которой вы ни за что не отвечаете. Еще одной из причин нелюбви к работе становится желание все делать на «отлично», именно это и приводит к стрессу, когда человек постоянно держит себя в напряжении и полной концентрации внимания.

Выгорание сводит на нет все попытки профессионально расти и развиваться. Оно лишает желания идти вперед и чему-то учиться. Более того, человек считает себя плохим работником.

Для того чтобы как можно дольше продлить «роман» с работой и не стать жертвой синдрома выгорания, стоит постоянно оценивать ситуацию, смотреть на нее со стороны. Ведь усталый и грустный вид создает неблагоприятное впечатление не только на родных, но и на коллег и партнеров. Достаточно окружить себя на рабочем месте родными домашними вещами. Фото из отпуска или поделка ребенка поддержат вас в трудную минуту.

Как преодолеть выгорание?

В первую очередь нужно сократить время пребывания на рабочем месте, к примеру, взяв отпуск или несколько отгулов.

Второй шаг заключается в поиске поддержки. Не стоит скрывать переживания, ведь это только усугубляет ситуацию. Лучше поделиться ими с близкими людьми. Даже от разговора станет легче.

Специалисты рекомендуют пересмотреть приоритеты и цели. Эмоциональное выгорание является знаком, что с ними что-то не так. Важно провести тщательный анализ, выяснить причины случившегося. Возможно, все дело в не той работе, и ее нужно сменить. Либо же придется работать над собой, своим характером.

Также по возможности следует умственную нагрузку заменить физической, например, заняться спортом или просто прогуляться. А обеденный перерыв, выходные или отпуск стоит использовать по назначению - отдыхать и расслабляться.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Ирина Гриднева:

«НУЖНО БЫТЬ ОПТИМИСТАМИ»

- Я на работу всегда хожу как на праздник. Даже в отпуске не могу усидеть дома. Через два-три дня иду на репетиции хора да чай попить с коллегами. В этот раз клуб закрывали на карантин - и комок к горлу подкатывал. Но нужно быть оптимистами и не падать духом. Я верю в наше правительство и президента, которые обязательно остановят в России распространение коронавирусной заразы. И все у нас непременно будет ХОРОШО!

Хозяюшка

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫПУСТИТЬ ГНЕВ?

Вам доводилось испытывать ощущение, что сейчас вы взорветесь и разнесете все вдребезги? Вот несколько советов, помогающих реализовать свой гнев и остаться здоровым человеком.

Знайте, что гнев - это не плохое воспитание, а защитная реакция на посягательство на ваши права или вашу безопасность. Он естественен для психики. Но наше сознание не всегда различает угрозу настоящую и угрозу вымышленную, когда вам просто что-то показалось.

Поэтому если вы чувствуете, как вас начинает распирать изнутри, прежде чем вылить свою ярость на окружающих, уточните, что вам не кажется, что вас используют не по назначению. Например: «Мне кажется, или вы хотите возложить на меня ответственность за эту работу, которую должны были выполнить вы?» Вы никого не обвиняете, вы делитесь своими сомнениями. Обычно ситуация проясняется уже на этом этапе.

Если вы не можете сдержаться, а вас совершенно явным образом провоцировали, вы имеете право поделиться своими чувствами. Говорите об этом прямо.

Если вы по какой-то причине не можете высказать свой гнев тому, кто его вызвал, просто проговорите это для себя. Лучше вслух. Так вы структурируете свои эмоции, и вам будет значительно легче.

Иногда бывает, что явного объекта для гнева нет, а вы в ярости и не можете сосредоточиться. Или высказанного вслух оказалось недостаточно. В этом случае необходимо дать организму разрядку. Изначально эволюция заложила в нас механизм стресса, запускающий двигательную активность: драться или убегать. Если вы продолжаете работать и психовать, ваш организм съедает себя изнутри.

Вам необходимо движение. Много, интенсивно и сейчас. Выйдите из-за стола и спуститесь-поднимитесь по лестнице этажей 5-10. Отожмитесь на руках или сделайте приседания до изнеможения. Вы удивитесь, насколько вам сразу полегчает.

А если хочется безопасно поорать? Орите от всей души там, где вас никто не услышит.

Между прочим, наш организм в принципе устроен так, что издавание громких звуков его успокаивает. Совершенно легальный и действенный вариант снятия стресса - петь. Петь много, мелодично, так, чтобы звуки резонировали в грудной клетке и голове. Попробуйте, вам понравится. Эффект наступает обычно через 5-7 минут пения.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.10 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 01.00 «Время покажет». (16+)
14.00 «Добрый день».
15.00 Новости.
15.15, 02.25, 03.05 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40 «У нас все дома». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Ищейка». (12+)
22.30 «Док-ток». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.10 «Вечерний Unplugged». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 «Утро России».
09.00, 14.30, 20.45 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 17.15 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Зулейха открывает глаза». (16+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «На дальней заставе». (12+)

МАТЧ

08.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
09.45, 16.35, 00.30 Все на Матч!
10.05 Хоккей. Суперсерия 1972 года. Канада - СССР. (0+)
12.00 Д/с «Кубок войны и мира». (12+)
12.40 Д/с «Мама в игре». (12+)
13.10 XXIII Зимние Олимпийские игры. Хоккей. Мужчины. Финал. Россия - Германия. (0+)
16.30, 20.35 Новости.
17.20 «Братислава. Live. Лучшее». (12+)
17.50 Хоккей. Чемпионат мира. Матч за 3-е место. Россия - Чехия. (0+)
20.15 «Биатлонная жизнь без биатлона». (12+)
20.40 Футбол. Чемпионат Европы-2016. Россия - Англия. (0+)
22.40 «Наши на Евро. ЧЕ-2016» (12+)
23.10 «Обзор неоконченного сезона». (12+)
23.30 Киберфутбол. Кубок «Матч ТВ».
01.00 «Евротур» (12+)
01.30 «Forza, Italia!». (0+)
03.00 Х/ф «Неваляшка». (12+)

НТВ

05.10 Т/с «Москва. Три вокзала». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25, 01.05 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «Основано на реальных событиях». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.15, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
21.00 Т/с «Рикошет». (16+)
23.00 Т/с «Паутина». (16+)
00.10 «Последние 24 часа». (16+)
03.20 «Их нравы». (0+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.15 «Известия».
05.25, 09.25, 13.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-3». (16+)
16.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4». (16+)
17.45 Т/с «Великолепная пятерка-2». (16+)
18.35 Т/с «Великолепная пятерка». (16+)
19.20 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Великолепная пятерка-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Т/с «След». (16+)
01.15 Т/с «Детективы». (16+)
03.25 Т/с «Страсть-2». (16+)

КУЛЬТУРА

Профилактика.
12.00 Д/ф «Роман в камне».
12.30 Academia.
13.20 «Белая студия». Владимир Косма.
14.00, 15.30, 17.10, 18.20, 19.25, 20.45 Большие маленьким.
14.05 Спектакль «Скрипка Ротшильда».
15.35 Красивая планета.
15.55 «Большой балет».
16.20 Владимир Васильев. «И мастерство, и вдохновенье...». Сцены из балетов.
17.20 Красивая планета.
17.35 «Полиглот». Английский с нуля за 16 часов!
18.25 Д/ф «Пять вечеров до рассвета».
19.10 Открытый музей.
19.35 «Другие Романовы».
20.00 «Иисус Христос. Жизнь и учение».
20.50 «Игра в бисер». «Книга Екклесиаста».
21.30 Т/с «Достоевский».
22.30 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи».
00.00 «Большой балет».
00.25 Фильм-балет «Дуэт».
01.35 «Александр Филиппенко. Вечер советской сатиры».

ОТР

08.00 «Культурный обмен». (12+)
08.40 «Большая страна: люди». (12+)
09.00, 22.50, 04.05 «Прав!Да?». (12+)
10.00, 20.00 «Фигура речи». (12+)
10.30, 20.30, 03.00 «Большая наука». (12+)
11.00 Т/с «Ева». (12+)
12.00, 02.05 Д/ф «100 чудес света». (12+)
12.55, 19.15, 07.30 Д/ф «Гении от природы». (12+)
13.25, 19.05 «Среда обитания». (12+)
13.35, 05.00 «Домашние животные». (12+)
14.05 Т/с «Доктор Тырса». (12+)
15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00, 02.00 Новости.
15.05 Т/с «Доктор Тырса». (12+)
15.45, 23.45, 07.15 «Вспомнить все». (12+)
16.05, 17.05, 00.15 «ОТРажение».
19.45, 05.30 «Медосмотр». (12+)
21.05, 22.05 Т/с «МУР есть МУР! - 2». (12+)
03.25 «Моя история». (12+)

ТВЦ

06.15 Х/ф «Чудны дела твои, Господи!». (12+)
08.00 «Настроение». (16+)
08.15 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Воспитание и выгул собак и мужчин». (12+)
10.50 Д/ф «Актерские судьбы. Юрий Васильев и Александр Фатюшин». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 04.50 «Мой герой. Арина Шарапова». (12+)
14.50, 00.10 Петровка, 38. (16+)
15.05, 02.50 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
16.55, 05.30 «Естественный отбор». (12+)
18.10 Х/ф «Отель последней надежды». (12+)
22.25, 01.45 «Линия защиты. Гроза экстрасенсов». (16+)
22.55 «Прощание. Эдуард Лимонов». (16+)
23.50 События. 25-й час.
00.20 Д/ф «Мужчины Анны Самохиной». (16+)
01.05 «Прощание. Эдуард Лимонов». (16+)
02.15 Д/ф «Юрий Андропов. Легенды и биография». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)
09.00, 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00, 23.30 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Сумасшедшая езда». (16+)
22.00 «Смотреть всем!». (16+)
00.30 Х/ф «12 обезьян». (16+)
02.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
03.40 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 01.25 «День Патриарха». (0+)
05.15 «Общее дело. Возрождение храмов Севера». (0+)
05.30 «Пилигрим». (6+)
06.00, 21.30, 02.45 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
06.30 «Монастырская кухня». (0+)
07.00, 19.00, 01.50 «Завет». (6+)
08.00 Х/ф «Иваново детство». (0+)
10.00 Божественная литургия. (0+)
13.00, 20.00, 03.30 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
14.00, 14.30 «Монастырская кухня» (0+)
15.00 Х/ф «Повесть о настоящем человеке». (0+)
17.00 Х/ф «Мать Мария». (12+)
22.00 «Евангелие от Луки вслух». (0+)
00.55 Д/с «Апостолы». (12+)
01.40 Д/ф «Великий четверг». (12+)
03.15 «Псалтирь. Кафизма 17». (0+)
04.45 «Тайны сказок». (0+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Тролли. Праздник продолжается!». (6+)
07.00 Т/с «Психологини». (16+)
08.00 «Миша портит все». (16+)
09.00 «Уральские пельмени». (16+)
09.15 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
15.50 Х/ф «Гарри Поттер и тайная комната». (12+)
19.00 «Миша портит все». (16+)
20.00 Х/ф «Гарри Поттер и узник Азкабана». (12+)
22.45 «Русские не смеются». (16+)
23.45 «Дело было вечером». (16+)
00.45 Х/ф «Суперполицейские-2». (16+)
02.30 Х/ф «Любовь прет-а-порте». (12+)
03.50 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
04.40 М/ф.
05.45 «Ералаш». (0+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.20 «Давай разведемся!». (16+)
09.25 «Тест на отцовство». (16+)
11.30 «Реальная мистика». (16+)
12.35, 02.35 «Понять. Простить». (16+)
14.25, 02.05 «Порча». (16+)
14.55 Х/ф «Никогда не бывает поздно». (16+)
19.00 Х/ф «Если ты меня простишь». (16+)
23.05 Т/с «Дыши со мной». (16+)
01.10 Т/с «Дыши со мной. Счастье взаймы». (16+)
04.00 «Реальная мистика». (16+)
04.55 «Тест на отцовство». (16+)

ТВ-3

06.00, 08.45 М/ф.
08.30 «Рисуем сказки». (0+)
09.20 Т/с «Слепая». (16+)
11.00 «Гадалка». (16+)
11.30 «Сидим дома со звездами». (12+)
12.00 «Не ври мне». (12+)
15.00 «Мистические истории». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 «Знаки судьбы». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Хороший доктор». (16+)
20.30 Т/с «Касл». (12+)
23.00 Х/ф «Жизнь хуже обычной». (16+)
01.15 «Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00, 13.15, 14.20, 17.35, 22.00, 06.10 «На ножах». (16+)
09.30 «Утро Пятницы». (16+)
10.40, 01.10 Т/с «Доктор Хаус». (16+)
15.25 «Черный список». (16+)
21.00 «На ножах». (16+)
03.55 «Пятница News». (16+)
04.25 «Генеральная уборка». (16+)
05.15 «На ножах. Отели». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.20 «Не факт!». (6+)
09.35, 12.05 Т/с «Спецотряд «Шторм». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
16.05 Т/с «Спецотряд «Шторм». (16+)
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Курская дуга». (12+)
19.40 «Последний день». (12+)
20.25 Д/с «Секретные материалы». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 Т/с «Естественный отбор». (16+)
02.45 Х/ф «С Дона выдачи нет». (16+)
04.10 Х/ф «Ссора в Лукашах». (0+)

МИР

06.00 Т/с «Закон и порядок».
09.45 Т/с «Кулинар».
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.15 Т/с «Кулинар».
13.15, 01.55 «Дела судебные».
16.15 «Приговор!?».
17.20, 19.20, 04.30 Т/с «Мухтар. Новый след».
19.55 «Игра в кино».
20.40 «Всемирные игры разума».
21.15 «Отцы и дети».
22.15, 00.00 Т/с «Кулинар».
00.35 «Игра в правду».
03.20 Х/ф «Новый Гулливер».

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Полицейский с Рублевки-5». (16+)
14.30 «Импровизация». (16+)
15.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
16.30 Т/с «Ольга». (16+)
18.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «Полицейский с Рублевки-5». (16+)
21.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 Т/с «Звоните ДиКаприо». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Stand up». (16+)
03.40 «Открытый микрофон». (16+)

ОРТ

Профилактика.
12.00, 12.30, 14.00 «Телеуроки». (6+)
13.00 «Обратная связь». (16+)
13.45, 17.50 М/ф.
14.40 «Жизнь здоровых людей». (16+)
15.05 «Туристический рецепт». (12+)
15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.35 «Новости дня». (12+)
15.55, 00.45 Т/с «Закрытая школа». (16+)
16.50 «Национальный характер». (12+)
17.20, 19.30 Д/ф «Люди РФ». (12+)
18.10 «Окаянные дни». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
18.50 «Правильный выбор». (12+)
19.25, 20.55, 23.55, 02.00 «Новости спорта». (12+)
20.00 «Экономический клуб». (16+)
20.15 «Накануне». (12+)
21.00 Х/ф «Не оглядывайся». (16+)
23.00 «Русский характер». (16+)
00.00, 03.55 Т/с «Сашка». (16+)
02.05 Х/ф «Паранормальное». (16+)
04.40 «Музыка на канале». (16+)

ПОМНИМ И ГОРДИМСЯ

В прокуратуре чтят имена ветеранов

Фронтовики вызывали уважение в любом трудовом коллективе. Они, израненные и опаленные пламенем сражений, после Победы приступили к восстановлению страны из руин во всех смыслах этого слова. Наши ветераны подбирали кадры для борьбы с преступностью. И справились с этой задачей достойно. Участников войны уже нет в живых, но их имена золотыми буквами вписаны в историю прокуратуры Оренбургской области. Трудно переоценить вклад в развитие системы, восстановление законности и правопорядка в стране Александра Васильевича Морозова и Григория Васильевича Хамлова.

А. В. Морозов родился в 1921 году в Саратовской губернии в семье крестьян-бедняков. После окончания школы решил связать жизнь с военной службой. В 1939 году добровольно вступил в ряды Красной армии, был направлен в Подольское военное артиллерийское училище. Накануне войны молодой офицер-артиллерист получил направление в литовский город Каунас. Уже в июне 1941 года Александр Морозов вступил в бой на границе с Германией и оставался на фронте до полного разгрома врага. Был командиром взвода в артиллерийском полку, начальником разведки, помощником начальника штаба артдивизиона, начальником штаба артполка.

Александр Васильевич был демобилизован из рядов Красной армии в конце 1945 года в звании майора.

Награжден орденом Красной Звезды и орденом Отечественной войны I и II степени, орденом Александра Невского, медалями «За победу над Германией», «За освобождение Варшавы», «За взятие Берлина».

После войны А. В. Морозов получил высшее юридическое образование и по направлению прокуратуры республики в 1949 году прибыл в Оренбургскую (тогда Чкаловскую) область. До 1967 года работал прокурором отдела по надзору за органами мест заключения, затем занимал должность начальника этого отдела, был начальником отдела кадров прокуратуры Чкаловской области, прокурором города Новотроицка, прокурором Орска. В 1967 году был переведен на работу в прокуратуру Чечено-Ингушской АССР.

Григорий Васильевич Хамлов родился в 1923 году в Саракташском районе. С 1941 по 1942 год был курсантом Чкаловского аэроклуба, затем - курсантом Южно-Уральского пулеметного училища в Башкирии. С 1942 по 1944 год воевал в стрелковом полку Украинского фронта в звании командира взвода. За свои подвиги награжден орденом Отечественной войны I и II степени и медалью «За победу над Германией». Был трижды ранен, последний раз очень тяжело. В связи с этим демобилизовался из рядов Красной армии, прибыл на родину и стал преподавателем военной подготовки в школе № 17. Параллельно получил юридическое образование и был назначен помощником прокурора Павловского района Оренбургской области. Затем занимал должности прокурора отдела кадров, прокурора следственного отдела, старшего помощника прокурора области по кадрам. На заслуженный отдых в 1983 году вышел с должности прокурора Оренбургского района.

Наш святой долг - хранить память об участниках Великой Отечественной войны и передавать ее будущим поколениям.

А. П. ФАДЕЕВ, Е. ГВОЗДЕВА, прокуратура Оренбургской области.

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ИЗ ПЕРВЫХ УСТ

Если инфекция оставила без работы

На самые актуальные вопросы оренбуржцев о работе в период самоизоляции и особенностях оплаты труда отвечает руководитель Государственной инспекции труда в Оренбургской области Владимир Колесников.

- Может ли работодатель на период нерабочих дней отправить сотрудника в административный отпуск без содержания заработной платы?

- В соответствие со ст. 128 ТК РФ, отпуск без сохранения заработной платы может быть предоставлен работнику по семейным обстоятельствам и другим уважительным причинам только по его письменному заявлению. Продолжительность такого отпуска определяется по соглашению между работником и работодателем. Принуждение работников к подаче заявления о предоставлении отпуска без сохранения заработной платы является нарушением Трудового кодекса.

- Вправе ли работодатель задержать выплату заработной платы из-за введения режима самоизоляции?

- В соответствии с ч. 6 ст. 136 Трудового кодекса РФ, заработная плата выплачивается не реже чем каждые полмесяца. Конкретная дата выплаты заработной платы устанавливается правилами внутреннего трудового распорядка, коллективным договором или трудовым договором не позднее 15 календарных дней со дня окончания периода, за который она начислена. Обязательства работодателя по своевременной выплате заработной платы работнику возникают у работодателя независимо от наличия денежных средств в кассе и на расчетном счету.

- Как оплачивается работникам период простоя?

- Время простоя из-за распространения коронавирусной инфекции оплачивается работникам, в соответствии с ч. 2 ст. 157 ТК РФ, как время простоя по причинам, не зависящим от работодателя и работника, в размере не менее 2/3 тарифной ставки или оклада, рассчитанных пропорционально времени простоя.

- Имеет ли работодатель право устанавливать работникам дистанционный режим работы?

- Подобная обязанность работодателя законодательством не предусмотрена. Дистанционный режим работы может быть установлен по соглашению между сторонами трудового договора - работником и работодателем.

- Отменяются или нет в период самоизоляции командировки?

- Указом Губернатора Оренбургской области от 4 апреля 2020 года №159-ук работодателям предписано отменить командировки, за исключением тех, которые носят неотложный характер. По возвращении сотрудника из командировки необходимо обеспечить его изоляцию сроком на 14 дней.

- Кого не могут отправлять в командировки? Есть ли у работника право отказаться от поездки?

- Отказаться от командировки может работник, если основания для отказа предусмотрены в Трудовом кодексе или трудовом договоре. Не могут направляться в командировку без их согласия женщины с детьми до трех лет; одинокие родители и опекуны, воспитывающие детей в возрасте до пяти лет; работники, имеющие детей-инвалидов; работники, которые осуществляют уход за больным членом семьи в соответствии с медицинским заключением. Нельзя отправлять в командировку беременных женщин; несовершеннолетних сотрудников, кроме спортсменов и творческих работников; работников, заключивших ученический договор, если командировка не связана с ученичеством; инвалидов, если такое ограничение указано в индивидуальной программе реабилитации.

- Возможно ли заключение трудового договора или его расторжение удаленно?

- Заключение трудового договора или его расторжение удаленно возможно, но с соблюдением требований трудового законодательства.

- Куда обращаться работнику, если его трудовые права нарушены?

- В случае, если работодателем нарушаются трудовые права работников, в том числе на сохранение заработной платы в нерабочие дни, или происходит незаконное увольнение, они вправе обратиться в Государственную инспекцию труда в Оренбургской области при помощи сервиса «Онлайнинспекция.РФ» лично или по почте с письменным заявлением о нарушении трудовых прав. Можно также обратиться в прокуратуру Оренбургской области или суд.

В Государственной инспекции труда в Оренбургской области работают телефоны горячей линии: 8(3532) 77-16-42 и 8-950-188-45-80.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.10 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 01.00 «Время покажет». (16+)
14.00 «Добрый день».
15.00 Новости.
15.15, 02.25, 03.05 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40 «У нас все дома». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Ищейка». (12+)
22.30 «Док-ток». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.10 «Вечерний Unplugged». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 «Утро России».
09.00, 14.30, 20.45 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 17.15 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 Т/с «Зулейха открывает глаза». (16+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «На дальней заставе». (12+)

МАТЧ

08.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
10.15, 14.05, 18.40, 20.55, 00.30 Все на Матч!
10.35 Хоккей. Суперсерия 1972 года. Канада - СССР. (0+)
12.20 Д/с «Кубок войны и мира». (12+)
13.10 «Ярушин Хоккей Шоу». (12+)
13.40 «Сергей Устюгов. Перезагрузка». (12+)
14.00, 18.35, 20.50 Новости.
14.35 Футбол. Чемпионат Европы-2016. Финал. Португалия - Франция. (0+)
18.05 «Эмоции Евро» (12+)
19.20 «Тот самый. Поветкин» (12+)
19.50, 03.30 Профессиональный бокс. (16+)
21.25 Футбол. Чемпионат Белоруссии. «Динамо-Минск» - «Неман» (Гродно).
23.30 Киберфутбол. Кубок «Матч ТВ».
01.00 «Наши на Евро. ЧЕ-2016» (12+)
01.30 Футбол. Чемпионат Европы-2016. Россия - Англия. (0+)

НТВ

05.10 Т/с «Москва. Три вокзала». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25, 00.40 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «Основано на реальных событиях». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.15, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
21.00 Т/с «Рикошет». (16+)
23.00 Т/с «Паутина». (16+)
00.10 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
03.00 «Кодекс чести. Мужская история». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 «Известия».
05.35 Т/с «Улицы разбитых фонарей-3». (16+)
08.00, 09.25, 13.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4». (16+)
17.45 Т/с «Великолепная пятерка-2». (16+)
18.30 Т/с «Великолепная пятерка». (16+)
19.20, 00.30 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Великолепная пятерка-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
01.15 Т/с «Детективы». (16+)
03.30 Т/с «Страсть-2». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.25, 08.45, 13.55, 17.30, 18.20, 19.25, 20.45 Большие маленьким.
07.35, 19.35 «Другие Романовы».
08.00 «Иисус Христос. Жизнь и учение».
08.55, 01.45 «Музыка в кино, в театре, на телевидении. Фильмы Эльдара Рязанова».
10.00, 21.30 Т/с «Достоевский».
11.00, 22.30 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи».
12.30 Academia.
13.20 «Игра в бисер». «Книга Екклесиаста».
14.05 Спектакль «Не все коту масленица».
15.55 «Большой балет».
16.20 Фильм-балет «Дуэт».
17.35 «Полиглот». Английский с нуля за 16 часов! №
18.25 Д/ф «Москва слезам не верит» - большая лотерея».
19.10 Открытый музей.
20.00 «Иисус Христос. Жизнь и учение».
20.50 «Энигма. Йоханнес Фишер».
00.00 «Большой балет».
00.30 Владимир Васильев. Класс Мастера.
02.45 Цвет времени.

ОТР

08.00 «Моя история». (12+)
08.40 «Большая страна: люди». (12+)
09.00, 22.50 «Прав!Да?». (12+)
10.00, 20.00 «Большая страна». (12+)
11.00 Т/с «Ева». (12+)
12.00, 02.05 Д/ф «100 чудес света». (12+)
12.55, 19.15, 07.30 Д/ф «Гении от природы». (12+)
13.25, 19.05 «Среда обитания». (12+)
13.35, 05.00 «Домашние животные». (12+)
14.05 Т/с «Доктор Тырса». (12+)
15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00, 02.00 Новости.
15.05 Т/с «Доктор Тырса». (12+)
15.45, 23.45, 03.25, 07.15 «Вспомнить все». (12+)
16.05, 17.05, 00.15 «ОТРажение».
19.45, 05.30 «Медосмотр». (12+)
21.05, 22.05 Т/с «МУР есть МУР! - 2». (12+)
03.00 «Большая наука». (12+)
03.50 «Живое русское слово». (12+)
04.05 «За дело!». (12+)
04.45 «От прав к возможностям». (12+)

ТВЦ

06.10 Х/ф «Отель последней надежды». (12+)
08.00 «Настроение». (16+)
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Непридуманная история». (12+)
10.35 Д/ф «Марина Голуб. Я не уйду». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 04.50 «Мой герой. Денис Рожков». (12+)
14.50, 00.10 Петровка, 38. (16+)
15.05, 02.55 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
16.55, 05.35 «Естественный отбор». (12+)
18.10 Х/ф «Колодец забытых желаний». (12+)
22.25 «10 самых... Развод и снова свадьба». (16+)
22.55 Д/ф «Большие деньги советского кино». (12+)
23.50 События. 25-й час.
00.20 «Дикие деньги. Баба Шура». (16+)
01.05 «Советские мафии. Бриллиантовое дело». (16+)
01.45 «Вся правда». (16+)
02.10 Д/ф «Юрий Андропов. Последняя надежда режима». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Военная тайна». (16+)
06.00, 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00, 23.30 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Король Артур». (12+)
22.20 «Смотреть всем!». (16+)
00.30 Х/ф «Эффект бабочки». (16+)
02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
03.20 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 00.55 «День Патриарха». (0+)
05.15 Д/ф «Великий четверг». (12+)
05.25 «Знак равенства». (16+)
05.35 Д/ф «Библейский сюжет». (12+)
06.00, 22.00, 02.10 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
06.30, 07.30 «Слово». (0+)
08.15, 08.40, 09.05 «Монастырская кухня». (0+)
09.30, 17.40, 01.20 «Завет». (6+)
10.25, 18.30, 02.55 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
11.55 Божественная литургия. (0+)
14.55 «Монастырская кухня» (0+)
15.20 Х/ф «Восхождение». (12+)
17.10 Д/с «Апостолы». (12+)
20.00 «Утреня с чтением 12 Евангелий». (0+)
22.30 «Евангелие от Иоанна вслух». (0+)
01.10 Д/ф «Великая пятница». (12+)
02.40 «Псалтирь. Кафизма 18». (0+)
04.10 «Встреча». (12+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Тролли. Праздник продолжается!». (6+)
07.00 Т/с «Психологини». (16+)
08.00 «Миша портит все». (16+)
09.00 «Уральские пельмени». (16+)
09.10 Т/с «Отель «Элеон». (16+)
16.10 Х/ф «Гарри Поттер и узник Азкабана». (12+)
19.00 «Миша портит все». (16+)
20.00 Х/ф «Гарри Поттер и Кубок огня». (16+)
23.00 «Русские не смеются». (16+)
00.00 «Дело было вечером». (16+)
01.00 Х/ф «Киану». (18+)
02.45 Х/ф «Кейт и Лео». (12+)
04.35 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
07.25 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.25 «Давай разведемся!». (16+)
09.30 «Тест на отцовство». (16+)
11.35 «Реальная мистика». (16+)
12.40, 02.35 «Понять. Простить». (16+)
14.30, 02.10 «Порча». (16+)
15.00 Х/ф «Если ты меня простишь». (16+)
19.00 Х/ф «В одну реку дважды». (16+)
23.15 Т/с «Дыши со мной. Счастье взаймы». (16+)
04.00 «Реальная мистика». (16+)
04.55 «Тест на отцовство». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 Т/с «Слепая». (16+)
11.00 «Гадалка». (16+)
11.30 «Сидим дома со звездами». (12+)
12.00 «Не ври мне». (12+)
15.00 «Мистические истории». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 «Знаки судьбы». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Хороший доктор». (16+)
20.30 Т/с «Касл». (12+)
23.00 Х/ф «Город ангелов». (12+)
01.30 «Человек-невидимка». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00, 13.05, 05.55 «На ножах». (16+)
09.30 «Утро Пятницы». (16+)
10.30, 01.00 Т/с «Доктор Хаус». (16+)
15.10 «Орел и решка. Ивлеева vs Бедняков». (16+)
21.00 «Бой с Герлс». (16+)
22.00 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
23.00 «Мир наизнанку. Китай». (16+)
00.00 «Орел и решка. Безумные выходные». (16+)
03.40 «Пятница News». (16+)
04.15 «Генеральная уборка». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.20 «Не факт!». (6+)
09.35, 12.05 Т/с «Спецотряд «Шторм». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
16.05 Т/с «Спецотряд «Шторм». (16+)
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Курская дуга». (12+)
19.40 «Легенды космоса». (6+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 Т/с «Естественный отбор». (16+)
02.45 Х/ф «Правда лейтенанта Климова». (12+)
04.10 Д/ф «Военные тайны Балкан. Освобождение Белграда». (12+)
04.55 Д/ф «Атака мертвецов». (12+)

МИР

06.00 Т/с «Закон и порядок».
09.45, 10.15, 22.15, 00.00 Т/с «Кулинар».
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
13.15, 01.45 «Дела судебные».
16.20 «Приговор!?».
17.20, 19.20, 04.30 Т/с «Мухтар. Новый след».
19.55 «Игра в кино».
20.40 «Всемирные игры разума».
21.15 «Отцы и дети».
00.35 «Ночной экспресс».
03.10 Х/ф «Таинственный остров».

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30, 20.00 Т/с «Полицейский с Рублевки-5». (16+)
14.30 «Однажды в России». (16+)
15.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
16.30 Т/с «Ольга». (16+)
18.00 Т/с «Интерны». (16+)
20.30 Т/с «Полицейский с Рублевки. Фильм о фильме». (16+)
21.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)
22.00 Т/с «Звоните ДиКаприо». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Stand up». (16+)
02.00 «ТНТ-Club». (16+)
03.40 «Открытый микрофон». (16+)

ОРТ

06.00 «Один день». (16+)
06.30, 17.20 Д/с «Карамзин». (12+)
07.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.35 «Новости дня». (12+)
07.20, 09.20 «Новости спорта». (12+)
07.30 «Накануне». (12+)
07.50 «Национальный аспект». (16+)
08.20 «Анализируй это. Дискуссионное шоу». (16+)
09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 14.00 «Телеуроки». (6+)
13.00 Д/ф «Убийцы среди нас». (16+)
14.40 «Жизнь здоровых людей». (16+)
15.05 «Туристический рецепт». (12+)
15.55, 00.45 Т/с «Закрытая школа». (16+)
16.45 «Национальный характер». (12+)
17.50 М/ф.
18.10 «Окаянные дни». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
18.50 «Правильный выбор». (12+)
19.25, 22.55 «Акценты дня». (12+)
19.30 «Обратная связь». (16+)
20.15 «Экономический клуб». (16+)
20.55 Х/ф «Я и ты». (16+)
23.00 «Русский характер». (16+)
23.55, 04.10 Т/с «Сашка». (16+)
02.00 Х/ф «Тренер Картер». (16+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.10 «Доброе утро».
09.00, 12.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10 «Время покажет». (16+)
14.00 «Добрый день».
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00, 04.35 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.45 «Человек и закон». (16+)
19.40 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Концерт «Подарок для Аллы». (12+)
23.30 «Голос. Дети». (0+)
01.20 «Вечерний Ургант». (16+)
02.15 Д/ф «Билл Уаймен. Самый тихий из Роллингов». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 «Утро России».
09.00, 14.30, 20.45 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 17.15 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.00 «Аншлаг и Компания». (16+)
23.50 Х/ф «С любимыми не расстаются». (12+)
03.15 Х/ф «Ой, мамочки...». (12+)

МАТЧ

08.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
09.45, 13.40, 16.30, 00.35 Все на Матч!
10.05 Хоккей. Суперсерия 1974 года. Канада - СССР. (0+)
12.15 Д/с «Кубок войны и мира». (12+)
13.35, 16.25, 18.20, 00.30 Новости.
14.10 «Александр Большунов. Один в поле». (12+)
14.30 Т/ф «Тяжеловес». (16+)
16.50 «Тот самый. Проводников» (12+)
17.20, 04.30 Профессиональный бокс. (16+)
18.25 Все на футбол!
19.25 Футбол. Чемпионат Белоруссии. «Белшина» (Бобруйск) - «Смолевичи».
21.25 Футбол. Чемпионат Белоруссии. «Шахтер» (Солигорск) - «Слуцк».
23.30 Киберфутбол. Кубок «Матч ТВ».
01.15 «Наши победы» (12+)
02.30 Смешанные единоборства. (16+)

НТВ

05.10 Т/с «Москва. Три вокзала». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.25, 02.10 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «Следствие вели...». (16+)
17.10 «Жди меня». (12+)
18.05, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
23.20 «ЧП. Расследование». (16+)
23.50 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
01.20 «Квартирный вопрос». (0+)
04.40 Т/с «Кодекс чести». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00 «Известия».
05.25, 09.25, 13.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4». (16+)
18.00 Т/с «Великолепная пятерка-2». (16+)
20.25 Т/с «След». (16+)
23.45 «Светская хроника». (16+)
00.45 Т/с «След». (16+)
01.30 Т/с «Детективы». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.25, 08.45, 14.00, 17.30, 18.15, 19.25, 20.45 Большие маленьким.
07.35, 19.35 «Другие Романовы».
08.00 «Иисус Христос. Жизнь и учение».
08.55, 00.55 «Музыка в театре, кино, на телевидении. Фильмы Эльдара Рязанова».
10.00 Т/с «Достоевский».
10.55 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи».
12.20 Красивая планета.
12.35 Academia.
13.20 «Энигма. Йоханнес Фишер».
14.05 Спектакль «Старосветские помещики».
15.20 Д/ф «Роман в камне».
15.50 «Большой балет».
16.15 Владимир Васильев. Класс Мастера.
17.35 «Царская ложа».
18.25 Д/ф «Печки-лавочки. Шедевр от отчаянья».
19.10 Открытый музей.
20.00, 01.55 искатели. «Сокровища Радзивиллов».
20.50 «2 Верник 2».
21.40 Концерт «Признание в любви».
23.20 Х/ф «Чернов/Chernov».

ОТР

08.00 «Дом «Э». (12+)
08.30 «Гамбургский счет». (12+)
09.00, 23.05, 05.55 «За дело!». (12+)
09.35, 23.45 «От прав к возможностям». (12+)
10.00, 20.00, 07.05 «Большая страна». (12+)
11.00 Т/с «Ева». (12+)
12.00, 05.00 Д/ф «Путешествие Марка Твена в Иерусалим». (12+)
12.55, 19.15 Д/ф «Гении от природы». (12+)
13.25, 19.05 «Среда обитания». (12+)
13.35 «Фигура речи». (12+)
14.05 Т/с «Доктор Тырса». (12+)
15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00, 02.00 Новости.
15.05 Т/с «Доктор Тырса». (12+)
15.45 «Вспомнить все». (12+)
16.05, 17.05, 00.15 «ОТРажение».
19.45 «Медосмотр». (12+)
21.05 «Имею право!». (12+)
21.30, 22.05 Т/с «Детективное агентство «Иван да Марья». (16+)
02.05 Концерт «Вот и стало обручальным...». (12+)
03.50 Х/ф «Подкидыш». (0+)

ТВЦ

06.15 Х/ф «Отель последней надежды». (12+)
08.00 «Настроение». (16+)
08.10 «Смех с доставкой на дом». (12+)
09.00 Х/ф «Сашкина удача». (12+)
11.30, 14.30, 17.50 События.
11.50 Х/ф «Сашкина удача». (12+)
13.15 Х/ф «Адвокат Ардашевъ. Тайна персидского обоза». (12+)
14.50, 03.15 Петровка, 38. (16+)
15.05 Х/ф «Адвокат Ардашевъ. Тайна персидского обоза». (12+)
18.05 Х/ф «Мой ангел». (12+)
20.00 Х/ф «Соната для горничной». (12+)
22.00, 02.15 «В центре событий». (16+)
23.10 Х/ф «Возвращение». (16+)
00.50 Д/ф «Владимир Васильев. Вся правда о себе». (12+)
01.35 Д/ф «Последняя передача. Трагедии звезд голубого экрана». (12+)
03.30 Х/ф «Воспитание и выгул собак и мужчин». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Военная тайна». (16+)
06.00, 09.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «Твоя моя не понимать!». (16+)
21.00 «Кредит и страховка: как не оказаться в ловушке?». (16+)
22.00 Х/ф «Соломон Кейн». (16+)
00.00 Х/ф «Чужой». (18+)
02.15 Х/ф «Несчастный случай». (16+)

СПАС

05.00, 01.40 «День Патриарха». (0+)
05.15 Д/ф Великая пятница. (12+)
05.25 «Слово». (0+)
06.25, 03.45 Д/с «Русские праведники». (12+)
06.55 «Я хочу ребенка». (12+)
07.25, 22.30, 02.45 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
07.55, 19.00, 01.55 «Завет». (6+)
08.45, 14.35 «Монастырская кухня». (0+)
09.10 Х/ф «Восхождение». (12+)
11.00, 17.30 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
12.15 Х/ф «Придел ангела» . (16+)
13.50 Д/ф «Вечный Человек, или Повесть Туринской плащаницы» . (12+)
15.00 Д/ф «Земные следы Иисуса». (12+)
16.00 Вечерня с выносом Плащаницы Христа Спасителя. (0+)
20.00 Утреня с чином погребения Плащаницы Христа Спасителя. (0+)
23.00 Х/ф «Остров». (16+)
00.55 Д/ф «Тайны огня». (12+)
03.15 «Псалтирь. Кафизма 19». (0+)
03.30 «Псалтирь. Кафизма 20». (0+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Тролли. Праздник продолжается!». (6+)
07.00 Т/с «Психологини». (16+)
08.00 «Миша портит все». (16+)
09.00 Х/ф «Кейт и Лео». (12+)
11.20 «Уральские пельмени». (16+)
13.05 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 Х/ф «Мистер и миссис Смит». (16+)
23.20 «Дело было вечером». (16+)
00.25 Х/ф «Затмение». (12+)
02.00 Х/ф «Мифы». (16+)
03.30 Х/ф «Любовь прет-а-порте». (12+)
04.50 М/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.20 «Давай разведемся!». (16+)
09.25 «Тест на отцовство». (16+)
11.25 «Реальная мистика». (16+)
12.30, 03.25 «Понять. Простить». (16+)
14.20, 03.00 «Порча». (16+)
14.50 Х/ф «В одну реку дважды». (16+)
19.00 Х/ф «Любовь лечит». (16+)
23.05 «Про здоровье». (16+)
23.20 Х/ф «Крылья». (16+)
04.50 Д/с «Настоящая Ванга». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 Т/с «Слепая». (16+)
11.00 «Гадалка». (16+)
11.30 «Новый день». (12+)
12.00 «Не ври мне». (12+)
15.00 «Мистические истории». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 «Знаки судьбы». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
18.30 «Комаровский против коронавируса». (12+)
19.00 Т/с «Слепая». (16+)
19.30 Х/ф «Вторжение». (16+)
21.30 Х/ф «Контакт». (12+)
00.30 Х/ф «Пока есть время». (12+)
02.15 Х/ф «Жизнь хуже обычной». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00, 13.30 «На ножах». (16+)
09.30 «Утро Пятницы». (16+)
10.25 «Обложка». (16+)
10.55 Т/с «Доктор Хаус». (16+)
15.25 «Орел и решка. Семья». (16+)
16.30 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
22.00 Х/ф «Идентификация Борна». (16+)
00.10 Х/ф «Превосходство Борна». (16+)
02.15 Х/ф «Ультиматум Борна». (16+)
04.20 «Пятница News». (16+)
04.50 Т/с «Сотня».

ЗВЕЗДА

06.15 Х/ф «По данным уголовного розыска...». (0+)
08.00, 21.15 Новости дня.
09.10, 12.05, 16.05 Т/с «Конвой PQ-17». (12+)
12.00, 16.00 Военные новости.
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.40 Д/ф «Легенды госбезопасности. Виктор Алидин. Москва под надежной защитой». (16+)
19.35, 21.30 Х/ф «Я объявляю вам войну». (16+)
21.45 Х/ф «Действуй по обстановке!..». (6+)
23.10 «Десять фотографий». (6+)
00.00 Х/ф «Черный океан». (16+)
01.25 Х/ф «Львиная доля». (12+)
03.05 Х/ф «Рысь». (16+)

МИР

06.00 Т/с «Закон и порядок».
08.20 Т/с «Кулинар».
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
10.10 «В гостях у цифры».
10.20 Т/с «Кулинар».
13.15 «Дела судебные».
16.20 «Приговор!?».
17.20 Т/с «Мухтар. Новый след».
18.20 «Всемирные игры разума».
19.15 «Слабое звено».
20.10 «Игра в кино».
20.55 Х/ф «Одиноким предоставляется общежитие».
22.45 Х/ф «Новые амазонки».
00.50 «Ночной экспресс».
01.55 Х/ф «Танцуй-танцуй».
04.05 Х/ф «Мечта».

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Полицейский с Рублевки-5». (16+)
14.00 Т/с «Полицейский с Рублевки. Фильм о фильме». (16+)
14.30 «Шоу «Студия «Союз». (16+)
15.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
16.30 Т/с «Ольга». (16+)
18.30 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 «Comedy Woman. Дайджест». (16+)
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «Comedy Баттл (сезон 2020)». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Такое кино!». (16+)
01.35 «Stand up». (16+)

ОРТ

06.00 «Один день». (16+)
06.30, 17.20 Д/с «Карамзин». (12+)
07.00, 09.00, 15.30, 17.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.30 «Новости дня». (12+)
07.20 «Акценты дня». (12+)
07.25, 19.25 «Энциклопедия. Возвращение к истокам». (12+)
08.00, 09.20, 13.45, 17.50 М/ф.
08.25 «Полчаса о вере». (16+)
09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 14.00 «Телеуроки». (6+)
13.00 «Обратная связь». (16+)
14.40 «Жизнь здоровых людей». (16+)
15.05 «Туристический рецепт». (12+)
15.55, 00.40 Т/с «Закрытая школа». (16+)
16.50 «Национальный характер». (12+)
18.10, 20.00, 23.25 «Окаянные дни». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
18.50 «Правильный выбор». (12+)
20.15 «Экономический клуб». (16+)
20.55 Х/ф «Ночь в Париже». (16+)
22.45 «Русский характер». (16+)
23.55, 03.40 Т/с «Сашка». (16+)
01.55 Х/ф «Не оглядывайся». (16+)
04.25 «Музыка на канале». (16+)

Поздравляем с днем рождения

Анну Максимову,
Николая Манихина,
Наталью Манихину,
Марию Богатыреву,
Павла Назаренко,
Илью Патрина,
Ларису Суровцеву,
Аллу Рахматулину,
Сергея Духанина,
Елену Крючкову,
Даниса Батрутдинова,
Ирину Силонову,
Гульнару Плаксину,
Александра Паршуткина,
Нину Морозикову,
Юлю Пустовитову,
Николая Сошникова,
Валерия Бусалаева,
Наталью Ниязову,
Галину Широнину,
Любовь Бородину,
Фаину Филиппову,
Надежду Кемерову,
Александру Ахметову,
Лидию Шинкареву,
Лидию Лашманову,
Альбину Барсукову,
Ольгу Пашенец,
Ирину Ушакову,
Галину Иванову,
Пелагею Смоленскую,
Наталью Демидову,
Софию Кадыргулову,
Артема Орищенко,
Лидию Недовадееву,
Ирину Килякову,
Елену Афанасьеву,
Андрея Шабанова,
Татьяну Ильину,
Рафика Гайсина,
Светлану Луговскову,
Анастасию Коньшакову!

В день рождения чудесный
Мы желаем счастья пуд.
Только мир, добро, здоровье
В доме пусть всегда живут!

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!

Любимого мужа, прекрасного папу Фатхуллу Гайфуллиевича Мустафина поздравляем с 55-летием!

Какое званье настоящего мужчины?
И жизни, и судьбы его венец?
Конечно, это муж - родной, любимый!
Конечно, это любящий отец!
Мы всей семьей сегодня поздравляем,
Хотим тебе здоровья пожелать,
Все сбудется - мы это точно знаем.
Такой, как ты, достоин процветать!

С любовью, жена, дети, с. Чесноковка.

Уважаемую Светлану Федоровну Шитилову поздравляем с юбилеем!

Учительницы лучше не сыскать,
Чем вы, наверное, на целом свете,
Вас любят в школе все ученики,
Вас уважают все Ваши коллеги.
Вас с праздником веселым поздравляем
Всем школьным коллективом от души,
Здоровья, долголетия желаем
Для Вас и всей Вашей большой семьи!

Коллектив СОШ, с. Мустаево.

Нашу дорогую, любимую Раису Федоровну Дутову поздравляем с днем рождения!

Пусть тикают размеренно минуты,
Тебя не старят, мудрость лишь несут,
Приводят только к радости маршруты,
А все невзгоды мимо обойдут!
Пусть жизнь, как дорогая кинопленка,
Моменты лучшие навек запечатлит,
В душе всегда будь маленькой девчонкой,
И время пусть твой шарм не растворит!

Любящие родственники, с. Каменноозерное, п. Приуральский.

Хотите поздравить близких?

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

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

Наценка за срочность - 100 %.

Внимание!

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

Телефон для справок: 77-30-87.

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Дорогую и любимую Татьяну Васильевну Неретину поздравляем с днем рождения!

Торопимся всегда мы, суетимся
И в буднях забываем про себя,
Но повод есть слегка остановиться -
Сегодня день рожденья у тебя!
Так расцвети улыбкою прекрасной,
Смахни небрежно с плеч ты груз забот…
И наслаждайся мигом ты бесценным
Без тени грусти и пустых хлопот!

Мама, дети, родные.

Нашу любимую Галину Викторовну Салиманову поздравляем с юбилеем!

Пятьдесят - для женщины не старость,
В пятьдесят цветет ее душа!
Так пускай уйдет с лица усталость,
Оставайся так же хороша!
Тебя мы любим, ценим, уважаем,
Целый мир готовы подарить,
Искренне мы в юбилей желаем
Самою счастливой в мире быть!

Мама, сын с семьей, близкие родственники.

Уважаемую Валентину Николаевну Зарицкую поздравляем с днем рождения!

Ты словно солнышко на небе,
Так ярка, ласкова, скромна,
И мир вокруг тебя волшебен -
Ты создала его сама.
Мы поздравляем с днем рожденья
Тебя, что краше в мире нет,
Желаем бодрости, везенья,
Прекрасных и счастливых лет!

Дети, друзья, с. Каменноозерное.

ЖИЛЬЕ

Молодым – по полмиллиона и больше

В рамках подпрограммы «Обеспечение жильем молодых семей в Оренбургской области» государственной программы «Стимулирование развития жилищного строительства в Оренбургской области» молодым семьям предоставляется социальная выплата за счет средств областного бюджета при получении кредита на приобретение жилья. Деньги могут быть использованы в качестве первоначального взноса при получении жилищного кредита в сумме не менее 500 тыс. рублей.

Правила предоставления этой социальной выплаты утверждены Постановлением Правительства Оренбургской области № 142-п от 06.03.2015.

На данную поддержку имеют право молодые семьи, вставшие на учет в качестве участников подпрограммы на территории муниципальных образований Оренбургской области до 01.01.2018.

Очередность предоставления данной социальной выплаты не зависит от количества детей в молодой семье.

Сертификаты вручаются семьям ежегодно в январе, марте и июле. В областном бюджете на 2020-2022 годы на эти цели предусмотрено ежегодно более 61 млн руб.

Документы можно подать через МФЦ по всей Оренбургской области или через сервис «Личный кабинет» на Едином портале государственных и муниципальных услуг www.gosuslugi.ru.

Более подробную информацию о порядке предоставления выплаты молодые семьи могут получить на сайте молодежь56.рф или по телефону 8(3532)30-62-69.

Департамент молодежной политики Оренбургской области.

Телефон рекламной службы 77-68-42

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

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 «Доброе утро. Суббота».
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости.
10.05 «Познер». Гость Алла Пугачева (16+)
10.55, 12.15 «Видели видео?». (6+)
12.00 Новости.
13.40 «Алла Пугачева. И это все о ней...». (16+)
16.10 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
17.45 «Максим Галкин. Моя жена - Алла Пугачева». (12+)
18.50 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время».
21.30 «Голос. Дети». (0+)
23.15 Х/ф «Человек родился». (12+)
00.45 «Оптина пустынь». (0+)
01.30 Пасха Христова. Прямая трансляция богослужения из Храма Христа Спасителя.

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00 «Утро России. Суббота».
08.00 «Вести Оренбуржья».
08.20 Местное время. Суббота.
08.35 «По секрету всему свету».
09.30 «Пятеро на одного».
10.20 «Сто к одному».
11.10 «Смеяться разрешается».
13.40 Х/ф «Когда солнце взойдет». (12+)
18.00 «Привет, Андрей!». (12+)
20.00 Вести в субботу.
21.00 Х/ф «Самая любимая». (12+)
23.20 Х/ф «Отогрей мое сердце». (12+)
01.30 «Пасха Христова». Прямая трансляция Пасхального богослужения из Храма Христа Спасителя.

МАТЧ

08.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
09.45 Хоккей. Суперсерия 1974 года. Канада - СССР. (0+)
11.40 Д/с «Кубок войны и мира». (12+)
13.00 Все на футбол! (12+)
14.00, 16.55, 19.55, 23.55 Новости.
14.05 «Фристайл. Футбольные безумцы» (12+)
15.05 Футбол. Российская Премьер-лига. «Локомотив» (Москва) - ЦСКА. (0+)
17.00, 20.00, 00.00 Все на Матч!
17.55 Футбол. Чемпионат Белоруссии. «Ислочь» (Минский район) - «Славия» (Мозырь).
20.25 «Месяц без спорта». (12+)
20.55 «Белорусский сезон. Неудержимые». (12+)
21.25 Все на футбол!
21.55 Футбол. Чемпионат Белоруссии. Батэ (Борисов) - «Торпедо-Белаз» (Жодино).
00.45 «Открытый показ». (12+)
01.15 «Тот самый. Лебедев». (12+)
01.45, 02.50 Профессиональный бокс. (16+)
02.30 «Ниндзя из Хасавюрта». (12+)

НТВ

05.25 «ЧП. Расследование». (16+)
05.55 Х/ф «Искупление». (16+)
07.25 «Смотр». (0+)
08.00, 10.00, 13.00, 15.00 «Сегодня».
08.20 «Готовим с Алексеем Зиминым». (0+)
08.45 «Доктор Свет». (16+)
09.25 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.20, 17.00 «Следствие вели...». (16+)
14.00 «Своя игра». (0+)
15.15 «Схождение благодатного огня».
16.30 «Поедем, поедим!». (0+)
17.50 «Ты не поверишь!». (16+)
19.00 «Центральное телевидение».
20.50 «Секрет на миллион». (16+)
22.45 «Международная пилорама». (16+)
23.30 Х/ф «Настоятель». (16+)
01.20 Х/ф «Настоятель - 2». (16+)
02.55 «Дачный ответ». (0+)
03.50 Х/ф «Мой грех». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Детективы». (16+)
09.05 Д/ф «Моя правда». (16+)
10.15 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Главное».
00.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4». (16+)
04.40 Д/ф «Моя правда». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 «Библейский сюжет».
07.05 М/ф.
08.40 Х/ф «К кому залетел певчий кенар».
10.15 «Обыкновенный концерт».
10.40 «Передвижники. Иван Крамской».
11.10 Х/ф «Прощание славянки».
12.30 Д/ф «Проповедники. Иеромонах Серафим Роуз».
13.00 Земля людей.
13.30 «Эрмитаж».
14.00 Д/ф «Живая природа островов Юго-Восточной Азии».
14.55 Д/ф «Проповедники. Протоиерей Глеб Каледа».
15.20 Фильм-балет «Спартак».
16.50 Линия жизни.
18.00 Д/ф «Проповедники. Епископ Василий Родзянко».
18.30 Евгений Дятлов. Любимые романсы.
19.45 Х/ф «Сестренка».
21.10 Д/ф «Проповедники. Митрополит Антоний Сурожский».
21.40 «Ангельские песнопения. Знаменный роспев».
23.10 Х/ф «Сердце не камень».
01.25 С. Рахманинов. «Колокола».
02.10 Лето Господне.

ОТР

08.00, 21.00 «Вспомнить все». (12+)
08.30 «Фигура речи». (12+)
09.00 «Служу Отчизне». (12+)
09.30, 06.05 «За строчкой архивной...». (12+)
10.00 Д/ф «Пешком в историю. Легенды русского балета. Агриппина Ваганова». (12+)
10.30, 06.35 «Домашние животные». (12+)
11.00 «Новости Совета Федерации». (12+)
11.15 Спектакль «Оливер Твист». (12+)
13.00 «Имею право!». (12+)
13.30 «Гамбургский счет». (12+)
14.00, 07.05 «Большая страна». (12+)
15.00, 17.00, 19.00, 23.00 Новости.
15.05 «Дом «Э». (12+)
15.35, 17.05 Т/с «МУР есть МУР! - 2». (12+)
19.05 «Среда обитания». (12+)
19.15 Концерт «Вот и стало обручальным...». (12+)
21.30 «Культурный обмен». (12+)
22.10, 23.15 Х/ф «Дни хирурга Мишкина». (12+)
02.00 Д/ф «Лето Господне. Воскресение». (0+)
02.25 Х/ф «Берегите женщин». (12+)

ТВЦ

06.10 Х/ф «Одинокая женщина желает познакомиться». (0+)
07.40 Православная энциклопедия. (6+)
08.05 Д/ф «Борис Мокроусов. «Одинокая бродит гармонь...». (12+)
09.00 «Выходные на колесах». (6+)
09.40 Х/ф «Королевство кривых зеркал». (12+)
10.55 Х/ф «Опекун». (12+)
11.30, 14.30, 23.45 События.
11.45 Х/ф «Опекун». (12+)
13.00, 14.45 Х/ф «Перелетные птицы». (12+)
17.00 Х/ф «И снова будет день». (12+)
21.00 «Постскриптум».
22.15, 03.30 «Право знать!». (16+)
23.55 «Дикие деньги. Павел Лазаренко». (16+)
00.35 «Дикие деньги. Юрий Айзеншпис». (16+)
01.20 «Советские мафии. Козлов отпущения». (16+)
02.00 «Орбита цвета хаки». (16+)
02.25 «Постскриптум». (16+)
04.50 Петровка, 38. (16+)
05.00 Д/ф «Большие деньги советского кино». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
07.50 М/ф «Чудо-Юдо». (6+)
09.15 «Минтранс». (16+)
10.15 «Самая полезная программа». (16+)
11.15 «Военная тайна». (16+)
15.20 «Засекреченные списки. Это по-нашему! 12 русских загадок». (16+)
17.20 Х/ф «Война миров». (16+)
19.40 Х/ф «Грань будущего». (16+)
21.45 Х/ф «Особое мнение». (16+)
00.40 Х/ф «Час расплаты». (16+)
02.45 Х/ф «Бегущий по лезвию». (16+)
04.30 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00 «День Патриарха». (0+)
05.15 Д/ф Великая суббота. (12+)
05.30 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
06.05 Д/с «День Ангела». (12+)
06.35 М/ф «Необыкновенное путешествие Серафимы». (6+)
07.55 «Завет». (6+)
08.55 Х/ф «Притчи-1». (0+)
09.55 «Русский обед». (6+)
10.45 Д/ф «Тайны огня». (12+)
11.30 Божественная литургия. (0+)
14.00 Пасха. Прямая линия из Иерусалима. (0+)
17.00 Х/ф «Притчи-2». (0+)
18.05 Д/ф «Пасха. Чудо воскресения» (12+)
18.35 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
20.00 «Деяния святых Апостолов вслух». (0+)
23.30 Х/ф «Поп». (16+)
02.00 Пасха Христова Пасхального богослужения из Храма Христа Спасителя. (0+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.45 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.10 М/с «Спирит. Дух свободы». (6+)
07.35 М/с «Три кота». (0+)
08.00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 «Просто кухня». (12+)
10.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
10.25 Х/ф «Знакомство с родителями». (0+)
12.40 Х/ф «Знакомство с Факерами». (12+)
15.00 Х/ф «Знакомство с Факерами-2». (16+)
17.00 М/ф «Семейка Крудс». (6+)
18.55 М/ф «Тайна Коко». (12+)
21.00 Х/ф «Оз. Великий и ужасный». (12+)
23.40 Х/ф «Мистер и миссис Смит». (16+)
01.55 Х/ф «Реальная сказка». (12+)
03.35 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
04.20 М/ф «Муравей Антц». (6+)
05.35 М/ф.
05.50 «Ералаш». (0+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40 «Проводница». (16+)
07.45 «Пять ужинов». (16+)
08.00 Х/ф «Карнавал». (16+)
11.05 Х/ф «Дорога домой». (16+)
19.00 Т/с «Великолепный век». (16+)
23.55 Д/с «Звезды говорят». (16+)
01.00 Х/ф «Дорога домой». (16+)
04.15 Д/с «Настоящая Ванга». (16+).
05.55 «Домашняя кухня». (16+)

ТВ-3

06.00, 09.45 М/ф.
09.30 «Рисуем сказки». (0+)
10.00 «Последний герой. Зрители против звезд». (16+)
11.15 Х/ф «Пока есть время». (12+)
13.15 Х/ф «Контакт». (12+)
16.15 Х/ф «Марсианин». (16+)
19.00 «Последний герой. Зрители против звезд». (16+)
20.15 Х/ф «Превосходство». (12+)
22.30 Х/ф «Сфера». (16+)
01.15 Х/ф «Город ангелов». (12+)
03.00 Т/с «Пятая стража. Схватка». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
10.30 «Доктор Бессмертный». (16+)
11.00 «Регина+1». (16+)
12.30 «Голубая планета 2». (16+)
14.35 «Животные в движении». (16+)
15.45 «Мир наизнанку. Китай». (16+)
22.00 Х/ф «Ультиматум Борна». (16+)
00.05 Х/ф «Джейсон Борн». (16+)
02.20 Х/ф «Эволюция Борна». (16+)
04.45 «Бедняков+1». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Рыбий жЫр». (6+)
06.25 М/ф.
07.10, 08.15 Х/ф «Марья-искусница». (0+)
08.00, 13.00, 18.00 Новости дня.
09.00 «Легенды цирка». (6+)
09.30 «Легенды кино». (6+)
10.15 Д/с «Загадки века». (12+)
11.05 «Улика из прошлого». (16+)
11.55, 01.45 «Не факт!». (6+)
12.30 «Круиз-контроль». (6+)
13.15 «Специальный репортаж». (12+)
13.35 «СССР. Знак качества». (12+)
14.30 «Морской бой». (6+)
15.30 Д/с «Оружие Победы». (6+)
16.05 Д/ф «Дмитрий Донской. Спасти мир». (6+)
17.05 Д/ф «Легенды СМЕРШа». (12+)
18.10 «Задело!».
18.25 Х/ф «Юность Петра». (12+)
21.30 Х/ф «В начале славных дел». (12+)
00.25 Д/ф «Обитель Сергия. На последнем рубеже». (12+)
02.15 Т/с «Конвой PQ-17». (12+)

МИР

06.00 «Миллион вопросов о природе».
06.10 «Союзники».
06.40, 07.50, 04.40 М/ф.
06.50 «Такие разные».
07.20 «Секретные материалы».
08.35 «Наше кино. История большой любви».
09.05 «Слабое звено».
10.00, 16.00, 19.00 Новости.
10.10 «Как в ресторане».
10.45 Х/ф «Одиноким предоставляется общежитие».
12.35, 16.15, 19.15 Т/с «Жить сначала».
03.15 Х/ф «Девушка с характером».

ТНТ

07.00 «ТНТ Music». (16+)
07.30 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
11.00 «Народный ремонт». (16+)
12.00 Т/с «Чернобыль. Зона отчуждения». (16+)
20.00 Х/ф «Пятница». (16+)
22.00 «Женский Стендап». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.35 «Stand up». (16+)
04.05 «Открытый микрофон». (16+)
06.35 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 «Энциклопедия. Возвращение к истокам». (12+)
06.35 Д/ф «Убийцы среди нас». (16+)
07.20, 02.00 Х/ф «Ночь в Париже». (16+)
09.00 «Обратная связь». (16+)
09.40 «Акценты дня». (12+)
09.45 Т/с «Сашка». (16+)
10.35 Т/с «Закрытая школа». (16+)
11.25, 19.00 Д/с «Карамзин». (12+)
12.00, 03.35 Х/ф «Полное превращение». (16+)
13.25 «Один день». (16+)
13.50 «Окаянные дни». (16+)
14.00, 04.55 Х/ф «Дополнительное время». (0+)
15.30 «Таланты и поклонники». (12+)
15.55 Х/ф «Капитан «Пилигрима». (0+)
17.25 Х/ф «Лед в кофейной гуще». (12+)
19.30 Х/ф «Галина». (16+)
21.20 Х/ф «Убежать, догнать, влюбиться». (12+)
22.45 Х/ф «Код апокалипсиса». (16+)
00.30 Х/ф «Король бельгийцев». (16+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Ангел-хранитель». (16+)
06.00, 10.00 Новости.
06.10 Т/с «Ангел-хранитель». (16+)
07.00 «Играй, гармонь любимая!». (12+)
07.45 «Часовой». (12+)
08.15 «Здоровье». (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
10.10 «Жизнь других». (12+)
11.10, 12.15 «Видели видео?». (6+)
12.00 Новости.
13.45 «Крещение Руси». (12+)
17.30 Концерт Максима Галкина. (12+)
19.25 «Лучше всех!». (0+)
21.00 «Время».
22.00 «Что? Где? Когда?». (16+)
23.10 «Covid-19. Битва при Ухане». (16+)
00.50 «Мужское / Женское». (16+)
02.20 «Про любовь». (16+)
03.05 «Наедине со всеми». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

04.30 Х/ф «Я счастливая». (12+)
06.15 Х/ф «Когда цветет сирень». (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье.
08.35 «Когда все дома».
09.30 «Устами младенца».
10.20 «Сто к одному».
11.10 Всероссийский потребительский проект «Тест». (12+)
12.10 Шоу Елены Степаненко.(12+)
13.20 Х/ф «Крестная». (12+)
17.30 Х/ф «Танцы со Звездами». (12+)
20.00 Вести недели.
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
00.30 «Действующие лица с Наилей Аскер-заде». (12+)
01.25 Х/ф «Свой-Чужой». (12+)

МАТЧ

08.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
10.00 Х/ф «Марафон». (16+)
12.00 Д/ф «Когда папа тренер». (12+)
12.55, 17.00, 20.25 Новости.
13.00 #БегиДома. Марафон в новой реальности.
17.05, 00.00 Все на Матч!
17.35 Футбол. Российская Премьер-лига. «Краснодар» - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)
19.25 После футбола.
20.30 Футбольное столетие. ЧМ-2014 (12+)
21.00 Футбол. Чемпионат мира-2014. Финал. Германия – Аргентина. (0+)
00.30 «Открытый показ» (12+)
01.00 Х/ф «Жертвуя пешкой». (16+)
03.05 «Спортивный детектив». (16+)

НТВ

05.30 «Москва. Матрона-заступница столицы?». (16+)
06.20 «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+)
14.10 «Однажды...». (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 «Следствие вели...». (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели».
20.10 «Маска». (12+)
22.50 «Звезды сошлись». (16+)
00.25 «Основано на реальных событиях». (16+)
03.00 Т/с «Кодекс чести». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Д/ф «Моя правда». (16+)
08.00 «Светская хроника». (16+)
09.00 Д/ф «О них говорят». (16+)
10.00, 03.45 «Улицы разбитых фонарей-7». (16+)
23.05 Х/ф «Ветеран». (16+)
02.25 Т/с «Страсть-2». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Лето Господне.
07.05 М/ф.
08.20 Х/ф «Новый Гулливер».
09.25 «Мы - грамотеи!».
10.05 Х/ф «Сестренка».
11.35 Письма из провинции.
12.05, 01.30 Диалоги о животных.
12.45 «Другие Романовы».
13.15 Д/с «Коллекция».
13.40 С.Рахманинов. Концерт №3 для фортепиано с оркестром.
14.30 Х/ф «Город мастеров».
15.50 «Чистая Победа. Битва за Эльбрус».
16.35 Спектакль «Ревизор».
19.50 «Романтика романса».
20.50 Х/ф «Опасный возраст».
22.15 Опера «Турандот».
00.10 Х/ф «Прощание славянки».
02.10 Искатели.

ОТР

08.00 «Вспомнить все». (12+)
08.30 «Большая наука». (12+)
09.00 «От прав к возможностям». (12+)
09.15 «За дело». (12+)
10.00, 13.00 Пасхальное обращение Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла.
10.05, 19.30 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки. Петербург Тютчева». (12+)
10.30, 20.00 «Гамбургский счет». (12+)
11.00, 21.45 «Моя История». (12+)
11.40 Х/ф «Подкидыш». (0+)
13.05, 20.30 «Активная среда». (12+)
13.30 «Домашние животные». (12+)
14.00 «Большая страна». (12+)
15.00, 17.00, 19.00 Новости.
15.05, 19.05 «Имею право!». (12+)
15.35, 17.05 Т/с «МУР есть МУР! - 2». (12+)
18.50 «Среда обитания». (12+)
21.00 «ОТРажение недели».
22.25 Х/ф «Мы из джаза». (0+)
23.50 Х/ф «Берегите женщин». (12+)
02.05 «Фигура речи». (12+)
02.30 Д/ф «Пешком в историю. Легенды русского балета. Агриппина Ваганова». (12+)

ТВЦ

05.50 Х/ф «Непридуманная история». (12+)
07.20 «Фактор жизни». (12+)
07.45 «Полезная покупка». (16+)
08.10 Д/ф «Любовь Орлова. Двуликая и великая». (12+)
08.50 Х/ф «Соната для горничной». (12+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!». (12+)
11.30, 14.30, 00.40 События.
11.50 Х/ф «Не могу сказать «прощай». (12+)
13.35, 14.50 Х/ф «Уроки счастья». (12+)
17.30 «Смех с доставкой на дом». (12+)
18.00 Великая Пасхальная Вечерня. Трансляция из Храма Христа Спасителя.
19.15 Х/ф «Двенадцать чудес». (12+)
21.15 Х/ф «Коснувшись сердца». (12+)
00.55 Х/ф «Сашкина удача». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Тайны Чапман». (16+)
06.00 Прямой эфир. Турнир по смешанным единоборствам UFC. (16+)
07.15 Х/ф «На грани». (16+)
09.20 Х/ф «Бегущий человек». (16+)
11.10 Х/ф «Сумасшедшая езда». (16+)
13.10 Х/ф «Особое мнение». (16+)
16.00 Х/ф «Грань будущего». (16+)
18.20 Х/ф «На крючке». (16+)
20.40 Х/ф «Робокоп». (16+)
23.00 «Добров в эфире». (16+)
00.00 «Военная тайна». (16+)
03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

СПАС

05.00 Д/ф «Пасха. Чудо воскресения». (12+)
05.25 Д/ф «Альфа и Омега». (16+)
05.50, 06.15 «Монастырская кухня». (0+)
06.40 «Русский обед». (6+)
07.35 Д/с «Человек перед Богом». (12+)
08.05 «Пилигрим». (6+)
08.30 Х/ф «Притчи-1». (0+)
09.30 Х/ф «Притчи-2». (0+)
10.35 М/ф «Необыкновенное путешествие Серафимы». (6+)
11.50, 12.35, 13.20, 14.10, 14.55, 15.40, 16.25, 17.15 Д/с «Планета православия». (12+)
18.00, 22.45 «Главное». Новости на «Спасе». (0+)
18.35 Д/ф «Светлое Христово Воскресение. Пасха». (12+)
19.00 Х/ф «Поп». (16+)
21.10 «Парсуна». (12+)
22.00 «Щипков». (12+)
22.30 «День Патриарха». (0+)
23.20 «Пасха. Прямая линия из Иерусалима». (0+)
04.00 «Новый Завет вслух». (0+)

СТС

06.00 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.45 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.10 М/с «Спирит. Дух свободы». (6+)
07.35 М/с «Три кота». (0+)
08.00 М/с «Царевны». (0+)
08.20 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 «Рогов в городе». (16+)
10.00 М/ф «Тайна Коко». (12+)
12.00 «Детки-предки». (12+)
13.05 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
13.25 Х/ф «Хроники Спайдервика». (12+)
15.15 Х/ф «Оз. Великий и ужасный». (12+)
17.55 Х/ф «Гарри Поттер и Кубок огня». (16+)
21.00 Х/ф «Первому игроку приготовиться». (16+)
23.45 «Дело было вечером». (16+)
00.45 Х/ф «Затмение». (12+)
02.15 Х/ф «Суперполицейские-2». (16+)
03.45 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
04.35 «Шоу выходного дня». (16+)
05.20 М/ф.
05.50 «Ералаш». (0+)

ДОМАШНИЙ

06.30 Х/ф «Крылья». (16+)
10.05 Х/ф «Любовь лечит». (16+)
14.10, 19.00 Т/с «Великолепный век». (16+)
22.55 «Про здоровье». (16+)
23.10 Д/с «Звезды говорят». (16+)
00.15 Х/ф «Дорога домой». (16+)
03.40 Х/ф «Карнавал». (16+)
06.05 «Домашняя кухня». (16+)

ТВ-3

06.00, 08.45 М/ф.
08.30 «Рисуем сказки». (0+)
09.00 «Новый день». (12+)
09.30 «Комаровский против коронавируса». (12+)
10.00 Т/с «Хороший доктор». (16+)
12.00 Х/ф «Превосходство». (12+)
14.15 Х/ф «Сфера». (16+)
17.00 Х/ф «Вторжение». (16+)
19.00 Х/ф «Район № 9». (16+)
21.15 Х/ф «Марсианин». (16+)
00.00 «Последний герой. Зрители против звезд». (16+)
01.15 Х/ф «Инопланетяне съели мою домашнюю работу». (6+)
02.45 Т/с «Пятая стража. Схватка». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
11.00 «Доктор Бессмертный». (16+)
11.30 «Регина+1». (16+)
12.30 «Обложка». (16+)
13.00, 19.00 «На ножах». (16+)
17.00 «Ревизорро». (16+)
01.10 «Agentshow Land». (18+)
01.50 Х/ф «Джейсон Борн». (16+)
04.05 Т/с «Сотня». (16+)
05.50 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)

ЗВЕЗДА

06.15 Т/с «Конвой PQ-17». (12+)
09.00 «Новости недели».
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (6+)
10.45 «Скрытые угрозы». (12+)
11.30 Д/с «Секретные материалы». (12+)
12.20 «Код доступа». (12+)
13.10 Д/ф «Последний воин СМЕРШа». (12+)
14.05 Т/с «Снайпер. Офицер СМЕРШ». (12+)
18.00 Главное с Ольгой Беловой.
19.20 Д/с «Легенды советского сыска. Годы войны». (16+)
22.45 Д/с «Сделано в СССР». (6+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 Х/ф «Юность Петра». (12+)
02.15 Х/ф «В начале славных дел». (12+)
04.30 Х/ф «Марья-искусница». (0+)

МИР

06.00 «Миллион вопросов о природе».
06.10 «Беларусь сегодня».
06.45, 07.35 М/ф.
07.05 «Играй, дутар».
07.40 «Культ//Туризм».
08.15 «Еще дешевле».
08.45 «Всемирные игры разума».
09.25 «ФазендаЛайф».
10.00 Новости.
10.10 Т/с «Батюшка».
16.00 Погода в Мире.
16.15 Тс «Батюшка».
18.30, 00.00 итоговая «Вместе».
19.30, 01.00 Т/с «Жить сначала».

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «Народный ремонт». (16+)
09.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
12.00 «Однажды в России». (16+)
13.00 Х/ф «Пятница». (16+)
14.45 Т/с «Полицейский с Рублевки-5». (16+)
19.00 Т/с «Солдатки». (16+)
20.30 «Холостяк. 7 сезон». (16+)
22.00, 01.55 «Stand up». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Такое кино!». (16+)
01.35 «ТНТ Music». (16+)
04.30 «Открытый микрофон». (16+)

ОРТ

06.00 Х/ф «Дополнительное время». (0+)
06.20 «Один день». (16+)
06.50 «Энциклопедия. Возвращение к истокам». (12+)
07.25 Х/ф «Лед в кофейной гуще». (12+)
09.00 «Обратная связь». (16+)
09.40 «Акценты дня». (12+)
09.45, 13.35 «Таланты и поклонники». (12+)
10.00, 19.00, 00.00 «Итоги недели». (12+)
10.30 Д/ф «Убийцы среди нас». (16+)
11.15 «Окаянные дни». (16+)
11.25 «Летопись Оренбуржья». (12+)
12.00 Х/ф «Король бельгийцев». (16+)
13.55 Х/ф «Убежать, догнать, влюбиться». (12+)
15.20 Х/ф «Белый пудель». (0+)
16.35, 03.40 Концерт Елены Ваенги «Желаю вам…». (12+)
18.25 «Штрихи к портрету». (12+)
19.30 Х/ф «Галина». (16+)
21.20 Пасхальный концерт «Жара в Вегасе». (12+)
22.35 Х/ф «Полное превращение». (16+)
00.30 Х/ф «Код апокалипсиса». (16+)

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

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. 63-82-01.

Объявления

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

▶ Земельный участок 15 соток с домом под снос. Газ подведен. Рядом река Белая. До Кумертау - 17 км. Цена - 330 т. р., торг. Т. 8-938-430-70-50. (85)

▶ Дом из дуба, светлый, в экологически чистом месте - с. Илек. Есть кап. постройки. Возможен обмен на квартиру в Оренбурге. Все вопросы по т. 8-919-841-77-28. (98)

РАЗНОЕ

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). (2)

▶ Неисправные микроволновые печи. Т. 21-24-91. (75)

УСЛУГИ

▶ Грузоперевозки от 350 руб. Т. 233-233. (21)

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

▶ Заказ «газели», грузчики, вывоз мусора. Т. 222-880. (10)

САНТЕХНИКИ

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

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», 0 этаж. Т. 60-60-10**. (14)

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

▶ Ремонт любых телевизоров без выходных. Пенсионерам скидки. Т. 55-75-20. (12)

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

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

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

▶ Ремонт швейных машин. Гарантия. Т. 61-39-03. (22)

▶ Ремонт стиральных машин, микроволновок с выездом на дом. ГАРАНТИЯ. Т.: 8-903-365-34-91, 21-24-91. (76)

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)

ЭЛЕКТРИКА

▶ Электрик. Установка и ремонт люстр. Электромонтаж. Т.: 45-72-33, 8-987-795-72-33. (96)

РАЗНОЕ

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

▶ Частный санитар. Оказываю уход: переодеваю, купаю, помогаю выполнять упражнения, хожу в магазин, сопровождаю в поездках и на прогулке, выношу и вывожу мусор, помогаю в быту, по дому и в саду. Обслуживаю в Оренбурге, в Самородово, в Караванном и в Беляевском районе. Т. 8-987-196-08-35. (9)

▶ Натяжные потолки. Т. 8-902-365-12-13. (24)

▶ **БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ. Т.: 8(3532)255-255, 8-903-392-32-21. (95)**

ЗНАКОМСТВА

▶ **ЖЕНЩИНА**, 52 года. Живу в Оренбурге. Познакомлюсь с мужчиной для серьезных отношений. Иногородних прошу не беспокоить. Жилье имеется. Т. 8-987-844-89-75. (99)

БЕЗОПАСНОСТЬ

Не впускайте посторонних!

Зафиксированы случаи визитов в жилые дома мошенников, которые представляются сотрудниками компании «ЭнергосбыТ Плюс» и сообщают о необходимости проверить приборы учета.

Обращаем внимание клиентов, что, в связи со сложной эпидемиологической обстановкой и введенным на территории области режимом самоизоляции, сотрудники энергосбытовой компании не совершают никаких визитов по жилым домам.

Пожалуйста, будьте бдительны и предупредите об этом своих родственников и знакомых!

Особо обращаем внимание на то, что сбытовая организация никогда не занимается сбором платежей с граждан на дому!

Любую консультацию можно получить по телефону контакт-центра 8(800)700-10-32 или воспользовавшись формой «Обратная связь» на сайте oren.esplus.ru.

Оренбургский филиал «ЭнергосбыТ Плюс».

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ВОПРОС-ОТВЕТ

Если карта не вернулась...

? Почему карты иногда застревают в банкоматах? Что делать в таких ситуациях?

В. СЕЛИВАНОВ, Курманаевский район.

Отвечает управляющий Отделением по Оренбургской области Банка России Александр Стахнюк:

- Карта может застрять в банкомате по нескольким причинам. Например, из-за технического сбоя, связанного с ошибкой в системе самого аппарата, либо из-за разрыва соединения с процессинговым центром. Банкомат также не вернет карту, если клиент трижды неверно введет ПИН-код, потому что система заподозрит, что действует мошенник.

Случается, что человек попросту не успел забрать карту. На это дается от 20 секунд до одной минуты. После истечения установленного времени банкомат заберет карту обратно, чтобы она случайно не оказалась у злоумышленников. Некоторые банкоматы не возвращают заблокированные карты и те, у которых истек срок действия. Устройство считает, что операцию пытаются провести мошенники.

В любой из ситуаций карта в безопасности - она попадает в специальный отсек внутри банкомата, куда нет доступа у посторонних лиц.

Если банкомат не отдает карту, сначала стоит немного подождать - возможно, он все же вернет ее через пару минут. Если этого не произошло, нужно предпринимать меры. В ситуациях, когда аппарат стоит в отделении банка, нужно обратиться к сотрудникам, они откроют аппарат и достанут карту.

Если банкомат находится не в офисе банка или отделение уже закрыто, необходимо позвонить на горячую линию банка и описать ситуацию оператору. Он передаст информацию специалистам, которые обслуживают банкомат. Карта будет передана в банк. Оператор подскажет, когда и в каком отделении ее можно будет забрать.

Если карта застряла в банкомате другого банка, лучше сразу уточнить, понадобятся ли какие-то документы, кроме паспорта, для возврата карты. Некоторые кредитные учреждения требуют справку, подтверждающую, что карта принадлежит именно вам. Документ нужно будет получить в банке, который выпустил карту.

В любом случае, когда происходят какие-либо ошибки с банкоматом, не стоит паниковать. Банк во всем разберется и поможет решить проблему.

Подготовила Марина ПЕТРЕНКО.

Не доводите себя до инвалидности!

Мир находится в разгаре демографических перемен. Если в 1950 году на людей старше 65 лет приходилось 7,7 % населения планеты, то к 2019 году их доля увеличилась до 19 %. По прогнозам, к 2050 году этот показатель достигнет 27 %. Как объяснить сложившуюся тенденцию?

Причина роста в мире доли лиц преклонного возраста - в увеличении продолжительности жизни. С 1950 года она увеличилась с 47 до 72 лет.

В Российской Федерации в 2019 году средняя продолжительность жизни составляла 71,39 года: у мужчин - 65,92; у женщин - 76,71.

Ученые продолжают вести поиск лекарств от рака, деменции, инфарктов и инсультов. Медики уже научились пересаживать живые органы и создавать искусственные, но победить старение организма пока не удается. В крайне редких случаях биологический возраст человека не совпадает с хронологическим.

КТО В ОТВЕТЕ ЗА ЗДОРОВЬЕ?

Продолжительность жизни зависит от многих факторов. Важную роль играет экология. Не менее значимы для состояния здоровья образ жизни, особенности питания, вредные привычки и пр. Об этом все знают. Но, по данным Росстата, в 2019 году в России лишь 12 % взрослых граждан вели здоровый образ жизни: не менее 150 минут в неделю давали организму умеренные физические нагрузки или 75 минут интенсивно тренировались, ежедневно употребляли не менее 400 г фруктов и овощей, не злоупотребляли солью (не больше 5 г в сутки) и алкоголем (для мужчин - не более 168 г чистого спирта в неделю, для женщин - не более 84 г).

В настоящее время средний россиянин без серьезных проблем со здоровьем обычно доживает только до 60 лет.

С БУКЕТОМ БОЛЕЗНЕЙ

После достижения этого возраста у граждан одновременно диагностируются три и более хронических заболеваний. Более 40 % пациентов в возрасте 70+ страдают от артрита, около 10 % - от нарушений эндокринной и сердечно-сосудистой систем. Почти у каждого 20-го возрастного человека развивается синдром старческой астении: общая слабость, повышенная утомляемость, медлительность, ухудшение памяти, слуха, зрения, потеря веса без диет… Чаще эти симптомы наблюдаются у тех, кто живет одиноко, в социальной изоляции.

Старение - неизбежный биологический процесс. Главная цель терапии в работе с возрастными пациентами - не допустить прогрессирования возрастных недугов. И сделать это в первую очередь должен сам человек за счет предельного внимания к себе, к своему образу жизни, к привычкам и ценностям.

ПРОФИЛАКТИКА НЕОБХОДИМА

Чтобы успешно лечить появившееся заболевание, важно его как можно раньше выявить. Для этого в Российской Федерации и действует программа диспансеризации и профилактических осмотров населения.

В соответствии с приказом Минздрава России № 124н «Порядок проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения» от 13.03.2019, частота исследований зависит от возраста. Для выявления колоректального рака, который занимает в России третье место по распространенности, проводится иммунохимический анализ кала на скрытую кровь. Граждане в возрасте от 40 до 64 лет должны сдавать такой анализ один раз в два года, в возрасте от 65 до 75 лет включительно - ежегодно. Золотым стандартом для выявления онкологических заболеваний пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки считается ЭФГДС. Это исследование проводится однократно в возрасте 45 лет, затем - по назначению терапевта. Чтобы не пропустить рак кожи и слизистых оболочек, всем россиянам от 18 до 99 лет проводятся ежегодный осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпация щитовидной железы и лимфатических узлов. Для своевременного выявления рака груди женщинам от 40 до 75 лет один раз в два года проводится маммография, с целью раннего выявления рака шейки матки женщины в возрасте от 18 до 64 лет один раз в три года делают ПАП-тест.

Мужчины в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет должны сдавать анализ крови на простатспецифический антиген, повышенный уровень которого указывает на риск развития рака простаты.

СТАТИСТИКА НЕ РАДУЕТ

Узнать все подробности об особенностях диспансеризации можно в страховой медицинской организации, выдавшей полис ОМС. К страховщикам же нужно обращаться, если есть жалобы на качество проведения профилактического осмотра.

Несмотря на все предпринятые меры, среди взрослого населения самая высокая доля инвалидов приходится именно на пенсионный возраст. По состоянию на 01.01.2020 в России насчитывается 11 188 902 взрослых инвалида, из них 6 982 213 (62,4 %) - в возрасте старше 60 лет. В Оренбургской области показатель инвалидности этой категории населения - 68,35 %.

> В Оренбургской области по состоянию на 01.01.2019 доля лиц старше 65 лет составляла 14,5 %. Это 281 910 человек из 1 963 007.

В 2019 году из 10 717 оренбуржцев, впервые получивших статус «инвалид», 5 603 человека (52,3 %) пенсионного возраста. У 40,1 % из них причиной инвалидности стали злокачественные новообразования, у 37,8 % - болезни системы кровообращения.

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ ГОСУДАРСТВА

С целью изменить эту печальную статистику в Российской Федерации с начала 2019 года дополнительно к диспансеризации запущены два национальных проекта: «Здравоохранение» и «Демография».

В нацпроекте «Здравоохранение» - восемь федеральных программ, направленных на внедрение новых технологий в медицину для борьбы с сердечно-сосудистыми и онкологическими заболеваниями, для развития детского здравоохранения и первичной медико-санитарной помощи. По каждому направлению определены четкие задачи, которые необходимо выполнить к 2024 году. Например, снижение смертности от болезней системы кровообращения на 23,4 %, от новообразований, в том числе злокачественных, - на 7,8 %.

Национальный проект «Демография» включает в себя пять федеральных программ, в том числе «Старшее поколение», «Укрепление общественного здоровья» и «Спорт - норма жизни». Проект «Старшее поколение» предполагает создание системы поддержки, повышения качества жизни и долговременного ухода, сбалансированного социального обслуживания на дому, в стационарной и полустационарной формах. Эта же программа предусматривает профессиональное обучение людей предпенсионного возраста.

Цель проекта «Старшее поколение» - как можно дольше удержать человека в активном состоянии, вернуть его в общество. Научить его жить, а не доживать.

Важно, чтобы граждане нашей страны в любом возрасте продолжали заниматься любимым делом, вели активный образ жизни и следили за своим здоровьем.

Т. Н. СМАГИНА, А. Я. РОСЛЯКОВА, Н. Е. УМАНСКАЯ, ГБ МСЭ по Оренбургской области.

НАЛОГОВАЯ СООБЩАЕТ

ГОСПОШЛИНЫ БОЛЬШЕ НЕТ

С 01.01.2019 государственная пошлина за совершение юридически значимых действий, в случаях направления в регистрирующий орган документов для регистрации юридических лиц и индивидуальных предпринимателей в электронной форме, не уплачивается. Документы должны быть подписаны усиленной квалифицированной электронной подписью заявителя, нотариуса либо сотрудника многофункционального центра.

ЕНВД ОТМЕНЯЕТСЯ

С 1 января 2021 года положения главы 26.3 «Система налогообложения в виде единого налога на вмененный доход для отдельных видов деятельности (ЕНВД)» части второй НК РФ не применяются.

Основными направлениями бюджетной, налоговой и таможенно-тарифной политики на 2020 год и плановый период 2021 и 2022 годов продление действия системы налогообложения в виде ЕНВД не предусмотрено.

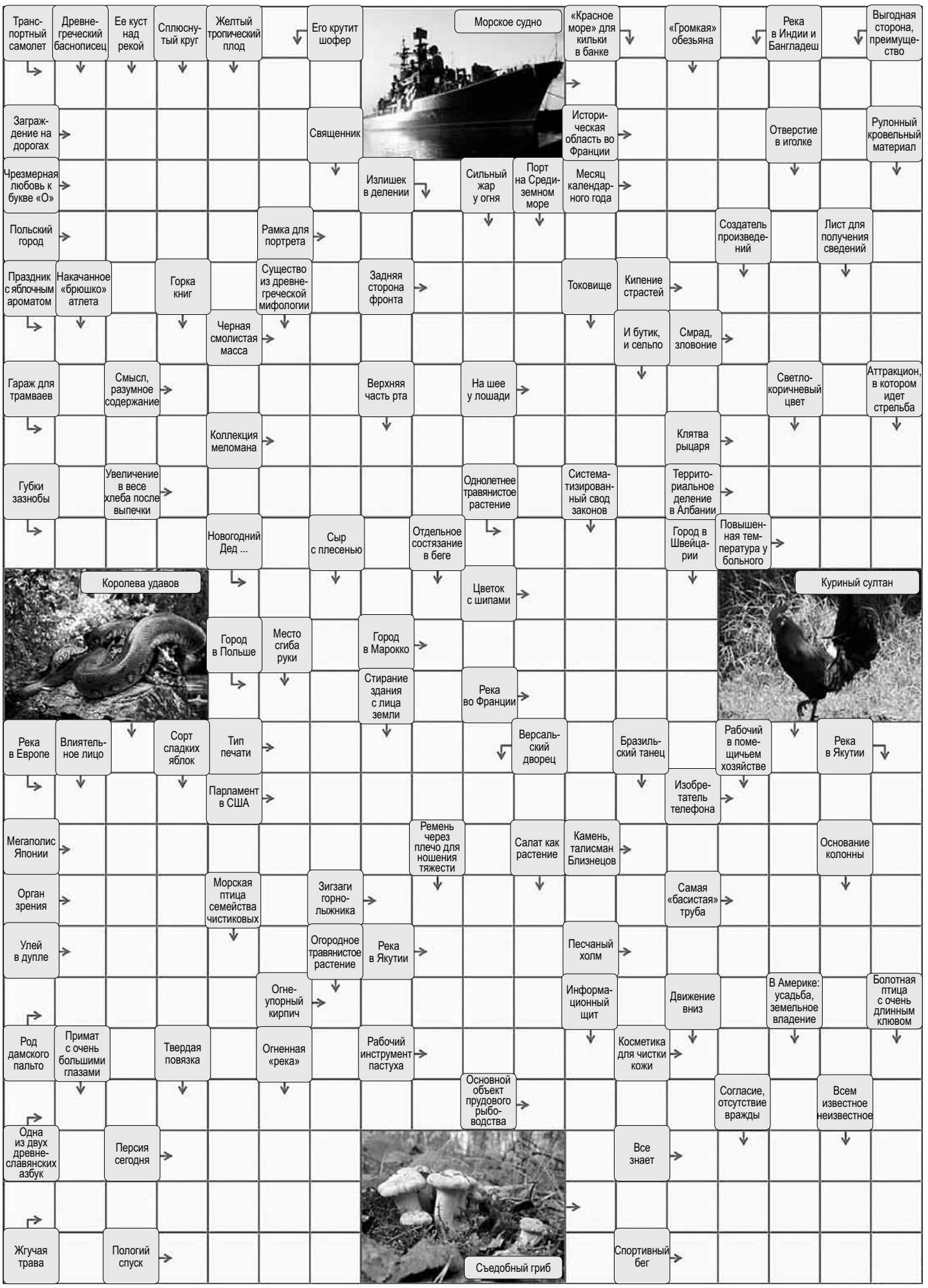
В настоящее время существуют три основные альтернативные системы налогообложения, которые могут выбрать налогоплательщики, применяющие ЕНВД: общая система налогообложения, УСН или патент.

КАК ПОЛУЧИТЬ ЛЬГОТЫ?

Если право на льготу по транспортному, земельному налогам и налогу на имущество возникло в 2019 году впервые, гражданин может обратиться в любую налоговую инспекцию с соответствующим заявлением по установленной форме. Целесообразно сделать это до начала массовой рассылки налоговых уведомлений за 2019 год, то есть до 20 мая 2020 года. Заявление можно подать через личный кабинет налогоплательщика на сайте ФНС России, отправить по почте или принести лично в любую инспекцию или в МФЦ, уполномоченный принимать такие документы. Если заявление уже подавалось и в нем не указывалось, что льгота будет использоваться в ограниченный период, повторно обращаться не нужно.

Пенсионеры, предпенсионеры, инвалиды, лица, имеющие трех и более несовершеннолетних детей, владельцы хозпостроек не более 50 кв. метров могут не направлять заявления о предоставлении налоговых льгот. В настоящее время для них действует беззаявительный порядок. Налоговый орган предоставит льготы на основании сведений, полученных при информационном обмене с ПФР, Росреестром и региональными органами соцзащиты.

ИФНС России по Дзержинскому району г. Оренбурга.



МИНУТКА ПОЗИТИВА

Я, конечно, мог бы не пить по выходным, но надо же как-то отделять одну неделю от другой.

* * *

Жена - мужу:
- Ты меня совсем не понимаешь!
- Да как мне тебя понимать, если ты только что выщипала свои брови, а сейчас стоишь перед зеркалом и рисуешь новые?!

* * *

- Вам нравятся клоуны?
- Вокруг или в цирке?

* * *

Приходит парень в салон татуировок. Его спрашивают:
- Что будем бить?
- Мне танк на всю спину!
Проходит 20 минут, мастер говорит:
- Готово!
- Так быстро?
- А что тут - всего 4 буквы!

* * *

- Сержант Петров! Откройте свой бумажник!
- Может, багажник?
- Ах да, точно, всегда опережаю события!

* * *

Старый партийный работник учит молодого: «Если ты не спишь со своей секретаршей, то с ней спит кто-то другой. А если с ней спит кто-то другой, то он знает твои секреты. Поэтому спать с секретаршей - это не блажь, это часть аппаратной работы».

* * *

Как говорят электрики, лучше уж изоляция, чем заземление...

* * *

- Мама, я влюбился.
- А как ее зовут? Почему раньше не сказал? А она умеет готовить? А какую музыку она слушает? Дать денег - мороженое ей купишь?..
- Папа, я влюбился.
- Баба?
- Баба.
- Норм.

* * *

Бухгалтер жалуется врачу на бессонницу.
- А вы попробуйте считать овец.
- Да я уже пробовал несколько раз, только я все время при этом делаю ошибку, и мне потом приходится 3 часа ее искать!

* * *

Беседуют два подростка:
- Когда моему младшему брату был год, он уже знал команды «сидеть», «дай лапу» и «голос».

Ответы на сканворд из № 12

По горизонтали: Игра. Еда. Угонщик. Дог. Лиман. Рама. Сити. Авторитет. Слежка. Зеро. Кофта. Маренго. Мрак. Арии. Матрас. Мамбо. Асуан. Милу. Грогги. Кума. Щиток. Завал. Арматура. Адур. Толк. Измор. Уджда. Монета. Имам. Иол. Тувумба. Тондо. Сок. Злоба. Кофе. Аре. Сумма. Рвение. Логово. Откат. Коза. Пари. Красота. Ателье. Аноа. Рысак. Упырь. Сона. Рис. Оха. Осот. Град. Тулон.

По вертикали: Огниво. Авиатор. Окапи. Трон. Готы. Радист. Омлет. Озеро. Лайм. Кактус. Вальс. Сегре. Ашуг. Авокадо. Жмот. Арау. Укор. Пест. Калека. Руно. Ритм. Ферма. Арка. Глаз. Ранг. Пума. Смог. Миаз. Семинар. Гавана. Излом. Лгун. Гонт. Грамм. Рало. Миокард. Обои. Битва. Метр. Идол. Тара. Карст. Лиризм. Уклад. Часы. Катер. Джин. Тосол. Мера. Удод. Тахо. Платок. Забрало. Абакан.

Астрологический прогноз с 7 по 13 апреля

Овен

Сомнений у вас будет как никогда много! При возникновении вопросов обращайтесь к знающим людям. И не принимайте решений, если в них не уверены! Эти дни могут стать судьбоносными для вас.

Телец

Данный период благоприятен для познания себя и самосовершенствования. Лучше сейчас не совершать длительные поездки. В начале недели займитесь домом. Также в это время можно выгодно приобрести недвижимость.

Близнецы

Вашу работу оценят по достоинству. Не исключено получение денежной премии. Однако дайте ей время отлежаться: не тратьте сразу. Смело планируйте дальние поездки. Можно начинать копить деньги на эту цель.

Рак

Суеты в эти дни в вашей жизни будет много, а вот результатов... Чтобы закончить хоть одно дело, постарайтесь расставить приоритеты. Звезды категорически не советуют вам сейчас с кем-либо ссориться.

Лев

Витать в облаках вам сейчас противопоказано. Чуть зазеваетесь - и окажетесь в неприятной ситуации. В личных отношениях ожидайте приятных сюрпризов. В течение всей недели старайтесь держать себя в руках.

Дева

Наконец вы найдете себе дело по душе! В некоторых случаях со временем оно даже может начать приносить доход. Снисходительно относитесь в эти дни к младшему поколению. Больше поддержки и меньше критики.

Весы

Финансовые вопросы ни в какую не захотят вам поддаваться! Лучше в этот период не планировать манипуляций с деньгами, иначе рискуете много потерять. С любимым могут возникнуть недомолвки. Решите все сейчас.

Скорпион

Домашние хлопоты, общение с домочадцами... Сейчас все ваши мысли займут семья и быт. В выходные попробуйте куда-нибудь выбраться. Вам необходимо сменить обстановку. Это поможет восстановить силы.

Стрелец

За серьезные дела сейчас браться не стоит. Зато любые развлечения пройдут на ура! Но держите свои чувства и эмоции под контролем. Тем, кто сидит на диете, совет: сделайте послабление, чтобы не сорваться.

Козерог

Ограничить себя в чем-либо будет непросто, но это придется сделать. Может пошатнуться здоровье: не пренебрегайте симптомами начинающейся болезни. В выходные дни вас ждет приятный сюрприз.

Водолей

Весна будет действовать на вас как нельзя лучше! Это время для любви и новых знакомств. Начальство в данный период даст вам возможность проявить себя. Постарайтесь не упустить этот шанс!

Рыбы

Вы справитесь с накопившимися проблемами, однако постарайтесь не совершить ошибок. Не принимайте решения сгоряча! Критика в эти дни может быть полезна. Особенно прислушивайтесь к мнению близких людей.

№ 13 (1 291) 07.04.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Две Маруси

Жизнь - штука непредсказуемая. Люди встречаются, люди влюбляются, женятся… А у некоторых бывает все в обратном порядке!

Олег Никитин увидел ее фотографию в социальной сети «Одноклассники». «Неужели это Маруся?!» - подумал он. Машу Крокотову Олег не видел с той поры, когда нарядные выпускники гуляли под дождем по городу. Обо всех одноклассниках хоть что-то да было известно, а любимица класса, которую все ласково называли Марусей, как в воду канула. И вдруг фотография на сайте. Только фамилия изменилась - Верескова. Видимо, по мужу. Внешне тоже кое-какие изменения произошли. Но глаза прежние. Олег послал сообщение: «Привет, Мария, хотел бы встретиться». Маруся ответила, что против встречи не возражает.

Олег, собираясь к назначенному часу, трижды менял рубашку, потом, разозлившись на себя, натянул футболку и джинсы. Заказал столик у окна. У кафе остановилась красная «Лада», стройная девушка выскочила из нее и направилась в кафе.

«А Маруся-то задерживается!» - Олег посмотрел на часы.

- Прости, опоздала, - женщина из «Лады» усаживалась напротив.

Олег протянул ей розу и замер! Глаза Маруськины и губы вроде ее, а так…

- Маруся…

- Как забавно ты меня назвал, меня никто так не называл, все больше Мария или Мари.

В ходе беседы выяснилось, что Мария вовсе не Мария, то есть, конечно, Мария, но не Крокотова, а просто очень похожая на нее девушка, которая тоже оканчивала их школу. Мари работает в строительной фирме и живет у бабушки.

Так в жизни Олега появилась Мари.

ИСТОРИЯ ИЗ ЮНОСТИ

Мари познакомила Олега со своей бабушкой, оказалось, она живет через квартал от его дома. Как-то гуляли с Мари по набережной, и она вдруг попросила:

- Олег, расскажи мне о моей тезке.

Он удивился просьбе, особо то нечего было и рассказывать. С Марусей они десять лет просидели за одной партой. К шестому классу дружба переросла в любовь. А перед выпускным поссорились. Двоюродный брат Олега попросил приехать в Орск, чтобы помочь с переездом, Маруся была против и упрямо твердила: «Если уедешь, то можешь ко мне больше не подходить».

Олег брату отказать не мог, на выпускной опоздал. Маруся на вечере делала вид, что не слышит его и не видит. Олег подошел к ней и, протянув ладонь, шутливо раскланялся:

- Марусь, кончай дуться. Давай, как в детстве, «мирись-мирись»?

Но Маруся, поджав губы, гордо проследовала в другую сторону зала и весь вечер танцевала с Игорем Огольцовым.

После выпускного Олег решил выждать время, чтобы Маруся успокоилась, но неожиданно она вместе с родителями уехала из города.

- Ты ее любишь? - тихо спросила Мари.

- Прошло столько лет... Осталось очень теплое воспоминание, но, кто знает, встреть я ее сейчас, как бы я себя повел.

Больше о Марусе не говорили.

ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Однажды после чаепития у бабушки Олег и Мари вышли освежиться на балкон. Мари вдруг обняла Олега и неожиданно сказала:

- Олежка, возьми меня в жены.

Олег остолбенел. Он собрался промямлить в ответ что-то более-менее достойное, но Мари прикрыла ему рот ладошкой:

- Я буду замечательной женой, я могу вкусно готовить, а еще умею не надоедать.

- И ни словечка о любви?

- А что о любви-то?.. Мы же нравимся друг другу, этого вполне достаточно! У меня подружка в загсе работает, нас распишут завтра. Ну что, согласен?

ДОЛГОЖДАННАЯ ВСТРЕЧА

С работы Олег ушел раньше времени, заказал в летнем кафе чашку кофе и наблюдал за суетой перед входом в загс. Его внимание привлекла очередная пара. Невеста вышла из белого лимузина, увитого розами. Она была в розовом платье с длинным шлейфом, без фаты. Волосы свободно струились по полуоткрытым плечам.

- Игорь, ну что ты? - невеста оглянулась. И этот голос, и поворот головы, и эти волосы, да, эти струящиеся волосы - все это было до боли знакомо Олегу. Конечно, это была она - его Марусечка Крокотова!

- Маруся! - Олег как спортсмен-перворазрядник махом перелетел через ограждение.

Маруся отчаянно крутила головой, пытаясь разглядеть, кто ее окликнул.

- Олежка, ты?! Ты что здесь делаешь?!

- А ты?!

- Я… замуж выхожу, - растерялась Маруся.

- Олег?! - к ним подошел Игорь Огольцов. Он был одет в серый костюм, к лацкану прикреплена свадебная веточка.

Маруся явно нервничала, она дважды запуталась в длинном шлейфе. Один раз уронила свадебный букет. Когда Маруся направилась в комнату невесты, Олег незаметно прошмыгнул следом.

- Марусь, - позвал он. - Пойдем со мной, тебе тут нечего делать.

- Как это пойдем, а как же Игорь, гости?..

- Поймут и простят. А ты, Марусечка, если сейчас совершишь этот опрометчивый шаг, никогда себе этого не простишь. Ты же его не любишь.

Олег схватил Марусю за руку и потащил за собой к служебному входу.

ЗАКОННЫЙ БРАК

- Олег! Маруся! - с лестницы сбегал Игорь, размахивая руками.

А по улице к ним бежала Мари. Олег первым подлетел к ней и поцеловал ее в щеку:

- Ты умная, все поймешь. Прости и спасибо!

В открытое окно машины Олега прощальным взмахом колыхнулся шлейф.

Игорь подошел к Мари.

- И вас бросили?

- Нет, - пожала плечами Мари, - чтобы бросить, сначала надо заиметь…

- Игорь! - донеслось сверху. - Через минуту ваше время!

- Сейчас! - прокричал Игорь. - Пойдемте со мной!

- Мы же совсем не знакомы?!

- Вот и хорошо, там и познакомимся. Может, вот так и надо, с чистого листа? Без всякого прошлого, лишь настоящее и будущее, а? Вас как зовут?

- Мари… Мария.

- Мария?! Вот здорово, Маруся, значит, даже оформление в кафе менять не придется... Соглашайтесь, ну когда бы еще в такой авантюре поучаствовали?

Мари пожала плечами и опасливо подала руку Игорю. «А он очень даже ничего, и глаза такие добрые», - подумала она. Игорь крепко сжал ее руку.

Когда они поднимались по лестнице, два голубя взметнули ввысь - приглашенный голубятник нечаянно выпустил их раньше срока.

«Что я делаю? - подумала с ужасом Мари. - А впрочем… уже все равно!»

Она посмотрела в небо. Голуби парили вместе, высоко-высоко…

ЗИГЗАГ СУДЬБЫ

Прошло шесть лет. Игорь и Мари отдыхали на море. Они расположились на пляже под зонтиком, а их сын копошился у воды. Вдруг набежавшая волна сбила мальчишку с ног.

- Сережа! - разом вскочили Игорь и Мари.

И, как эхо, такой же возглас раздался с другой стороны, загорелые мужчина и женщина заспешили к копошащемуся рядом с Сережкой мальчишке.

- Вы?! - возглас изумления вырвался одновременно у всех четверых.

Перед Огольцовыми, будто проявившись из горячего марева, предстали две знакомые фигуры - Олег и Маруся. Фрагмент немого кино! Огольцовы смотрели на Никитиных!

Вечером на широкой веранде они вчетвером пили шампанское. Не осталось ни досады, ни злости друг на друга. Все случившееся когда-то с ними вспоминалось теперь как забавное приключение.

- А ты, Мари, совсем не изменилась, - заметил Олег.

- Ты тоже, - улыбнулась Мари, - только я, Олежек, теперь Маруся!

- Да, она моя Марусечка! - Игорь обнял Мари.

- А меня мои мужики иначе как Мари не называют. Вот такой зигзаг судьбы! - рассмеялась Маруся.

Ольга ГОЛОВАНОВА, г. Гай.

ТАКАЯ ЖИЗНЬ

Ни капли спиртного!

Уважаю своих соседей по даче. Даже люблю. Супруги Лидия и Николай всегда пребывают в хорошем настроении, готовы к общению, а уж подсказок по уходу за огородом и садом у них вагон, потому как Лида - бывший агроном. Они оба на пенсии, в городе имеют «двушку», но все лето живут на даче. Говорят, что воздухом чистым на зиму запасаются.

По выходным к соседям приезжают трое сыновей с женами и семеро внучат.

Однажды, ближе к вечеру, Лида хлопотала с рассадой, а мы с Николаем пили чай.

- Хорошо у вас, - сказала я.

Николай, слегка откинувшись на спинку стула, ответил:

- Я и сам не нарадуюсь. Печалюсь, что не всегда вот так было. Я ведь, знаешь, как пил? Лидушку жалко - натерпелась она, здоровье потеряла…

И рассказал мне сосед о непростых временах в их семье.

«Мы с Лидой один институт окончили, сельхоз. Она агрономический факультет, а я - по механике. Поженились студентами. Свадьбу отгуляли, хоть и в общежитии, но весело! По распределению приехали ко мне на родину, в совхоз. И все как у людей пошло - квартиру нам дали, работу, через год Валерка, старшенький, родился.

Вот тогда-то какая-то неведомая сила и потянула меня к рюмке. Да так потянула, что тонуть начал. Поводов для выпивки всегда находились много: начало сева, потом сенокоса, уборка, ремонт техники… Потом их окончание. А потом и повод не нужен стал. Деньги в кармане есть - бегом в магазин. Директор долго терпел, но однажды сказал: «Уходи, с техникой дело имеешь, а вечно пьяный, до беды недалеко». Да мне и самому уже в тягость было на работу ходить: голова чумная, сил нет, одно желание - опохмелиться. И самое поганое - стал я потихоньку вещи из дома продавать. Сначала свои рыболовные снасти соседу «толкнул», потом бензопилу на запчасти разобрал и мужикам продал. А как-то прибыли в совхоз заезжие купцы - старину скупать. Втайне от Лиды я притащил им швейную машинку «Зингер». То ли от бабки Лидиной она нам досталась, то ли еще от кого. Скупщики хорошо заплатили. А жена как про машинку узнала, ревела неделю, потом замкнулась.

Как-то вечером, уже стемнело сильно, пришел я домой под легким хмелем - деньги кончились, а под запись в магазине мне спиртное давать перестали.

Зашел, смотрю - Лида у дверного косяка стоит, в ночной сорочке, простоволосая. «Ну, - говорит, - что теперь на продажу понесешь? А продай меня, чего уж…» По ее щекам слезы горошинами катились, до сих пор эта картина перед глазами.

Выскочил я на улицу будто ошпаренный. Сел на крыльце, голову руками зажал, так до утра и просидел. Поглядел со стороны на жизнь свою. Страшно стало!

Чуть рассвело, затопил баню. Парился неистово, хлестал себя веником изо всех сил - не здоровье правил, душу. Потом квасу выпил литра два и сказал себе: «Все, теперь - ни грамма, ни-ко-гда!»

Лида в мое перерождение не сразу поверила. Каждый день смотрела с подозрением, молчала. Так прошло месяца два. В доме порядок навел и старенькой соседке забор поправил. Директор совхоза меня на работу взял снова. Сердцем жена смягчилась не сразу, но потихоньку все наладилось. Задумали дочку родить. А родились парни - Алексей и Володя, близняшки! Я сыновей приучал, чтобы инструмент из рук не валился и чтоб вина не пили. Тут все было строго - в доме ни капли спиртного, никогда. Гостей, кстати, меньше у нас не стало, наоборот, смеху и веселья прибавилось. А чего не пошутить, если не спьяну, а по-доброму?

Близнецам уже по тридцать, Валерка постарше, и я верю, к рюмке никто из них не потянется. Снохи у нас замечательные, внуки…

Нам с Лидой по 65, а оглянусь назад - как и не жил, ведь столько еще хорошего хочется сделать и увидеть. «Пьяные» три года из головы вычеркнул, но не забыл. Перед женой до конца дней вину буду чувствовать. И благодарить. Своим «продай меня» разом отучила от пьянки, удержала на краю, ведь скатился бы в бездну!»

Валентина УШКИНА, Оренбургский район.

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

«ДоброДомик» превратился в клуб «Живи!»

Пенсионеры Оренбурга с нетерпением ждут окончания карантина. Они мечтают посетить новый клуб «Живи!», который открылся в городе вместо благотворительного кафе «ДоброДомик».

Инициатива кормить пожилых людей бесплатными обедами и устраивать для них интересные мероприятия принадлежит предпринимателю Анне Пименовой.

Она продолжила дело своих друзей из Санкт-Петербурга и раскрыла двери своего кафе для бабушек и дедушек. Желающих посещать «ДоброДомик» оказалось немало. За неделю количество посетителей увеличилось с 20 до 100 человек. Слух о щедрости предпринимателя быстро разлетелся по городу. Уже к концу первого месяца работы на обед в «ДоброДомик» приходили 200-250 человек. Расходы росли как снежный ком и скоро достигли 200 тысяч в месяц. Предпринимательское сообщество включилось в проект, помогало с продуктами. Салат, суп, второе блюдо, компот, хлеб и сладости к чаю... Вроде бы нехитрый набор. А вдобавок к нему - расходы на коммуналку, на зарплату поварам и техническому персоналу… И в конце января первое благотворительное кафе Оренбурга закрылось. Но предприниматель Анна Пименова не собиралась сдаваться. 18 марта она открыла в восточной части Оренбурга клуб «Живи!».

- Это невозможно бросить, у нас такая атмосфера добра и взаимопонимания... Многим бабушкам и дедушкам, которые сюда приходят, даже не столько покушать нужно, сколько пообщаться, потанцевать, почувствовать внимание и заботу. Именно за этим к нам со всего города люди приезжают, - рассказывает Анна Пименова.

Посетители «ДоброДомика» записались в клуб «Живи!» почти полным составом.

Клуб «Живи!» работает с понедельника по пятницу с 9.00 до 12.00. Три раза в неделю здесь проводятся кружки по интересам. Один раз в месяц - культурно-развлекательные мероприятия.

В связи с карантином клуб «Живи!» временно не работает. Но его посетители и организаторы надеются, что совсем скоро он вновь распахнет свои двери для самых любимых гостей.

Елена АКИНЯЕВА.

БЕЗОПАСНОСТЬ

Проводите уборку жилых помещений

Роспотребнадзор рекомендует жителям России регулярно проводить санитарную обработку жилых помещений во время пандемии коронавируса.

1. Дверные ручки, к которым вы прикасаетесь, вернувшись с улицы, необходимо сразу вымыть с мылом, обработать антисептиком на основе спирта (не менее 70 %) или хлорсодержащим раствором. После обработки обязательно вымойте руки с мылом.

2. Выключатели нужно ежедневно протирать салфеткой с антисептиком. Если с вами проживает больной человек, протирать нужно после каждого использования.

3. Ручки шкафов, спинки стульев, бытовую технику, столы и другие твердые поверхности два раза в неделю мыть с мылом или протирать салфеткой с антисептиком.

4. Кухонные столешницы, смесители, раковины мыть с применением средств бытовой химии. Если в доме все здоровы, достаточно это делать один раз в день. Если есть больной человек - после каждого использования.

5. Туалетные принадлежности (зубные щетки, расчески и пр.) обрабатывать салфетками с антисептиком на основе спирта, если в доме есть больной человек.

6. Туалет (унитаз, ванна, душевая кабина, биде) мыть с дезинфицирующими средствами на основе хлора.

7. Если все здоровы, влажную уборку необходимо проводить два-три раза в неделю с применением средств бытовой химии. Если есть больной человек - ежедневно, с использованием дезинфицирующих средств на основе хлора.

Марина ПЕТРЕНКО.

АКТУАЛЬНО

Бронь закрыта

В целях предупреждения распространения коронавирусной инфекции по поручению Правительства Российской Федерации от 27.03.2020 временно приостановлены бронирование мест, прием и размещение граждан в пансионатах, домах отдыха, санаторно-курортных организациях (санаториях). В связи с этим приостанавливается выдача путевок в перечисленные. Очередность на получение санаторно-курортного лечения за гражданами льготных категорий сохраняется.

Работа по предоставлению государственной социальной услуги будет возобновлена после снятия ограничительных мер.

Дополнительную информацию можно получить по телефонам: 8(3532)78-40-47, 77-09-06.

Оренбургское региональное отделение Фонда социального страхования РФ.

Снова вирус, грипп, ОРВИ? ОРВИС ты скорей прими!

Линия ОРВИС от компании Эвалар включает лекарства для лечения ОРВИ и гриппа и средства для защиты от вирусов и поддержки иммунитета.

Лечение ОРВИ и гриппа

Орвис Иммуно*
Защищает от вирусов, стимулирует иммунитет, мобилизуя систему интерферонов[1].
Для лечения - всего 6 таблеток на курс. Самая[2] удобная профилактика ОРВИ и гриппа - всего 1 таблетка в неделю[3].

ДО 20 % ВЫГОДНЕЕ ПО ЦЕНЕ[4]

Снятие симптомов ОРВИ и гриппа

Орвис Флю*
Быстро[3] устраняет повышенную температуру, озноб, головную боль, заложенность носа, чихание. Не вызывает побочного повышения давления, в отличие от большинства популярных средств[5].

ДО 2 РАЗ ВЫГОДНЕЕ ПО ЦЕНЕ[6]

Лечение насморка

Орвис Рино*
Лечит насморк, препятствуя развитию осложнений, таких как гайморит и др.
100 % натуральное[7] лекарство (таблетки и капли для приема внутрь).
Для взрослых и детей с 2 лет[8].

ДО 75 % ВЫГОДНЕЕ ПО ЦЕНЕ[9]

Поддержка иммунитета

Чай для иммунитета ОРВИС**
Растительный комплекс из 6 трав, витамина С и лимонного сока для активизации борьбы с вирусами и микробами.

Лечение кашля

Орвис Бронхо Амброксол*
Раствор для приема внутрь и ингаляций при бронхите, пневмонии, ХОБЛ, бронхиальной астме и др[3].
Для взрослых и детей с рождения.

ДО 2 РАЗ ВЫГОДНЕЕ ПО ЦЕНЕ[4]

Орвис Бронхо Тимьян*
100 % натуральный[7] сироп для взрослых и детей с 1 года.
Оказывает отхаркивающее и противомикробное действие при бронхите, трахеите, коклюше[1].

Защита горла

Орвис Лизоцим для горла**
Таблетки для рассасывания естественно регулируют местный иммунитет полости рта и горла.
Для взрослых и детей с 3 лет.

ДО 1,5 РАЗА ВЫГОДНЕЕ ПО ЦЕНЕ[10]

Орвис Таблетки для горла**
На основе 8 эфирных масел и ментола.
Способствуют улучшению состояния верхних дыхательных путей и горла.

Санация рук

Орвис спрей антисептический
Санация рук на 99 % от опасных бактерий и вирусов.

Эвалар - здоровье, доступное каждому!

Спрашивайте во всех аптеках, а также: Оренлек: 780-780, 8-800-700-57-80; **Данафарм:** 58-20-02 **www.evalar.ru apteka.ru**

[1]В комплексной терапии. [2]В ассортименте Эвалар. [3]В рамках инструкции по применению. [4]По данным АО «Группа ДСМ», за 2019 год средневзвешенная розничная цена за одну упаковку лекарственного препарата по сравнению с аналогом. Аналог выбран по дозировке, действующему веществу, форме выпуска. [5]Содержащих фенилэфрина гидрохлорид и кофеин.[6]По данным АО «Группа ДСМ», за 2019 год средневзвешенная розничная цена лекарственного средства в пересчете на 1 пакетик по сравнению с аналогом. Аналог выбран по действующим веществам, дозировкам, форме выпуска. [7]По действующим веществам.[8]Капли для приема внутрь «Орвис Рино». [9]По данным АО «Группа ДСМ», за 2019 год средневзвешенная розничная цена за упаковку лекарственного средства в форме таблеток по сравнению с аналогом. Аналог для сравнения выбран по дозировкам, действующим веществам, форме выпуска.[10]По данным АО «Группа ДСМ», за 2019 год средневзвешенная розничная цена за 1 таблетку 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

apteka.ru 8-800-700-8888 (для заказа)

fitomarket.ru 8-800-551-6120

*ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

**НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Для бесперебойного снабжения потребителей товарами первой необходимости (живой птицей) инкубатор работает в обычном режиме. Непрерывный цикл производства.

Инкубатор Оренбурга предлагает:

- **цыплята бройлерные** КОББ 500, Росс 308, Арбор Айкрес (Россия, Франция);
- **цыплята цветного бройлера Сассо** *(17 апреля);*
- **утята мясные нежирные:**
  - породы Черри Велли *(10,17 апреля; 1, 8, 15, 22, 29 мая),*
  - породы Мулард *(10, 17, 24 апреля; 1, 8, 15, 22, 29 мая);*
- **индейка тяжелого кросса** Хайбрид Конвертер, Биг 6, Бронзовые *(10, 17, 24 апреля; 1, 8, 15, 22, 29 мая);*
- **утята** Благоварские, Темп, Башкирские и Агидель;
- **калиброванные цыплята** (100 % курочки) кур-несушек Ломан Браун Классик и Хайсекс Браун *(10, 17, 24 апреля; 1, 8, 15, 22, 29 мая);*
- **гусята** Линдовские, Итальянские белые и крупные серые *(10, 17, 24 апреля; 1, 8, 15, 22, 29 мая).*

г. Оренбург, ул. Донгузская, 8/5 (Сулак, ост. «Стройгородок», авт. № 24)
Телефоны:
8-987-847-11-11
8-987-887-44-01
8-903-398-37-28
8(3532) 71-63-21
наш сайт орлан56.ру
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ КОМБИКОРМА

СОБЛЮДАЮТСЯ ВСЕ санитарно-эпидемиологические требования.

Публикация бухгалтерской отчетности в нашей газете на выгодных для вас условиях
77-68-42

На базе единой диспетчерской службы Оренбургской области создан единый кол-центр по вопросам режима самоизоляции и противодействия коронавирусу.

Жители всех городов и районов региона могут получить консультацию и ответы на вопросы о принятых в регионе мерах по противодействию коронавирусу, о правилах поведения, о социальном обслуживании и трудовых отношениях в условиях самоизоляции.

В кол-центре дежурят специалисты региональных министерств здравоохранения, социального развития, труда и занятости населения Оренбургской области, а также сотрудники регионального управления Роспотребнадзора.

Звонки принимаются КРУГЛОСУТОЧНО по номеру 8-800-302-50-50 (звонок бесплатный).

Сад чудес

Вьющаяся земляника, малиновое дерево, колоновидные яблони, груши, сливы, вишни… Посадив эти новинки с удивительными свойствами, можно вырастить настоящий сад чудес. Многие люди склонны верить в чудеса. Но давайте попробуем разобраться, существуют ли они на самом деле.

Яблони, которые растут в один ствол и напоминают собой колонну, действительно существуют, и их называют колоновидными. Начиная с 1993 года мы испытали в своем саду более 50 сортов и номерных форм таких яблонь. Колоновидные яблони занимают совсем мало места в саду, поэтому их можно сажать в полуметре друг от друга. Нужно сказать, что большинство сортов зимой подмерзает, и лишь единичные сорта, например, **Аркаим,** хорошо растут и плодоносят в наших климатических условиях. Этот сорт у нас вырастает настоящей колонной, облепленной вкусными темно-красными яблоками. Но все же я считаю, что основная ценность такой яблони не в плодах, а в декоративном внешнем виде. Одна или несколько таких яблонек, посаженных на видном месте, могут украсить любой участок.

Что же касается других колоновидных культур, то специалисты утверждают, что их не существует в природе. Конечно, у любой садовой культуры есть сорта, из которых, применяя обрезку и другие приемы, можно получить настоящую плодовую колонну. Но на генетическом уровне других колоновидных культур, кроме яблони, нет. Это чудо существует только благодаря программам-фоторедакторам.

В том, что также не существует в природе вьющейся, как лиана, земляники, усы которой сами поднимались бы вверх по шпалере и давали урожай, теперь уже убедились, наверное, все. Можно вырастить землянику в вертикальной культуре, например, в поставленных друг на друга специальных горшках. Такая земляничная колонна занимает мало места, очень красиво смотрится и может дать достаточно высокий урожай. Конечно, устройство и содержание такой вертикальной грядки требует определенных вложений и постоянного внимания, зато вы точно сможете удивить своих гостей.

Малиновое дерево. Наверное, вы представляете, что это настоящее дерево, на котором растет малина. На самом деле это малина, выращиваемая в традиционном двухлетнем цикле, у которой за год вырастают мощные прямостоячие побеги, хорошо ветвящиеся вверху. Иногда такое ветвление достигается обрезкой. Плодоносят эти побеги на следующий год, а затем они удаляются. В нашем климате не все сорта малины хорошо зимуют без укрытия. Негнущиеся стебли малины являются скорее недостатком, чем преимуществом, поскольку возникает проблема с их пригибанием на зиму. Но есть крупноплодные сорта, которые и наклонить можно, да и без укрытия они успешно зимуют. Например, сорт **Гордость России.**

Есть садовые культуры, которые морозов не боятся, но у нас их вырастить сложно. Это голубика, черника, клюква, которым необходима присущая для болотистой местности кислая почва. Нам же нужно искусственным образом решать эту непростую задачу. Лишь одна северянка с исключительно ценными ягодами хорошо прижилась на нашей почве. Это **жимолость съедобная**.

В последние годы мы научились выращивать некоторые теплолюбивые культуры. Урожай винограда, крупноплодной ежевики, зимостойкость которых - всего минус 26 градусов, без проблем собирают благодаря тому, что была отработана технология укрытия их на зиму. А вот для успешного выращивания такой теплолюбивой культуры, как **шелковица**, нужно, чтобы произошло действительно чудо, поскольку она растет высоким деревом, и укрыть ее проблематично.

Есть большая группа южных растений, которым приписываются удивительные полезные свойства. Это ягоды годжи, кизил, гуми, унаби и другие. Многим из них даже в южных регионах России необходимо создавать определенные тепличные условия. У нас для получения урожая этих культур нужно очень

хорошо постараться. Стоит ли овчинка выделки? Давайте лучше вспомним об огромной ценности тех садовых культур, которые растут в наших климатических условиях без всяких проблем и ничем не уступают экзотическим заморским чудо-фруктам. Такие растения, как смородина, малина, калина, рябина, арония, жимолость, крыжовник, земляника, боярышник, содержат в составе своих ягод большое количество витаминов и биологически активных веществ, необходимых для нашего организма. Поэтому в первую очередь необходимо полнее использовать то, что дарит нам наша природа.

Федор ДОЛБНЯ,
Кувандыкский городской округ.

· ПИТОМНИК ДОЛБНЯ

РЕАЛИЗУЕТ САЖЕНЦЫ

- полукарликовых яблонь,
- карликовых и обычных груш,
- привитой вишни и сливы, не дающих поросли,
- крупноплодной смородины и малины,
- жимолости, ежевики,
- слабошипного крыжовника,
- декоративных культур

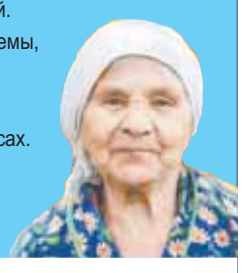
Бесплатная доставка в Оренбург, Орск, Бузулук
Тел. 8-987-899-85-82
Подробности на сайте www.pitomnik-dolbnya.ru

ЕЖЕДНЕВНО В ПИТОМНИКЕ по адресу: д. Гумарово Кувандыкского района.

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.

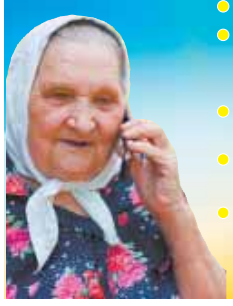
Судьба - это не дело случая, а результат выбора.
На расстоянии.



8-903-434-20-78

Телефон рекламной службы
77-68-42

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

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 12 000 экз. Заказ №13/357.
Время подписания в печать по графику - 6 апреля в 23.00.
Фактическое время подписания в печать - 6 апреля в 23.00.