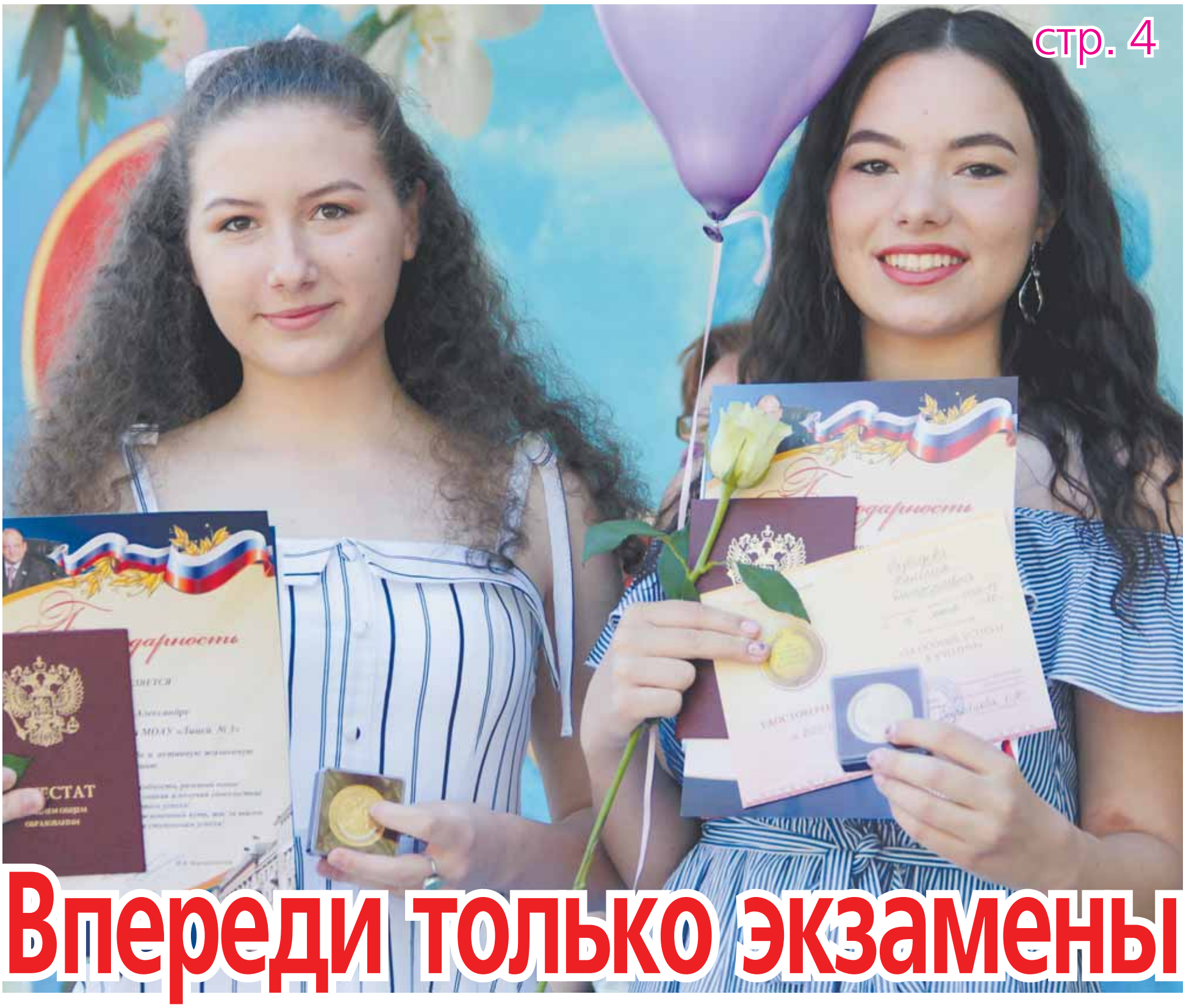
24 (1302) 23.06.2020

ОРЕНБУРГСКАЯ
Сударыня
ЖЕНЩИНА, СЕМЬЯ, МАТЕРИНСТВО, ДЕТСТВО



стр. 4

Впереди только экзамены

Старение отменяется

стр. 5

Как выжить в новой реальности?

стр. 7

Заканчивается подписка на газету

«ОРЕНБУРГСКАЯ СУДАРЫНЯ»

на II полугодие 2020 года.

Оставайтесь с нами! т. (3532) 77-30-87

№ 24 (1 302) 23.06.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ОБРАЗОВАНИЕ

Православие со школы

На территории храма святителя Николая Чудотворца в Медногорске завершается строительство православного детского творческого центра.
В этом учебном году в воскресной школе при храме обучались более 40 ребят. Они все с нетерпением ждут создания комфортных условий для занятий.
На здании на прошлой неделе установлена крыша. Завезен облицовочный кирпич для отделки.

СЕЛЬСКОЕ ХОЗЯЙСТВО

В планах – мельница

В первом квартале 2021 года в Оренбуржье планируется открытие нового производственного мельничного комплекса.
Мощность переработки зерна на предприятии составит 120 тонн в сутки. Новый производственный комплекс включает в себя мукомольный завод и элеватор для хранения зерна. Планируется выпуск не менее 30 тысяч тонн муки в год.
Продукция будет поставляться в Турецкую Республику и Китай.

КОММУНАЛКА

Дождались!

В Александровском районе заменяют водопроводные сети. На эти цели из бюджета области будет направлено почти 291 млн руб. На выделенные средства до конца августа в селе Александровка заменят 1,7 км трубы. Работы ведутся на улицах Октябрьской, Гагарина, Юбилейной и Новой.
Всего в рамках программы «Модернизация объектов коммунальной инфраструктуры Оренбургской области» будет реконструирована система водоснабжения в 39 муниципальных образованиях региона.

Инга ПРОХОРОВА.

Детям – билет в будущее

Оренбургская область впервые примет участие в проекте «Билет в будущее». Соответствующее соглашение подписано с оператором проекта, Союзом «Молодые профессионалы (Ворлдскиллс Россия)».

Программа «Билет в будущее» реализуется в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» с 2018 года.

За два года в программе по ранней профессиональной ориентации приняли участие более миллиона школьников. Они прошли онлайн-диагностику для выявления профессиональных предпочтений, погрузились в профессию и пообщались с лучшими представителями компетенций на мероприятиях различного формата, получили индивидуальные рекомендации по построению траектории обучения.

* * *

В 2018 году свой билет в будущее приобрели школьники из 41 региона. В этом году к проекту присоединились уже 76 субъектов России, в том числе и Оренбуржье.

- Благодаря участию региона в национальном проекте «Образование» у каждого школьника Оренбургской области появляется возможность получить востребованную специальность, независимо от места проживания или особенностей здоровья, - считает вице-губернатор - заместитель председателя Правительства Оренбургской области по социальной политике - министр здравоохранения Оренбургской области Татьяна Леонидовна Савинова. - Дети не просто познакомятся с профессиями, они получат настоящий билет в будущее, который позволит им определить карьерную траекторию, понять свои способности, попробовать себя в профессии и выбрать работу по душе. Мы нуждаемся в квалифицированных кадрах. Региональными министерствами образования и экономического развития был проанализирован и сформирован перечень актуальных для региона компетенций, по которым в ближайшее время смогут заниматься школьники с 6 по 11 класс. Данный проект поможет ребятам сделать осознанный выбор профессии, и мы очень надеемся, что на предприятия Оренбуржья придут мотивированные и квалифицированные специалисты, которые будут готовы работать и преобразовывать все сферы нашей жизни.

* * *

В июле начнет работу обновленный сайт проекта «Билет в будущее», где можно будет проверить свои знания мира профессий путем интерактивного тестирования, получить информацию о самых востребованных компетенциях из разных сфер, познакомиться с картой профессий и пройти онлайн-курсы для детей и родителей. Профориентационные мероприятия начнутся в середине лета, причем часть из них запланирована в онлайн-формате. Сейчас в регионах формируется перечень площадок, на которых школьники смогут пройти второй этап проекта - погружение в профессию.

Многочисленные исследования показывают: проблема выбора профессии для современных подростков - одна из самых актуальных. Проект «Билет в будущее» учит выбирать. Именно поэтому число его участников растет. В этом году зарегистрировать свои кабинеты на платформе смогут и школьники, и их родители. Взрослым в новых экономических реалиях тоже приходится думать о смене профессиональной деятельности. Электронный ресурс проекта можно будет использовать как постоянную площадку для получения актуальной информации о разных компетенциях, определения собственных предпочтений и погружения в реальную практическую деятельность.

Инга ПРОХОРОВА.

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Евгения КОЖЕВНИКОВА, директор департамента по реализации проектов развития детей и молодежи Союза «Молодые профессионалы (Ворлдскиллс Россия)»:

- Большая часть регионов после первых лет реализации продолжает сотрудничать с нами. И для нас это очень ценный показатель. Значит, мы занимаемся важной работой. С каждым годом участников становится все больше. «Билет в будущее» - это возможность для ребят из разных уголков страны узнать о профессиях, которые востребованы у них на родине, и выбрать одну из них. А для территорий это шанс начинать формировать кадровый резерв для экономики еще на школьной скамье. Ведь ребята, которые пообщались с настоящими профессионалами на местных предприятиях или нашли для себя что-то интересное в колледжах, с большой долей вероятности выберут именно их.

ПРОИСШЕСТВИЯ

Выгорел урожай

Около села Ветлянка в Соль-Илецком городском округе в поле с пшеницей ударила молния. Произошло возгорание.
Пламя быстро охватило площадь 10 тысяч квадратных метров. Все колосья на этом участке сгорели до корней. Фермеры потушили пламя до прибытия пожарных. Серьезных потерь удалось избежать. Обошлось без погибших и пострадавших.

Куры с запахом

Сетевой магазин «Пятерочка» в Оренбурге наказан за несоблюдение требований санитарного законодательства.
На запах от приготовления кур-гриль пожаловался мужчина, проживающий в доме на улице Бр. Коростелевых, на первом этаже которого располагается магазин.
В ходе проверки сотрудники Роспотребнадзора выяснили, что место приготовления кур не оборудовано вытяжкой и необходимой вентиляцией. За это суд назначил магазину штраф в размере 10 000 руб.

Роковой водоем

В озере Песчаном в Орске утонул 11-летний мальчик. Школьник пришел на пляж вместе со своим дядей и купался под его присмотром. Ребенок плавал со сверстниками, но не удержался на воде, пошел ко дну и захлебнулся. Его быстро вынесли на берег и попытались оказать первую помощь. Однако откачать воду из легких не успели. Подросток умер.
В 2020 году это второй случай гибели человека на озере Песчаном. 1 июня из воды достали тело взрослого мужчины.

Разыскиваются хулиганки

В одном из дворов Гая девушки исцарапали иномарку.
Четыре подружки всего за несколько минут исписали автомобиль разными словами, в том числе нецензурными. Акт вандализма запечатлели камеры видеонаблюдения.
Владелец машины разыскивает девушек и намерен добиться компенсации причиненного ущерба.

Рубить нельзя

Житель Бузулукского района привлечен к уголовной ответственности за незаконную вырубку деревьев в национальном парке.
Полицейские установили, что 39-летний мужчина с 15 по 18 мая заготавливал дрова на территории Бузулукского бора недалеко от поселка Партизанского. Вырублено более 20 тыс м^2 сухостоя и около 30 м^2 живой сосны. Нанесенный ущерб оценен в 104 888 руб.

Ангелина МАЛИНИНА.

РЕЛИГИЯ

Священники пересели в автомобили

Традиционный крестный ход в честь Табынской иконы Божией Матери состоялся в Оренбурге, несмотря на запрет на проведение массовых мероприятий.

Митрополит Оренбургский и Саракташский Вениамин решил, что в мероприятии в этом году примут участие только представители духовенства.

Свой путь священнослужители с иконой начали от Никольского кафедрального собора, где хранится священный образ. Автомобили с молитвами проехали по улицам Чкалова, Маршала Жукова, Рыбаковской, Чичерина, Максима Горького и Челюскинцев.

Празднование в честь Табынской иконы Божией Матери ежегодно проходит в девятую пятницу после Пасхи.

Образ Богородицы явился русским людям в первые годы освоения Урала и Сибири. Это было воспринято как благословение на утверждение православной веры на земле, до этого не знавшей христианства.

Марина ПЕТРЕНКО.

История Табынского образа состоит из череды его явлений людям. Первое из них датируется концом XVI века.

Прогноз погоды

	СРЕДА, 24.06	ЧЕТВЕРГ, 25.06	ПЯТНИЦА, 26.06	СУББОТА, 27.06	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 28.06	ПОНЕДЕЛЬНИК, 29.06	ВТОРНИК, 30.06
Бузулук	+15...+21	+15...+22	+11...+16	+12...+16	+9...+14	+9...+27	+16...+19
Оренбург	+15...+23	+16...+24	+11...+19	+12...+17	+9...+17	+13...+31	+17...+23
Орск	+14...+26	+16...+21	+11...+18	+9...+18	+9...+19	+14...+33	+20...+29

МЕДИКАМ - ПОДАРКИ ОТ ДЕПУТАТОВ

Накануне Дня медицинского работника депутаты Оренбургского городского Совета по избирательному округу № 19 Алексей Кузьмин и Евгений Кашпар поздравили с профессиональным праздником сотрудников городской клинической больницы № 5 г. Оренбурга.

- Пандемия коронавируса, с которой сейчас столкнулся весь мир, еще раз доказала нам важность и нужность профессии медицинских работников, - сказал депутат Оренбургского городского Совета по избирательному округу № 19 Алексей Кузьмин. - И в этот период вы, врачи, медицинские сестры, санитарки и фельдшеры, показали себя настоящими героями. Именно вы принимаете на себя первый удар, каждую минуту рискуя собственным здоровьем и даже жизнью во имя спасения пациентов. Ваш профессионализм, чуткость, человечность сохранили сотни жизней. Хочется сказать вам огромное спасибо за труд и преданность своему делу!

Алексей Геннадьевич и Евгений Викторович наградили благодарственными письмами лучших сотрудников детской поликлиники № 10 «ГКБ № 5», которые обслуживают маленьких жителей 19-го округа.

Среди получивших награду - Эльвира Мустафина. Вот уже 15 лет она работает участковым педиатром и пять из них - в детской поликлинике № 10 г. Оренбурга. На ее участке 950 детей, две трети из которых - малыши до трех лет. Даже в период самоизоляции, когда прием в поликлинике не велся, Эльвира Семеновна всегда оставалась на связи. Номер ее телефона есть у всех мамочек на участке, и врач готова днем, а порой и ночью отвечать на вопросы родителей, консультировать, советовать. Сейчас она с нетерпением ждет встречи со своими маленькими пациентами, чтобы посмотреть, как они выросли, узнать, чему научились, и вместе с родителями порадоваться за здоровье ребят.

Участковая медсестра Наталья Рогожина продолжила династию медицинских работников. Общий семейный трудовой стаж Факеевых-Скворцовых-Рогожиных - почти 150 лет. Желание помогать людям и любовь к детям привели Наталью Олеговну в педиатрию. Она уверена, что на посту медицинской сестры сможет быть ближе к малышам и их мамам. Она всегда успокоит, поддержит, поделится опытом по уходу за новорожденными, ведь за ее плечами шесть лет работы в родильном доме. Глядя на маму и прабабушек, и шестилетняя дочка Натальи Виктория уже решила, что станет медиком. Вот только еще не определилась кем - медицинской сестрой или стоматологом.

Для администратора Кристины Гришиной путь в медицину только начинается, но она уже успела зарекомендовать себя как отличный сотрудник и доказала себе и коллегам, что она на своем месте. Кристина Александровна легко находит общий язык с родителями, может понять их, проникнуться болью, найти для каждого доброе слово, правильно определить проблему и направить к нужному специалисту. А еще она стала студенткой медицинского колледжа и мечтает о том, что через несколько лет будет работать в своей же поликлинике участковым педиатром.

Благодарности удостоена и заведующая детской поликлиникой № 10 ГБУЗ «ГКБ № 5» Людмила Кузнецова, врач - аллерголог-иммунолог. С восьмого класса она точно знала, что будет лечить детей. И вот уже 26 лет Людмила Юрьевна работает в педиатрии. Даже ответственная должность заведующей не заставила врача отказаться от практики, и она с нетерпением ждет возвращения к докарантинной жизни, когда поликлиники начнут работать в прежнем режиме. И она снова будет улыбаться своим маленьким пациентам и прилагать все усилия для того, чтобы мальчишки и девчонки Оренбурга были здоровы.

В подарок от депутатов медицинские работники получили цветы и торты. А филиалу детской поликлиники, который совсем скоро откроет свои двери на ул. Поляничко, 4/1, Алексей Кузьмин и Евгений Кашпар вручили термопот от депутатов фракции партии «Единая Россия» и пожелали врачам и медсестрам меньше работы, а больше приятных встреч с маленькими пациентами и их родителями.

Ксения КОРНИЛОВА.

ИЗ ЖИЗНИ ОБЛАСТИ

Кто взорвал детдом?

В помещении гаража на территории детского дома в селе Кирсановка Тоцкого района взорвался неизвестный предмет.

Сейчас в учреждении находятся 36 воспитанников. Никто из них не пострадал.

По данным директора, место, где произошло ЧП, недоступно для детей. Установлено, что предмет, который взорвался, привез на территорию один из технических сотрудников учреждения.

Правоохранительные органы устанавливают причины взрыва и степень ущерба.

Конверты в честь художника

К 100-летию Владимира Кибальчича по инициативе благотворительного фонда «Евразия» выпущены почтовые конверты с изображением живописца на фоне дома в Оренбурге.

Владимир Кибальчич прожил в нашем городе несколько лет. Это было в 30-е годы, когда его отца - известного франкоязычного писателя сослали в Оренбург за принадлежность к троцкистской оппозиции.

Гашение юбилейного конверта штемпелем первого дня состоялось в день рождения Владимира Кибальчича, 15 июня, у дома на улице Комсомольской, 45. Когда-то в этом здании располагалась школа, в которой учился наш известный земляк. Именно там в 2006 году была установлена памятная доска.

Тираж конвертов 245 тысяч экземпляров.

Деньги пришлось вернуть

С бывшего декана исторического факультета Оренбургского государственного педагогического университета Камиля Ахтямова взыскано 565 тысяч рублей.

Суд установил виновность преподавателя в получении взяток от студентов за общее покровительство и за зачисление в вуз без фактического участия во вступительном тестировании.

Приговор о виновности был вынесен в прошлом году. Экс-декан отправлен в колонию на три с половиной года и приговорен к выплате штрафа в размере один миллион рублей. Помимо этого, ему запрещено работать в образовательных учреждениях в ближайшие четыре года.

В настоящее время проверяется причастность экс-декана к сексуальным домогательствам в отношении студенток.

Инга ПРОХОРОВА.

ОПРОС

Как вы оцениваете результаты благоустройства?

По результатам совместного опроса НП «ЖКХ Контроль» и Общественной палаты РФ, более 73 % россиян негативно оценивают результаты благоустройства своих городов. Главные претензии - недостаточная приспособленность общественных пространств для нужд маломобильных граждан, некачественные дороги, грязь и мусор во дворах. Наши читатели рассказали о проблемах, которые необходимо решать в их населенных пунктах.

Ольга ЧЕРНЫХ, фитнес-тренер, г. Оренбург:

- Трудно оценивать благоустройство всего города. Меня, например, больше волнует ситуация в том районе, где я живу. Видно, что работа идет, но не все территории затрагивает. Около школы № 55 просто необходимо, на мой взгляд, построить хороший стадион. Пока мы наблюдаем там сборище алкоголиков и наркоманов да мусор везде.

Юлия АМПИЛОГОВА, фельдшер, с. Шарлык:

- У нас в селе все в порядке с благоустройством. Хорошие дороги, везде чисто и аккуратно, имеются стадион и бассейн, муниципальные учреждения отремонтированы. Наверно, потому что у нас живут замечательные люди. Они дружные, любят свое село и заботятся о нем. Жаль, что из-за отсутствия работы молодежь вынуждена покидать родные места.

Светлана ЕФРЕМОВА, школьница, с. Кутучево Александровского района:

- В целом наше село процветает. У нас отличный староста Рашид Юлуев. На нем все держится. Дорогу отсыпали, теперь машины не вязнут в глине, обочины аккуратные, трава скошена, бродячего скота и собак нет. Хорошо, когда во главе села настоящий хозяин. Нам бы еще обновить детскую площадку и поставить пандусы в клубе.

Светлана МУЛЮКОВА, аудитор, с. Татарская Каргала Сакмарского района:

- Благоустройство в селе на троечку. Остро стоит проблема с водоснабжением. Даже зимой воды нет. Мало зелени и цветов, давно не сажали деревья. Дороги оставляют желать лучшего, детям играть негде. На все село один парк. С нашего конца села до него несколько километров. Маломобильным жителям приходится очень трудно.

Юлия ЛУЦЕНКО, медсестра, г. Оренбург:

- Я думаю, что нужно заняться остановочными павильонами. Но в целом Оренбург стал гораздо лучше и уютнее. Мы живем в новом районе, на проезде Нижнем. Нас все устраивает: детские площадки отличные, поблизости строят храм. Считаю, что очень многое зависит от самих горожан. Надо любить свой город и убирать за собой!

Любовь БЕССМЕРТНАЯ, делопроизводитель, п. Бердянка:

- У нас новый ФАП, заасфальтирована ул. Красивая, высажены деревья у детсада, в новом районе построен газопровод. Но проблемы остаются: необходимо, например, подключение к водозабору, отвечающему санитарным требованиям. Жители нового микрорайона мечтают о хороших дорогах. И всем нашим детям нужен современный стадион.

Подготовила Ксения КОРНИЛОВА.

№ 24 (1 302) 23.06.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПРОЕКТ

В селе ждут педагогов

Выпускники вузов и колледжей 2020 года могут стать участниками программы «Земский учитель». Прием документов продлится до 17 июля.
Цель программы - обеспечение сельских районов и малых городов страны с численностью населения до 50 000 человек преподавательскими кадрами. Программа действует во всех регионах России с 1 января 2020 года. Участники получают единовременные компенсационные выплаты в размере один миллион рублей и могут использовать деньги по своему усмотрению.
Выпускники педагогических вузов и колледжей по специальностям «Иностранный язык», «Физика», «Русский язык и литература», «Математика» и «Химия» приглашены к отбору впервые.
Для участия в нем необходимо зарегистрироваться на портале «Земский учитель» и представить пакет документов в Региональный центр развития образования в Оренбургской области.

КОНКУРС

Состязаются психологи

Ежегодный региональный конкурс профессионального мастерства «Педагог-психолог Оренбургской области - 2020» вышел на финишную прямую.
Прием документов завершен. Всего экспертам предстоит оценить 40 заявок от участников, работающих в разных образовательных организациях региона.
В числе претендентов на победу - специалисты школ и детских садов, коррекционных учреждений и средних профессиональных организаций.
Имена победителей будут объявлены в ближайшее время.

ЗАКОН

Питание станет бесплатным

Учеников начальных классов всех государственных и муниципальных школ Оренбургской области с начала следующего учебного год будут кормить горячими обедами за счет бюджета. Такое решение депутаты Законодательного Собрания приняли 17 июня.
Что именно будет в меню, пока неизвестно. В разных школах составляющие могут оказаться разными, едина для всех только цена - 53 рубля 28 копеек.
В соответствии с новым законом бесплатным питанием в образовательных учреждениях будут обеспечены также дети-инвалиды, находящиеся на полном гособеспечении, дети-сироты, воспитанники интернатов и учащиеся, которые осваивают программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих.
Закон вступит в силу после официального опубликования, но не раньше 1 сентября 2020 года.

Марина ПЕТРЕНКО.

Выпускники 2020 года выглядят по-особенному. Непременный атрибут массовых мероприятий - медицинская маска - наверняка впишет их в историю как коронованный выпуск.

Экзамен повышенной готовности

В этом году единый государственный экзамен будет проходить по - особенному. О том, как его провести, чтобы дать возможность выпускникам поступить в вузы и обеспечить санитарную безопасность детей, рассказывает первый заместитель Министра образования Оренбургской области Нина Гордеева.

Нина Гордеева: «Уверена, что мы справимся со всеми трудностями, и все желающие выпускники получат возможность поступить в вузы для получения высшего образования».

- Нина Алексеевна, известно, что выпускники, планирующие поступать в средние специальные учебные заведения, в этом году освобождены от сдачи ЕГЭ. Сколько школьников нашего региона все-таки планируют участвовать в итоговой аттестации?

- Заявления на сдачу ЕГЭ в Оренбургской области подали 7030 выпускников 2020 года. Из них 55 ребят из других субъектов РФ. Отказались от итоговой государственной аттестации 589 человек, которые не собираются поступать в вузы. Это 7,6 % общего числа выпускников нашего региона.

- Сроки сдачи ЕГЭ несколько раз переносились и корректировались… Как выглядит окончательное расписание?

- Расписание проведения ЕГЭ утверждено 15 июня. Основной период сдачи экзаменов продлится с 3 по 25 июля. Несмотря на ослабление ограничений, обстановка остается очень тревожной и напряженной. Наша задача - сохранить здоровье детей и дать им возможность продемонстрировать свои знания, чтобы поступить в вузы. В этом году впервые даже предусмотрена вторая волна сдачи ЕГЭ. С 3 по 8 августа пройти аттестацию смогут те, кто по различным причинам не смог принять участие в основном периоде. Но возможности пересдать ЕГЭ с целью повышения балла в этом году не будет.

- В каких условиях выпускники будут сдавать ЕГЭ?

- Экзамен будет проводиться строго в соответствии с рекомендациями Роспотребнадзора и Рособрнадзора по недопущению распространения инфекции. Во-первых, всем выпускникам рекомендовано две недели до начала ЕГЭ соблюдать режим самоизоляции. Сдавать тест на коронавирусную инфекцию и предъявлять какие-либо справки не нужно. Особое внимание будет уделено генеральной уборке помещений как перед экзаменом, так и после него. На входах в пункты сдачи будут установлены дозаторы с антисептиками для обработки рук, организовано бесконтактное измерение температуры, обязательно дежурство медиков. Кроме того, мы постараемся исключить скопление детей. Для этого составлен строгий график прибытия учеников, предусмотрено открытие нескольких входов. Педагоги должны следить за тем, чтобы ребята не контактировали между собой и соблюдали социальную дистанцию в коридорах и в классах. При рассадке за партами безопасное расстояние 1,5 метра тоже будет выдержано. Во всех пунктах сдачи устанавливаются приборы обеззараживания воздуха. Для экзаменаторов обязательно использование масок и перчаток. В отношении детей окончательное решение пока не принято. Если Роспотребнадзор посчитает, что выпускники тоже должны использовать средства индивидуальной защиты, мы обеспечим их всем необходимым. Родителям тратиться на приобретение масок и перчаток не придется.

- Сколько пунктов проведения экзаменов подготовлено для приема выпускников в этом году?

- Как и в прошлые годы, в Оренбургской области организовано 60 пунктов в образовательных организациях и 6 на дому. По сравнению с прошлым годом количество не изменилось, увеличивать число пунктов сдачи не пришлось, так как почти 600 ребят освобождены от экзаменов в связи с поступлением в средние специальные учебные заведения. К тому же произошло существенное изменение в расписании. Самый массовый экзамен по русскому языку будет проводиться два дня. Все пункты технологически готовы к проведению ЕГЭ. Материалы будут распечатываться в аудиториях в присутствии учеников, организовано видеонаблюдение в режиме онлайн, подготовлены педагоги.

- В какие сроки будут проверены экзаменационные работы?

- Сроки проверки не изменились. А вот сроки утверждения результатов Государственной экзаменационной комиссией и сроки доведения их до участников ЕГЭ максимально сокращены. В среднем период ожидания результатов в этом году составит 12 дней. Следовательно, подать документы в вузы успеют участники как первой, так и второй волны.

- Среди учителей немало лиц пожилого возраста… Они освобождены от участия в проведении ЕГЭ?

- В Оренбургской области количество педагогов в возрасте старше 60 лет составляет 7, 5 % общего числа работников пунктов приема экзаменов. Они сами принимают решение - участвовать или нет в проведении итоговой аттестации. На всякий случай замена каждому из них подготовлена. Вообще, обычно в июле большая часть учителей находятся в отпусках. В этом году график отдыха скорректирован. Многие отправлены в отпуска в июне. Организаторам ЕГЭ на период проведения экзаменов отдых придется прервать. Таковы реалии, и ничего с этим не поделаешь.

- По оценкам многих экспертов, качество образования во время дистанционного обучения снизилось. Это может отрицательно повлиять на результаты ЕГЭ?

- Таких опасений у нас нет. Ребята учились и получали знания в очной форме на протяжении 11 лет, и только одну четверть из этого временного отрезка находились на дистанционном обучении. Многие выпускники считают это плюсом. Оказавшись дома на самоизоляции и лишившись дополнительных занятий и развлечений, они получили больше времени на подготовку, чем обычно.

Записала Марина СЕНЧЕНКО.

Всем ровесникам пример

Петр Молофеев - судья в отставке. Спорт давно является для него не просто увлечением, а образом жизни.

С самого детства утренняя зарядка в семье Молофеевых была обязательной. Потом физкультура стала любимым школьным уроком.

- Я жил в интернате и всех ребят приобщил к занятиям спортом. Тренеров у нас не было. Лыжи, турник, футбол, хоккей - все мы осваивали самостоятельно. Вот только в волейбол профессионально играть без тренера не научились, - вспоминает Петр Сергеевич.

Уже в седьмом классе он сдал нормативы и получил первый золотой значок ГТО. Хорошо подготовленным физически парень и в армию пошел, и на работе в отделе РОВД Матвеевского района спортивная закалка пригодилась. Следователем Петр Молофеев проработал почти 20 лет. Но о спорте и в те напряженные годы не забывал. Как секретарь комсомольской, а потом и партийной организации, весь личный состав привлек к занятиям физкультурой. При поддержке руководства даже спортзал в подвальном помещении удалось оборудовать.

Стрельба, подтягивание, бег или лыжи... Петр Сергеевич много лет подряд занимал первые места в летних и зимних многоборьях областного уровня и выводил в победители свою команду. Очередной золотой значок ГТО и выполнение нормативов кандидата в мастера спорта считал вполне заслуженной наградой за свои старания.

В 2003 году Молофеева перевели в Тюльганский районный суд. Новое место жительства, незнакомые люди. Но и в этой обстановке Петр Сергеевич быстро нашел возможность для спортивных занятий. Во многом способствовала тренер детско-юношеской спортивной школы Надежда Скарга. Благодаря ей, тренировки у Молофеева наконец-то стали профессиональными.

В то время спорт в Тюльганском районе активно развивался, была создана волейбольная команда. И Петр Сергеевич, со школы мечтая освоить эту игру, записался в команду одним из первых. И стал активным спонсором многих детских соревнований.

Медали, грамоты, сладости, ценные подарки в виде лыж и лыжероллеров - Петр Сергеевич не скупился ради того, чтобы вовлечь подростков в спорт. И сам продолжал участвовать во всех соревнованиях районного и областного уровней.

Когда в 2014 году в стране возродилось движение ГТО, конечно, в числе первых задался целью вновь проверить свою физическую подготовку и снова получил золотой значок.

Сейчас Петр Сергеевич находится на заслуженном отдыхе, но по-прежнему считает, что без занятий спортом человек превращается в неподвижный, страдающий от заболеваний овощ. Ведь главная цель всех его тренировок - здоровье, бодрость и интерес к жизни!

Петр Молофеев следит за питанием и занимается тибетской гимнастикой. Недавно приобрел палки для скандинавской ходьбы. Теперь ежедневно совершает пятикилометровые пешие прогулки и является настоящим проводником идей активного долголетия.

Наталья ГИРИНА.

В свои 63 года Петр Молофеев чувствует себя молодым и бодрым. Его жизнь наполнена позитивом и яркими впечатлениями.

Старение... откладывается

Главный гериатр Оренбургской области Наталья Шокурова и руководитель пансионата «Марсово поле» Ольга Амелина приняли участие в IV Всероссийском конгрессе по геронтологии и гериатрии. Главная тема мероприятия - проблема старения человеческого организма и возможности ее решения.

По статистике ООН, за последние 50 лет в мире средняя продолжительность жизни увеличилась на 30 лет. В связи с этим врачи и ученые пытаются замедлить процессы старения, чтобы физическое и психическое здоровье человека в 75 или 95 лет оставалось на уровне 40-летнего возраста. В медицине даже специальное направление появилось - гериатрия.

Гериатр - это врач, который занимается профилактикой и лечением заболеваний у лиц старшего возраста. Он отличается от терапевта комплексным подходом к лечению и профилактике так называемых возрастных заболеваний. С помощью специальных методик может определить нарушения, снижающие качество жизни пациента, и составить индивидуальную программу оздоровления, включающую в себя не только прием лекарственных препаратов, но и другие способы исцеления от недугов.

- Мы уже научились жить относительно долго. Теперь нам предстоит научиться повысить качество жизни. Опыт работы нашего пансионата позволяет говорить о том, что хорошей профилактикой многих заболеваний и эффективным подспорьем в реабилитации являются лечебная физкультура и коррекция режима питания. Важно научить людей слушать свой организм и выполнять рекомендации специалистов. Нам это удается. Гости уезжают от нас со стабилизированным давлением и налаженным сном. А это немало, поверьте! - говорит директор пансионата «Марсово поле» Ольга Амелина.

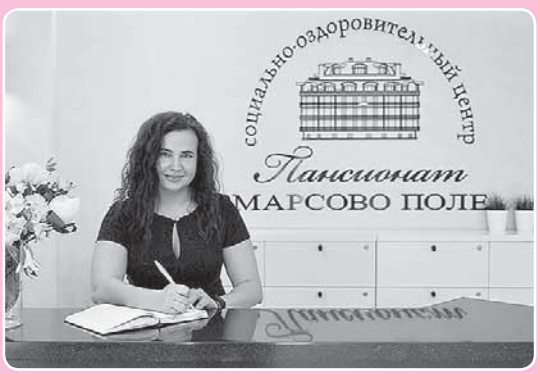
Всероссийский конгресс по геронтологии и гериатрии - масштабное медицинское мероприятие. В нем ежегодно принимают участие сотни врачей и специалистов социальной сферы из разных уголков России. И все они едины во мнении, что при любом уровне развития здравоохранения чрезвычайно важно отношение человека к самому себе. Именно оно чаще всего является причиной дискриминации пожилых людей в обществе. Неумение чувствовать себя успешным после достижения пенсионного возраста - очень распространенное явление, которое приводит к социальному одиночеству и ухудшению самочувствия. В пансионате «Марсово поле» этому направлению уделяется особое внимание. Квалифицированные психологи проводят как групповые, так и индивидуальные занятия, используют самые разные формы работы.

- Итогом реализации федеральной программы сохранения здоровья и повышения качества жизни пожилого населения «Старшее поколение» к 2024 году должно стать увеличение продолжительности именно качественной жизни. Никто не хочет быть немощным и беспомощным. Люди старшего возраста много внимания уделяют здоровому образу жизни, стараются избавиться от вредных привычек и занимаются физкультурой. И мы должны им обязательно помочь в этом, - отмечает главный гериатр Оренбургской области, член попечительского совета пансионата «Марсово поле» Наталья Шокурова.

Участники конгресса считают, что победа над старением поставит перед человечеством множество новых вопросов, изменит систему взаимоотношений в конкретных семьях и в целых государствах. Возможно, нам предстоит пережить очередную революцию, под стать промышленной, которая более ста лет назад перевернула устройство общества. Глобально, не правда ли? Что же должен сделать на этом этапе каждый из нас? На самом деле - немногое. Для начала хотя бы продумать и организовать пространство в квартире, где проживает представитель старшего поколения, так, чтобы минимизировать риск падений и переломов костей. Убрать все шнуры и провода, снять ковры с пола, за которые можно зацепиться ногой, расположить выключатели так, чтобы ночью бабушка или дедушка могли включить свет, не вставая с постели, обеспечить их тапочками на нескользящей подошве, убрать порожки между комнатами и т. д. Все это не потребует больших финансовых затрат, но убережет близкого человека от перелома шейки бедра, например, который приковывает к постели тысячи пожилых людей. А если еще о питьевом режиме позаботиться и питание организовать в соответствии с возрастом, то близкий человек обязательно отблагодарит вас за заботу хорошим самочувствием и бодрым настроем.

Уже давно научно доказано, что тело человека функционально приспособлено природой к средней продолжительности жизни 120 лет. Нам предстоит приспособить к этому общество.

Марина БАРТЕНЕВА.



В пансионате «Марсово поле» открыт прием заявок на июль

Санитарная безопасность гарантирована

Количество мест ограничено

Предварительный анализ на коронавирус обязателен

Подробности по телефону 44-54-56

№ 24 (1 302) 23.06.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Внуки ждут возвращения деда с войны

Семья Гридасовых из села Ефимовка Курманаевского района готовится к перезахоронению останков деда Максима. Он погиб в 1942 году под Воронежем.

Поисковики обнаружили Максима Павловича Гридасова в воронке от снаряда в окрестностях села Петропавловка Лискинского района еще в апреле. Но долго не могли разобрать записи на листочке бумаги, вложенном в медальон. За 78 лет земля и вода сделали свое дело и почти уничтожили информацию о личных данных бойца. Только после спектрального анализа удалось прочесть адрес: Чкаловская область, Андреевский район, село Ефимовка. Жена - Гридасова Арина Павловна.

Самой Арины Павловны уже много лет нет в живых. Умер и сын Максима, а вот внук и внучка весточке с фронта очень обрадовались.

- Звонок представителей поискового объединения «Тризна» нас буквально потряс. Раньше о таких вестях мы узнавали только из телевизионных сюжетов. Никогда не думали, что и нам посчастливится узнать о судьбе деда. Похоронку на него бабушка получила в 1942 году. Больше никто ничего не знал, - рассказывает внук солдата Великой Отечественной войны Александр.

После получения информации о месте гибели Максима Гридасова потомки решили восстановить его боевой путь.

ГОРЕЛА ДАЖЕ ЗЕМЛЯ

В июле 1942 года немцы стремительно наступали на Воронеж. Форсировав реку Дон, фашисты обосновались в селе Петропавловка. Почти две недели шли кровопролитные бои в окрестностях деревни. В сражение с армией генерала-полковника Фридриха Паулюса вступили 6-я армия генерала-майора Харитонова и отступающие войска Брянского фронта. С 8 по 20 июля советские войска несколько раз освобождали село и вновь отступали под натиском противника. Силы были неравными. Наша армия уступала врагу и по численности, и по вооружению. Только после вступления в бой авиации фашисты были разгромлены. Это была первая победа советских войск перед Сталинградской битвой.

Из воспоминаний участников тех сражений известно, что там даже земля горела. В какой из тринадцати дней боев погиб 23-летний

Старая фотография, медальон и истлевшая записка - все, что осталось потомкам от участника Великой Отечественной войны Максима Павловича Гридасова.

Максим Гридасов из далекого от Воронежа Оренбуржья, теперь уже никто не скажет. Гридасовы считают, что обнаружение останков солдата в год юбилея Победы - знаковое событие. Семья планирует захоронить их на сельском кладбище, рядом с могилами матери и жены.

За содействием в организации мероприятия Гридасовы обратились в районную администрацию. В настоящее время ведутся переговоры между главами Курманаевского и Лисницкого районов. Принципиальное соглашение о перезахоронении достигнуто. Теперь предстоит решить массу мелких вопросов.

РЕДКИЙ СЛУЧАЙ

- За пятнадцать последних лет это третий случай, когда поисковики обнаруживают останки наших земляков, погибших в годы Великой Отечественной войны. Их находили под Сталининградом и подо Ржевом. Родственники солдат-героев выезжали на торжественное перезахоронение в братских могилах. Перезахоронение праха героя на родине в нашем районе будет происходить впервые, - говорит глава МО «Курманаевский район» Юрий Коляда.

Гридасовы готовы подождать снятия ограничений, связанных с эпидемией коронавируса, а потом организовать большое памятное мероприятие в своем селе.

- Мы уже и сценарий продумали, и стихи выучили, - рассказывает супруга Александра Полина.

Теперь для всей семьи Гридасовых по-особому пронзительно звучат поэтические строки: «Попали. Больше нет войны. Зовут. Но я не отозвался. Лежу. Так много тишины… Они ушли, а я остался. Остался в наградных листках… Остался в мятой похоронке… Остался в рваных вещмешках… Остался в земляной воронке».

ПОИСКИ ПРОДОЛЖАЮТСЯ

В период с 1995 по 2015 год участники поисковых отрядов нашли и помогли перезахоронить на родной земле останки 35 оренбуржцев. И в настоящее время участники Великой Отечественной войны продолжают возвращаться домой. Перезахоронения останков в последние годы происходили в Шарлыкском, Грачевском, Новосергиевском, Кувандыкском, Бугурусланском районе и городе Орске.

- Поисковые отряды продолжают поднимать останки советских солдат, погибших на полях сражений. Работы им хватит еще не на один десяток лет, - уверен начальник отделения по работе с гражданами военкомата Оренбургской области Алексей Сухоруков.

О том, сколько граждан нашей страны погибли на фронтах Великой Отечественной войны, историки до сих пор спорят. По последним данным, потери оцениваются в 27 миллионов человек.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

Оружейных дел мастер

Михаил Константинович Кирдин был призван в армию в ноябре 1944 года. Фронтовыми дорогами шагал он уже после Победы, чтобы на боевых постах сменить красноармейцев и сохранить силу русского оружия и доставшийся ценой миллионов жизней мир.

«Воевать не довелось, но запах войны мне хорошо знаком», - говорит ветеран.

Весть о начале войны всколыхнула спокойное течение жизни в селе Старобориcкино Северного района. Сразу же была объявлена мобилизация. То в одном, то в другом доме раздавались женский плач и рев испуганных детей. Так провожали на фронт мужчин.

Повестка в семью Кирдиных пришла в январе 1942 года. Отцу, Константину Федоровичу, было почти 42 года, когда он отправился служить. Вернулся домой в сентябре 1945 года, уже после войны с Японией.

Михаил оставался в семье, где было пятеро детей, за старшего. После окончания шестого класса парнишка работал в колхозе. Но в 1943 году из военкомата пришло распоряжение: всем обязательно получить семилетнее образование. Михаил вернулся в школу.

Сестра принесла с работы исписанные журналы учета. На них между строк писал он на уроках. Лишь только для диктантов и контрольных работ учительница выдавала чистые белые листы. Школу Михаил окончил хорошо, без троек.

От голодной смерти во время войны сельских ребятишек спасала только картошка со своего огорода. Муку колхоз выделял, но ее было так мало, что приходилось перемалывать и добавлять в тесто семена лебеды и листья липы.

Лепешки получались зеленые. В школе на переменке дети бежали к ручью, чтобы немного размочить сухие травяные лепешки и поесть.

Одежды тоже не было. Женщины собирали коноплю, из нее потом ткали холсты и шили портки. Михаил все лето плел лапти. Он обувал семью. Зимой ходили в валенках.

14 ноября 1944 года Михаилу Кирдину исполнилось 17 лет. Вместо подарка на день рождения он получил повестку в армию.

Из райцентра его направили в Бугуруслан, оттуда - в поселок Колтубановский, в снайперскую школу.

8 марта 1945 года новобранцы приняли присягу. Им выдали обмундирование, скрипучие кирзовые сапоги, вещмешки и котелки.

В первую партию для отправки на фронт Михаил не попал. Остался в части. Там и встретил День Победы. До самого утра офицеры, которые после госпиталя поправляли здоровье в Колтубановском, палили в воздух и запускали ракеты. Мальчишки-призывники были счастливы: кончилась война. Но в июне 1945 года их посадили в вагоны и направили на восток воевать с японцами. В Уфе поезд остановили. Боевого задания пришлось ждать до сентября. Так Михаил Кирдин попал в Польшу, в отдельный батальон охраны.

Комендантский час в Варшаве к тому времени был уже отменен. Но советские солдаты продолжали патрулировать город, охраняли они и комендатуру.

Только в 1947 году батальон расформировали и создали отдельную роту. От нее чуть позже оставили лишь взвод. А потом к красноармейцам приехал старший лейтенант и предложил выучиться на оружейных мастеров. Михаил согласился.

Ремонтная мастерская располагалась в немецком тогда городе Бреслау на артиллерийской базе, где немцы делали морские мины. Там наши оружейные мастера приводили в порядок автоматы, пушки и даже «катюши».

Домой Михаил Кирдин вернулся лишь в июле 1951 года. Вскоре женился и переехал в Краснопартизанский (ныне Асекеевский) район, где начали вести нефтеразведочные работы. Через пять лет семья перебралась в Новотроицк, а в 1962 году уехала в Кваркенский район осваивать целину. Михаил Кирдин работал трактористом.

С 2011 года Михаил Константинович живет в Оренбурге. Вместе супругой воспитал он двоих детей. Имеет трех внуков и трех правнуков.

Надежда ТЕРЕХИНА.

Как выжить в новой реальности?

Татьяна Шувалова: «Надо быть гуманнее и доброжелательнее друг к другу. Это способствует общему оздоровлению атмосферы».

Ограничительные меры, введенные во время пандемии, постепенно снимаются. Однако вирус после этого не исчезает. Он остается. И с ним нужно научиться жить. О том, как это сделать, беседуем с главным внештатным психотерапевтом Министерства здравоохранения Оренбургской области Татьяной Шуваловой.

- Татьяна Владимировна, следствием эпидемии и связанных с ней ограничений стало развитие различных фобий. Люди боятся заразиться, ограничивают контакты даже с самыми близкими родственниками, живут в постоянном страхе перед болезнью. Как со всем этим справиться?

- Эпидемия, действительно, нанесла обществу психическую травму. Мы столкнулись с огромным потоком тревожащей, порой противоречивой информации, вынужденными ограничениями, заболеваниями, потерями и неопределенностью. Насколько успешно мы справимся с происходящим, зависит от разных факторов: от степени «погружения» в ситуацию, от личностных особенностей каждого, от семейной и материальной ситуации, от возраста и соматического здоровья. Многое зависит и от того, как мы оцениваем события и что предпринимаем. Если наше внимание обращено не только к коронавирусу и мы сохраняем другие интересы, возможно, прикладывая к этому усилия, ведем здоровый образ жизни, выстраиваем доброжелательные отношения, заботимся о близких, развиваемся - у нас больше шансов для преодоления проблем.

- Очень часто состояние повышенной тревоги характеризуется как вирусофобия и даже коронафобия. Эти слова уже стали медицинскими терминами?

- В настоящее время известны более 40 000 фобий. Список пополняется, и коронафобия заняла в нем одно из первых мест. Большинство людей сегодня испытывают беспокойство за свое состояние, за жизнь и здоровье близких. Эти переживания естественны в сложившейся ситуации, они и помогают справиться с возникшими сложностями, соблюдая меры предосторожности и оставаясь в русле привычной жизни. Но если навязчивый страх - фобия - захватывает человека настолько, что полностью определяет мысли, чувства и поведение, сопровождается подавленностью и дезадаптацией, тогда речь идет о невротическом расстройстве. Оно требует специального лечения у врача-психотерапевта. Особенно подвержены фобиям люди генетически тревожные, мнительные, излишне фиксированные на состоянии своего здоровья. Уязвимы и пожилые люди, их уровень тревожности повышен в силу возрастных изменений, а иммунитет часто ослаблен.

- К каким последствиям привела длительная самоизоляция?

- Я думаю, что каждый пережил трудное время по-разному. Во многом это зависело от качества отношений человека с окружающими и с самим собой. В гармоничных семьях возможность побыть вместе, неспешно пообщаться, сделать дела до которых не доходили руки, помогала сохранять равновесие. Для других период изоляции стал настоящим испытанием, обострив существующие проблемы. Длительное пребывание в замкнутом пространстве привело к нарастанию агрессии, тяжелым конфликтам, алкоголизациям, домашнему насилию и даже разводам. Следует сказать, что условия проживания, возможность уединения, финансовые сложности также оказывали влияние на состояние.

- Считается, что 10-15 дней вынужденной изоляции уже негативно отражаются на психике большинства людей. Почему?

- Человек не любит, когда его к чему-либо принуждают. Термин «вынужденная самоизоляция» может вызывать психологическое сопротивление и раздражение: «Понимаю, что нужно поберечь себя, но не надо меня заставлять делать что-то насильно». Чтобы уменьшить напряжение, важно договариваться с собой, используя возможность пребывания дома в своих интересах. Ведь душевное состояние во многом зависит от гибкости психики и способности принять ситуацию. Люди, имеющие хобби и получающие удовольствие от разных занятий, адаптировались и оставались в зоне психологического комфорта, в отличие от тех, кто злился и скучал. Непросто было находиться в изоляции одиноким пожилым людям. Напряжение и страх часто приводили к нарушениям сна, головным болям, подавленности, ухудшению соматического состояния. Однако многие пережили этот период и

успешно справились.

- Как сохранить спокойствие в сложившейся ситуации?

- Большинство людей сейчас возвращаются к привычной жизни и постепенно обретают спокойствие. Нам предстоит понять, что ослабление ограничительных мер не означает избавление от проблемы. Инфекция есть, и она останется с нами довольно продолжительное время, до тех пор, пока на нее не выработается иммунитет. И в этой реальности нам всем предстоит жить. А жить лучше с позитивным настроем. Нужно напоминать себе, что многие переносят заболевание легко и даже бессимптомно. Вместо мыслей о неминуемом заражении лучше подумать о мерах профилактики и что-то реальное сделать для своего здоровья: больше ходить пешком, заниматься гимнастикой, есть полезную пищу. Кстати, именно движение значительно снижает беспокойство.

- Сейчас много говорят о второй волне эпидемии. Как подготовиться к ней, чтобы сохранить в том числе и психическое здоровье?

- В жизни всегда существуют угрозы и риски. Такие заболевания как онкология, туберкулез, СПИД пугают нас давно, но мы научились жить, не испытывая постоянной паники. Если бы страх и тревога защищали от опасностей… Увы, они наоборот разрушают и ослабляют организм. А значит, не просто бесполезны, но и вредны.

- Может быть, для собственного спокойствия перестать смотреть новости и слушать сводки о заболеваемости?

- На этот вопрос каждый отвечает сам. Очевидно, не стоит сводить жизнь к получению и анализу этих новостей и сводок. Но полностью исключать их из своего информационного поля, наверное, не стоит. Все хорошо в меру. Интерес к этой пока еще новой для нас информации будет постепенно ослабевать. Так уж человек устроен. Хочу пожелать всем душевного здоровья и напомнить о возможности обратиться за помощью к врачу-психотерапевту, если не удается справиться с проблемами самостоятельно. В областном психотерапевтическом центре работают квалифицированные специалисты, проводятся очные и онлайн-консультации, действуют «телефоны доверия»… Помните, что доверительное общение весьма целительно.

Записала Людмила ЯКОВЛЕВА.

ТРАНСПОРТ

Вахтовики полетели

Авиакомпания «ИрАэро» приступила к выполнению полетов из Нового Уренгоя в Оренбург.

Первый рейс 20 июня доставил в наш город 57 пассажиров, в Ямало-Ненецкий автономный округ в этот день отправились 26 человек.

Рейсы будут выполняться на регулярной основе в июне по субботам, а начиная со 2 июля и до октября, - по четвергам. Время в пути составляет 2 часа 50 минут.

Каждый самолет проходит специальную обработку, все пассажиры обеспечиваются масками и перчатками.

Дополнительную информацию о рейсе можно получить по номеру 8-800-707-49-96. Звонок по России бесплатный.

ЭКОЛОГИЯ

Обнаружено хищное растение

Фотограф Тарас Помогайбенко во время одной из своих экспедиций по Бузулукскому бору нашел редкое хищное насекомоядное растение - росянку.

Последнее упоминание об этом растении в бору встречается в 60-х годах прошлого столетия. Ежегодно ученые пытались безуспешно отыскать его, а удача улыбнулась фотографу.

- Росянка выросла на плавучем острове из мха. Пробраться туда практически невозможно. К тому же растение очень маленькое и рассмотреть его издалека очень трудно. Я прополз на топь, лег на мох и только тогда увидел. Это было чудо, - рассказывает Тарас Помогайбенко.

Он родился вблизи Бузулукского бора, фотографирует флору и фауну национального парка, неоднократно становился победителем престижных конкурсов.

УСЛУГИ

Открываются окна ОНФ

В многофункциональных центрах Бузулука, Орска и Оренбурга начали работать окна «ОНФ. Помощь». Они выполняют функции общественных приемных.

Любой человек может обратиться к сотруднику МФЦ со своей проблемой. Сообщение будет переведено в электронный формат и запущено в работу, а именно направлено в профильные органы государственной власти или местного самоуправления для принятия решения. Статус заявки отслеживается, а заявитель получает все уведомления на электронную почту.

До августа в многофункциональных центрах региона откроются еще три окна для желающих обратиться в Народный фронт за помощью.

Инга ПРОХОРОВА.

№ 24 (1 302) 23.06.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ЖЕНСКИЙ ВЗГЛЯД

Бессмертие и безответственность

Родился в Шотландии в 1518 году в клане Маклаудов мальчик. И назвали его Коннор. В 1536 году он был убит в междоусобной битве. Но потом почему-то воскрес. Рассказывать дальше? Нет? Прекрасно! Все помнят фильм «Горец».

Историй о «бессмертных» режиссеры теперь рассказывают много. Вот только почему-то никто из наших с вами предков, отправившихся на небеса, пока на чай к нам не заходил. Так устроен человеческий организм: мы рождаемся, живем, стареем, болеем и умираем. И дай Бог, чтобы эта естественная цепочка прихода-ухода не нарушалась, чтобы никто не спешил отправляться туда, в вечное царство. Хотя бывает, что смешиваются звенья и рушится закономерность. Кто или что способно разорвать цепь, перемешав нас; посеять хаос, панику и обречь на смерть? Войны, голод, болезни.

С войной и голодом все понятно. А вот болезни… Это какие же болезни-то?

А вот вам кусочек истории. В XVII веке, например, нашу страну чуть не выкосила чума. Страшное было время. Тогда Москва лишилась 75 % населения. «Необразованный и напуганный народ метался в ужасе, распространяя заразу по городам и селам», - писали летописцы. В XIX веке настал черед холеры. И снова необразованный, напуганный и не верящий врачам народ лишился более 200 тысяч особей. А в начале XX века пришла испанка - грипп, унесший почти 3 миллиона человек. Тогда россияне струсили основательно. И снова низкий уровень образованности не дал многим возможности сохранить и свою жизнь, и жизни окружающих.

И вот теперь - новая беда. Одна на всех.

Четвертый месяц мы «под колпаком», а вернее под «короной» у очередного вирусного монстра.

Можно спорить со статистикой, можно радоваться нашему пока небольшому по сравнению со всем миром количеству жертв, можно митинговать в социальных сетях против режима изоляции. Речь сейчас не об этом. Речь о нас с вами, о наших родителях и детях, о нашем рассудке и ответственности. Или безответственности.

На прошлой неделе выпущенные на волю оренбуржцы устроили настоящий пир во время чумы: сидели в парках голова к голове, гуляли под ручку, чмокались в щечки, бурно обсуждали новости из Америки…

И не заметили, как вирус плотненько поселился в их организмах.

Очередной «тепличкой» для взращивания коронамонстра стал рынок «Фермерский» на улице Салмышской в Оренбурге. Это новый, густо населенный район, где проживает очень много молодежи. На территории вокруг рынка в вечернее время тусуются местные подростки. По словам Елены Ивановой, заместителя главы города по социальным вопросам, именно из этого микрорайона теперь скорые увозят пациентов целыми семьями.

Покатался парень на велосипеде с друзьями, хлебнул воды с кем-то из одной бутылочки, вернулся домой и… заразил всех. Таких случаев не один, не два и, к сожалению, даже не пять. Уже более 100! И ежедневно сводки все тревожнее. В этом районе города ежедневно регистрируют по 7-10 новых случаев заражения.

И свалить-то ведь не на кого: никто из-за границы не приезжал, мигранты в палатках не жили, вахтовики из Якутии по рынку не гуляли... А инфекция покатилась по городу, по аптекам, банкам и магазинам.

Что будет дальше и как, покажет время. Ясно одно. Как и в XVII веке причина распространения болезни - необразованность народа. Сотни, даже тысячи людей продолжают утверждать, что COVID-19 - обман мирового правительства. Без комментариев, как говорится!

Хочется обратиться к молодым мамочкам, которые вопят, что их с малолетними детьми не выпускают на улицу. Вы хоть раз были в настоящей реанимации? Вы видели трубки аппарата ИВЛ? Вы видели цинковые гробы 499 умерших врачей? Вам не страшно, что ваши дети останутся сиротами?

И юных любителей прогулок спросить хочется: вы что, никогда на лавке не сидели, на велике не катались, пива не пробовали? Или намеренно желаете смерти своим близким? Откуда в вас эта уверенность, что вы из клана Маклаудов?

Галина ШИРОНИНА.

Знаете, что такое «ответственность»? Корень слова - «ответ». Он предполагает, что человек отвечает за свои поступки, принимает осознанные решения и понимает последствия своих действий. Когда рядом такой человек, можно быть уверенным в своей безопасности.

Получается, все, кто подверг себя и своих близких атаке COVID-19, - просто безответственные люди. А в голове так и вертится: «необразованные, необразованные, необразованные…», как тогда, в XVII веке.

Чтобы спасти чью-то жизнь...

Работа по забору антиковидной плазмы на Оренбургской областной клинической станции переливания крови продолжается. Стать донором можно как безвозмездно, так и за установленное законом вознаграждение.

Оренбургская областная клиническая станция переливания крови начала заготовку плазмы, полученной от людей, переболевших коронавирусной инфекцией.

Одним из трех первых добровольцев-доноров стал студент Оренбургского государственного медицинского университета Анатолий Деденев. Парню 21 год. Он уже давно подрабатывает на скорой медицинской помощи. Об инфицировании коронавирусом Анатолий узнал после очередного планового тестирования медиков, проведенного в начале мая. Сразу после этого поступил на лечение в стационар COVID-центра при ОКБ № 2. Двустороннюю пневмонию молодой человек перенес довольно легко и спустя 12 дней был выписан домой.

Накануне Дня медицинского работника Анатолий Деденев получил предложение сдать плазму, чтобы своими антителами помочь тем, кому еще только предстоит побороться с коварной болезнью. Согласился не раздумывая.

- Мне повезло, я выздоровел легко и быстро. Но десятки людей лежат в реанимациях и подключаются к аппаратам искусственной вентиляции легких. Но даже это не всем помогает выкарабкаться… Если моя плазма кому-то облегчит страдания и ускорит борьбу с инфекцией, буду очень счастлив, - признается Анатолий Деденев.

Первый забор плазмы с антителами против коронавируса на Оренбургской областной станции проведен несколько дней назад. Желающих стать донорами уже больше сотни. К сожалению, принять могут не всех.

- Донором может стать человек в возрасте от 18 до 55 лет, переболевший коронавирусной инфекцией в легкой или средней тяжести форме. Наличие выписки из лечебной организации обязательно. У переболевшего не должно быть противопоказаний в виде хронических заболеваний, - рассказывает заместитель главного врача Оренбургской областной клинической станции переливания крови Ирина Захарова.

Добровольцев приглашают на сдачу плазмы не ранее чем через 14 дней после полного выздоровления. А с момента обращения за медицинской помощью по поводу симптомов коронавирусной инфекции должно пройти не менее 21 дня.

Каждый донор перед ответственной процедурой проходит специальное обследование и сдает кровь на несколько показателей, в том числе для определения группы…

Сам процесс забора плазмы занимает около часа. Объем материала - 400-600 миллилитров. Этого хватает для переливания двум пациентам. Повторная сдача возможна не ранее, чем через две недели.

Медики считают, что работа по забору антиковидной плазмы имеет сегодня особую важность.

- Вливание плазмы при лечении от коронавирусной инфекции - конечно, не панацея, но этот способ лечения уже положительно себя зарекомендовал во всем мире. Антитела, содержащиеся в плазме переболевших людей, попадая в организм больного, позволяют иммунной системе скорее распознать вирус и выработать защиту от него, - объясняют врачи-трансфузиологи.

Известно, что плазма Анатолия Деденева уже отправлена для применения в один из ковид-центров Оренбурга.

Марина СЕНЧЕНКО.

МЕДИЦИНА

Госпиталь принимает пациентов

В многофункциональном военном медицинском центре Оренбурга на лечении с коронавирусной инфекцией находятся три человека.

Все трое пациентов - военные пенсионеры. Их состояние здоровья удовлетворительное. Мужчины идут на поправку и готовятся к выписке домой.

Ковид-больных лечат в специальных изолированных боксах, оснащенных оборудованием для подключения аппаратов искусственного дыхания. Пациентов обслуживает медперсонал в спецзащите. Все контакты сведены к минимуму. Еду и передачи от родственников больные получают через специальное окно, которое закрывается с двух сторон.

Повышенные меры защиты для больных COVID-19 и другими инфекциями применяют в центре и при прохождении обследования. Воздух в помещениях очищают кварцевыми лампами. Все инструменты и оборудование тщательно обрабатываются в несколько этапов.

Новое медицинское учреждение работает в Оренбурге около двух месяцев. Всего из 60 коек на сегодняшний день занято 20.

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, 17.00, 01.00, 03.05 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Знахарь». (16+)
22.25 «Док-ток». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «Познер». (16+)
03.30 «Наедине со всеми». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 Утро России.
09.00, 14.30, 21.05 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 18.40 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 Т/с «Березка». (12+)
23.40 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Тайны следствия». (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Украденная победа». (16+)
09.00, 10.55, 12.50, 14.45, 18.45, 20.50, 23.40 Новости.
09.05, 12.55, 15.40, 00.05 Все на Матч!
11.00 Футбол. Чемпионат Испании. (0+)
13.25 «Динамо» - ЦСКА. Live». (12+)
13.45 После футбола. (12+)
14.50 Восемь лучших. (12+)
15.10 «Нефутбольные истории» (12+)
16.45, 18.50 Футбол. Кубок Англии. 1/4 финала. (0+)
20.55 Футбол. Кубок Англии. 1/4 финала. (0+)
22.55 Английский акцент.
23.45 «ЦСКА - «Спартак». Битва за Еврокубки». (12+)
00.55 Футбол. Чемпионат Испании.
02.55 Тотальный футбол. (12+)
03.55 Футбол. Чемпионат Португалии. (0+)
05.55 Кикбоксинг. (16+)
07.00 Д/с «Где рождаются чемпионы?». (12+)
07.30 «Команда мечты». (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, 23.40 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
09.25, 10.25, 02.45 Т/с «Морские дьяволы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
18.30, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
21.30 Т/с «Алекс Лютый». (16+)
23.50 «Поздняков». (16+)
00.00 Т/с «Шелест. Большой передел». (16+)
01.55 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
03.40 Т/с «Под прицелом». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 «Известия».
05.25, 09.25, 13.25 Т/с «Куба». (16+)
17.45, 18.45 Т/с «Белая стрела. Возмездие». (16+)
19.40 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Свои-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Т/с «След». (16+)
01.10 Т/с «Детективы». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.30 Д/ф «Сакральные места».
08.20 Х/ф «Цыган».
10.00 «Наблюдатель».
11.00, 23.15 Х/ф «Белое, красное и...».
12.35 Д/ф «Роман в камне».
13.05 Academia.
13.55, 20.40 Абсолютный слух.
14.35 Спектакль «Месяц в деревне».
17.15, 00.50 Исторические концерты.
18.00 «Полиглот». Испанский с нуля за 16 часов!
18.45 Д/с «Заметки на полях судьбы».
19.15 Открытый музей.
19.30 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.25 «Спокойной ночи, малыши!».
21.20 Х/ф «Цыган».
23.00 «Красивая планета».
01.30 Д/ф «Борис Рыцарев. По ту сторону сказки».
02.10 Д/ф «Кто придумал ксерокс?».

ОТР

02.35 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки. Петербург Хармса». (6+)
03.00, 07.15, 15.45, 03.00, 07.15 «Медосмотр». (12+)
03.15, 14.00, 03.10 Т/с «Розыск». (16+)
04.00, 08.00, 13.00, 23.00 Д/ф «Чувство прекрасного». (12+)
05.00 Т/с «Детективное агентство «Иван да Марья». (16+)
06.35 «Культурный обмен». (12+)
07.30, 19.05, 02.00 Д/ф «Жил-был дом. Сретенский 6/1. Девять историй об одном доме». (12+)
09.00 «Большая страна: в деталях». (12+)
09.05 Т/с «Волчье солнце». (12+)
11.00, 14.50 «Календарь». (12+)
11.40, 15.30 «Среда обитания». (12+)
11.50 Х/ф «Последнее лето детства». (0+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
16.05, 17.15, 00.20, 05.00 «ОТРажение».
19.30 «Домашние животные». (12+)
20.00, 02.30 «Большая наука России». (12+)
20.30 «Служу Отчизне». (12+)
21.05, 22.05 Т/с «Волчье солнце». (12+)
04.00 Д/ф «Великие шедевры строительства». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.15 Х/ф «Первый эшелон». (12+)
10.35 «Короли эпизода. Станислав Чекан». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 05.10 «Мой герой. Анастасия Стоцкая». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 03.40 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Хроники московского быта. Сталин и чужие жены». (12+)
18.10 Х/ф «Три в одном». (12+)
22.35 «Война теней». (16+)
23.05, 01.35 «Знак качества». (16+)
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Полезная покупка». (16+)
00.55 «90-е. Золото партии». (16+)
02.20 Д/ф «Малая война и большая кровь». (12+)
03.00 Д/ф «Ворошилов против Тухачевского. Маршал на заклание». (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 «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 «Механик». (16+)
21.50 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Неизвестная история». (16+)
00.30 Х/ф «Тройная угроза». (18+)
02.15 Х/ф «Самый пьяный округ в мире». (16+)
04.00 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 00.15 «День Патриарха». (0+)
05.15 Х/ф «Фотография до и после». (12+)
05.45 «Бесогон». (16+)
06.45 «Главное». Новости на «Спасе». (0+)
08.15 Х/ф «Небесный тихоход». (0+)
10.00, 14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30, 02.25 «И будут двое...». (12+)
11.30 Х/ф «Обратной дороги нет». (12+)
13.00, 03.50 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
15.30 Д/ф «Великая Отечественная. Партизаны Украины». (12+)
16.35 Д/ф «Ирина Ракобольская». (12+)
17.05, 18.15 Х/ф «Жажда». (0+)
18.00, 21.00, 01.45 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
19.05 «Прямая линия жизни». (0+)
20.05 «Завет». (6+)
21.45, 03.20 «Re:акция». (12+)
22.20 Х/ф «Кодовое название «Южный гром». (12+)
23.45 Д/ф «Иоанн Шанхайский». (12+)
00.30 Д/ф «Русские без России». (12+)

СТС

06.00, 05.50 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Фиксики». (0+)
07.25 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.00 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00 «Детский КВН». (6+)
10.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
10.45 Х/ф «Хеллбой-2. Золотая армия». (16+)
13.05 Х/ф «Черепашки-ниндзя». (16+)
15.05 Х/ф «Черепашки-ниндзя-2». (16+)
17.20 Т/с «Папик». (16+)
20.00 Х/ф «Тихоокеанский рубеж». (12+)
22.40 Х/ф «Квест». (16+)
00.20 «Кино в деталях». (18+)
01.15 Х/ф «Потеряшки». (16+)
02.55 М/ф «Приключения мистера Пибоди и Шермана». (0+)
04.15 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
07.05, 04.50 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.10 «Давай разведемся!». (16+)
10.20, 03.10 «Тест на отцовство». (16+)
12.25 «Реальная мистика». (16+)
13.30 «Понять. Простить». (16+)
14.35, 01.00 «Порча». (16+)
15.05 Х/ф «Забытая женщина». (16+)
19.00 Х/ф «Девушка средних лет». (16+)
23.00 Х/ф «Исчезнувшая». (16+)
01.25 «Понять. Простить». (16+)
02.20 «Реальная мистика». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 Т/с «Слепая». (16+)
11.00 «Гадалка». (16+)
12.00 «Не ври мне». (12+)
14.00 «Знаки судьбы». (16+)
15.00 «Мистические истории». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 Т/с «Старец». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Вечность». (16+)
20.30 Т/с «Кости». (12+)
23.00 Х/ф «Темный мир». (16+)
01.15 «Скажи мне правду». (16+)
04.30 «Властители». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
08.00 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.50, 17.20 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
09.45 Т/с «Зачарованные». (16+)
12.20 «Орел и решка. На связи». (16+)
13.20 «На ножах». (16+)
14.20 «Адская кухня». (16+)
16.15 «Орел и решка. Чудеса света». (16+)
18.20 «Орел и решка. Ивлеева vs Бедняков». (16+)
19.20 «Мир наизнанку. Индонезия». (16+)
22.00 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
00.00 Т/с «Фантом». (16+)
02.05 «Инсайдеры». (16+)
03.10 «Пятница News». (16+)
03.40 Т/с «Говорящая с призраками». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Не факт!». (6+)
06.35 Д/ф «Легенды госбезопасности. Виктор Лягин. Последний бой разведчика». (16+)
07.25, 08.15 Д/ф «Шарль де Голль. Его Величество Президент». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.40 Х/ф «Ожидание полковника Шалыгина». (12+)
10.25, 12.05 Т/с «Синдром шахматиста». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
14.35, 16.05 Х/ф «Калачи». (12+)
16.15 Х/ф «Прорыв». (12+)
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Равновесие страха. Война, которая осталась холодной». (12+)
19.40 «Скрытые угрозы». (12+)
20.25 Д/с «Загадки века». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 Х/ф «Внимание! всем постам...». (0+)
00.45 Х/ф «Взрослые дети». (6+)
02.00 Х/ф «Сватовство гусара». (0+)
03.05 Х/ф «По данным уголовного розыска...». (0+)

МИР

05.00 Х/ф «Тихий Дон». (12+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.10 Х/ф «Тихий Дон». (12+)
13.15, 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные». (16+)
18.15, 19.25 Т/с «Пасечник». (16+)
21.40 «Игра в кино». (12+)
23.05 «Всемирные игры разума». (12+)
00.00 «Отцы и дети». (12+)
00.55 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
04.35 Т/с «С чего начинается Родина». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Улица». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
18.30 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
21.00 Т/с «Сладкая жизнь». (16+)
22.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
23.05 «Дом-2». (16+)
01.05 «Comedy Woman». (16+)
02.05 «Stand up». (16+)
03.45 «Открытый микрофон». (16+)

ОРТ

06.00, 09.55, 17.20 Т/с «Ойкумена Федора Конюхова». (12+)
06.30, 19.35 Д/с «Тайны космоса». (12+)
07.20, 18.10, 23.20 Д/с «Писатели России». (12+)
07.30, 08.15, 09.20, 10.25, 19.30, 21.00, 23.05, 00.00, 02.15 «О погоде и не только…». (12+)
07.35 «Анализируй это». (16+)
08.20, 13.20, 15.50, 18.50, 23.10 «Видеоблокнот». (12+)
08.30, 17.50 Д/с «Архивы истории». (12+)
09.00 «Летопись Оренбуржья». (12+)
09.35 «Туристический рецепт». (12+)
10.30 Д/с «Разрушители мифов». (12+)
11.25, 13.30 Т/с «Смерть шпионам. Крым». (16+)
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.55 Т/с «Закрытая школа». (16+)
18.20 «Один день». (16+)
19.00, 20.30, 23.30, 01.45 «Новости дня». (12+)
19.25, 20.55, 23.55, 02.10 «Новости спорта». (12+)
21.05 Х/ф «Каникулы на море». (16+)
00.05, 03.40 Т/с «Сашка». (16+)
02.20 Х/ф «Враги». (16+)

БЛАГОУСТРОЙСТВО

Скульптура на радость горожанам

В Бузулуке совсем скоро появится арт-объект в виде мороженого. Его цель - отдать дань уважения производителям сладкого лакомства и сделать его еще более популярным.

Огромные «мороженки» на радость любителям пофотографироваться установлены во многих городах страны.

Задумка принадлежит известной бузулучанке, общественному деятелю Анне Мельниковой.

- Бузулукское мороженое имеет вековую историю. Его вкус знают несколько поколений жителей Оренбургской области, лакомство хотят попробовать все гости нашего города. А недавно мне в руки попалась вырезка из газеты со статьей, которая рассказывает, как в 50-е годы в Бузулуке жил известный тогда бомж Митрич. Он всегда и везде охотился за обертками мороженого, чтобы облизать остатки с фантика… После этого я и решила, что в городе обязательно должно появиться знаковое место, посвященное столь популярному продукту, - объясняет Анна.

Над разработкой макета будущей скульптуры уже трудится одна из молодых современных художниц Самары. При этом все мнения и пожелания бузулучан девушка готова учесть. Сегодня проект активно обсуждается в социальных сетях. Инициаторы фиксируют интересные точки зрения и передают их художнице.

- Мы ждем от горожан информации о том, каким они хотят видеть новый арт-объект. Однозначно, он должен быть не менее двух метров в высоту и сделан из антивандальных материалов, чтобы его можно было трогать. Памятник мороженому хочется видеть ярким и современным, - делится мнением Анна Мельникова.

После того как макет арт-объекта будет готов, начнется согласование места его установки со специалистами городской администрации. А вот средства на создание и установку планируется собирать всем миром на одной из электронных платформ. По предварительным подсчетам, необходимо порядка 150 тысяч рублей.

Марина СЕНЧЕНКО.

КОШЕЛЕК

Тариф растет

Частные городские перевозчики Оренбурга повышают цены на проезд в общественном транспорте. На маршруте № 59 она увеличится с 24 до 28 рублей уже 24 июня.

- Тариф в Оренбурге не поднимался с 2018 года. Речь о необходимости этой меры шла еще в феврале, до начала эпидемии. Во время изоляции перевозчики не стали повышать цены, чтобы население не страдало. Однако период вынужденного простоя усугубил экономические проблемы на всех предприятиях отрасли. А тут еще и скачок цен на газ! - комментирует председатель Ассоциации частных перевозчиков Оренбурга Максим Фазуллин.

Стоимость сжиженного газа на оренбургских заправках действительно за две последние недели увеличилась больше чем на 8 руб. Ситуацией заинтересовалось региональное управление антимонопольной службы.

Кстати, цена на бензин и дизельное топливо на многих заправках с 15 июня тоже выросла.

Инга ПРОХОРОВА.

№ 24 (1 302) 23.06.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

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, 17.00, 01.00 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Знахарь». (16+)
22.25 «Док-ток». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «Право на справедливость». (16+)
03.15 «Наедине со всеми». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 Утро России.
09.00, 14.30, 21.05 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 18.40 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 Т/с «Березка». (12+)
23.40 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Тайны следствия». (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Украденная победа». (16+)
09.00, 10.55, 14.30, 18.55 Новости.
09.05, 14.35, 19.00, 00.35 Все на Матч!
11.00 Футбол. Чемпионат Португалии. (0+)
13.00 Тотальный футбол. (12+)
14.00 «Футбол на удаленке». (12+)
15.35 «Жизнь после спорта». (12+)
16.05 Водные виды спорта. Чемпионат мира-2019 в Корее. (0+)
17.05 Реальный спорт. Водные виды спорта.
18.05 «Правила игры» (12+)
18.35 «Журнал Тинькофф РПЛ. Перед туром» (12+)
19.55 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига.
21.55 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига.
00.55 Футбол. Чемпионат Испании.
02.55 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)
04.55 Футбол. Чемпионат Испании. (0+)
06.45 «Футболист из Краснодара / Футболист из Барселоны». (12+)
07.00 Д/с «Где рождаются чемпионы?». (12+)
07.30 «Команда мечты». (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, 23.40 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
09.25, 10.25, 02.35 Т/с «Морские дьяволы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
18.30, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
21.30 Т/с «Алекс Лютый». (16+)
23.50 Т/с «Шелест. Большой передел». (16+)
03.40 Т/с «Под прицелом». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 «Известия».
05.30, 09.25 Т/с «Карпов». (16+)
13.25 Т/с «Условный мент». (16+)
17.45 Т/с «Город особого назначения». (16+)
19.40 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Свои-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Т/с «След». (16+)
01.15 Т/с «Детективы». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.30 Д/ф «Сакральные места».
08.20 Х/ф «Цыган».
09.40 «Красивая планета».
10.00 «Наблюдатель».
11.00, 23.15 Х/ф «Море внутри».
13.05 Academia.
13.55, 20.40 Абсолютный слух.
14.35 Спектакль «Сердце не камень».
17.00 «Красивая планета».
17.15, 01.20 Исторические концерты.
18.00 «Полиглот». Испанский с нуля за 16 часов!
18.45 Д/с «Заметки на полях судьбы».
19.15 Открытый музей.
19.30 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.25 «Спокойной ночи, малыши!».
21.20 Х/ф «Цыган».
22.45 «Дом архитектора».
02.00 Д/ф «Татьяна Пилецкая. Хрустальные дожди».
02.35 М/ф.

ОТР

08.00, 13.00, 23.00 Д/ф «Великие шедевры строительства». (12+)
09.00 «Большая страна: в деталях». (12+)
09.05 Т/с «Волчье солнце». (12+)
10.50, 15.45, 03.00, 07.15 «Медосмотр». (12+)
11.00, 14.50 «Календарь». (12+)
11.40, 15.30, 20.40 «Среда обитания». (12+)
11.50 Х/ф «Последнее лето детства». (0+)
14.00, 03.15 Т/с «Розыск». (16+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
16.05, 17.15, 00.20 «ОТРажение».
19.05, 02.00 Д/ф «Жил-был дом. Шахматный дом на Гоголевском». (12+)
19.30 «Домашние животные». (12+)
20.00 «За дело!». (12+)
21.05, 22.05 Т/с «Волчье солнце». (12+)
02.30 «Гамбургский счет». (12+)
04.00 «За строчкой архивной...». (12+)
04.30 Д/ф «Послушаем вместе. Глинка». (6+)
05.00 Х/ф «Старший сын». (0+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.15 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Суета сует». (6+)
10.35 Д/ф «Галина Польских. Под маской счастья». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 05.10 «Мой герой. Владимир Фекленко». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 03.40 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
17.00 «Хроники московского быта. Кремлевские жены-невидимки». (12+)
18.15 Х/ф «Три в одном». (12+)
22.35 «Осторожно, мошенники! Налетчики-водопроводчики». (16+)
23.05 Д/ф «Любовь Полищук. Гадкий утенок». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Полезная покупка». (16+)
00.55 «Прощание. Виталий Соломин». (16+)
01.35 Д/ф «Любовь Полищук. Гадкий утенок». (16+)
02.15 Д/ф «Ракеты на старте». (12+)
02.55 Д/ф «Брежнев против Косыгина. Ненужный премьер». (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 «Неизвестная история». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «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 «Механик: воскрешение». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
00.30 Х/ф «Пираньи 3D». (18+)
02.05 Х/ф «Величайший шоумен». (12+)
03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

СПАС

05.00, 00.15 «День Патриарха». (0+)
05.15, 18.00, 21.00, 01.45 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
06.00, 20.05 «Завет». (6+)
06.55 Д/ф Сталин и третий Рим. (12+)
07.55 Х/ф «Сердца четырех». (0+)
10.00, 14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30, 02.25 «Встреча». (12+)
11.30 Х/ф «Обратной дороги нет». (12+)
13.00, 19.05, 03.50 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
15.30 Д/ф «Осанна». (12+)
16.35 Д/ф «Надежда». (12+)
17.25, 18.15, 22.20 Х/ф «Кодовое название «Южный гром». (12+)
21.45, 03.20 «Re:акция». (12+)
23.45 Д/ф «Апостолы». (12+)
00.30 Д/ф «Русские без России». (12+)

СТС

06.00, 05.45 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Фиксики». (0+)
07.25 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.00 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00 «Детский КВН». (6+)
10.00 Т/с «Воронины». (16+)
12.25 Х/ф «Богатенький Ричи». (12+)
14.25 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
17.20 Т/с «Папик». (16+)
20.00 Х/ф «Последний рубеж». (16+)
22.00 Х/ф «Квест». (16+)
23.55 Х/ф «Другой мир. Войны крови». (18+)
01.15 «Сезоны любви». (16+)
05.00 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
07.05 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.10 «Давай разведемся!». (16+)
10.20, 03.10 «Тест на отцовство». (16+)
12.25 «Реальная мистика». (16+)
13.30 «Понять. Простить». (16+)
14.35, 01.00 «Порча». (16+)
15.05 Х/ф «Девушка средних лет». (16+)
19.00 Х/ф «Мачеха». (16+)
23.00 Х/ф «Исчезнувшая». (16+)
01.25 «Понять. Простить». (16+)
02.20 «Реальная мистика». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 Т/с «Слепая». (16+)
11.00 «Гадалка». (16+)
12.00 «Не ври мне». (12+)
14.00 «Знаки судьбы». (16+)
15.00 «Мистические истории». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 Т/с «Старец». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Вечность». (16+)
20.30 Т/с «Кости». (12+)
23.00 Х/ф «Темный мир: равновесие». (16+)
01.00, 02.00, 02.45, 03.30 Т/с «Дежурный ангел». (16+)
04.15 «Властители». (16+)
05.45 «Странные явления». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00, 08.40, 17.10 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
07.50 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
09.40 Т/с «Зачарованные». (16+)
12.10 «На ножах». (16+)
14.20 «Адская кухня». (16+)
16.10 «Орел и решка. Чудеса света». (16+)
18.10 «Орел и решка. Америка». (16+)
19.15 «Орел и решка. Ивлеева vs Бедняков». (16+)
20.10 «Мир наизнанку. Непал». (16+)
00.00 Т/с «Фантом». (16+)
02.00 «Инсайдеры». (16+)
03.05 «Пятница News». (16+)
03.35 Т/с «Говорящая с призраками». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00, 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
06.20 Д/ф «Штурм неба. Выжить в пятом океане». (16+)
08.00, 21.15 Новости дня.
08.25 Х/ф «В двух шагах от «Рая». (0+)
10.30, 12.05, 16.05 Т/с «Вендетта по-русски». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.50 Д/с «Равновесие страха. Война, которая осталась холодной». (12+)
19.40 «Легенды армии». (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (16+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 Х/ф «Большая семья». (0+)
01.10 Х/ф «Не бойся, я с тобой». (12+)
03.35 Х/ф «Близнецы». (0+)
04.55 Д/ф «Две капитуляции III рейха». (6+)

МИР

05.00 Т/с «С чего начинается Родина». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
10.10 Т/с «С чего начинается Родина». (16+)
13.15, 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные». (16+)
18.15, 19.25 Т/с «Пасечник». (16+)
21.40 «Игра в кино». (12+)
23.05 «Всемирные игры разума». (12+)
23.45 Х/ф «Месть и закон».
03.00 «Наше кино. История большой любви». (12+)
03.25 Х/ф «Цирк». (6+)
04.55 М/ф.

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Улица». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
18.30 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
21.00 Т/с «Сладкая жизнь». (16+)
22.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
23.30 «Дом-2». (16+)
01.35 «Comedy Woman». (16+)
02.30 «Stand up». (16+)
04.10 «Открытый микрофон».

ОРТ

06.00 Телеспектакль «Мэри Поппинс». (0+)
06.10, 07.40, 22.50 Т/с «Ойкумена Федора Конюхова». (12+)
06.35 «Жизнь здоровых людей». (16+)
07.00, 09.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.40 «Новости дня». (12+)
07.20, 09.20 «Новости спорта». (12+)
07.25, 08.15, 09.25, 10.25, 19.25, 20.55, 22.35, 23.55, 02.05 «О погоде и не только…». (12+)
07.30, 13.20, 15.50, 18.50, 22.40 «Видеоблокнот». (12+)
08.20 «Анализируй это». (16+)
09.30 Т/с «Сашка». (16+)
10.30 Т/с «Закрытая школа». (16+)
11.25, 13.30 Т/с «Смерть шпионам. Крым». (16+)
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.50 Т/с «Закрытая школа». (16+)
17.20 Д/с «Разрушители мифов». (12+)
18.20 «Один день». (16+)
19.30 «Обратная связь». (16+)
20.10 «Планета творчества». (12+)
20.20, 23.20 Д/с «Писатели России». (12+)
21.00 Х/ф «Сломленные». (16+)
00.00, 03.45 Т/с «Сашка». (16+)
02.10 Х/ф «Власть убеждений». (16+)
04.35 Х/ф «Дождь навсегда». (12+)

ПОМНИМ И ГОРДИМСЯ!

Героическое время – героические женщины

Уже к концу первого года войны во многих домах нашего хутора Петровка горько оплакивали мужей, отцов, сыновей и братьев, погибших на фронтах и пропавших без вести.

Мою мать Елену Андреевну Татанкину тоже настигли страшные вести. Умер от ран на Муромской земле брат Кирилл Андреевич Юртаев, оставив сиротами пятерых детей. Пропал без вести младший брат Георгий Андреевич Юртаев, сгинув в лесах-болотах Ржевского района Тверской области. Не зря, уходя, приказывал жене Оле беречь трех малолетних дочек.

Мой отец Федор Гаврилович Татанкин из-за болезни легких был призван в трудармию и работал в Орске на никелевом комбинате. А брата Якова вместе с другими подростками из села забрали в ФЗО. Сколько слез мама выплакала тогда, утешалась только тем, что в ФЗО детей кормят и одевают. Дома-то есть совсем нечего было. Картошка кончилась, даже траву всю в окрестностях общипали.

- Хоть бы отец приехал, может, рыбы привез бы, - мечтала моя мать, Елена Андреевна, которую в нашем селе все звали теткой Елькой.

Не дождавшись своего отца, которому шел восьмой десяток, пошла мама однажды к председателю колхоза Александре Прокофьевне Бузаевой, чтоб подводу попросить да за бардой на спиртзавод в Тугустемир съездить. Председатель была доброй и отзывчивой женщиной. Никому в помощи не отказывала. И матери моей помогла. Только вместо лошади бычка выделила.

Едва рассвет забрезжил, поднялась мать, запрягла бычка и отправилась в путь-дорогу. Добралась до Тугустемира благополучно, получила два мешка барды и отправилась обратно. Километров через пять поняла, что истощенному бычку не по силам груз, и решила дать животному передохнуть в тенечке. Сама сначала наблюдала, как бычок щиплет травку, а потом не заметила, как заснула. Кажется, только на несколько минут глаза закрыла, а открыла и обмерла: бычка нигде не было. Обежала мама весь лесок, а потом упала на камни и завыла: «Господи, за что же ты меня наказываешь? Кто же мне поверит, что бычок пропал? Все ведь подумают, что я продала его!»

Проплакалась, оторвала низ от своей юбки и решила повеситься. Полезла на дерево. И вдруг услышала голос: «Тетка Елька, ты зачем на дерево лезешь?»

Мама посмотрела вниз и увидела дезертира Сикалея из деревни Ямангулово. Он еще с финской войны прятался по лесам, но чужого не трогал, жалел колхозников. Сикалей-то и сообщил маме, что бычок у ручья пасется за лесом.

Так и добралась мама до дома. Барду во дворе выгрузила и погнала бычка на ферму. Ребятишки бросились к мешкам и начали сосать кисло-сладкую жижу прямо через дерюгу. Так есть хотели.

В тот же вечер, несмотря на усталость, мама отправилась к мельнику попросить, чтоб барду на озатки обменял. Но мельник только на смех ее поднял:

- Надолго тебе озатков-то хватит на твою ораву? Все равно подохнете через месяц-другой?

Домой мама пришла вся в слезах.

Да только судьба распорядилась иначе. Мельника Федюка через две недели случайно убил родной внук во время охоты на уток. А мы все выжили. Вскоре после этого случая полили дожди, поднялась крапива, набрала силу свекольная ботва, подросла картошка. А потом и дедушка приехал, муки нам привез. Вот такие они - женщины войны.

Т. Ф. ТАТАНКИНА (СЕЛИВЕРСТОВА), с. Дедуровка.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Нина Кожемяк:
«МЕД, СОЛЬ И СОДА - НАШИ ДРУЗЬЯ»

- Самые обычные продукты помогают сохранить здоровье и способствуют лечению некоторых заболеваний. Мед - хороший помощник в борьбе с остеохондрозом. От болей в позвоночнике внучка избавляет меня при помощи медового массажа. Нужно натереть руки медом и прикладывать их к коже вдоль позвоночного столба, а потом отрывать. И продолжать так, пока мед не станет белым.

Дважды в неделю принимаю горячую ванну с содой и солью (по пачке на ванну). Такая процедура помогает усилить потоотделение и вывести через пот все токсины. Помимо детоксикации, солено-содовая ванна позволяет быстрее избавиться от внутреннего жира, отлично очищает поры, укрепляет и отбеливает ногти и способствует уменьшению проявлений «апельсиновой корки» - целлюлита.

НАРОДНЫЙ РЕЦЕПТ

ПРИ БЕССОННИЦЕ

✻ Съедать за ужином 1 ст л меда или выпивать 1 ст медовой воды (1 ст л меда на 1 ст теплой кипяченой воды).

✻ Растворить в 1 ст кипяченой воды 1 ч л меда и сок половины лимона, выпить в 3 приема.

ПРИ ПРОБЛЕМАХ С КОЖЕЙ

При лишаях эффективны компрессы с травой бессмертника. Заварить 1-2 ст л травы 1 ст кипятка и настоять, укутав, 1 час.

Для лечения псориаза смешать 200 мл уксусной эссенции, 200 г сливочного масла, 1 сырое куриное яйцо и поставить в холодильник на 7 дней. Через каждые 2-3 часа в течение дня смазывать полученным составом больные места и втирать его в кожу.

ПРИ АРТРОЗЕ

✻ 1 ст л сухих листьев березы залить 1 ст кипятка, укутать, настоять 6 часов, процедить. Пить по 1/2 ст 2-3 раза в день.

ЧТО ТАКОЕ ГРЫЖА?

Грыжи относятся к распространенным хирургическим заболеваниям. Им подвержены люди любого возраста и пола. Игнорировать эту проблему со здоровьем нельзя!

Грыжа - это выхождение органов брюшной полости под кожу через слабые места брюшной стенки. Выходящие органы находятся в грыжевом мешке, образованном брюшиной (внутренней выстилкой брюшной стенки). Опасность для жизни представляет ущемление внутренних органов, как правило кишок, в грыжевых воротах - месте «провала» брюшной стенки.

КАКАЯ БЫВАЕТ?

Различают бедренную грыжу, грыжу белой линии, паховую грыжу, пупочную грыжу, послеоперационную грыжу и ущемленную грыжу. Грыжи, возникающие в области послеоперационных рубцов, называются послеоперационными вентральными грыжами. Операции в области живота резко увеличивают вероятность их появления. Грыжи, появляющиеся на месте ранее оперированных грыж, называются рецидивными (повторными). У мужчин чаще бывают пахово-мошоночные, а у женщин паховые и бедренные.

КАК ВОЗНИКАЕТ?

Брюшная стенка, состоящая из мышц и плотной соединительной ткани (апоневрозов), выполняет ряд функций. Одна из них - удержать внутренние органы в естественном положении и противодействовать создаваемому ими внутрибрюшному давлению. Под действием внутрибрюшного давления в наиболее слабых местах брюшной стенки может образоваться дефект (грыжевые ворота), в который выходит грыжа. Этому могут способствуют основательная физическая нагрузка, сильный кашель, запоры.

Образование грыжи может остаться незамеченным, а может сопровождаться интенсивными болями. Спустя некоторое время происходит постепенное увеличение грыжи, вплоть до выхождения в грыжевой мешок большей части кишечника.

КАК ЛЕЧИТЬ?

К сожалению, ни самостоятельно, ни под воздействием гимнастики или лекарств грыжа не исчезнет. Со временем она только увеличивается в размерах, доставляя проблемы и увеличивая риск осложнений. Единственный путь к излечению - операция.

В ЧЕМ ОПАСНОСТЬ?

Огромной опасностью является внезапное ущемление грыжи. Такое сдавливание может привести к некрозу или перитониту. Некроз - это омертвение живых тканей. А перитонит - сильное воспаление с выделением гноя. И то и другое в большинстве случаев заканчивается смертельным исходом.

Стараться вылечить грыжу самостоятельно, когда она уже ущемлена, нельзя! Если ущемление грыжи длится около суток, то вероятность летального исхода возрастает до 25 % вне зависимости от операции.

Запомните: грыжу можно вылечить, но когда она ущемлена, лучше сразу обратиться к врачу.

Если у больного в области грыжи появилась острая и интенсивная боль, то нужно немедленно вызвать скорую помощь! В таких случаях требуются срочная госпитализация и оперативное вмешательство.

Шансы на излечение тем выше, чем быстрее сделана операция.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

АЛКОГОЛЬ РАЗРУШАЕТ МОЗГ

Это не миф. Алкоголь действительно нарушает работу мозга.

После принятия алкоголя происходит повышение давления в связи с сужением сосудов головного мозга. Эритроциты, которые доставляют кислород в клетки, склеиваются, нарушается их оболочка. Они забивают капилляры. В итоге наступает гипоксия головного мозга - кислород в меньшем количестве начинает поступать к тканям этого органа. Любая ткань без кислорода умирает, поэтому на фоне гипоксии происходит гибель нейронов мозга.

По мнению врачей, любая алкоголизация - это выход через мочевыводящие пути нейронов головного мозга. Чем более выраженная алкоголизация, тем более выражен отек головного мозга.

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

Сложи и сохрани

Хозяюшка
Оренбургская Солдатка
№ 24 (1 302) 23.06.20

НИНА КОЖЕМЯК,
с. Черный Отрог Саракташского района

СКВОЗЬ ТРУД И СТРЕМЛЕНИЕ - К ЗВЕЗДАМ

В копилке хореографа Нины Александровны Кожемяк немало наград, грамот и благодарственных писем за победы в различных конкурсах и за профессиональное мастерство. Все их Нина Александровна завоевала своим трудом и упорством.

Танцами Нина грезила с детства. Вот только в небольшом казахском селе Аксуат, куда большая семья переехала, когда Нине было всего два года, ни о какой хореографической студии даже не мечтали. В то время в домах не было даже деревянных полов, их делали из глины. Отец Нины первым в селе настелил на пол доски и выстроил из дерева баню и летнюю кухню для жены и девятерых детей.

Как и старшие братья и сестры, Нина с малых лет старалась помогать родителям в огороде и по дому. Часто вместе с матерью пекла огромные русские караваи. Но учеба для девочки всегда была на первом месте. Сразу после школы Нина садилась за выполнение домашних заданий, даже обед на потом откладывала.

После смерти отца семья переехала в Узбекистан. Нине в то время было 10 лет. Учительница физкультуры оценила пластичность и гибкость девочки и посоветовала ей заниматься гимнастикой. Талантливую ученицу даже зачислили в республиканскую спортивную школу-интернат в Ташкенте, правда, на отделение легкой атлетики.

Но со своей мечтой о танцах Нина не расставалась и там. Она смотрела, как гимнастки репетируют номера художественной самодеятельности, и без труда повторяла все их движения.

Через два года Нина вернулась в Казахстан, где и окончила школу. Вместе с подружками организовала самодеятельный хореографический кружок. Девчонки сами ставили танцы, шили себе костюмы и выступали на школьных вечерах и на колхозных полях перед хлеборобами.

В училище культуры после школу Нину не отпустили: мол, не профессия это - танцы. Девушка устроилась работать на швейную фабрику, где в свободное время занималась любимым делом - танцевала.

Через год она добилась у матери разрешения получить образование по любимой специальности. Вот только на хореографов в Актюбинске тогда не учили. Библиотекарем или киномехаником Нине быть не хотелось, и она, случайно узнав, что хореографическое отделение есть в Оренбурге, в последний день приема документов приехала поступать. Поступила и была на седьмом небе от счастья.

Любимая профессия подарила Нине не только работу, но и семью, и родину. Со своим будущим супругом она познакомилась, когда студенткой приехала по распределению на практику в Черный Отрог Саракташского района. Николай преподавал в филиале музыкальной школы и играл на баяне в клубе. Своей игрой и покорил он сердце девушки. Через полгода сыграли свадьбу, и Нина Александровна приехала в Черный Отрог жить и работать.

С Нины Кожемяк началась в селе хореография. Почти все мальчишки и девчонки мечтали у нее заниматься и выступать на сцене. Детский коллектив «Радуга», который организовала более 40 лет назад Нина Александровна, не раз становился победителем и лауреатом различных конкурсов. В 2011 году коллективу присвоено звание народного. Ребята всегда покоряли жюри не только своим мастерством, но и костюмами. Нина Александровна сама придумывала их и шила. А муж Николай Николаевич аккомпанировал артистам. Его электробаян превращал каждую композицию в необыкновенное шоу.

Пять лет назад Нина Александровна ушла на заслуженный отдых, доверив коллектив своей ученице Светлане Никитиной. Но с творческой работой и сценой женщина не расстается. Она играет на домбре в ансамбле народных инструментов, который возглавляет муж. Он и играть талантливую жену научил.

Нина Александровна и Николай Николаевич воспитали двоих детей, теперь занимаются с четырьмя внуками, учат их музыке и вместе с ними ездят на рыбалку.

Совсем скоро, 16 июля, большая семья Кожемяк соберется вместе, чтобы отметить 43-ю годовщину совместной жизни Нины Александровны и Николая Николаевича. И хранительница семейного очага снова вспомнит, каким долгим был путь к мечте и счастью.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:
Детская — НЕ ПЕРЕХВАЛИВАЙТЕ РЕБЕНКА!
У зеркала — ФОРМУ ГЛАЗ ИСПРАВИТ МАКИЯЖ
Урожайные сотки — СЛИЗНИ И УЛИТКИ: КАК БОРОТЬСЯ?

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Нина Кожемяк: «ВЫШИТЫЕ ИКОНЫ ДЛЯ ДОМА И В ПОДАРОК»

- После выхода на пенсию сбылась моя мечта - вышивать бисером иконы. Я получила благословение на это у нашего батюшки - протоиерея Геннадия Корниенко. И каждую вышитую икону обязательно освящаю в церкви. Часть работ хранится дома, но большинство икон дарю родным, друзьям, знакомым. Именные иконы или лики святых, на мой взгляд, замечательный подарок. С верой, со смыслом и с пользой.

НА ЗАМЕТКУ

Пригоревший рис не перемешивайте! Верхний слой аккуратно переложите в другую посуду. Следите, чтобы туда не попали кусочки горелого риса. Запах перебьет сливочно-лимонный соус. Еще можно сбрызнуть рис белым вином.

Как снять жир с соуса? В салфетку положите кубики льда, опустите в соус и выньте. Весь жир прилипнет к салфетке.

Пересоленное овощное рагу можно выручить, добавив в него сметану или помидоры, нарезанные кусочками.

УБОРКА ПО ФЭНШУЙ ИЗМЕНИТ ЖИЗНЬ

Согласно фэншуй, пыль, грязь и хлам тормозят потоки энергии в доме, поэтому в неубранных помещениях человек чувствует себя более уставшим и раздражительным.

СОР - ЭТО ССОРЫ

Подметая пол, многие хозяйки начинают с самого дальнего конца комнаты, выметают скопившийся сор щеткой со всего периметра помещения в другой конец комнаты, а потом эту «кучку» выбрасывают. Но по фэншуй, таким образом негативная энергия только активизируется! Нельзя «тащить» грязь из углов по всему жилищу. После такой уборки в доме может вспыхнуть скандал. Мусор, накопленный в углах квартиры, следует сметать отдельно, не давая ему «путешествовать» по всему дому. А вот, чтобы не спровадить удачу, мыть пол лучше не в сторону входной двери, а в сторону кухни.

ПО ЛУННОМУ КАЛЕНДАРЮ

Генеральную уборку лучше проводить при убывающей Луне. Тогда очистка помещения приносит самый благоприятный результат на энергетическом уровне. Эта фаза Луны соответствуют естественному природному циклу очищения - убираться в это время всегда легче.

ВЫНОСИТЕ МУСОР УТРОМ

Вся накопленная за световой день положительная энергия покинет жилище вместе с мусором, который выбросят вечером, а значит, уйдет и благосостояние из дома. Считается, что вместе с мусором из дома навсегда уйдут деньги.

РАДУЙТЕСЬ УБОРКЕ

Фэншуй утверждает, что раздражаться от уборки крайне неверно. Чтобы ощутить радость, представьте, что вы не просто пылесосите, моете пол и вытираете пыль, но и очищаете свой дом от энергетического негатива: стрессов, ссор, обид, разочарований… На энергетическом уровне дом - это живое существо.

ПОЧИНИТЕ КРАНЫ

Именно через туалет и ванную комнату из дома уходят потоки энергии. Неисправные, капающие краны, ржавые трубы - это денежные проблемы и плохое здоровье. Двери в эти помещения важно всегда оставлять закрытыми, как и крышку унитаза.

НАПОЛНЯЙТЕ ДОМ АРОМАТАМИ

По окончанию уборки под расслабляющую спокойную музыку окурите дом приятным ароматом. Лучше всего использовать натуральные масла. Для бодрости - базилик и лимон, для расслабления - жасмин, эвкалипт и герань, для уюта и улучшения энергетики дома - апельсин.

ЖИВОЙ УГОЛОК

ИМЯ ДЛЯ БРИТАНКИ

В вашей семье произошло пополнение в лице британской кошечки? При выборе имени учитывайте, что британцы являются аристократичной породой, поэтому и имя должно быть стильным и изысканным.

При подборе имени многие владельцы основываются на особенностях внешности и характера кошки. Если вы решили привлечь внимание к первому критерию, то можете акцентировать внимание на цвете шерсти питомца. Для кошки-девочки серого цвета будут актуальны такие имена как Дымка, Смоки, Грэй, Шаде, Мисти, Шери, Дюнна или Сури. Если хочется чего-то более изысканного, то можно использовать клички Альба, Глория, Кайра, Тиффани, Холли, Бритта, Дейзи, Моника, Берта или Салли. Такие имена украсят родословную животного.

Если питомец черного цвета, подойдут такие варианты, как Багира, Бренди, Руфь, Норри, Мистик, Кола, Берри, Мокко, Мавра, Найт, Наоми, Фурия, Равенна, Нотте, Мавра, Лейла или Эшли. Эти клички акцентируют внимание на темном окрасе животного, так как определенным способом (в переводе с другого языка, имена богинь) связаны черным цветом.

Если же вы решили отобразить в кличке британки ее характер, можете использовать один из следующих вариантов: Беся, Ласка, Пуля, Нежка, Кити, Буча, Фанни, Долли либо Бони.

Специалисты, которые занимаются изучением котов, советуют клички, включающие шипящие и свистящие звуки Ч, Ш, Ц, С, Ф. Слух кошки хорошо воспринимает их, и она с удовольствием отзывается на свое имя. Следуя этому совету, можно выбрать такие имена как Шерри, Шанте, Шарлотта, Шейла, Чезара, Челси, Чесси, Чейзи, Сабина, Сальма, Сара, Сафина, Софа, Сэнди, Царго, Церри, Флори, Фиджи, Фрида, Фрау.

Обратите внимание, что слишком длинные имена лучше не выбирать, так как в процессе общения с кошкой будет неудобно их повторять. Поэтому предпочитая двойную кличку, сразу продумайте сокращенное имя, которое будет использоваться в быту. В родословную же можно занести полное имя.

ФОРМУ ГЛАЗ ИСПРАВИТ МАКИЯЖ

Многие женщины, к сожалению, недовольны той или иной особенностью своей внешности. Форму глаз, например, можно исправить с помощью макияжа.

Круглые глаза - не такой уж большой недостаток. Кроме того он легко исправим. Стоит только нанести полоску теней от внутреннего угла к наружному или сделать слегка поднимающиеся «стрелки» с помощью карандаша или подводки. При этом линия должна немного расширяться в направлении наружного уголка глаза. Тени для век следует выбирать нежных пастельных тонов.

Для корректировки **выпуклых глаз** лучше выбирать приглушенные оттенки теней, избегая блестящих перламутровых и слишком темных цветов, которые могут сделать веки визуально тяжелыми. Сначала нужно оттенить верхнее веко неярким оттенком, растирая его в направлении наружного угла глаза. Обязательно подчеркните край нижнего века. Под наружной третью бровей нанесите либо светлый оттенок теней, либо светлый тональный крем.

Глубоко посаженные глаза можно увеличить и сделать более выразительными. Избегайте использования темных теней. В данном случае наилучшим вариантом будут светлые, в том числе блестящие тени. На все веко до самых бровей нанесите тени светлого оттенка в направлении от внутреннего угла глаза к наружному. Разрез глаз можно подчеркивать только у наружного уголка глаза.

Близко посаженные глаза. По классическим канонам красоты расстояние между глазами должно быть равно длине одного глаза. Наружный угол глаза должен находиться либо на уровне внутреннего угла глаза, либо немного выше. Помните об этом, когда рисуете стрелки.

Тени нужно наносить на верхнее веко, начиная с середины и слегка растирая в направлении вверх и у наружного угла глаза. А вот на переносицу и у внутреннего угла глаза нужно наложить очень светлые оттенки. Разрез глаз оттеняется чуть более темными тенями, начиная от середины века к внешнему краю. Избегайте наносить стрелки на всю поверхность век. Лучше сделать их от центра к внешнему краю глаза. Пространство под бровями высветлите. Расстояние между бровями должно быть достаточно широким.

Широко посаженные глаза. Тени достаточно темных оттенков наносятся на внутреннюю часть глаза с растиранием их вверх до бровей. Оттенить разрез глаз нужно шире к переносице и уже к наружному углу глаза. Брови следует немного и аккуратно дорисовать как можно ближе к переносице.

В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

САХАРНАЯ ДЕПИЛЯЦИЯ

Сахарная депиляция или шугаринг (удаление волос с помощью сахара) - очень популярная процедура в салонах красоты. Но ее вполне можно провести в домашних условиях.

ДЕЛАЕМ ПАСТУ

Чтобы приготовить сахарную пасту для депиляции, потребуется 2 ст сахара, 1/2 ст лимонного сока, 1/2 ст воды. Выложить все ингредиенты в сковороду и, постоянно помешивая, нагреть смесь на медленном огне. Важно, чтобы она закипела, но медленно. Когда смесь покипит примерно 5 мин, ее цвет должен стать от желтого до светло-янтарного, после чего огонь выключить.

Далее смесь охладить до такой температуры, чтобы терпела рука. Затем влить ее в термостойкий контейнер и охладить до комнатной температуры. После этого пасту можно использовать.

КАК ПРИМЕНЯТЬ?

Перед процедурой обязательно вымойте и высушите участки тела, которые будете подвергать депиляции, так как на волосы со следами кожного сала процедура не подействует. Далее возьмите каплю пасты на ладонь, она не должна сильно прилипать к коже. Пальцами нанесите смесь на участки для депиляции слоем толщиной 5-6 мм и распределите против роста волос.

Через несколько секунд быстро оторвите в направлении против роста волос, а место депиляции немного разотрите.

Сахарную пасту можно использовать повторно.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Нина Кожемяк: «ДЕРЖАТЬ СЕБЯ В ФОРМЕ ПОМОГАЕТ ГИМНАСТИКА»

- Вот уже пятый год я на пенсии. Чтобы восполнить недостаток физической нагрузки и поддерживать свои мышцы в тонусе, я каждое утро делаю зарядку. 15-20-минутный комплекс тибетской гимнастики включает в себя разминку всех суставов, повороты, наклоны, упражнения на растяжку, пресс и дыхательные техники. То, что дается очень тяжело, делаю, как написано, 12 раз, то, что полегче, - 22 или 42 раза. Именно на эти цифры в тибетской гимнастике необходимо ориентироваться при выборе количества повторений. Особенно эффективными для меня стали упражнения для коленных суставов - ходьба на коленях с опорой на носочки; ходьба на коленях с поднятыми ступнями, без опоры на носки; приседания из положения стоя на коленях. Если бы не эти занятия, наверняка бы мучилась от болей в коленях. А так чувствую себя прекрасно.

НА ЗАМЕТКУ

ЛЕТНИЕ СРЕДСТВА ОТ ПИГМЕНТНЫХ ПЯТЕН

✻ Измельчить в блендере 100 г зелени петрушки, залить 1 ст кипятка и хорошенько укутав, настоять 2 часа, затем смесь процедить и полученным лосьоном протирать лицо 2-3 раза в день. Можно заморозить сок из зелени петрушки и протирать этим льдом лицо утром и вечером.

✻ Отличными очищающими свойствами обладают красная смородина и свежий огурец. В качестве отбеливающей маски можно использовать как кашицу из этих продуктов, так и салфетки, пропитанные свежим соком. Маска наносится на предварительно очищенное лицо на 25-30 мин, затем смывается теплой водой. Через 10-15 мин можно нанести любой увлажняющий крем.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Нина Кожемяк:

«ПИЦЦА ИЗ ЛАВАША - БЫСТРО И ВКУСНО»

- Взять лаваш, порезать его на три части по форме листа. Форму смазать сливочным маслом. Положить первый слой - лист лаваша. Посыпать его тертым сыром. Второй лист лаваша (следующий слой) посыпать тертым сыром. Третий - смазать майонезом, смешанным с томатным соком или кетчупом, положить нарезанную соломкой вареную и копченую колбасу, мелко нашинкованные шампиньоны и помидоры. Посыпать укропом и тертым сыром. Выпекать в духовке при 180°С до готовности. Можно сделать больше слоев. Так будет вкуснее. Это блюдо очень нравится моим внукам.

К ЧАЮ

ПЕЧЕНЬЕ «ЯБЛОЧКО»

1 яблоко, 1 ст муки, 1/2 ст сахара (можно чуть меньше), 1 яйцо, 50 г сливочного масла, 1 ч л разрыхлителя теста, ванильный сахар по желанию, 1/2 ч л корицы, 1 щепотка соли.

Духовку нагреть до 180°С. В это время размягченное сливочное масло размешать с сахаром, добавить яйцо и взбить до пышной массы. Всыпать просеянную муку с разрыхлителем, корицей, ванилью. Яблоко почистить, нарезать мелкими кубиками, подмешать к мучной массе. Противень смазать растительным маслом и ложечкой выложить тесто. Отправить в духовку на 10-15 мин. Печенье должно «схватиться», но само остаться мягким. Можно присыпать сахарной пудрой.

КРУАССАНЫ С БАНАНАМИ

500 г слоеного теста, 4 банана, сахар.

Слоеное тесто разделить на 16 квадратиков. Раскатать тонко каждый квадрат. Банан очистить и нарезать на дольки. На каждый квадрат положить по 3 дольки банана и посыпать сахаром, защипнуть края. Противень слегка сбрызнуть холодной водой. Разложить круассаны и выпекать в духовке до золотистого цвета при 190°С.

КУРИНАЯ ГРУДКА С КЛУБНИЧНЫМ СОУСОМ

2 куриных филе, 2 ст л растительного масла, сок 1/2 лимона, 1 ч л сладкой паприки, 1 веточка розмарина, соль, перец черный по вкусу. Для соуса: 200 г клубники, 50 мл бальзамического уксуса, 1 ст л меда, сок 1/2 лимона, 2 ст л растительного масла, перец черный, соль по вкусу.

Куриное филе промыть и высушить, посолить, поперчить, добавить паприку, розмарин, растительное масло, сок лимона. Оставить мариноваться около часа. Смешать все ингредиенты для соуса, довести до кипения и остудить. Куриное филе пожарить. При подаче полить клубничным соусом. Подавать грудку можно с рукколой и сыром фета.

ЛЮЛЯ-КЕБАБ

500 г мякоти курицы, 500 г телятины, 3 луковицы, 5 веточек укропной зелени, 5 веточек кудрявой петрушки, 2 дольки чеснока, соль, перец по вкусу.

Пропустить через мясорубку с мелкой решеткой мясо вместе с чесноком и луком. Посолить и хорошо вымесить фарш с рубленой зеленью. Отбивать до появления липкости. Вокруг шампура сформировать колбаску, плотно прижимая фарш, чтобы кебаб не развалился в процессе жарки. Жарить на раскаленных углях, поворачивая шампур, не дольше 10 мин.

БЕДРЫШКИ В ЯБЛОЧНОМ СОКЕ

1 кг куриных бедрышек, 500 мл яблочного сока, 1 луковица, специи, паприка, перец, соль.

Лук нарезать полукольцами, куриные бедрышки натереть специями, перемешать с луком, влить яблочный сок и оставить мариноваться на полчаса. Замаринованвшиеся бедрышки с луком выложить в форму для запекания, предварительно вылив маринад на дно формы, посыпать паприкой и запечь в течение 35-45 мин в духовке при 200°С, периодически поливая соусом.

КЕКСЫ ИЗ МОЛОДОЙ КАПУСТЫ

200 мл натурального йогурта, 1 ч л соды, 2 ч л сахара, 1 куриное яйцо, 150 г муки, 1 ч л соли, 150 г молодой белокочанной капусты, 3 ст л зеленого лука, 3 ст л растительного масла.

В миску выложить йогурт и погасить в нем соду, добавить сахар, яйцо, перемешать. Просеивая понемногу муку, замесить тесто (до густой сметаны), влить 2 ст л масла. Капусту очень мелко нашинковать и так же мелко нарезать зеленый лук. Отправить все в тесто и хорошо перемешать. Формочки обмазать оставшимся маслом и заполнить на 2/3 тестом (кексы будут подниматься). Выпекать в разогретой до 180°С духовке 15-20 мин. Готовые кексы немного остудить и вынуть из формочек. Подавать теплыми со сметаной и сваренными вкрутую яйцами.

ЛЕГКИЙ САЛАТ

200 г козьего сыра, 300 г груш, руккола (или любой салат, по вкусу).
Заправка: 50 мл растительного масла, 1/2 апельсина, 1 ст л горчицы (пасты), 1 ст л меда, соль.

Сыр и грушу тонко нарезать. Из апельсина выжать сок (понадобится 100 мл). Смешать растительное масло и апельсиновый сок, добавить мед, перемешать, добавить горчицу, немного посолить, перемешать. На тарелки выложить рукколу, сверху - сыр и грушу, полить заправкой.

КОТЛЕТЫ ИЗ ПЕРЛОВКИ

1 ст перловой крупы, 200 г моркови, 200 г лука, 2-3 дольки чеснока, 1 ст л соли, приправы и перец молотый по вкусу, растительное масло, мука для панировки.

Перловку отварить до готовности (на 1 ст крупы - 2,5 ст воды), во время варки подсолить. Остудить. Лук нарезать кубиками, морковь измельчить на терке, обжарить на растительном масле до мягкости, остудить. Перловую кашу и обжаренные овощи измельчить блендером или пропустить через мясорубку. В полученный фарш добавить пропущенный через пресс чеснок. посолить и приправить любимыми специями, хорошо перемешать (масса должна получиться вязкой, клейкой). Смачивая руки водой, из фарша сформировать котлетки, обвалять их в муке и обжарить в небольшом(!) количестве растительного масла с двух сторон до румяной корочки.

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

Солидарность
ОРЕНБУРГСКАЯ
№ 24 (1 302) 23.06.20

СЛИЗНИ И УЛИТКИ: КАК БОРОТЬСЯ?

Эти брюхоногие моллюски очень прожорливы - одна садовая улитка за день может съесть целый помидор. Как защитить от них растения?

Обычно моллюски массово размножаются на участках с глинистыми и суглинистыми почвами в дождливое время.

В рационе слизней и улиток - более 150 видов культурных растений. Чаще всего они проедают в листьях продолговатые дыры. На многих культурах повреждаются также стебли, цветы и плоды. При питании и переползании с места на место слизни оставляют на листьях беловатую, быстро застывающую слизь с перламутровым блеском. Улитки к тому же еще и переносчики гельминтов. Справедливости ради отметим, что моллюски выполняют в саду и санитарную функцию: перерабатывают остатки растений. Поэтому в борьбе с ними важно не переусердствовать.

Сразу и навсегда победить моллюсков нереально. Если они есть у соседей, то легко придут на «очищенный» участок. Значит, важно научиться контролировать их численность. Как это сделать?

* Не загущайте посадки. Уничтожение сорняков уменьшает затененность почвы, снижает влажность воздуха и ухудшает условия для развития слизней и улиток.

* Не захламляйте участок. Кирпичи, доски, куски фанеры или рубероида, лежащие на земле - отличные убежища для моллюсков.

* Регулярно косите траву по периметру участка и по обочинам дорожек. Своевременно удаляйте растительные остатки.

* Тщательно обрабатывайте почву, разбивая крупные комья - любимые убежища слизней.

* Сажайте чеснок, лаванду, шалфей, сантолину, тимьян, розмарин, горчицу, петрушку. Их запах отпугивает улиток и слизней.

* Сажайте овощи на приподнятые гряды или в кадки.

ПОДРУЧНЫЕ СРЕДСТВА

* **Настои чеснока и горчицы.** 50 г сухой горчицы растворяют в 300 мл воды, настаивают час, разбавляют еще в 3-4 раза водой и опрыскивают растения. Так же поступают со 100 г тертого чеснока, только настаивают сутки.

* На небольших участках **рекомендуется вечерний сбор моллюсков** с фонариком. Собранных слизней бросают в банку с солевым раствором или раствором любого моющего средства. Стоит собирать слизней и улиток и после дождя.

* Несколько дней подряд на дорожках раскладывают увлажненные тряпки, куски фанеры, листья лопуха и т. п. Почву под ними тоже нужно увлажнить. Днем собравшихся под ними слизней собирают и уничтожают.

НА ЗАМЕТКУ

КАК ПОДСЛАСТИТЬ СМОРОДИНУ?

Черная смородина - не самый сладкий дар сада. Но все же ягоды ее бывают разными: от категории «вырви глаз» до вполне приятных на вкус. Как этого добиться?

Вкусовые качества черной смородины определяются в основном тремя факторами: сортовыми особенностями, условиями внешней среды и обеспеченностью влагой. Соответственно, подсластить ягоды можно тремя способами.

• **ПОДБЕРИТЕ СОРТ.** Ни для кого не секрет, что разные сорта различаются по вкусу плодов. И если вы заинтересованы в более сладких ягодах, то выбирайте сорта, вкус которых описывается как «нежный», «сладкий», с дегустационной оценкой 4,7-4,9 балла. Сладкие сорта черной смородины: Голубичка, Дар Смольяниновой, Деликатес, Добрыня, Изюмная, Литвиновская.

• **СОЗДАЙТЕ УСЛОВИЯ.** Если по каким-то причинам смородиновый куст начнет страдать, то это поменяет вкус ягод в худшую сторону. От затененных, загущенных, заброшенных растений ничего хорошего ждать не приходится. Но если дать черной смородине достаточно светлого пространства и окружить рыхлой плодородной почвой без сорняков, то ягоды получатся вкуснее.

• **ПОЛИВАЙТЕ.** Черная смородина любит воду, но при этом не умеет добывать ее с большой глубины. Поэтому при недостатке влаги ей обязательно нужен полив, который увлажнит почву на глубину около 15 см. Если осень очень сухая, то в октябре нужно дополнительно промочить приствольные круги на большую глубину.

• **АЛЬТЕРНАТИВА.** Идейным противникам кислого вкуса или специфического аромата черной смородины можно попробовать вырастить у себя ее сестру - смородину золотистую. Она красиво цветет яркими желтыми цветками, устойчива к засухе и, в отличие от своей черной родственницы, почти ничем не болеет. А главное, ее ягоды менее кислые и без характерного «букета». В последние годы появилось три новых сорта золотистой смородины с вкусными ягодами: Зарина, Знойный мираж и Фатима.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Нина Кожемяк:

«ДЛЯ ПОДКОРМКИ ГОДЯТСЯ ТРАВА И ДРОЖЖИ»

- Настой травы - отличное удобрение для растений в огороде. Хорошо подкармливать саженцы и дрожжами. В 2,5 литрах воды растворить 10 г прессованных дрожжей и 0,5 ст сахара. Дать настояться двое суток, периодически помешивать. На ведро воды добавить 1 ст дрожжевой смеси и поливать грядки из расчета 1 л на растение. Такую подкормку рекомендуется проводить дважды за сезон.

ИЗ ОПЫТА

ЗАЧЕМ ВЫКАПЫВАТЬ ТЮЛЬПАНЫ?

Луковицы большинства сортовых тюльпанов необходимо ежегодно выкапывать и сажать заново. Все дело в том, что это растение каждый год «меняет» луковицу: старая отмирает, а вместо нее образуется одна или, чаще, несколько новых. Причем те сорта, которые обычно предлагаются садоводам, были отобраны селекционерами в том числе и за высокую скорость вегетативного размножения, то есть каждая луковичка дает две и более замещающих и еще несколько «деток».

Если тюльпаны не выкопать, то уже на следующий год они начнут теснить друг друга, отнимая питание, и о крупных цветках придется забыть. Кроме того, в загущенных посадках часто возникают болезни.

Когда выкапывать? Растение подскажет само! Верхние листья должны пожелтеть полностью, а нижние - стать желтоватыми. Это значит, что большая часть запасов питания уже ушла в луковицы. Копать раньше, с зелеными листьями - значит луковицы недоберут массу и потеряют в цветении. Копать позже - листья засохнут, гнездо луковиц рассыплется, и найти их будет сложно.

После выкопки ботву не обрывают, раскладывают растения в темном месте на просушку. Листья должны полностью засохнуть, тогда они легко отделяются от луковиц.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Нина Кожемяк: «ВО ВСЕМ ВАЖЕН ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР»

- Постановка цели и упорство в ее достижении - залог успеха в любом деле. Этому я всегда учила своих детей. Сама привыкла составлять план дел на день и выполнять его. И дети научились правильно расставлять приоритеты в делах и прикладывать все усилия для выполнения поставленных перед самим собой задач.

В воспитании и образовании важно также умение родителей направить детей в нужное русло, а при необходимости поддержать и мотивировать их. На мой взгляд, музыкальное образование необходимо каждому человеку для общего развития. Нет людей, у которых полностью отсутствует музыкальный слух, просто его, как и любое умение, следует целенаправленно развивать. Дочь и сын окончили музыкальную школу. Людмила - по классу фортепиано, Александр - по классу баяна. Да, конечно, у детей не всегда было желание заниматься, но мы с супругом старались мотивировать их. К примеру, дочка начала усердно заниматься музыкой, когда узнала, что авторам-исполнителям собственных песен платят. На выпускном вечере она исполнила песни собственного сочинения, посвященные школе и учителям. А позже музыка стала ее профессией. Она ведет уроки музыки в школе, руководит ансамблем «Зоренька» и играет в оркестре народных инструментов. Музыкальное образование получают и внуки.

НЕ ПЕРЕХВАЛИВАЙТЕ!

«Ты у нас самый лучший, самый умный и талантливый!» Чем могут обернуться для ребенка постоянные дифирамбы родителей?

Воспитание детей - тонкая наука, которая требует от родителей виртуозного балансирования. С одной стороны, не хвалить нельзя. Ведь дети должны чувствовать нашу поддержку, внимание и понимать наше отношение к их действиям. С другой - постоянные комплименты приведут к грустным последствиям. Ребенок может вырасти нарциссом, перфекционистом или инфантильным лентяем. Как найти золотую середину?

НАРЦИСС

Все помнят картину, изображающую юношу, занятого самолюбованием. Вероятно, с самого детства ему внушали, что красивее его не сыщешь. Возможно, для каждого родителя его дитя и вправду самое красивое, но, уверовав в свою исключительность, ребенок будет с трудом переносить другое отношение к себе. Кстати, не путайте понятия «нарцисс» и «человек с высокой (не завышенной!) самооценкой». Человек с высокой самооценкой уверен в том, что он ничем не хуже окружающих его людей. А страдающий нарциссизмом убежден, что он превосходит остальных по множеству различных параметров.

Маленькие нарциссы с раннего возраста привыкают к тому, что все их действия, как и результаты этих действий, идеальны. Попадая во враждебную среду (а именно таковым является окружающий мир вне родительского дома), повзрослевшие дети вдруг начинают осознавать, что их действия нравятся не всем. В результате сначала чадо разочаровывается в людях, которые его окружают, а потом и в самом себе.

Совет. *Говорите детям, что они красивые, умные и способные, но добавляйте, что и другие дети вокруг тоже красивые, умные и способные.*

ПЕРФЕКЦИОНИСТ

У всех перфекционистов внутри сидит невидимый тренер, который в детстве задал им высокую планку по всем направлениям: «Ты должен быть лучшим в учебе, ты ведь такой умный и способный!», «Ты должен получить эту медаль, ты ведь наш силач!»

Родительская похвала становится единственной возможной оценкой действий ребенка. Все надо делать только на «отлично», по-иному никак. Иначе я буду выглядеть в глазах мамы и папы нехорошим, неспособным и, как следствие, нелюбимым. А это катастрофа для ребенка! Иногда дети просто не выдерживают такой психологической нагрузки - и все заканчивается трагически.

Совет. *Позвольте ребенку быть разным: приносить из школы и хорошие, и плохие отметки, дружить и с отличниками, и с двоечниками, ходить в те секции, которые вызывают у него интерес, при этом не выигрывать медали на олимпиадах. Научите его проигрывать. И не переставайте говорить, что он хороший для вас в любом случае.*

ЛЕНТЯЙ

Порой ребенок, которому внушали, что он «на свете всех милей», приходит к выводу, что в жизни все устроено просто. Стоит ему только показаться на людях - и все захотят с ним общаться. А на работу возьмут только за красивые глаза. Это такой вид нарциссизма, при котором люди становятся инертными и перестают работать на результат.

Совет. *Хвалите детей за результат, не забывая приговаривать, что каждому человеку в жизни нужно много работать, чтобы добиться успеха.*

ВОСПИТАНИЕ

ПРИУЧАЕМ К ЧИСТОТЕ

Даже если ваши предки вплоть до седьмого колена отличались патологической аккуратностью, не стоит питать иллюзий, что малыш тоже станет потомственным чистюлей. Вместо того, чтобы метать громы и молнии, приучайте наследника наводить чистоту без лишних напоминаний.

Большинство родителей считают, что наведение порядка в комнате должно быть естественным стремлением ребенка и не требует отдельного поощрения. Но поскольку дети изначально не горят желанием класть игрушки и одежду на место, придется им данное «хотение» привить. В этом деле не обойтись без пряника, то есть похвалы. Применять кнут не рекомендуется. Это малоэффективный стимул. Если и заставите пару раз убрать «из-под палки», то внушите ребенку стойкое отвращение к процессу. Поэтому воспитывать в отпрысках любовь к порядку нужно методично. На первых порах - личным примером, помощью и моральным вознаграждением, а позже... можно и «санкции» применять за беспорядок!

«БАННЫЙ» ТЕСТ

Каждое утро большинство людей начинает с водных процедур. По тому, какую часть тела моет человек первой, можно определить его характер.

Голова и волосы. Если человек в душе моет первым делом волосы, то для него явно важны дисциплина и порядок. У него всегда есть своя точка зрения, и он обычно доверяет только действиям людей, а не их словам. Для таких людей характерна пунктуальность, а в друзья они выбирают не по богатству, а по интеллекту. Ведь голова символизирует силу во всех ее аспектах.

Плечи и шею намыливают в душе трудолюбивые и целеустремленные люди. Для них важно совершенствоваться в каждом аспекте жизни. Они ставят себе амбициозные цели и позитивно к ним идут. Когда им что-то нужно, они не ждут подачки от жизни, а сами берут свое.

Лицо. Если первая часть тела, которую человек моет - лицо, то для него важно уделить внимание своим основным пяти чувствам: обонянию, зрению, осязанию и слуху. Это значит, человек беспокоится о том, как его воспринимают окружающие. Возможно, таким людям сложно слушать критику, и важно, что о каждом их действии подумают другие.

Ноги или руки. Есть люди, которые сперва стараются вымыть ступни или руки. Как правило, это практичные и скромные личности, с большой степенью выносливости и развитой силой воли. Такие люди не боятся сделать свой выбор и часто бросаются в крайности - либо что-то сильно любят, либо ненавидят. Если человеку удобнее сперва вымыть подмышки, то он скорее всего ответственный и добрый. Ему доверяют другие.

Интимные части тела. Скромные люди в первую очередь уделяют внимание именно интимным местам. Это интроверты и люди с низкой самооценкой, не привыкшие к большому количеству внимания к своей персоне. Такие люди открываются только избранным и для них становятся самыми искренними друзьями на земле.

Грудь. Личности, которые сначала моют грудь в душе, практичны и целеустремленны. Они комфортно ощущают себя в мире и социуме. Такие люди хорошо знают себя, свои привычки и то, чего хотят от жизни и от людей. Их сложно смутить, они независимы и честны. И люди их явно за это ценят.

Спина. Человек, который уделяет внимание сперва спине, а потом остальным частям тела, характеризуется своей скрытной натурой. Такие люди осторожны в каждом действии и мысли. Им нелегко доверять другим, потому что они видят суть людских проблем. Одиночество этих людей не пугает. Даже наоборот, оно воспринимается как шанс насладиться собой и своим обществом.

ИНТЕРЕСНО

ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЕТ ЭФФЕКТ ДЕЖАВЮ?

Дежавю (с франц. - «уже увиденное») - особое состояние, в котором человеку кажется, будто он уже был в подобной ситуации и даже как будто точно знает, что случится в следующее мгновение. Согласно статистике, более 90% людей хотя бы раз в жизни испытывали нечто подобное. У ученых до сих пор нет единого мнения по поводу природы эффекта дежавю. Как этот феномен объясняют неврологи, психологи и эзотерики?

• **Ошибка работы мозга.** Неврологи придерживаются теории, согласно которой эффект дежавю может появляться из-за нарушения работы одного из отделов человеческого мозга - гиппокампа, который отвечает за «хранение информации». Если этот отдел по той или иной причине дает сбои, мы воспринимаем новую ситуацию как хорошо знакомую. Причиной этого может послужить стресс, умственное перенапряжение и даже магнитная буря.

• **Сны наяву.** Психологи считают, что появление дежавю связано с миром сновидений. Так, по мнению Зигмунда Фрейда, во время сна мозг человека моделирует сотни тысяч ситуаций, и некоторые из них оказываются максимально приближенными к тем или иным событиям реальной жизни. При этом Фрейд отмечал, что ощущение «уже пережитого» - это своего рода напоминание о тайных фантазиях человека.

• **Переселение душ.** Эзотерики объясняют дежавю теорией реинкарнации. По их версии, души каждого из нас ранее прожили в других телах бесчисленное количество жизней. И при попадании в знакомую ситуацию они посылают сигнал о том, что это уже с ними происходило. Слабой стороной такого подхода является то, что люди могут неожиданно «вспоминать» объекты, которые едва ли видели наши предки: лежащий на столе смартфон, планшет и др.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Нина Кожемяк: «ОТ ЧЕЛОВЕКА ДОЛЖНА ИСХОДИТЬ ДОБРОТА»

- На мир и на людей необходимо смотреть открыто. Если от тебя будет исходить доброта, искренность, душевность, то и вокруг тебя люди будут такими же.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

МИФЫ О ЛЮБОВНИЦАХ

Так уж в жизни принято, что любовницы - это обязательно стервы… Специалисты развенчивают некоторые мифы.

«Она на него сама полезла…»
Женская инициатива, конечно, сегодня процветает. Но мужчины по-прежнему лидируют в роли инициаторов любовных романов. Делают комплименты, знакомятся, просят телефон, дарят цветы и подарки, уговаривают и обещают...

«Она хочет разрушить семью…»
Крутить с мужчиной роман - это еще не значит хотеть увести его из семьи. Это, как в юности: можно встречаться, а замуж не собираться.

«Мы были такой хорошей парой…»
Может быть. Но к чему мужу заводить любовницу, если он без ума от своей жены?.. Разрушать уже нечего. Вы и так живете на обломках былой большой любви.

«Она могла бы и холостого найти…»
Если мужчина не женат в 30-40 лет, он либо закоренелый эгоист, не способный ни о ком заботиться, либо алкоголик, наркоман, тунеядец и т. д.

«Нечего зариться на чужое»
Как это ни печально, но женщины после свадьбы считают, что «дело сделано». Отныне муж - их собственность. И они имеют право и должны знать, что, где и с кем он сейчас делает, во сколько вернется домой и даже о чем сейчас думает. Но ведь муж - тоже человек со своими чувствами и желаниями.

ШПАРГАЛКА

Чтобы перестать волноваться, жуйте жевательную резинку. Она помогает переключить мозг на «поглощение пищи». После этого все остальное для мозга становится совершенно не важно. Естественно, соблюдайте рамки приличия.

Сложи и сохрани

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, 09.00, 12.00 Новости.
06.10, 09.10 «Доброе утро».
10.20 «Байкал. Новый ковчег». (12+)
11.20, 12.10 «Видели видео?». (6+)
14.15 Х/ф «Весна на Заречной улице». (12+)
15.00 Новости.
15.20 Х/ф «Весна на Заречной улице». (12+)
16.25, 18.20 Творческий вечер Александры Пахмутовой. (12+)
18.00 Вечерние новости.
19.00 Х/ф «Бриллиантовая рука». (0+)
21.00 «Время».
21.45 Т/с «Знахарь». (16+)
22.40 Х/ф «Белые ночи почтальона Алексея Тряпицына». (16+)
00.20 «Россия от края до края. Волга». (6+)
01.55 «Наедине со всеми». (16+)
03.25 «Россия от края до края». (12+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 Утро России.
09.00, 14.15, 21.05 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 13.00, 14.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00 Вести.
11.30, 13.10, 14.30, 16.10, 17.15, 18.10 Х/ф «Дневник свекрови». (12+)
21.20 Т/с «Березка». (12+)
23.40 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Х/ф «София». (16+)

МАТЧ

08.00 Футбол. Чемпионат Испании. (0+)
09.50, 10.30, 13.15, 16.10 Новости.
09.55, 13.20, 16.15, 18.55, 21.25, 02.40 Все на Матч!
10.35 «Моя игра» (12+)
11.05 Футбол. Чемпионат Европы-1992. Финал. Дания - Германия. (0+)
13.50 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)
15.50 «ЦСКА - «Спартак». Live». (12+)
16.55 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига.
19.25, 21.50, 03.10 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига.
23.55 После футбола.
00.40 Футбол. Чемпионат Италии. Спал - «Милан».
05.00 Футбол. Чемпионат Италии. (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+)
09.25, 10.25, 02.10 Т/с «Морские дьяволы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50, 22.00 «Место встречи». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
18.30, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
00.15 Т/с «Шелест. Большой передел». (16+)
03.40 Т/с «Под прицелом». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 «Известия».
05.25 Т/с «Карпов». (16+)
08.50, 09.25 Т/с «Карпов-2». (16+)
13.25 Т/с «Условный мент». (16+)
17.45 Т/с «Город особого назначения». (16+)
19.40 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Свои-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
00.30 Т/с «След». (16+)
01.15 Т/с «Детективы». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 «Библейский сюжет».
07.05, 02.30 М/ф.
08.20, 21.20 Х/ф «Цыган».
09.40 «Обыкновенный концерт».
10.10 Х/ф «Капитанская дочка».
11.45 Земля людей.
12.15, 01.40 Д/ф «Страна птиц».
13.10 Гала-концерт лауреатов IV Международного фестиваля народной песни «Добровидение - 2019».
15.05 Спектакль «Сублимация любви».
17.05 «Пешком...».
17.35 Х/ф «Сверстницы».
18.55 Открытый музей.
19.15 «Песня не прощается... 1978 год».
20.30 Линия жизни.
22.45 «Дом архитектора».
23.15 Клуб 37.
00.20 Х/ф «Сверстницы».

ОТР

08.00 «За строчкой архивной...». (12+)
08.30, 19.05 Д/ф «Послушаем вместе. Глинка». (6+)
09.00 «Большая страна: в деталях». (12+)
09.05, 21.05 Т/с «Морозов». (16+)
10.50, 07.15 «Медосмотр». (12+)
11.00, 05.00 «Легенды Крыма». (12+)
11.30 «Домашние животные». (12+)
11.55 Х/ф «Последнее лето детства». (0+)
13.00 М/ф «Конек-Горбунок». (6+)
14.00, 03.15 Т/с «Розыск». (16+)
14.45, 16.35 Х/ф «Петр Первый». (0+)
15.00, 17.00, 19.00, 23.00 Новости.
15.05, 17.05 Х/ф «Петр Первый». (0+)
18.15 Д/ф «Альтернативные источники». (12+)
19.35, 05.30 Х/ф «Близнецы». (0+)
21.00 «Архивариус». (12+)
23.20 Концерт «Казачье раздолье». (12+)
00.55 Х/ф «Старший сын». (0+)
04.00 Д/ф «Великие шедевры строительства». (12+)
06.50 «Дом «Э». (12+)
07.30 Д/ф «Жил-был дом. Академия художеств: наше все». (12+)

ТВЦ

06.10 Д/ф «Любовь в советском кино». (12+)
07.05 Х/ф «Человек родился». (12+)
09.00 Х/ф «Илья Муромец». (0+)
10.30 «Юрий Никулин. Шутки в сторону!». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.55 Х/ф «Неподдающиеся». (6+)
13.30, 14.55 Х/ф «Отель счастливых сердец». (12+)
18.15 Х/ф «Три в одном». (12+)
22.35 Линия защиты. (16+)
23.05 «Прощание. Алан Чумак». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Хроники московского быта. «Левые» концерты». (12+)
01.25 «Прощание. Алан Чумак». (16+)
02.05 «90-е. Уроки пластики». (16+)
02.50 Х/ф «Машкин дом». (12+)
05.15 Д/ф «Екатерина Васильева. На что способна любовь». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
08.00 Х/ф «Русский спецназ». (16+)
09.50 Х/ф «Хоттабыч». (16+)
11.45, 13.00 Х/ф «ДМБ». (16+)
12.30, 19.30 «Новости». (16+)
14.00 Х/ф «День Д». (16+)
15.35 Х/ф «Как я стал русским». (16+)
17.30 Х/ф «Каникулы президента». (16+)
20.00 Х/ф Между нами горы». (16+)
00.25 Х/ф «Три дня на убийство». (16+)
02.30 Х/ф «Игра на выживание». (16+)
03.50 «Тайны Чапман». (16+)
04.35 «Военная тайна». (16+)

СПАС

05.00, 00.15 «День Патриарха». (0+)
05.10, 20.05 «Завет». (6+)
06.00, 08.00 «Утро на Спасе». (0+)
10.00, 14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30, 02.25 «Светлая память». (0+)
11.30 Х/ф «Обратной дороги нет». (12+)
13.00, 19.05, 03.50 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
15.30 Д/ф «Ангел русской церкви против отца всех народов». (12+)
16.30 Д/ф «Сказание о моровой язве». (12+)
17.20, 18.15 Х/ф «Кодовое название «Южный гром». (12+)
18.00, 21.00, 01.45 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
21.45, 03.20 «Re:акция». (12+)
22.20 Х/ф «Противостояние». (16+)
23.45 Д/ф «День Ангела». (12+)
00.30 Д/ф «Русские без России». (12+)
04.45 «Тайны сказок». (0+)

СТС

06.00, 05.45 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Фиксики». (0+)
07.25 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.00 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00 «Детский КВН». (6+)
10.00 Т/с «Воронины». (16+)
12.30 Х/ф «Последний рубеж». (16+)
14.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
17.20 Т/с «Папик». (16+)
20.00 Х/ф «Профессионал». (16+)
22.20 Х/ф «Квест». (16+)
00.10 Х/ф «Хеллбой». (18+)
02.00 Х/ф «Плохие парни». (18+)
03.55 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
04.40 «6 кадров». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.55, 04.45 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.00 «Давай разведемся!». (16+)
10.10, 03.05 «Тест на отцовство». (16+)
12.15, 02.15 «Реальная мистика». (16+)
13.25 «Понять. Простить». (16+)
14.30, 00.55 «Порча». (16+)
15.00 Х/ф «Мачеха». (16+)
19.00 Х/ф «Вторая жизнь». (16+)
22.55 Х/ф «Исчезнувшая». (16+)
01.20 «Понять. Простить». (16+)
06.25 «6 кадров». (16+)

ТВ-3

06.00, 08.45 М/ф.
08.30 «Рисуем сказки». (0+)
09.00 «Спросите доктора Комаровского». (12+)
09.30 Т/с «Слепая». (16+)
23.00 Х/ф «Гости». (16+)
01.00 «Кинотеатр «Arzamas». (12+)
02.00 «Человек-невидимка». (16+)
05.45 «Странные явления». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
07.40 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.30 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
09.35 «Зачарованные». (16+)
11.55, 15.50 «На ножах». (16+)
13.55 «Адская кухня». (16+)
00.00 Т/с «Фантом». (12+)
02.05 «Инсайдеры». (16+)
03.05 «Пятница News». (16+)
03.35 Т/с «Говорящая с призраками». (16+)
05.50 «Генеральная уборка». (16+)
06.15 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Д/с «Сделано в СССР». (6+)
06.10 «Не факт!». (6+)
06.45 Д/ф «Андропов. Хроника тайной войны». (16+)
07.30, 08.20 Х/ф «Добровольцы». (0+)
08.00, 21.15 Новости дня.
09.55, 12.05 Т/с «Охота на Вервольфа». (12+)
12.00, 16.00 Военные новости.
14.15 Х/ф «22 минуты». (12+)
16.05 Х/ф «Ноль-седьмой» меняет курс». (12+)
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Равновесие страха. Война, которая осталась холодной». (12+)
19.40 «Последний день». (12+)
20.25 Д/с «Секретные материалы». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 Х/ф «Высота 89». (12+)
01.10 Х/ф «Небесный тихоход»». (0+)
02.25 Х/ф «Служили два товарища». (6+)
04.00 Х/ф «Беспокойное хозяйство». (0+)
05.20 Д/ф «Раздвигая льды». (12+)

МИР

05.00, 04.00 М/ф.
08.20 Х/ф «Сказка о потерянном времени». (6+)
10.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.10 Х/ф «Алые паруса». (12+)
12.00 Х/ф «Человек-амфибия». (16+)
14.00 Х/ф «Ты - мне, я тебе». (0+)
15.45, 16.20 Х/ф «По семейным обстоятельствам». (16+)
19.25 Х/ф «12 стульев». (6+)
23.10, 00.00 Х/ф «Месть и закон». (16+)
02.35 Х/ф «Таинственный остров». (12+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Улица». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
18.30 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
21.00 Т/с «Сладкая жизнь». (16+)
22.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
23.05 «Дом-2». (16+)
01.05 «Comedy Woman». (16+)
02.05 «Stand up». (16+)
03.50 «Открытый микрофон». (16+)
04.40 «Открытый микрофон». (16+)
06.20 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 Х/ф «Дождь навсегда». (12+)
06.15 «Жизнь здоровых людей». (16+)
06.35 «Доктор И». (16+)
07.05, 15.25, 23.45 «Пять причин поехать». (12+)
07.20, 08.15, 09.20, 10.20, 15.45, 16.55, 19.20, 20.30, 22.40, 23.55, 01.40 «О погоде и не только…». (12+)
07.25 «Анализируй это». (16+)
08.05, 13.50, 15.50, 19.10, 22.45 «Видеоблокнот». (12+)
08.20, 11.30, 22.55 Д/с «Вся правда о хлебе». (12+)
09.25 Т/с «Сашка». (16+)
10.25 Т/с «Закрытая школа». (16+)
11.20 «Правильный выбор». (12+)
12.30 «Один день». (16+)
13.00 «Обратная связь». (16+)
13.40 М/ф.
14.00 Х/ф «Позвоните Мышкину». (6+)
16.00, 00.50 Т/с «Закрытая школа». (16+)
17.00 Концерт «Леонид Агутин и Анжелика Варум». (12+)
19.25 «Выпускник Оренбуржья-2020». (6+)
20.15 «Накануне». (12+)
20.35 Х/ф «Путешествие Гектора в поисках счастья». (12+)
00.00, 03.05 Т/с «Сашка». (16+)
01.45 Х/ф «Если можешь, прости». (12+)
03.55 Х/ф «Любой день». (16+)
05.30 «Полчаса о вере». (16+)

Дорогого, любимого Игоря Александровича Волкова поздравляем с днем рождения!

Пусть судьбы дорога вдаль ведет
И к вершинам новым, незнакомым,
Пусть тебе во всем всегда везет,
И растут доходы снежным комом!
Пусть всегда горит зеленый свет
Всем твоим задумкам и идеям,
Становясь мудрей с теченьем лет,
Бодрым будь, душою молодея!

Мама, бабуля, с. Каменноозерное

Уважаемую Татьяну Николаевну Должникову поздравляем с 65-летием!

Юбилей прекрасный - 65!
Ах, как годы быстрые летят!
Пусть сегодня все слова и тосты
С теплотой особенной звучат.
Пожелаем жить всегда с любовью
И дарить улыбок яркий свет.
Бодрости, отличного здоровья,
Самых долгих и счастливых лет!

Администрация и коллектив ОСОСОД № 1 ГБУСО «КЦСОН» в Северном округе г. Оренбурга.

ЮБИЛЕЙ

Славная дата у славной женщины

30 июня исполнится 75 лет ветерану прокуратуры Оренбургской области Нине Николаевне Ерохиной. Ее имя вписано в нашу историю, ее вклад в развитие системы бесценен.

Нина Николаевна родилась в победном 45-м году в семье военнослужащего. Детям того времени была предначертана особая миссия - восстановить страну из пепла, причем во всех смыслах этого слова.

Нина Ерохина совмещала учебу на Оренбургском факультете Всероссийского юридического заочного института с работой делопроизводителем-паспортистом.

В 1964 году она начала службу в органах прокуратуры в качестве секретаря отдела по надзору за рассмотрением гражданских дел в судах. Поняв, что нашла свое призвание, Нина Николаевна посвятила служению закону в органах прокуратуры 36 лет своей трудовой деятельности. В 1969 году стала прокурором отдела по надзору за рассмотрением уголовных дел в судах, участвовала в кассационных процессах. За период с 1969 по 1983 годы она изучила тысячи дел, по которым давались заключения или вносились протесты в порядке надзора. С 1983 года вплоть до выхода на пенсию по выслуге лет Нина Николаевна занимала должность старшего помощника прокурора области по оперативному учету и статистике. Самостоятельно и совместно с другими структурными подразделениями аппарата прокуратуры области проверяла учетно-регистрационную дисциплину, оказывала практическую помощь молодым прокурорам в улучшении работы по оперативному учету и статистике. Помимо исполнения всех должностных обязанностей Нина Николаевна всегда активно разъясняла действующее законодательство населению.

За многолетний добросовестный труд старший советник юстиции Нина Ерохина неоднократно поощрялась прокурором области, заносилась на Доску почета.

За безупречную службу награждена медалью «Ветеран труда», нагрудным знаком «Почетный работник прокуратуры Российской Федерации», медалью Руденко. Сейчас Нина Николаевна находится на заслуженном отдыхе. Жизнерадостная и щедрая душой, она всегда заряжает окружающих теплотой, оптимизмом и энергией.

От всей души поздравляем юбиляршу с красивой датой! Желаем крепкого здоровья, долгих лет жизни и домашнего уюта! Пусть каждый день приносит только счастье и радость!

Коллектив отдела кадров прокуратуры Оренбургской области.

№ 24 (1 302) 23.06.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПРАЗДНИК

Врачей поощрил президент

В преддверии Дня медицинского работника Владимир Путин подписал указы о награждении сотрудников российских медицинских учреждений за большой вклад в борьбу с коронавирусной инфекцией, самоотверженность и высокий профессионализм, проявленные при исполнении врачебного долга, орденом Пирогова и медалью Луки Крымского. В числе обладателей наград есть и представители Оренбургской области.

Орденом Пирогова награждены:

- **Кирилл Бедных,** врач ковидной реанимации службы скорой помощи г. Оренбурга;
- **Анна Боркина,** заведующая пульмонологическим отделением городской клинической больницы № 1 г. Оренбурга;
- **Светлана Быкова,** заведующая кардиологическим отделением областной клинической больницы № 2.
- **Дмитрий Григорьев,** заведующий инфекционным отделением Бузулукской больницы скорой медицинской помощи;
- **Валентин Иванов,** главный врач Оренбургской станции скорой медицинской помощи;
- **Виктория Иванченко,** врач-инфекционист областной клинической инфекционной больницы;
- **Амиржан Кулбаисов,** заведующий ковидным госпиталем областной клинической больницы № 2;
- **Игорь Матаев,** врач ковидной реанимации службы скорой помощи г. Оренбурга;
- **Антонина Погорелова,** врач-терапевт Бузулукской больницы скорой помощи;
- **Виталий Приймак,** заведующий реанимационным отделением областной клинической больницы № 2;
- **Рауф Тухватуллин,** заместитель главного врача областной клинической инфекционной больницы;
- **Дмитрий Тучков,** заместитель главного врача областной клинической инфекционной больницы;
- **Валерий Шатохин,** врач-инфекционист Бузулукской больницы скорой медицинской помощи.

Медаль Луки Крымского получили:

- **Михаил Еценков,** фельдшер ковидной реанимации службы скорой помощи г. Оренбурга;
- **Алена Кольцова,** фельдшер скорой помощи г. Сорочинска;
- **Вячеслав Сиволобов,** фельдшер ковидной реанимации скорой помощи г. Оренбурга.

Инга ПРОХОРОВА.

БЛАГОДАРНОСТЬ

Спасибо за книги!

С тех пор, как люди научились писать, всю свою мудрость они доверили книгам. Это позволяет нам представлять прошлое и заглядывать в будущее.

Книги - основное богатство любой библиотеки. Но что такое библиотека без читателей? Просто книгохранилище. У нас замечательные читатели. Они не только берут книги почитать, но и нам частенько приносят различные издания. Причем безвозмездно. Отдают в дар целые собрания сочинений классиков, произведения современных авторов, детскую и научно-популярную литературу, энциклопедии и справочники. Тем самым продлевают своим книгам жизнь.

На протяжении двух последних лет мы постоянно получаем книги от семьи Пипикиных-Рыбаковых. Уроженцы Краснохолма, проживающие сейчас в Санкт-Петербурге, не забывают свою малую родину. Приезжая в гости к родственникам и друзьям, они всегда посещают библиотеку. Мы получили он них в дар около 2000 экземпляров книг. Это издания по разным отраслям знаний - по естественным наукам, медицине, технике, сельскому и лесному хозяйству, искусству, а также художественная литература. Все книги востребованы у читателей.

В числе дарителей уже десятки имен, и этот список постоянно пополняется.

Мы выражаем искреннюю благодарность всем дарителям! Спасибо тем, кто поддерживает замечательную традицию - дарить библиотеке книги!

Библиотека с. Краснохолм.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.05 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10, 00.50, 03.05 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Знахарь». (16+)
22.25 «Док-ток». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «Гол на миллион». (18+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 Утро России.
09.00, 14.30, 21.05 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 18.40 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 Т/с «Березка». (12+)
23.40 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 Т/с «Тайны следствия». (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Украденная победа». (16+)
09.00, 10.55, 15.25, 18.15, 19.50, 20.45, 22.20 Новости.
09.05, 18.20, 20.50, 00.25 Все на Матч!
11.00, 19.55 Восемь лучших. (12+)
11.20 После футбола. (12+)
11.45, 13.35 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. (0+)
15.30 Регби. Лига Ставок - Чемпионат России.
19.20 «100 дней без хоккея». (12+)
20.15 «Открытый показ» (12+)
21.45 Формула-1. Лучшее. (0+)
22.25 Футбол. Чемпионат Италии.
00.55 Футбол. Чемпионат Испании.
02.55 Х/ф «Тренер». (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, 23.40 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
09.25, 10.25, 02.40 Т/с «Морские дьяволы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
18.30, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
23.50 Т/с «Шелест. Большой передел». (16+)
03.40 Т/с «Под прицелом». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 «Известия».
05.40, 09.25 Т/с «Карпов-2». (16+)
13.25 Т/с «Условный мент». (16+)
17.45 Т/с «Город особого назначения». (16+)
19.40, 00.30 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Свои-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск».
01.15 Т/с «Детективы». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.30 Д/ф «Сакральные места».
08.20 Х/ф «Цыган».
09.45 Цвет времени.
10.00 «Наблюдатель».
11.00, 23.15 Х/ф «Часы».
12.50 Д/с «Забытое ремесло».
13.05 Academia.
13.55, 20.40 Абсолютный слух.
14.35 Спектакль «Город миллионеров».
16.35, 01.10 Исторические концерты.
17.20 Д/ф «Татьяна Пилецкая. Хрустальные дожди».
18.00 «Полиглот». Испанский с нуля за 16 часов!
18.45 Д/с «Заметки на полях судьбы».
19.15 Открытый музей.
19.30 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.25 «Спокойной ночи, малыши!».
21.20 Х/ф «Цыган».
22.45 «Дом архитектора».
01.50 Д/ф «Юрий Купер. Одиночный забег на время».
02.30 М/ф.

ОТР

08.00, 13.00, 23.00 Д/ф «Великие шедевры строительства». (12+)
09.00 «Большая страна: в деталях». (12+)
09.05 Т/с «Морозов». (16+)
10.50, 15.45, 03.00, 07.15 «Медосмотр». (12+)
11.00, 14.50 «Календарь». (12+)
11.40, 15.30, 20.40 «Среда обитания». (12+)
11.50 Х/ф «Веселое сновидение, или Смех и слезы». (0+)
14.00, 03.15 Т/с «Розыск». (16+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
16.05, 17.15, 00.20, 05.00 «ОТРажение».
19.05, 02.00 Д/ф «Жил-был дом. Академия художеств: наше все». (12+)
19.30 «Домашние животные». (12+)
20.00 «Культурный обмен». (12+)
21.05, 22.05 Т/с «Морозов». (16+)
02.30 «Вспомнить все». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 Х/ф «Неподдающиеся». (6+)
09.50 Х/ф «Встретимся у фонтана». (0+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.55 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 05.00 «Мой герой. Ксения Стриж». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 03.30 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
16.55 «Хроники московского быта. Неизвестные браки звезд». (12+)
18.15 Х/ф «Три в одном». (12+)
22.35 «10 самых... Несчастные красавцы». (16+)
23.05 Д/ф «Битва за наследство». (12+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Приговор. Алексей Кузнецов». (16+)
01.30 «Удар властью. Казнокрады». (16+)
02.10 Д/ф «Последние залпы». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Военная тайна». (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 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «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, 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Телохранитель киллера». (16+)
22.15 «Смотреть всем!». (16+)
00.30 Х/ф «Санктум». (16+)
03.15 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 00.15 «День Патриарха». (0+)
05.10, 20.05 «Завет». (6+)
06.00, 08.00 «Утро на Спасе». (0+)
10.00, 14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30, 02.25 «В поисках Бога». (12+)
11.00 «Сила духа». (12+)
11.30 Х/ф «Кодовое название «Южный гром». (12+)
13.00, 19.05, 03.50 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
15.30 Д/ф «Ангел русской церкви против отца всех народов». (12+)
16.30 Д/ф «В темнице был». (12+)
17.20, 18.15, 22.20 Х/ф «Противостояние». (16+)
18.00, 21.00, 01.45 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
21.45, 03.20 «Re:акция». (12+)
23.35 Д/ф «Надежда». (12+)
00.30 Д/ф «Двойной портрет. Булгаков и Флоренский». (12+)
01.30 Х/ф «За...». (12+)
02.50 «Пилигрим». (6+)

СТС

06.00, 05.50 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Фиксики». (0+)
07.25 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.00 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00 «Детский КВН». (6+)
10.00 Т/с «Воронины». (16+)
12.30 Х/ф «Профессионал». (16+)
14.55 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
17.20 Т/с «Папик». (16+)
20.00 Х/ф «Ограбление по-итальянски». (12+)
22.15 Х/ф «Квест». (16+)
00.05 Х/ф «Плохие парни». (18+)
02.00 Х/ф «Плохие парни-2». (18+)
04.00 Х/ф «Кенгуру Джекпот». (12+)
05.20 «6 кадров». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
07.05 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.10 «Давай разведемся!». (16+)
10.20, 03.10 «Тест на отцовство». (16+)
12.25, 02.20 «Реальная мистика». (16+)
13.35 «Понять. Простить». (16+)
14.40, 01.00 «Порча». (16+)
15.10 Х/ф «Вторая жизнь». (16+)
19.00 Х/ф «Ника». (16+)
23.00 Х/ф «Исчезнувшая». (16+)
01.25 «Понять. Простить». (16+)
04.50 «По делам несовершеннолетних». (16+)

ТВ-3

06.00, 08.45 М/ф.
08.30 «Спросите доктора Комаровского». (12+)
09.20 Т/с «Слепая». (16+)
11.00 «Гадалка». (16+)
12.00 «Не ври мне». (12+)
14.00 «Знаки судьбы». (16+)
15.00 «Мистические истории». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 Т/с «Старец». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Вечность». (16+)
20.30 Т/с «Кости». (12+)
23.00 Х/ф «Синистер». (18+)
01.30 Т/с «Сны». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
07.45 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.30 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
09.25 Т/с «Зачарованные». (16+)
11.40, 18.15 «На ножах». (16+)
13.45 «Адская кухня». (16+)
15.40 «Кондитер 2». (16+)
20.20 «Кондитер». (16+)
22.55 «Зов крови». (16+)
00.00 Т/с «Фантом». (12+)
02.05 «Инсайдеры». (16+)
03.05 «Пятница News». (16+)
03.35 Т/с «Говорящая с призраками». (16+)
05.50 «Генеральная уборка». (16+)
06.15 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Не факт!» (6+)
06.30 Д/ф «Андропов. Хроника тайной войны». (16+)
07.15, 08.20 Х/ф «Инспектор ГАИ». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
09.40, 12.05, 16.05 Т/с «Черные волки». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 Д/с «Равновесие страха. Война, которая осталась холодной». (12+)
19.40 «Легенды телевидения». (12+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 Х/ф «Случай в тайге». (0+)
00.55 Т/с «Ангелы войны». (16+)
04.10 Д/ф «Забайкальская одиссея». (6+)

МИР

05.00 М/ф.
05.20 Т/с «Жизненные обстоятельства». (16+)
08.50 Т/с «Пасечник». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.10 Т/с «Пасечник». (16+)
13.15, 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные». (16+)
18.15, 19.25 Т/с «Пасечник». (16+)
21.40 «Игра в кино». (12+)
23.05 «Всемирные игры разума». (12+)
00.00 «Отцы и дети». (12+)
00.55 «Приговор!?». (16+)
01.40 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
03.55 «Наше кино. История большой любви». Фильм «Мужики». (12+)
04.25 Т/с «Водоворот чужих желаний». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Улица». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
18.30 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
21.00 Т/с «Сладкая жизнь». (16+)
22.00 Т/с «Полицейский с Рублевки». (16+)
23.05 «Дом-2». (16+)
01.05 «Comedy Woman». (16+)
02.00 «ТНТ-Club». (16+)
02.05 «Stand up». (16+)
03.55 «Открытый микрофон». (16+)
06.20 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 «Штрихи к портрету». (12+)
06.30, 17.20 «Всемирное природное наследие». (12+)
07.25, 08.15, 09.20, 10.20, 19.25, 20.55, 22.30, 23.55, 02.05 «О погоде и не только…». (12+)
07.30 «Накануне». (12+)
07.45, 13.50, 15.50, 18.50, 22.35 «Видеоблокнот». (12+)
07.55 «Жизнь здоровых людей». (16+)
08.20 «Анализируй это». (16+)
09.00 «Правильный выбор». (12+)
09.10, 13.40, 15.15, 20.10 «Пять причин поехать». (12+)
09.25 Т/с «Сашка». (16+)
10.25 Т/с «Закрытая школа». (16+)
11.20 Х/ф «Любой день». (16+)
13.05 Д/ф «Связь времен. Добрая воля». (12+)
14.05 «Полчаса о вере». (16+)
14.40 «Доктор И». (16+)
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.50 Т/с «Закрытая школа». (16+)
18.20 «Один день». (16+)
19.00, 20.30, 23.30, 01.40 «Новости дня». (12+)
19.30 «Обратная связь». (16+)
21.00 Х/ф «Если можешь, прости». (12+)
22.45 Д/с «Тайны космоса». (12+)
00.00, 04.05 Т/с «Сашка». (16+)
02.10 Х/ф «Путешествие Гектора в поисках счастья». (12+)

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ

► В связи с утерей считать недействительным аттестат о среднем общем образовании, выданный МОБУ «Электрозаводская СОШ» в 2001 году на имя Корнева Дмитрия Сергеевича, 21.03.1985 г. р. (169)

► В связи с утерей считать недействительным аттестат № 56 КЛ 0000/08 на имя Плеханова Сергея Дмитриевича, выданный 15.06.2010 г. МОУ «СОШ № 63». (170)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.05 «Доброе утро».
09.00, 12.00 Новости.
09.50, 02.40 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15, 03.25 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.45 «Человек и закон». (16+)
19.40 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время».
21.30 «Фабрика звезд». (12+)
23.20 «Вечерний Ургант». (16+)
00.10 Д/ф «История The Cavern Club». (16+)
01.10 «Наедине со всеми». (16+)
04.05 «Мужское / Женское». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00, 09.30 Утро России.
09.00, 14.30, 21.05 «Вести Оренбуржья».
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека». (12+)
12.40, 18.40 «60 Минут». (12+)
14.50 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 «Измайловский парк». (16+)
23.45 Х/ф «Обучаю игре на гитаре». (12+)
03.10 Т/с «Тайны следствия». (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Д/с «Украденная победа». (16+)
09.00, 10.55, 12.50, 15.30, 19.30, 22.00, 00.00 Новости.
09.05, 13.25, 17.35, 19.35, 00.05 Все на Матч!
11.00 Футбол. Чемпионат Испании. (0+)
12.55 «100 дней без хоккея». (12+)
13.55, 17.55 Формула-1. Гран-при Австрии.
15.35 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)
20.00 Лига Ставок. Вечер бокса.
22.05 Все на футбол! (12+)
23.05 Д/ф «The Yard. Большая волна». (6+)
00.35 «Точная ставка» (16+)
00.55 Футбол. Чемпионат Испании.
02.55 Х/ф «Ринг». (16+)
04.40 «Боевая профессия» (16+)
05.00 Водные виды спорта. Чемпионат мира-2019 в Корее. (0+)
06.00 Реальный спорт. Водные виды спорта. (12+)
07.00 Д/с «Где рождаются чемпионы?». (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 «Сегодня».
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
09.25, 10.25, 02.35 Т/с «Морские дьяволы». (16+)
13.25 «Обзор. ЧП».
13.50 «Место встречи». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
17.35 «Жди меня». (12+)
18.30, 19.40 Т/с «Пес». (16+)
23.45 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
00.55 «Последние 24 часа». (16+)
01.40 «Квартирный вопрос». (0+)
03.40 Т/с «Под прицелом». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00 «Известия».
05.45, 09.25 Т/с «Карпов-2». (16+)
13.25 Т/с «Условный мент». (16+)
16.55 Т/с «Город особого назначения». (16+)
18.50 Т/с «След». (16+)
01.25 Т/с «Детективы». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.30 Д/ф «Сакральные места».
08.20 Х/ф «У самого синего моря».
09.45 «Красивая планета».
10.00 «Наблюдатель». Избранное.
11.00, 23.20 Х/ф «Власть луны».
12.40 Д/ф «Роман в камне».
13.05 Academia.
13.55 Абсолютный слух.
14.35 Спектакль «Блуждающие звезды».
16.35, 01.00 Исторические концерты.
17.15 Д/ф «Одиночный забег на время».
18.00 «Полиглот». Испанский с нуля за 16 часов!
18.45 Д/с «Заметки на полях судьбы».
19.15 Цвет времени.
19.30 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.25 «Спокойной ночи, малыши!».
20.40 Острова.
21.20 Х/ф «В четверг и больше никогда».
22.50 «Дом архитектора».
01.40 Искатели.
02.25 М/ф.

ОТР

08.00, 13.00, 23.05 Д/ф «Великие шедевры строительства». (12+)
09.00, 21.05, 02.25 «Имею право!». (12+)
09.15, 21.30 Т/с «Детективное агентство «Иван да Марья». (16+)
10.45, 15.45 «Медосмотр». (12+)
11.00, 14.50 «Календарь». (12+)
11.40, 15.30 «Среда обитания». (12+)
11.50 Х/ф «Веселое сновидение, или Смех и слезы». (0+)
14.00 Т/с «Розыск». (16+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
16.05, 17.15, 00.20 «ОТРажение».
19.05, 02.00 Д/ф «Жил-был дом. Академия Штиглица: школа русских мастеров». (12+)
19.30 «Домашние животные». (12+)
20.00 «Моя история». (12+)
20.30 «Вспомнить все». (12+)
22.05 Т/с «Детективное агентство «Иван да Марья». (16+)
02.40 Концерт Виктора Зинчука. (12+)
04.15 Х/ф «Операция «Тушенка». (16+)
06.05 Д/ф «Женщина в красном: подлинная история Марии Магдалины». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «10 самых... Несчастные красавцы». (16+)
08.45 Х/ф «Отпуск за свой счет». (12+)
11.30, 14.30, 17.50 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 05.00 «Мой герой. Александр Балуев». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)
16.55 «Хроники московского быта. Одинокая старость звезд». (12+)
18.15 Х/ф «Пираты XX века». (0+)
19.55 Х/ф «Забытое преступление». (12+)
22.00, 02.15 «В центре событий». (16+)
23.10 Х/ф «Мой дом - моя крепость». (16+)
00.55 Д/ф «Роковые роли. Напророчить беду». (12+)
01.35 Д/ф «Битва за наследство». (12+)
03.15 Петровка, 38. (16+)
03.30 Х/ф «Любовь на выживание». (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 «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 «Красная кнопка». (16+)
21.00 «Адское лето: Земля в пылающем кольце!». (16+)
22.05 Х/ф «Пристрели их». (16+)
23.45 Х/ф «Из Парижа с любовью». (16+)
01.30 Х/ф «Ближайший родственник». (16+)
03.15 «Невероятно интересные истории». (16+)

СПАС

05.00, 00.40 «День Патриарха». (0+)
05.10, 20.05 «Завет». (6+)
06.00, 08.00 «Утро на Спасе». (0+)
10.00, 14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30 «Я хочу ребенка». (12+)
11.00 «Пилигрим». (6+)
11.30 Х/ф «Кодовое название «Южный гром». (12+)
13.00, 19.05 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
15.30 Д/ф «В мае 45-го. Освобождение Праги». (12+)
16.30 Д/ф «Противостояние «Белой розы». (12+)
17.00 Д/ф «Белая роза». Последователи». (12+)
17.30, 18.15, 22.20 Х/ф «Противостояние». (16+)
18.00, 21.00, 01.55 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
21.45, 03.30 «Re:акция». (12+)
23.40 «Наши любимые песни». Концерт. (12+)
00.55 Res publica. (16+)
02.35 «Прямая линия жизни». (0+)
04.00 «Бесогон». (16+)

СТС

06.00, 05.50 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Фиксики». (0+)
07.25 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.00 М/с «Том и Джерри». (0+)
09.00 Х/ф «Богатенький Ричи». (12+)
10.55 Х/ф «Ограбление по-итальянски». (12+)
13.05, 05.15 «6 кадров». (16+)
21.00 Х/ф «2 ствола». (16+)
23.05 Х/ф «Плохие парни-2». (18+)
01.40 М/ф «Кенгуру Джекпот. Новые приключения». (0+)
02.55 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
04.30 «Шоу выходного дня». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.55, 05.25 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.00, 04.35 «Давай разведемся!». (16+)
10.10 «Тест на отцовство». (16+)
12.15 «Реальная мистика». (16+)
13.25 «Понять. Простить». (16+)
14.30, 02.55 «Порча». (16+)
15.00 Х/ф «Ника». (16+)
19.00 Х/ф «Лучик». (16+)
23.30 Х/ф «Я - Ангина!». (16+)
03.20 «Понять. Простить». (16+)
03.45 «Реальная мистика». (16+)
06.15 «6 кадров». (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+)
14.00 «Знаки судьбы». (16+)
15.00 «Вернувшиеся». (16+)
16.00 «Гадалка». (16+)
17.00 Т/с «Старец». (16+)
17.30 Т/с «Слепая». (16+)
19.30 Х/ф «Воздушный маршал». (12+)
21.45 Х/ф «Я, Алекс Кросс». (16+)
23.45 Х/ф «Ронин». (16+)
02.00, 02.30, 03.00, 03.15, 03.45, 04.15 «О здоровье: Понарошку и всерьез». (12+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
07.50 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.40, 16.55 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
09.45 Т/с «Зачарованные». (16+)
12.00 «На ножах». (16+)
14.00 «Адская кухня». (16+)
15.55 «Орел и решка. Чудеса света». (16+)
17.55 «Орел и решка. Америка». (16+)
18.55 «Мир наизнанку. Индонезия». (16+)
20.45 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
00.00 Х/ф «Рэмбо. Первая кровь». (16+)
01.50 Х/ф «Рэмбо. Первая кровь 2». (16+)
03.40 «Пятница News». (16+)
04.15 Т/с «Говорящая с призраками». (16+)

ЗВЕЗДА

06.05 «Специальный репортаж». (12+)
06.25 Д/с «Хроника Победы». (12+)
07.00, 08.20 Х/ф «Высота 89». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
09.40 Х/ф «22 минуты». (12+)
11.20, 12.05 Х/ф «Ноль-седьмой» меняет курс». (12+)
12.00, 16.00 Военные новости.
13.50, 16.05 Х/ф «30-го уничтожить». (12+)
16.25 Х/ф «Чужие здесь не ходят». (6+)
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.40 Х/ф «Безотцовщина». (12+)
20.45, 21.30 Х/ф «Ярослав». (16+)
23.10 Т/с «Охота на Вервольфа». (12+)
02.40 Х/ф «Инспектор ГАИ». (12+)
03.55 Х/ф «Подкидыш». (0+)
05.05 Д/ф «Россия и Китай. «Путь через века». (6+)

МИР

05.00 Т/с «Водоворот чужих желаний». (16+)
07.45 Т/с «Пасечник». (16+)
10.00, 12.55, 16.00, 19.00 Новости.
10.10 «В гостях у цифры». (12+)
10.20 Т/с «Пасечник». (16+)
13.00 День Независимости Беларуси.
14.00, 15.05, 16.20 «Дела судебные». (16+)
17.20 Х/ф «Дамы приглашают кавалеров». (12+)
19.15 «Слабое звено». (12+)
20.15 «Игра в кино». (12+)
21.00 «Всемирные игры разума». (12+)
21.40 Т/с «Обратной дороги нет». (16+)
01.30 «Наше кино. История большой любви». (12+)
02.00 Т/с «Водоворот чужих желаний». (12+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 Т/с «Улица». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ. Новая общага». (16+)
18.30 Т/с «Интерны». (16+)
20.00 «Comedy Woman». (16+)
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «ХБ».
23.05 «Дом-2». (16+)
01.05 «Такое кино!». (16+)
01.35 «Stand up». (16+)
04.05 «Открытый микрофон». (16+)
06.35 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00, 08.30, 15.00 Д/ф «Достояние республики». (12+)
06.25 «Штрихи к портрету». (12+)
07.00, 09.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.40 «Новости дня». (12+)
07.20, 08.25, 09.20, 10.20, 19.25, 20.55, 22.45, 23.55, 02.05 «О погоде и не олько…». (12+)
07.25, 13.50, 15.50, 18.50, 22.50 «Видеоблокнот». (12+)
07.35, 19.30 Д/с «Тайны космоса». (12+)
09.25 Т/с «Сашка». (16+)
10.25 Т/с «Закрытая школа». (16+)
11.25, 02.10 Х/ф «Позвоните Мышкину». (6+)
13.00 «Обратная связь». (16+)
13.40 М/ф.
14.05 «Всемирное природное наследие». (12+)
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.50 Т/с «Закрытая школа». (16+)
17.20 Д/ф «Связь времен. Добрая воля». (12+)
18.05 «Пять причин поехать». (12+)
18.20 «Один день». (16+)
20.20 «Планета творчества». (12+)
21.00 Х/ф «Любой день». (16+)
23.00 «Полчаса о вере». (16+)
00.00, 03.35 Т/с «Сашка». (16+)
04.25 Х/ф «Перед рассветом». (16+)

Поздравляем с днем рождения

Валентину Орехову,
Аллу Щербинину,
Тамару Скуратову,
Венеру Литвинову,
Нину Чаус,
Галину Короткову,
Машу Жексимбаеву,
Владимира Антонова,
Александра Зудина,
Любовь Шаярову,
Анну Насырову,
Алефтину Курочкину,
Владимира Федотова,
Анатолия Кашина,
Марию Саулину,
Нину Митренко,
Галину Будкову,
Наталью Толмачеву,
Марию Юшину,
Лидию Демидову,
Леонида Шестакова,
Рената Кадыргулова,
Светлану Дедловскую,
Нурслу Сатанову,
Неллю Ниязову,
Ольгу Гусакову,
Дмитрия Булдина,
Евгению Литвинову,
Анастасию Коноводову,
Алену Голышеву,
Татьяну Абрамову!

От души всей поздравляем,
Этот день лишь раз в году!
Стать счастливее желаем,
Пусть проблемы все уйдут!

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!

Любимую жену, дочку, сестренку, внучку Анастасию Николаевну Коноводову поздравляем с юбилеем!

Мы поздравляем с юбилеем, тебе сегодня 35!
Здоровья, счастья и веселья
Хотим тебе мы пожелать.
Ты - состоявшаяся личность,
Всегда ты будь на высоте!
Пусть все дела идут отлично,
И легким будет путь к мечте!

Муж, родители, сестра Ирина, братья, бабуля, с. Подстепки.

Уважаемую Любовь Витальевну Шаярову поздравляем с днем рождения!

Поздравляем Вас, коллега,
Мы сердечно с днем рожденья,
Вы - отличный педагог,
В этом нет давно сомненья.
Вам желаем новых взлетов,
Пусть Вас ценит детвора,
Сил, здоровья Вам, терпенья,
Пониманья и добра!

Коллектив школы, с. Мустаево.

Дорогую подругу Валентину Николаевну Желонкину поздравляю с днем рождения!

Наша дружба - огромнейший дар,
Благодарна тебе я за это.
Не отдам я ее, не продам,
Ведь тебе нет цены на планете!
Поздравляю, родная, тебя,
Будь успешна во всем и счастлива,
Чтоб желали тебе мы всегда
Быть здоровой, веселой и милой!

Подруга, с. Нижняя Павловка.

Хотите поздравить близких?

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

При количестве строк более 8 каждая следующая строка - 30 руб.
Наценка за срочность - 100 %.

Телефон для справок: 77-30-87.

ПРИЕМ ОБЪЯВЛЕНИЙ
по адресу: г. Оренбург, ул. Юн. Ленинцев, 8 (Горсправка)
понедельник - пятница, с 10.00 до 18.00.
Тел. 8-932-53-62-160
WhatsApp, Viber (без выходных)

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

№ 24 (1 302) 23.06.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ИНИЦИАТИВА

Земля науки требует

Руководитель фермерского хозяйства Иван Старцев в Сакмарском районе применяет в своей работе научный подход. Консультирует фермера доктор сельскохозяйственных наук, профессор ОГАУ Василий Лухменев.

В хозяйстве Ивана Старцева более 19 тыс га земли, из них озимыми засеяно 6060 га, подсолнечником - 6000 га, пары составляют 6696 га, остальные площади заняты кукурузой на зерно и ячменем.

По предварительным прогнозам, поля с озимой пшеницей в этом году дадут урожай не менее 40 центнеров с гектара. Такой результат возможен при соблюдении технологии выращивания, которая включает в себя поддержание чистого пара, соблюдение сроков посева с 20 августа по 5 сентября, использование районированных сортов и обязательную обработку семян.

- Чтобы получить хорошие всходы в августе, необходимо сохранить весеннюю влагу, убрать сорняки, выдержать глубину обработки и правильно провести культивацию, - рассказывает Иван Старцев.

БЕЗОПАСНОСТЬ

Вредителям – бой!

В Оренбуржье продолжается ликвидация пилильщика-ткача звездчатого. Обработка хвойных лесов уже проведена на территории Акбулакского, Адамовского, Домбаровского и Соль-Илецкого лесничеств.

На протяжении семи лет в нашем регионе ведется плановая борьба с пилильщиком в очагах его распространения. Это позволило сберечь от гибели ценные хвойные насаждения и уничтожить очаги вредителя на огромной площади.

Вспышки массового размножения носят длительный характер и нередко продолжаются 9-10 лет. Это связано с биологической особенностью пилильщика-ткача звездчатого. Часть популяции может впадать в диапаузу - торможение обмена веществ и остановки формообразовательных процессов. В это время у вредителя повышается устойчивость к действию неблагоприятных внешних условий, в том числе к химическим препаратам. Поэтому обработку необходимо проводить ежегодно.

На территории Сорочинского, Первомайского и Шарлыкского лесничеств работы ведутся в настоящее время. Жителям рекомендовано воздержаться от посещения зеленых массивов.

АКТУАЛЬНО

Чтобы сушняк не мешал

Сотрудники Северного производственного отделения филиала «Оренбургэнерго» ведут работы по расчистке от деревьев и кустарников охранных зон линий электропередачи напряжением 6, 10, 35 и 110 киловольт.

К началу лета на севере области энергетики очистили от поросли территорию площадью чуть более 15 гектаров.

Сначала бригада проходит трассу пешком, выпиливает деревья больших диаметров, убирает крупные камни и мусор. Затем запускается мульчер.

На сегодняшний день по всей Оренбургской области от поросли расчищена территория площадью 140 гектаров. До окончания года запланировано привести в порядок еще 558 гектаров. Это предотвратит аварии и пожары.

Марина ПЕТРЕНКО.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 «Доброе утро. Суббота».
09.00 «Играй, гармонь любимая!». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости.
10.05 «Фрунзик Мкртчян. Человек с гордым профилем». (12+)
11.10, 12.15 «Видели видео?». (6+)
12.00 Новости.
13.50 «На дачу!». (6+)
15.00 Х/ф «Суета сует». (6+)
16.35 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
17.50, 21.20 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время».
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 Х/ф «Большие надежды». (16+)
02.00 «Наедине со всеми». (16+)
03.25 «Модный приговор». (6+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

05.00 «Утро России. Суббота».
08.00 «Вести Оренбуржья».
08.20 Местное время. Суббота.
08.35 «По секрету всему свету».
09.00 Всероссийский потребительский проект «Тест». (12+)
09.25 «Пятеро на одного».
10.10 «Сто к одному».
11.00 Вести.
11.30 «100янов». (12+)
12.30 «Доктор Мясников». (12+)
13.35 Х/ф «Подмена в один миг». (12+)
18.00 «Привет, Андрей!». (12+)
20.00 Вести в субботу.
21.00 Х/ф «Несколько шагов до любви». (12+)
01.10 Х/ф «Слепое счастье». (12+)

МАТЧ

08.00 Д/с «Вся правда про...». (12+)
08.30 Все на футбол! (12+)
09.30 Восемь лучших. (12+)
09.50 Д/ф «The Yard. Большая волна». (6+)
10.45, 14.15, 16.55, 19.05, 00.25, 02.40 Все на Матч!
11.15 Х/ф «Тренер». (12+)
13.50, 16.00, 17.50, 19.00 Новости.
13.55 «Формула-1. Возвращение». (12+)
14.55 Формула-1. Гран-при Австрии.
16.05 «Журнал Тинькофф РПЛ. Перед туром». (12+)
16.25 «Футбол на удаленке». (12+)
17.55 Формула-1. Гран-при Австрии.
20.20 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига.
22.25, 05.10 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига.
00.40, 03.10 Футбол. Чемпионат Италии.

НТВ

05.15 Т/с «Москва. Три вокзала». (16+)
06.00 Х/ф «Мимино». (12+)
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 «Сегодня».
08.20 «Готовим с Алексеем Зиминым». (0+)
08.45 «Кто в доме хозяин?». (12+)
09.25 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда с Сергеем Малоземовым». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Нашпотребнадзор». (16+)
14.05 «Поедем, поедим!». (0+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 «Следствие вели...». (16+)
19.25 «Секрет на миллион». (16+)
23.30 «Своя правда». (16+)
01.20 «Дачный ответ». (0+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Детективы». (16+)
10.10 Т/с «Свои-2». (16+)
13.30 Т/с «След». (16+)
00.00 «Известия. Главное».
00.55 «Светская хроника». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 «Библейский сюжет».
07.00, 02.45 М/ф.
07.35, 00.35 Х/ф «Переходим к любви».
09.45 «Обыкновенный концерт».
10.10 «Передвижники. Николай Ярошенко».
10.40 Х/ф «В четверг и больше никогда».
12.10 Больше, чем любовь.
12.50 Человеческий фактор.
13.25 Д/ф «Кантабрия - волшебные горы Испании».
14.20 Леонард Бернстайн. «О чем говорит музыка?».
15.20 Международный цирковой фестиваль в Масси.
16.50 Д/ф «Печальная история последнего клоуна».
17.30 Д/с «Предки наших предков».
18.10 Х/ф «Тайна «Черных дроздов».
19.50 Гала-концерт на Марсовом поле в Париже.
21.35 Х/ф «Полуночная жара».
23.30 Клуб 37.

ОТР

08.00, 21.00 «Вспомнить все». (12+)
08.30 «Фигура речи». (12+)
09.00 «От прав к возможностям». (12+)
09.15 «За дело!». (12+)
10.00 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки. Петербург Ахматовой». (6+)
10.30 Д/ф «Пешком в историю. Легенды русского балета. Людвиг Минкус». (12+)
11.00 «Новости Совета Федерации». (12+)
11.15 «Гамбургский счет». (12+)
11.45 Х/ф «Тимур и его команда». (0+)
13.05 «Мультикультурный Татарстан». (12+)
13.30 «Дом «Э». (12+)
14.00, 07.05 «Большая страна». (12+)
15.00, 17.00, 19.00, 23.00 Новости.
15.05, 17.05 Т/с «Волчье солнце». (12+)
18.45 «Среда обитания». (12+)
19.05 «Домашние животные». (12+)
19.30, 05.50 «Звук». (12+)
21.25 «Культурный обмен». (12+)
22.05, 23.15 Х/ф «Операция «Тушенка». (16+)
00.05 Концерт Виктора Зинчука. (12+)
01.35 Х/ф «Близнецы». (0+)
02.55 Х/ф «Ларец Марии Медичи». (12+)
04.20 Х/ф «Формула любви». (0+)

ТВЦ

05.50 Х/ф «Человек родился». (12+)
07.45 Православная энциклопедия. (6+)
08.10 «Полезная покупка». (16+)
08.20 «Обложка. Одинокое солнце». (12+)
08.50, 11.45 Х/ф «Моя любимая свекровь». (12+)
11.30, 14.30, 00.40 События.
13.05, 14.45 Х/ф «Моя любимая свекровь-2». (12+)
17.15 Х/ф «Вероника не хочет умирать». (12+)
21.00 «Постскриптум».
22.15 «90-е. «Лужа» и «Черкизон». (16+)
23.05 «Прощание. Виктор Черномырдин». (16+)
23.55 «Удар властью. Убить депутата». (16+)
00.50 «Война теней». (16+)
01.15 «Хроники московского быта». (12+)
04.00 «Постскриптум». (16+)

РЕН-ТВ

05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
07.25 М/ф «Полярный экспресс». (6+)
09.15 «Минтранс». (16+)
10.15 «Самая полезная программа». (16+)
11.15 «Военная тайна». (16+)
15.20 «Засекреченные списки. Страна советов: 11 народных лайфхаков». (16+)
17.20 Х/ф «Ночь в музее». (12+)
19.30 Х/ф «Ночь в музее 2». (12+)
21.30 Х/ф «Ночь в музее: секрет гробницы». (6+)
23.30 Х/ф «Нечего терять». (16+)
01.15 Х/ф «Пристрели их». (18+)
02.40 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 23.55 «День Патриарха». (0+)
05.10 «Завет». (6+)
06.00, 06.30, 07.00, 14.00 «Монастырская кухня». (0+)
07.30 «Лица Церкви». (6+)
07.45, 03.25 «Знак равенства». (16+)
08.00, 08.45, 04.35 М/ф.
08.30, 04.45 «Тайны сказок». (0+)
09.00, 13.00 «В поисках Бога». (12+)
09.30 «Пилигрим». (6+)
10.00 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
11.00 «И будут двое...». (12+)
12.00 «Русский обед». (6+)
13.30 «Я хочу ребенка». (12+)
14.30 Д/ф «Святой Максим Грек». (12+)
14.45 Д/ф «От героев былых времен. Песни Великой Победы». (12+)
15.45 Х/ф «Встреча перед разлукой». (12+)
17.25 Х/ф «Водил поезда машинист». (6+)
19.00 «Наши любимые песни». Концерт. (12+)
20.00, 02.30 «Встреча». (12+)
21.05 «Бесогон». (16+)
22.00 «Не верю! Разговор с атеистом». (16+)
23.00, 03.40 Д/ф «Святой Спиридон». (12+)
00.10 «Следы империи». (16+)
01.40 «Парсуна». (12+)

СТС

06.00, 05.50 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.00 М/с «Три кота». (0+)
07.30 М/с «Том и Джерри». (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+)
10.35 М/ф «Дом». (6+)
12.20 Х/ф «Двое: я и моя тень». (12+)
14.25 Х/ф «Ловушка для родителей». (0+)
17.05 М/ф «Как приручить дракона». (12+)
19.00 М/ф «Как приручить дракона-2». (0+)
21.00 Х/ф «Боги Египта». (16+)
23.30 Х/ф «Война богов: бессмертные». (16+)
01.15 Х/ф «Вмешательство». (18+)
02.45 «Шоу выходного дня». (16+)
03.30 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
05.05 «6 кадров». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.35 Х/ф «Воскресный папа». (16+)
08.15 Т/с «Пелена». (16+)
19.00 Т/с «Великолепный век». (16+)
23.00 Х/ф «Похищение Евы». (16+)
02.20 Т/с «Пелена». (16+)

ТВ-3

06.00, 10.15 М/ф.
09.45 «Рисуем сказки». (0+)
10.00 «Спросите доктора Комаровского». (12+)
11.00 «Далеко и еще дальше». (16+)
12.00 «Мама Russia». (16+)
13.00 Х/ф «Человек тьмы». (16+)
14.45 Х/ф «Воздушный маршал». (12+)
17.00 Х/ф «Я, Алекс Кросс». (16+)
19.00 Х/ф «Багровые реки». (16+)
21.15 Х/ф «Багровые реки: ангелы апокалипсиса». (16+)
23.15 Х/ф «Пленницы». (16+)
02.15 Х/ф «Синистер». (18+)
03.45 «Городские легенды». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
07.45 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.35, 16.50 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
11.30 «Доктор Бессмертный». (16+)
12.00 «Орел и решка. Ивлеева vs Бедняков». (16+)
14.00 «Орел и решка. На связи». (16+)
15.00 «Орел и решка. Чудеса света». (16+)
18.45 «Мир наизнанку. Индонезия». (16+)
00.00 Х/ф «Рэмбо. Первая кровь». (16+)
01.55 Х/ф «Рэмбо 3». (16+)
03.50 Т/с «Сотня». (16+)

ЗВЕЗДА

05.45 Х/ф «Посейдон» спешит на помощь». (0+)
07.00, 08.15 Х/ф «Зайчик». (0+)
08.00, 13.00, 18.00 Новости дня.
09.00 «Легенды цирка». (6+)
09.30 «Легенды телевидения». (12+)
10.15 Д/с «Загадки века». (12+)
11.05 «Улика из прошлого». (16+)
11.55 «Не факт!». (6+)
12.30 «Круиз-контроль». (6+)
13.20 «Специальный репортаж». (12+)
13.35 «СССР. Знак качества». (12+)
14.30, 01.35 Д/с «Сделано в СССР». (6+)
14.50 Х/ф «Ключи от неба». (0+)
16.15 Х/ф «Запасной игрок». (0+)
18.10 «Задело!».
18.25 Х/ф «Медовый месяц». (0+)
20.20 Х/ф «Дом, в котором я живу». (6+)
22.25 Х/ф «30-го уничтожить». (12+)
00.55 Д/ф «Легенды госбезопасности. Юрий Дроздов. Разведчик особого назначения». (16+)
02.00 Т/с «Черные волки». (16+)

МИР

05.00 Х/ф «Ты - мне, я - тебе». (0+)
06.20, 07.50 М/ф.
07.20 «Секретные материалы». (16+)
08.35 «Наше кино. История большой любви». (12+)
09.05 «Слабое звено». (12+)
10.00, 16.00, 19.00 Новости.
10.10 Х/ф «Сказка о потерянном времени». (6+)
11.50 Х/ф «Алые паруса». (12+)
13.40 Х/ф «Человек-амфибия». (16+)
15.35, 16.15 Х/ф «Двенадцать стульев». (6+)
19.15 Х/ф «По семейным обстоятельствам». (6+)
22.20 Х/ф «Знахарь». (16+)
00.40 Т/с «Жизненные обстоятельства». (16+)

ТНТ

07.00, 01.05 «ТНТ Music». (16+)
07.20 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
10.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
11.00 Т/с «Физрук». (16+)
17.00 Х/ф «Богемская рапсодия». (16+)
19.45, 20.00, 21.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Женский Стендап». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.30 «Stand up». (16+)
04.05 «Открытый микрофон». (16+)
06.35 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 Х/ф «Женщина для всех». (16+)
07.10 «Летопись Оренбуржья». (12+)
07.35 Х/ф «Волшебник Макс и легенда кольца». (6+)
09.00 «Обратная связь». (16+)
09.40, 11.45, 16.45, 18.50 «Видеоблокнот». (12+)
09.50 Т/с «Сашка». (16+)
10.40 «Планета творчества». (12+)
10.50 Т/с «Закрытая школа». (16+)
11.55 Х/ф «Путешествие Гектора в поисках счастья». (12+)
14.00 Х/ф «Если можешь, прости». (12+)
15.25 М/ф.
16.55 Х/ф «Семейный альбом». (12+)
19.00 Д/ф «Связь времен. Добрая воля». (12+)
19.35 Х/ф «Водоворот чужих желаний». (16+)
21.15 Х/ф «Этот красавчик Браммел». (16+)
22.45 Х/ф «Лев Гурыч Синичкин». (0+)
00.00 Х/ф «Соврешь-умрешь». (16+)
02.00 Х/ф «Страстной бульвар». (16+)
03.50 Х/ф «Рудольф Нуриев. Рудик». (12+)
04.40 Х/ф «Женщина для всех». (16+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.35, 06.10 «Россия от края до края». (12+)
06.00, 10.00 Новости.
06.20 Х/ф «Цирк». (0+)
07.50 «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.
13.50 «На дачу!». (16+)
15.00 «Моя мама готовит лучше!». (0+)
16.00 «Большие гонки». (12+)
17.25 «Русский ниндзя». (12+)
19.20 «Три аккорда». (16+)
21.00 «Время».
22.00 «Dance Революция». (12+)
00.00 Х/ф «Планета обезьян: Война». (16+)
02.20 «Наедине со всеми». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

04.20, 01.30 Х/ф «Ясновидящая». (12+)
06.00 Х/ф «Вальс-Бостон». (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье.
08.35 «Устами младенца».
09.20 «Когда все дома».
10.10 «Сто к одному».
11.00 Вести.
11.30 Х/ф «Любовь без лишних слов». (12+)
15.45 Х/ф «Противостояние». (12+)
20.00 Вести недели.
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
03.20 Х/ф «Вальс-Бостон». (12+)

МАТЧ

08.00, 09.50, 20.25 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. (0+)
11.40, 16.50, 02.55 Все на Матч!
12.10 Футбол. Кубок Германии. Финал. (0+)
14.10, 17.50, 20.15 Новости.
14.15 «Моя игра» (12+)
14.45 Футбол. Чемпионат Европы-2004. (0+)
17.55 Формула-1. Гран-при Австрии.
22.25 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига.
00.25 После футбола.
00.55 Футбол. Чемпионат Испании.
03.30 Футбол. Чемпионат Португалии. (0+)

НТВ

05.15 Т/с «Москва. Три вокзала». (16+)
06.00 Х/ф «Дед». (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня».
08.20 «У нас выигрывают!». (12+)
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.50 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «Нашпотребнадзор». (16+)
14.05 «Однажды...». (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 «Следствие вели...». (16+)
19.00 «Итоги недели».
20.10 «Ты не поверишь!». (16+)
21.00 «Звезды сошлись». (16+)
22.35 «Основано на реальных событиях». (16+)
02.10 Х/ф «Мимино». (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 «Светская хроника». (16+)
07.10, 22.35 Т/с «Наставник». (16+)
10.55 Т/с «Инспектор Купер». (16+)
02.15 Т/с «Город особого назначения». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, 02.30 М/ф.
07.40, 23.25 Х/ф «Не отдавай королеву».
10.05 «Обыкновенный концерт».
10.30 «Передвижники. Константин Коровин».
11.00 Х/ф «Тайна «Черных дроздов».
12.35 Письма из провинции.
13.05, 01.50 Диалоги о животных.
13.45 «Другие Романовы».
14.20 Леонард Бернстайн. «Что такое классическая музыка?».
15.20 «Дом ученых».
15.50 Х/ф «Золото Неаполя».
18.00 Д/ф «Марк Фрадкин. Неслучайный вальс».
18.40 «Романтика романса».
19.40 Х/ф «Давай поженимся».
21.00 Выпускной спектакль Академии русского балета имени А.Я. Вагановой.

ОТР

08.00 «Вспомнить все». (12+)
08.30 «Большая наука России». (12+)
09.00 «Легенды Крыма». (12+)
09.30 «Служу Отчизне». (12+)
10.00, 19.30 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки. Петербург Володина». (6+)
10.30, 20.00 «Гамбургский счет». (12+)
11.00 «За дело!». (12+)
11.40 Х/ф «Пятнадцатилетний капитан». (0+)
13.05 «Домашние животные». (12+)
13.30, 19.05 «Имею право!». (12+)
14.00 «Большая страна». (12+)
15.00, 17.00, 19.00, 23.00 Новости.
15.05, 17.05 Т/с «Морозов». (16+)
18.45 «Среда обитания». (12+)
20.30 Д/ф «Пешком в историю. Легенды русского балета. Людвиг Минкус». (12+)
21.00 «Моя история». (12+)
21.30 Х/ф «Ларец Марии Медичи». (12+)
23.15 Х/ф «Формула любви». (0+)
00.45 Д/ф «Женщина в красном: подлинная история Марии Магдалины». (12+)
01.50 «Фигура речи». (12+)

ТВЦ

05.50 Х/ф «Встретимся у фонтана». (0+)
07.20 «Фактор жизни». (12+)
07.45 «Полезная покупка». (16+)
08.10 Петровка, 38. (16+)
08.20 Х/ф «Фанфан-Тюльпан». (0+)
10.20, 04.35 Д/ф «Шуранова и Хочинский. Леди и бродяга». (12+)
11.30, 00.30 События.
11.45 Х/ф «Пираты XX века». (0+)
13.35 «Смех с доставкой на дом». (12+)
14.30 Московская неделя.
15.05 «Хроники московского быта. Многомужницы». (12+)
15.55 Д/ф «Владимир Басов. Ревнивый Дуремар». (16+)
16.50 «Прощание. Александр Белявский». (16+)
17.40 Х/ф «Зеркала любви». (12+)
21.50, 00.45 Х/ф «Неопалимый Феникс». (12+)
01.30 Х/ф «Отель счастливых сердец». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Тайны Чапман». (16+)
07.50 Х/ф «Судья Дредд». (16+)
09.30 Х/ф «Лига выдающихся джентльменов». (12+)
11.35 Х/ф «Ночь в музее». (12+)
13.50 Х/ф «Ночь в музее 2». (12+)
15.50 Х/ф «Ночь в музее: секрет гробницы». (6+)
17.45 Х/ф «Хан Соло: звездные войны. Истории». (12+)
20.20 Х/ф «Изгой-Один: звездные войны. Истории». (16+)
23.00 «Добров в эфире». (16+)
00.05 «Военная тайна». (16+)
03.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

СПАС

05.00, 23.30 «День Патриарха». (0+)
05.10, 03.40 «И будут двое...». (12+)
06.00, 06.30, 07.00, 07.30 «Монастырская кухня». (0+)
08.00, 08.45, 04.35 М/ф.
08.30, 04.45 «Тайны сказок». (0+)
09.00 Д/ф «В мае 45-го. Освобождение Праги». (12+)
09.55 Д/ф «Великая Отечественная. Партизаны Украины». (12+)
11.00 «Встреча». (12+)
12.00 Божественная литургия. (0+)
14.50, 02.30 «Я очень хочу жить. Дарья Донцова». (16+)
15.35 «Следы империи». (16+)
17.15 «Бесогон». (16+)
18.00, 23.45 «Главное». Новости на «Спасе». (0+)
19.30 Х/ф «Встреча перед разлукой». (12+)
21.10 «Парсуна». (12+)
22.10, 02.00 «Щипков». (12+)
22.45 «Лица Церкви». (6+)
23.00 «В поисках Бога». (12+)
01.05 Res publica. (16+)

СТС

06.00, 05.50 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.00 М/с «Три кота». (0+)
07.30 М/с «Царевны». (0+)
07.50 «Уральские пельмени». (16+)
08.05 М/ф «Дом». (6+)
09.45 М/ф «Как приручить дракона». (12+)
11.40 М/ф «Как приручить дракона-2». (0+)
13.40 Х/ф «Война богов: бессмертные». (16+)
15.55 Х/ф «Боги Египта». (16+)
18.20 Х/ф «Тихоокеанский рубеж». (12+)
21.00 Х/ф «Исход. Цари и боги». (12+)
00.00 Х/ф «Царство небесное». (16+)
02.20 Х/ф «Кенгуру Джекпот». (12+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.50 «Пять ужинов». (16+)
07.05 Х/ф «Я - Ангина!». (16+)
10.50 Х/ф «Лучик». (16+)
15.10 Т/с «Великолепный век». (16+)
23.05 Х/ф «Девочка». (16+)
01.40 Т/с «Пелена». (16+)
06.05 «Домашняя кухня». (16+)

ТВ-3

06.00, 10.00 М/ф.
09.00 «Рисуем сказки». (0+)
09.15 «Спросите доктора Комаровского». (12+)
09.30 «Новый день». (12+)
10.30 «Погоня за вкусом». (12+)
11.30 «Мама Russia». (16+)
12.30 Х/ф «Ронин». (16+)
15.00 Х/ф «Багровые реки». (16+)
17.00 Х/ф «Багровые реки: ангелы апокалипсиса». (16+)
19.00 Х/ф «Империя волков». (16+)
21.45 Х/ф «В объятиях лжи». (16+)
23.45 Х/ф «Человек тьмы». (16+)
01.30 Х/ф «Пленницы». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
07.40 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.35 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
10.30 «Я твое счастье». (16+)
11.10 «Доктор Бессмертный». (16+)
11.40 «Орел и решка. На связи». (16+)
12.40 Х/ф «Остров Ним». (16+)
14.40 «Кондитер 2». (16+)
17.05, 19.05 «На ножах». (16+)
18.05 «Ревизорро». (16+)
00.00 Х/ф «Рэмбо 3». (16+)
01.55 Х/ф «Скалолаз». (16+)

ЗВЕЗДА

05.10 Т/с «Черные волки». (16+)
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 «Специальный репортаж». (12+)
14.10 Т/с «СМЕРШ. Легенда для предателя». (16+)
18.00 Главное.
19.25 Д/с «Легенды советского сыска». (16+)
23.30 Х/ф «Отцы и деды». (0+)
01.05 Х/ф «Запасной игрок». (0+)
02.25 Х/ф «Дом, в котором я живу». (6+)

МИР

05.00 Т/с «Жизненные обстоятельства». (16+)
05.50, 08.40 М/ф.
06.00 «Беларусь сегодня». (12+)
06.30 «Еще дешевле». (12+)
07.00 Х/ф «Дамы приглашают кавалеров». (6+)
08.50 «Наше кино. История большой любви». (12+)
09.25 «ФазендаЛайф». (12+)
10.00, 16.00 Новости.
10.10 Х/ф «Знахарь». (16+)
13.00, 16.15, 19.30, 01.00 Т/с «Анна Герман. Тайна белого ангела» (16+)
18.30, 00.00 Итоговая «Вместе».
02.30 Т/с «Водоворот чужих желаний». (16+)

ТНТ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
10.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
12.00 «Комеди Клаб». (16+)
17.00 Х/ф «Во все тяжкое». (16+)
19.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Stand up». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.05 «Такое кино!». (16+)
01.35 «ТНТ Music». (16+)

ОРТ

06.00, 15.05, 23.40 «Штрихи к портрету». (12+)
06.30 «Полчаса о вере». (16+)
07.05 «Пять причин поехать». (12+)
07.25 «Национальный характер». (12+)
07.40 М/ф.
09.00 «Обратная связь». (16+)
09.40, 11.45, 16.50, 18.50 «Видеоблокнот». (12+)
10.00, 19.00, 00.00 «Итоги недели». (12+)
10.30 Х/ф «Лев Гурыч Синичкин». (0+)
11.55 Х/ф «Модная штучка». (12+)
13.40 Х/ф «Женщина для всех». (16+)
15.25 Х/ф «Волшебник Макс и легенда кольца». (6+)
17.00 Х/ф «Семейный альбом». (12+)
19.30, 00.25 «О погоде и не только…». (12+)
19.35 Т/с «Водоворот чужих желаний». (16+)
21.15 Х/ф «Перед рассветом». (16+)
22.45 Х/ф «Рудольф Нуриев. Рудик». (12+)
00.30 Х/ф «Этот красавчик Браммел». (16+)
01.50 Х/ф «Соврешь-умрешь». (16+)

ОМК
ОРЕНБУРГСКАЯ МЕМОРИАЛЬНАЯ КОМПАНИЯ
ПАМЯТНИКИ
(гранит, мрамор)
Льготникам - без оплаты
ЦЕНА мраморного памятника с изготовлением (высота - 115 см) - 9 850 руб., с установкой - 14 450 руб.
г. Оренбург, ул. Комсомольская, 36
Тел. 8-987-849-24-34

ЗНАКОМСТВА

► **МУЖЧИНА**, 56 лет, 173/65. Живу и работаю в Оренбурге. Без вредных привычек. Познакомлюсь со стройной женщиной 50-55 лет для создания семьи. Полных и желающих развлечься прошу не беспокоить. Т. 8-987-872-06-73. (132)

► **ЖЕНЩИНА,** 63 года, выгляжу гораздо моложе. Живу в Оренбурге, работаю в сфере медицины. Заботливая, интересная внешне и в общении, интеллигентная. Познакомлюсь с мужчиной 63-65 лет, ведущим здоровый образ жизни, имеющим жилье и материально обеспеченным. Для серьезных отношений. Звонить после 17.00. Т. 8-953-452-54-34. (162)

► **МУЖЧИНА**, 51 год. Для создания семьи познакомлюсь с татаркой в возрасте от 40 до 48 лет. Можно с инвалидностью рабочей группы, без детей или с ребенком дошкольного возраста, без вредных привычек. Т. 8-922-853-00-83. (107)

► Стройная, симпатичная **БЛОНДИНКА**, 56 лет, рост 165 см. Познакомлюсь с мужчиной 50-60 лет, добрым, порядочным, надежным, для серьезных отношений. Пьющих, судимых, альфонсов прошу не беспокоить. Т. 8-912-841-49-37. (166)

► **ВЛАДИМИР,** 43/167/65, добрый, позитивный, с чувством юмора. Познакомлюсь с доброй, умеющей вкусно готовить женщиной в возрасте 35-45 лет. Тел. 89538300071. (171)

Объявления

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

► Дом в с. Н. Павловка, 66 м², газ, отопление. Земельный участок 16 сот., надворные постройки, насаждения. Т. 8-922-898-05-01. (137)

► Срочно. Старый дом на ул. Каспийской с земельным участком 10 соток. Цена - 1,5 млн руб. Т. 8-987-855-42-04.(138)

► Саманный дом на ул. Овражная, 57 м², есть хоз. постройки. Зем. уч. 9,5 сот, насаждения. Все в собственности. Цена после осмотра. Т. 8-987-198-44-70. (146)

► Дом в с. Днепровка, есть сарай, баня, гараж, насаждения. Т. 8-922-530-31-43. (158)

► 1-комн. кв. на ул. Маврицкого, 17, на 2-м эт. 2-этаж. дома, 33/20/10 м². Все удобства, в хорошем состоянии. 940 тыс. руб. Возможен обмен. Рассмотрю любые варианты. Т.: 58-89-85, 8-905-843-60-03. (155)

► 3-комн. кв., S 77,8 м² в 2-кв доме в с. Донецкое Переволоцкого р-на, 50 км от Оренбурга. Имеются газ, вода, пласт. окна, надвор. постройки. Цена договорная. Тел. 8-922-539-95-02. (161)

► 1-комн. кв. в Сакмаре, 2/3, 33 м². Дом построен в 2015 году. Отопление автономное (котел), кондиционер. Все удобства. Т. 8-980-726-44-74. (167)

► 2-комн. кв. на ул. Макаровой-Мутновой (частный сектор «Новостройка») 2/2, газ, вода, слив, отопление газовое, вход с улицы. Есть сарай. Цена 750 т. р. Т. 8-906-841-07-07. (150)

РАЗНОЕ

► Женщине с двумя детьми негде жить. Подойдет любое жилье в черте города. Без оплаты. Т. 8-909-605-55-59. (164)

КУПЛЮ

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

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

► Срочный выкуп автомобилей. Т. 8-922-836-33-56. (120)

ПРОДАЮ

► Саженцы бесшипной ежевики, жимолости, винограда, низкорослой яблони. Т. 60-08-71. (106*)

► Телевизоры SAMSUNG LED-TV (диагональ 81 см., черный) и SHARP (диагональ 50 см., серебристый), шкаф угловой коричневый, полки стеклянные со светодиодной подсветкой. Все в отл. состоянии. Т. 8-922-625-60-25. (165)

УСЛУГИ

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; пр. Гагарина, 48/1, ТЦ «Радуга», 0 этаж. Т. 60-60-10**. (14)

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

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

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

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

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

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)

► Ремонт, перетяжка мягкой мебели, стульев. Все виды услуг. Пенсионерам скидка 15 %. Без выходных. В подарок постельное белье или подушечки. Т.: 58-05-44, 96-44-02. (125)

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ

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

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

► Заказ «ГАЗели», грузчики, вывоз мусора. Т. 222-880. (10)

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)

► Изготовим металлические заборы, ворота, двери, решетки, оградки, козырьки, печи для бань и др. Качественно. Недорого. Т.: 61-43-41, 96-26-32. (3)

► Металлические двери, заборы, ворота и т. д. Кованые изделия. Т.: 8(3532)209-203, 8-961-944-41-94. (134)

► Частный санитар. Оказываю помощь по уходу: поднимаю, переодеваю, отвожу на кухню и ванную. Доставляю из магазина продукты, которые тяжело донести, помогаю при выполнении упражнений. Обслуживание в Оренбурге, в Самородово, в Караванном, 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)**

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ

► В связи с утерей считать недействительным студенческий билет 039/13, выданный педколледжем г. Оренбурга в 2013 г. на имя Томиной Татьяны Анатольевны. (163)

ФИНАНСЫ

Денежные переводы стали доступнее

К Системе быстрых платежей присоединился еще один оренбургский банк. На сегодня участниками СБП являются 67 банков по всей России, в том числе две региональные кредитные организации. До конца лета в систему планирует войти еще один региональный банк.

Полный список банков-участников СБП можно посмотреть на сайте Национальной системы платежных карт https://sbp.nspk.ru.

Система быстрых платежей позволяет гражданам переводить деньги по номеру телефона получателя, даже если счета открыты в разных банках. Единственным условием является участие банка отправителя и банка адресата в Системе быстрых платежей. Главные преимущества сервиса - скорость операций и возможность их проведения в любой момент, независимо от времени суток и дня недели.

На 1 июня 2020 года в целом по России в Системе быстрых платежей было проведено около 16 млн операций почти на 135 млрд руб.

Через оренбургские региональные банки с начала текущего года проведено 1250 платежей на сумму 4,4 млн руб. Только в мае объем переводов составил почти 1,2 млн рублей, увеличившись по сравнению с апрелем на 64 %. Средняя сумма перевода в мае выросла до 5,1 тыс руб.

- Использование Системы быстрых переводов позволяет снизить расходы потребителей на услуги банков. С 1 мая 2020 года клиенты могут переводить друг другу до 100 тыс рублей в месяц бесплатно. Если общая сумма превысит эту сумму, за операцию может взиматься комиссия, но не более 0,5 % от суммы перевода и не выше 1,5 тыс рублей - это меньше, чем при использовании других сервисов, - отмечает управляющий Отделением по Оренбургской области Банка России Александр Стахнюк.

Отделение по Оренбургской области Банка России.

НАЛОГОВАЯ СООБЩАЕТ

Не допускайте долгов!

Во избежание образования или увеличения задолженности специалисты налоговых служб рекомендуют налогоплательщикам проверять наличие либо отсутствие долга перед бюджетом любым удобным способом: с помощью сервиса «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц» на сайте ФНС России www.nalog.ru, на портале Госуслуг www.gosuslugi.ru, на сайте Федеральной службы судебных приставов www.fssprus.ru или в налоговом органе по месту учета.

Транспортный налог по-новому

С налогового периода 2019 года на территории Оренбургской области предусмотрено налогообложение второго и последующего легкового автомобиля с мощностью двигателя до 100 лошадиных сил включительно, находящегося в собственности налогоплательщика, по ставке 5,00 руб.

Для налогоплательщиков, в собственности которых один легковой автомобиль с мощностью двигателя до 100 лошадиных сил, ставка останется нулевой.

Основанием для прекращения взимания транспортного налога в том числе являются сведения о снятии транспортного средства с учета, поступившие от регистрирующих органов.

Следовательно, гражданам, осуществившим продажу транспортных средств «без оформления», необходимо обратиться в органы ГИБДД с заявлением о снятии их с регистрационного учета.

Субсидии прибыль не формируют

В Налоговый кодекс Российской Федерации внесены дополнения, согласно которым при определении налоговой базы по налогу на прибыль организаций не учитываются доходы в виде субсидий, полученных из федерального бюджета в связи с распространением новой коронавирусной инфекции.

Эта мера поддержки касается предприятий, включенных по состоянию на 01.03.2020 г. в соответствии с Федеральным законом № 209 «О развитии малого и среднего предпринимательства в Российской Федерации» от 24.07.2007 г. в Единый реестр субъектов малого и среднего предпринимательства и ведущих деятельность в отраслях экономики, в наибольшей степени пострадавших от распространения коронавирусной инфекции, перечень которых утвержден Правительством РФ.

Декларации еще принимаются

В соответствии с Налоговым кодексом отчитаться о доходах, полученных в 2019 году, необходимо было до 30 апреля. В связи со сложной эпидемиологической обстановкой принято решение продлить на три месяца срок представления налогоплательщиками и налоговыми агентами деклараций, расчетов, бухгалтерской (финансовой) отчетности и других документов (за исключением документов, представляемых по требованию).

Таким образом, в 2020 году декларационная кампания по НДФЛ продлится до 30 июля.

При этом срок уплаты не изменился. Налог на доходы физических лиц, исчисленный в декларации, необходимо уплатить до 15 июля 2020 года.

ИФНС России по Дзержинскому району г. Оренбурга.

ОТПУСК

Поведение туристов изменилось

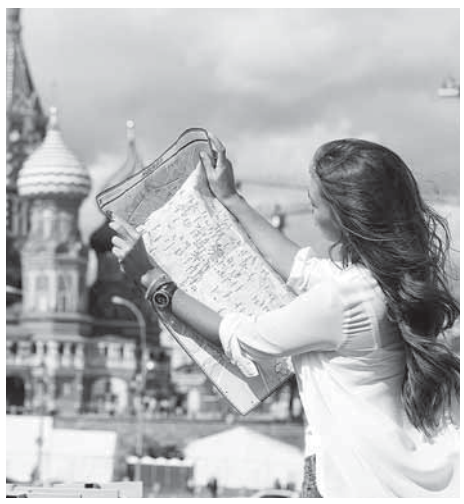
Россияне пока собираются путешествовать этим летом преимущественно внутри страны. Таковы итоги исследования Интернет-сервиса поездок и путешествий Туту.ру.

В связи с эпидемиологической обстановкой жители России практически перестали планировать авиапутешествия заблаговременно. С 1 мая по 15 июня 2020 года билеты на июнь составили 75 % продаж, на июль - 16 %, на август - 9 %.

Самыми популярными отечественными направлениями этим летом, как и в прошлом году, стали Симферополь (9,6 % проданных авиабилетов), Сочи (3,3 %) и Анапа (3,1 %). На 4-ю строчку впервые поднялись Минеральные Воды (2,7 %), которые год назад занимали лишь восьмое место. В десятку также вошли Краснодар, Калининград, Санкт-Петербург, Уфа, Махачкала и Геленджик.

Россияне проявляют интерес и к зарубежным поездкам в Турцию, Германию и Чехию, однако планируют их на конец лета. Авиабилеты за рубеж все еще составляют менее 5 % общего объема бронирований.

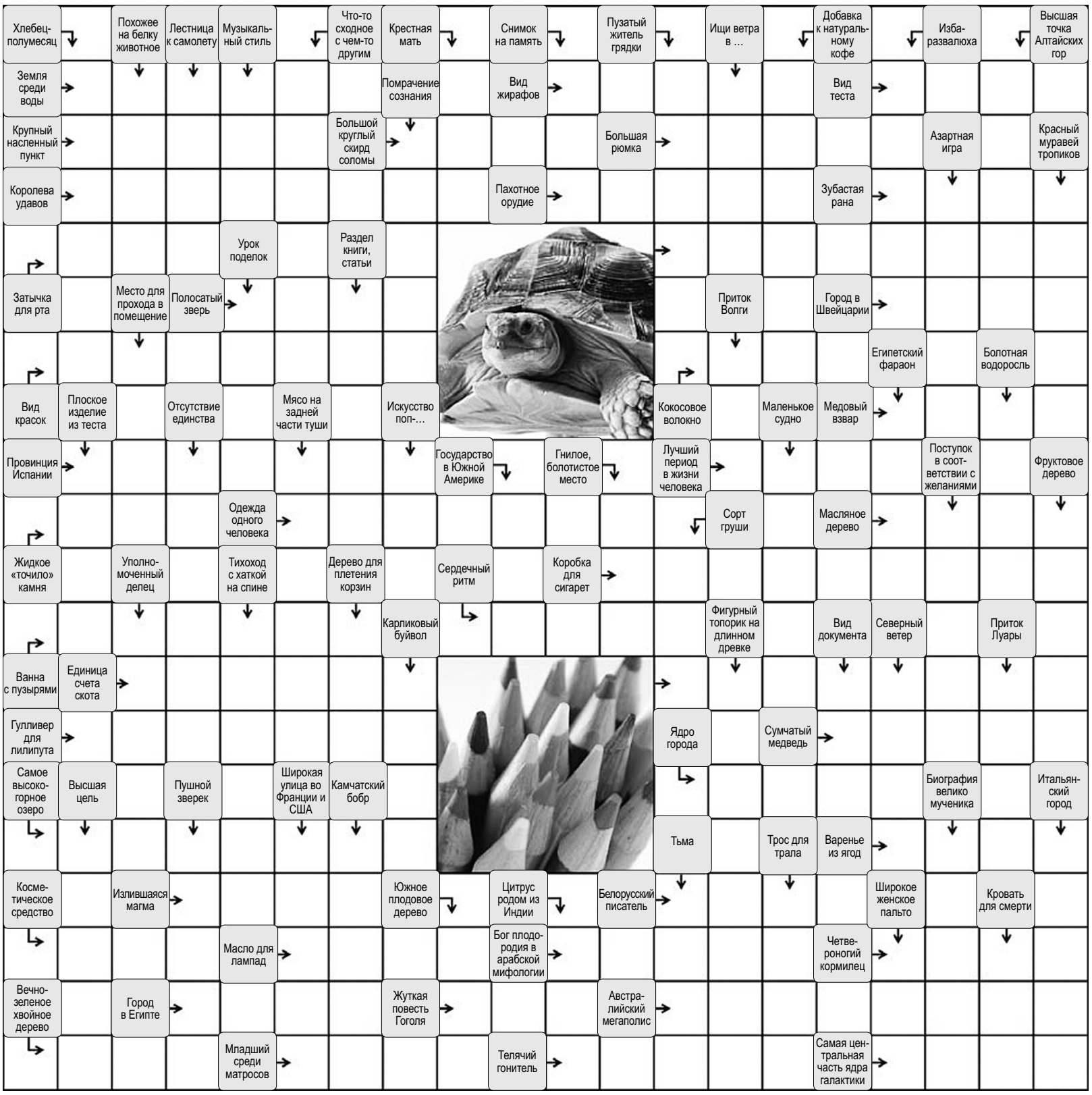
По всем направлениям сервис Туту.ру зафиксировал снижение среднего чека по сравнению с прошлым летом. Средняя цена билета в одну сторону снизилась на 17 %: с 8696 до 7232 рублей. Снижение цен на билеты «туда-обратно» составило 25 %: с 15 712 до 11 817 рублей. Причиной



этого может быть как падение цен, так и изменение маршрутов, числа пассажиров, типов билетов и акций авиакомпаний.

Инга ПРОХОРОВА.

ТУ РОСИМУЩЕСТВА В ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ, ОГРН 1105658009698, **(юр. адрес: г. Оренбург, пл. Ленина) в лице своего Исполнителя - ООО «ГК «Кварта»** (ИНН 7703676701, КПП 770101001, ОГРН 5087746208512), действующего на основании Государственного контракта № 41 от 25.12.2019 г., именуемого в дальнейшем «Организатор торгов» (далее - ОТ), **сообщает о проведении торгов по продаже арестованного незалогового движимого/недвижимого имущества, залогового движимого имущества,** проводимых электронно в форме аукциона, открытого по составу участников и открытого по форме подачи предложения о цене по адресу электронной торговой площадки https://www.tektorg.ru (далее - ЭТП). Основание проведения торгов: постановления судебных приставов-исполнителей УФССП России по Оренбургской области о передаче арестованного имущества на торги и соответствующие постановления о снижении цены переданного на реализацию имущества на 15 %. Начало приема заявок: 10.00 24.06.2020 г. Окончание приема заявок: 16.00 22.07.2020 г. Определение участников: 23.07.2020 г. Время московское. Торги: 11.00 24.07.2020 г. Шаг аукциона: 2 % от начальной цены. **Первичные торги арестованного заложенного движимого имущества. Задаток: 5 % от начальной цены: ЛОТ № 1: AMTC Hyundai Accent,** 2008 г. в., г/н: У751ВО56, VIN: X7MCF41GP8M189849. Местонахождение: Оренбургская область, Сорочинский район, г. Сорочинск, ул. Восточная, гаражный кооператив, гараж № 17. Начальная цена: 167 760,00 руб. (НДС не облагается). На данное имущество имеется ограничение (обременение) права: арест, залог. Собственник (правообладатель): Мурадян (Пройдакова) Н. К. Для осмотра имущества обращаться по тел. +7(3537)68-26-09, Гончарова А. А. **ЛОТ № 2: AMTC Lada 213100 4X4, 2013 г. в., г/н: X907EO56, VIN: XTA213100D0152967. Местонахождение:** Оренбургская обл., г. Новотроицк, ул. Уральская, остановка 2-я Уральская, автостоянка в районе магазина-кафе «Гурман». Начальная цена: 26 600,00 руб. (НДС не облагается). Имеется ограничение (обременение) права: арест, залог. Собственник (правообладатель): Нагаев А. Е. Для осмотра имущества обращаться по тел. +7(3534)66-01-14, Фролова А. С. **ЛОТ № 3: AMTC Geely MK-CROSS, 2013 г. в., г/н: У521МУ56, VIN: X9W215701D0011679. Местонахождение: Оренбургская обл., г. Бузулук.** Начальная цена: 80 886,00 руб. (НДС не облагается). Имеется ограничение (обременение) права: арест, залог. Собственник (правообладатель): Попов А. Н. Для осмотра имущества обращаться по тел. +7(3534)25-14-66, Карабельщикова О.В. **ЛОТ № 4: AMTC Lifan 215800, 2013 г. в., г/н: У396ЕХ56, VIN: X9W215800D0010698. Местонахождение: Оренбургская обл., г. Бугуруслан, ул. Комсомольская, д. 129.** Начальная цена: 296 685,00 руб. (НДС не облагается). Имеется ограничение (обременение) права: арест, залог. Собственник (правообладатель): Родионов А. С. Для осмотра имущества обращаться по тел. +7(3532)34-19-35, Шатилов Е. М. **Повторные торги арестованного заложенного движимого имущества. Задаток: 5 % от начальной цены: ЛОТ № 1**: **ЖК-ТВ Samsung UE-40es 58007**. Начальная цена: 956,25 руб. (НДС не облагается). Местонахождение: Оренбургская обл., г. Оренбург, ул. Володарского, д. 16. Собственник (правообладатель): Марков В. А. Обременения: арест, залог. Для осмотра имущества обращаться по тел. +7(3535)52-45-68, Тюшевская Г. В. **ЛОТ № 2**: **AMTC Hyundai Solaris**, 2012 г. в., г/н: Т941РК56, VIN: Z94CT51CBCR057573. Начальная цена: 263 075,00 руб. (НДС не облагается). Местонахождение: Оренбургская обл., Тоцкий район, с. Тоцкое-2, ул. Синельника, д. 11. На данное имущество имеется ограничение (обременение) права: арест, залог. Собственник (правообладатель): Некрасов Е. С. Для осмотра имущества обращаться по тел. +7(3534)92-12-32, Спиркина Е. В. Предложение по цене подается в момент проведения аукциона. Прием заявок проходит на ЭТП, указанных к каждому имуществу в соответствии с регламентом работы ЭТП. Заявки подписываются электронной подписью (далее - ЭП) должностного лица заявителя (для юрлиц) или ЭП заявителя (для физ. лиц, ИП). К торгам допускаются лица, зарегистрированные на ЭТП и оплатившие сумму задатка из личного кабинета на ЭТП АО «ТЭК-Торг» с лицевого счета пользователя ЭТП. Денежные средства вносятся на счет Оператора: получатель АО «ТЭК-Торг» (ИНН 7704824695, КПП 770401001, р/с 40702810200000006837, Банк «ВБРР» (АО) г. Москва, к/счет 30101810900000000880, БИК 044525880). Назначение платежа при пополнении лицевого счета Пользователя ЭТП: «Задаток для участия в торгах (пополнение лицевого счета №XXXXX)». Задаток должен быть внесен пользователем ЭТП путем блокирования денежных средств в размере задатка Оператором в момент подачи пользователем ЭТП заявки на участие в торгах до окончания срока приема заявок на участие в торгах. Задаток возвращается всем пользователям ЭТП, принимавшим участие в торгах, путем прекращения блокирования денежных средств в размере задатка, за исключением победителя торгов, в порядке, предусмотренном пунктами 5.3.4.3-5.3.4.4 Регламента АО «ТЭК-Торг» в секции «Продажа арестованного имущества». Оплата задатка участником торгов является подтверждением заключения договора задатка. К заявке предоставляются: платежный документ об оплате задатка с отметкой банка; паспорт (все страницы); нотариальное согласие супруга(и) на приобретение/заявление об отсутствии зарегистрированного брака (для физ. лиц); копии учредит. документов: свидетельство о государственной регистрации юрлица, свидетельство о постановке на налоговый учет; решение о создании общества, устав, документы, подтверждающие полномочия органов управления; решение соответствующего органа управления о приобретении имущества, в случае, если необходимость согласия предусмотрена учредит. документами претендента; выписка из ЕГРЮЛ/ЕГРИП, выданная не более чем за 1 месяц до даты подачи заявки; бухгалтерский баланс на последнюю отчетную дату (для юрлиц, ИП). Иностранные юридические лица представляют нотариально заверенные копии учредительных документов и выписки из торгового реестра страны происхождения или иного эквивалентного доказательства юридического статуса. Заявители также предоставляют анкету - сведения об участнике, размещенную на http://torgi.gov.ru, http://гккварта.рф/, https://www.tektorg.ru в соответствии с 115-ФЗ от 07.08.2001 г. Если заявка подается представителем претендента, необходимо представить доверенность на лицо, имеющее право действовать от имени претендента, оформленную в соответствии с действующим законодательством РФ. Вышеперечисленные документы подаются в виде скан-образов всех страниц документов и подписываются ЭП заявителя (для физ. лиц) или должностного лица заявителя (для юрлиц). Договор задатка является договором присоединения и размещен на www.torgi.gov.ru, http://гккварта.рф/, https://www.tektorg.ru. Победителем торгов признается лицо, предложившее на торгах наиболее высокую цену, с которым в день торгов подписывается протокол о результатах торгов/протокол об определении победителя (далее - Протокол) на сайте ЭТП. Победитель торгов должен в течение 5 дней после подписания протокола полностью произвести оплату имущества на лицевой счет ТУ Росимущества в Оренбургской области УФК по Оренбургской области по следующим реквизитам: Территориальное управление Федерального агентства по управлению государственным имуществом в Оренбургской области (л/сч. № 05531А54506, ИНН 5610133346, КПП 561001001, р/с 40302810800001000011, Отделение Оренбург, г. Оренбург, БИК 045354001, КБК 16700000000000000000, ОКТМО 53701000001) за вычетом перечисленного ранее задатка, засчитывающегося в счет исполнения обязательств по договору купли-продажи. В течение 5 дней с момента внесения победителем покупной цены залогового недвижимого имущества подписывается договор купли-продажи. С победителем торгов незалогового движимого/недвижимого имущества, залогового движимого имущества договор купли-продажи подписывается не ранее, чем через 10 дней после подписания протокола. Право собственности на имущество переходит к покупателю в порядке, установленном законодательством РФ. Расходы по государственной регистрации перехода права собственности на имущество возлагаются на победителя. В случае неоплаты или отказа в подписании протокола или договора купли-продажи победитель лишается права на приобретение имущества и задаток не возвращается. Возврат задатка участникам торгов, не ставшими победителем, и претендентам торгов, не ставшими участниками торгов, производится согласно регламенту ЭТП https://www.tektorg.ru. Организатор торгов оставляет за собой право снять в любое время имущество с торгов по указанию судебного пристава-исполнителя. Получение доп. информации: с понедельника по четверг - с 10.00 по 18.00, в пятницу - с 10.00 по 17.00 по адресу: г. Москва, ул. Бакунинская, д. 69, стр. 1, эт. 6, комн. 6, также по тел.8(499)788-77-87. **Подробная информация о торгах размещена на сайтах http://torgi.gov.ru,http://гккварта.рф/, https://www.tektorg.ru. Документация в отношении реализуемого имущества приложена к извещению о проведении торгов на сайте https://www.tektorg.ru.** (168)



Астрологический прогноз со 23 по 29 июня

Овен

Вас ждет много контактов. Общения будет столько, что дома с близкими разговаривать уже не захочется. На работе могут возникнуть спорные ситуации. Ради своего же блага оставайтесь в стороне. А если вам будут поступать советы - прислушивайтесь!

Телец

Лишних трат в этот период не избежать. Хоть они и поднимут настроение, но уменьшат бюджет. В личной жизни вас ожидают одни лишь радости. Любимый человек будет рядом, готовый выполнять все ваши прихоти. Не забудьте отблагодарить его за это!

Близнецы

Финансовые вопросы будут решаться не так легко, как вам хотелось бы. Если денег не хватает, умерьте гордость и попросите у друзей в долг. В конце недели вас ожидает дальняя поездка. Возьмите с собой семью. Придумайте, как провести время с пользой.

Рак

Не время грустить! Безусловно, забот сейчас хватает: работа, семья, быт. Но если не возьмете себя в руки, преодолевать трудности будет сложнее. После долгого дня старайтесь отдыхать и высыпаться, тогда сил хватит на все - и с большим запасом.

Лев

На этой неделе вам понадобится стрессоустойчивость. Ситуаций, в которых нервы будут на пределе, окажется предостаточно! Позаботьтесь о том, чтобы хотя бы дома вас ждали тишина, уют и любимые люди. Период травмоопасен.

Дева

На работе перед вами поставят сложные задачи. Беритесь за их решение с холодной головой, иначе удачи не видать. Сейчас в вашей жизни могут происходить странные вещи. Научитесь видеть в них знаки и следуйте им. Судьба подскажет верный путь.

Весы

Если хотите продвинуться вверх по карьерной лестнице, займитесь этим вопросом сейчас. Начальство настроено по отношению к вам благосклонно. Домашние дела на время придется забросить. Близкие отнесутся к этому с пониманием.

Скорпион

Все ваше время и внимание будут посвящены личной жизни. Бурлящие и кипящие страсти - вот, что вас ждет. Обо всем остальном придется забыть. Важно отбросить все чувства при решении важных вопросов. Если нужно, обратитесь за советом к родным.

Стрелец

Вы на гребне волны, поэтому постарайтесь сделать все по максимуму - это будет вашим вложением в завтрашний день. В дальнейшем жизненная ситуация будет быстро меняться, то создавая проблемы, то помогая с ними справиться.

Козерог

Вам на этой неделе представится возможность реализовать давние задумки. Только не спешите просить на стороне помощи в решении финансовых вопросов: вас могут обмануть. Лучше обратитесь за поддержкой к родным или друзьям.

Водолей

Хорошая новость для тех, кто ждал перемен в жизни, - они наступят. Для большинства представителей знака перемены окажутся благоприятными. Самое время строить планы и думать о том, как их реализовать. Будьте аккуратны с бытовыми приборами.

Рыбы

Можно начинать поиски любимого дела. Перестаньте предъявлять к людям слишком высокие требования, иначе около вас никого не останется. Будьте проще и старайтесь как можно чаще делать первый шаг. В этот период надо отдавать, а не брать.

Ответы на сканворд из № 23

По горизонтали: Либерал. Улика. Изыск. Тур. Рашид. Заноза. Лампочка. Имидж. Лубок. Аал. Лье. Вакса. Абов. Ротозей. Широта. Таро. Мамонт. Минарет. Олово. Лиссабон. Крах. Яхонт. Ладья. Диадема. Сканер. Нона. Аноним. Деньги. Вага. Абака. Аяччо. Мате. Спрут. Драп. Идеал. Порка. Пимы. Опал. Ссора. Лист. Насер. Натиск. Трепач. Каре. Елей. Тондо. Дели. Шлюз. Точило. Слиток.

По вертикали: Итака. Моряк. Псина. Бум. Коала. Адур. Марш. Герпес. Мохане. Умысел. Азов. Енот. Арча. Ноябрь. Порез. Клака. Галоп. Шалаш. Лоджия. Ранет. Бикини. Чиклайо. Аудитор. Стан. Ворс. Довод. Сити. Кизил. Арена. Рассол. Кадь. Маг. Окно. Танжер. Мода. Ампер. Овин. Атос. Излет. Лунатик. Азау. Отара. Обед. Леди. Базар. Дина. Египет. Осло. Ересь. Икра. Сало. Койот. Яшма. Летчик.

МИНУТКА ПОЗИТИВА

- Возьми себя в руки.
- Не могу, в них пиво.

* * *

- Наташка, привет! Чем занята?
- Футбол смотрю.
- Кто с кем играет?
- Понятия не имею.
- А за кого тогда болеешь?
- Я с детства болею за ту команду, которая защищает левые ворота.
- Так они же меняются воротами после первого тайма!
- Вообще не напрягает...

* * *

- Вы были в Европе?
- Да, я живу в Европе.
- В каком городе?
- В Перми.

* * *

- Ты кем работаешь?
- Я нутрициолог.
- Нутрий разводишь, что ли?
- Дурачок, даю людям советы по правильному питанию.
- А, значит людей разводишь.

* * *

У моей машины серьезные проблемы: дочь сдала на права.

* * *

- Я абсолютно не переношу полных женщин.
- Почему?
- Мне нельзя поднимать ничего тяжелого.

* * *

Мат - это слово, которым можно быстро и доходчиво пояснить основы бытия.

* * *

Отдыхающая в лесу компания притихла, когда после открытия очередной бутылки замолчала кукушка...

* * *

- Милый, ты любишь меня?..
- Конечно!
- А умрешь за меня?
- Здрррасте! А любить тебя кто будет?!

* * *

Вышла на работу после отпуска, чувствую себя как дети в садике - хочется плакать и домой!

* * *

Никогда не видел летающих тарелок? Женись!

* * *

- Алло, Елена Петровна?
- Да!
- Здравствуйте! Это Вам из банка звонят.
- Да верну я, верну вам ваши деньги!
- Да фиг с ними, с деньгами, уже!.. Коллекторы наши где?!

* * *

Муж пьяный возвращается домой, жена ругается, почему опять выпил так много.
- Да немного, взяли только бутылку на троих.
- Почему же ты такой пьяный?
- Двое не пришли.

* * *

Врач обнаружил у мужчины диабет и дает назначения:
- Нельзя сладкого, мучного, картофеля, вермишели и т. д.
- А сексом заниматься можно?
- Только с женой.
- А с любовницей?
- Нельзя, это уже сладкое.

* * *

Магазин ковров:
- Мне в детскую, что-нибудь не очень маркое...
- Сколько детей?
- Семеро.
- Лучше сразу заасфальтируйте!

В одну реку дважды

Большинство людей уверены, что вернуть старые отношения невозможно. Разбитую чашку, как говорится, не склеишь… Однако иногда жизнь преподносит сюрпризы.

В заброшенном, созданном специально для спама электронном ящике лежало письмо из известной социальной сети. Когда-то, несколько лет назад, я зарегистрировалась в ней, но люди из прошлой жизни, с кем бы мне действительно хотелось общаться, вряд ли стали бы искать встречи со мной таким способом. Короче говоря, я быстро потеряла интерес к переписке. Но однажды меня вдруг потянуло проверить почту. Как выяснилось, не зря.

«Привет, Катюша! - писал мне одноклассник Вовка. - Как поживаешь? Судя по фотографии на сайте, замечательно. О себе писать особо нечего - служу в чине подполковника, женат, двое детей… Узнал тут одну новость и решил тебе сообщить. Я помню, какой у вас в десятом классе был роман с Юркой. Вы прямо светились… Честно тебе скажу: прошло пятнадцать лет после школы, а я с тех пор больше ни у кого таких счастливых глаз не видел. Когда вы расстались, все были удивлены. Конечно, это не мое дело, но я решил тебе сообщить: Юрка развелся года полтора назад и вернулся домой. Может, тебе это интересно».

НАДО БЫТЬ ГОРДОЙ?

Юрка развелся… Мое сердце застучало как бешеное. Да, так и было - мы светились от счастья. Целых три года, с десятого класса, когда он к нам пришел, по первый курс института включительно. Даже родители закрыли глаза на наше «безнравственное» поведение в ожидании скорой свадьбы. Но свадьбы не случилось. Откуда ни возьмись появилась эта странная девушка с именем Эмилия. Юрка тут же стал другим: чужим, колючим и нервным. Видно было, что его что-то гложет. Мучился он, правда, недолго. С того момента, когда я впервые услышала об Эмилии, до того дня, когда он сказал, что больше не может меня обманывать, прошел всего месяц. Мы расстались. А вскоре добрые люди рассказали, что Юрка женился и уехал в неизвестном направлении.

Когда появились социальные сети, я несколько раз набирала в поиске его имя и фамилию, и каждый раз высвечивались заветные буквы. Но я ни разу не решилась войти на его страницу. Уж слишком близкими мы были людьми, чтобы остаться друзьями или трепаться по Интернету как ни в чем не бывало…

Дрожащими пальцами я набрала Вовке ответ. Все стандартно - «живу, работаю, дочь…», а в конце: «Володя, нет ли у тебя номера телефона Юрки? Просто так, чтобы был…» Я выводила эти строки, не веря собственным глазам. Будто кто-то заставлял меня стучать пальцами по клавиатуре. Боже, зачем мне его телефон?! «Юрка, привет! Я слышала, что ты развелся, может, встретимся, поужинаем?» Какой тоскливый бред!

В бешенстве я вскочила со стула. За годы разлуки так и не разучилась видеть его лицо, глаза! Я до сих пор помню запах его кожи, волос и рук… Когда же это кончится?! После Юрки у меня было двое мужчин. Они искренне пытались пробиться ко мне через Юрку. Один даже оставил о себе замечательную память в виде дочки.

- Кать, что с тобой? - возмущенный мамин голос раздался прямо над ухом. - Я тебя шестой раз спрашиваю: «Ты ужинать будешь?»

- Конечно, буду, мамочка моя дорогая! - я закружила ее по комнате.

Мама подозрительно подняла одну бровь, посмотрев на компьютер. И вдруг изменилась в лице.

- Неужели… Юрка? Катя, я по твоему лицу вижу, что Юрка! - мама разволновалась не на шутку. - Дочка, не повторяй моих ошибок, умоляю! Я тоже пыталась вернуть твоего отца. Звонила ему, бегала за ним. Ничего это не дало, кроме того, что он меня возненавидел. Женщина должна быть гордой! И думать о Юрке не смей, слышишь?!

«СЛУЧАЙНАЯ» ВСТРЕЧА

«Женщина должна быть гордой… быть гордой… гордой…» Скрипучие дворовые качели в Юркином дворе раскачивались в такт этой фразе. Что значит быть гордой? Сидеть всю жизнь у окна, делая вид, что ты никого не ждешь? Возмущаться, когда кто-то пытается с тобой заговорить на улице, хотя в глубине души ты только и мечтаешь о том, чтобы он все-таки продолжил разговор? Трижды отказываться, когда тебя куда-то приглашают, потому что гордая женщина не должна лететь сломя голову, как только ее поманят пальцем? Если так жить, поток желающих и приглашающих быстро иссякнет!

Я посмотрела в сторону Юркиного подъезда. Когда же он выйдет, интересно? И что я буду делать? Вот, допустим, он идет. Наверное, направится к машине. Не может быть, чтобы у него не было машины, - он о ней со школы мечтал. Вот он ищет ключи в карманах… А я подхожу к нему сзади, закрываю глаза руками, дескать, угадай, кто.

Пока я представляла эту сцену, дверь подъезда открылась, и вышел Юрка. Именно так, как я себе представляла. Подошел к машине вишневого цвета, сунул руку в один карман, в другой… Мое тело вдруг само поднялось с качелей и пошло навстречу. Я совершенно не представляла, что говорить, а он все искал ключи. И вот увидел меня… Замер.

- Привет, - произнесла я хриплым голосом. - Я вот… мимо проходила…

- Привет, - он не отрывал от меня глаз, - я так и понял.

Наступила дурацкая пауза. Наверное, надо было что-то рассказать о себе, спросить про его дела, но мы оба тяжело и мучительно молчали, продолжая смотреть друг другу в глаза.

- Ты не изменилась, - тихо произнес он. - Может, тебя подвезти?

«Да, да, куда угодно!» - чуть не выкрикнула я, но сдержалась:

- Если тебе удобно…

Я забралась на переднее сиденье. Его запах… Я смотрела только вперед - мне было страшно повернуть к Юрке голову. Резкий удар по тормозам напугал меня, заставив взглянуть на Юрку.

- Что случилось?!

Юрка опустил голову на руль.

- Я так не могу. Я должен сказать тебе. И пусть мы после этого больше никогда не увидимся, но я буду знать, что все тебе сказал…

Он глубоко вдохнул и развернулся ко мне.

- Я искал тебя все эти годы. Точнее, не так… Я знал о тебе все. С кем ты живешь, где работаешь, где учится твоя дочка… Мне не надо было тебя искать. Я мог в любой день сесть в машину и подъехать к твоему дому. И знаешь, часто так и делал. Я видел, как вы с дочкой идете с остановки домой. Иногда даже слышал ваш смех… - он шумно выдохнул.

- То, что я тогда сделал, простить невозможно. Но я уже достаточно наказан, поверь мне. Я потерял тебя и провел несколько лет рядом с чужим человеком. Обменял золото на черепки… - Юрка криво усмехнулся.

- Выговорился и полегчало, - он дотронулся до моей руки. - Кать, я миллион раз набирал твой номер, но вешал трубку до того, как начинались гудки. Тысячу раз вводил твой адрес в электронной почте, пытаясь отправить километровые письма, но не отправлял… Не думай, что я был намного счастливее тебя. Если я что-то и чувствовал к Эмилии, то все закончилось сразу после того, как началось…

Он поднял голову и посмотрел мне прямо в глаза:

- Катька, - спросил он умоляюще, - ведь ты меня сегодня ждала, правда? Значит, ты простила? Значит, ты свободна? Это вообще что-нибудь значит?

Наверное, гордая женщина промолчала бы или заставила себя равнодушно смотреть в окно, но я не смогла. Из меня вдруг хлынул поток слов. Я говорила и говорила, захлебываясь слезами. Что - не помню! Помню только, что, когда его лицо прижалось к моему, я не могла понять, от чьих слез оно мокрое…

Я вообще плохо помню тот день, потому что он был абсолютно нереальный. Я помню, как мы сначала куда-то ехали, потом шли, затем он завалил меня охапками цветов, после этого мы забрали мою дочку из школы и отправились в парк. Дочка хохотала, взмывая на аттракционах под самое небо, а мы стояли внизу, крепко держа друг друга за руки. И пока мы так стояли, у меня мелькнула мысль: «Не знаю, будем ли мы снова когда-нибудь так светиться от счастья, но пусть все идет как идет. Я слишком долго жила прошлым, чтобы сейчас думать о будущем».

- Пусть река несет меня, куда хочет, - громко сказала я вслух. И пояснила. - Это из «Ежика в тумане». Любимый дочкин мультфильм.

- Пусть, - согласился Юрка, сжав мои пальцы. - Только пусть река несет НАС. И совершенно не важно, в самом деле, куда…

Екатерина АБРАМОВА, г. Оренбург.

МЫСЛИ ВСЛУХ

Две полоски

Беременность в двадцать лет от 18 летнего мальчика - не лучший вариант. Я сделала аборт. Только спустя месяц рассказала об этом отцу неродившегося ребенка. Он выслушал молча. После этого разговора к теме аборта мы не возвращались.

Через полгода Сергей окончил колледж и вернулся в родной город. Встречи наши стали редкими, потом и вовсе прекратились. И вдруг через год на 8 Марта я получила сообщение от Сережи, ответила. Все началось снова. В мае он пригласил меня на свой день рождения. Я жила мечтами о встрече. Но получила настоящую оплеуху. Сергей почти с первых минут начал мне хамить, проявлял явный интерес к подруге своей сестры. Естественно, мы поссорились и снова расстались.

Пять лет после этого я ни с кем не встречалась, пока в моей жизни не появился Дима. Он стал мне прекрасным мужем.

Я никогда не забуду свою первую любовь, но очень ценю того, с кем обрела счастье.

Наталья, с. Илек.

ИСПОВЕДЬ

На чужом несчастье счастья не построишь

Вы когда-нибудь любили кого-нибудь всем сердцем? Так, чтобы хотелось видеть и обнимать каждый день человека, чувствовать его нежное дыхание и легкие прикосновения. Я любила.

У нас была красивая история. Саша - успешный бизнесмен, ему требовалась секретарша, а я искала работу. Мы нашли друг друга по объявлению. На собеседовании я немного смущалась и волновалась, но Саша был раскован, веселился и все время шутил. Напряжение потихоньку спало, и я стала общаться с ним непринужденно и свободно.

Он сразу привлек мое внимание не как будущий начальник, а как привлекательный мужчина. Обручальное кольцо на пальце я заметила не сразу. С собеседования выходила разочарованная. Красивый, успешный, умный, веселый мужчина, но чужой.

В тот же день мне позвонили и сообщили, что на работу меня приняли. На следующий день я надела юбочку покороче и каблучки повыше. Пусть он женат, все равно хотелось выглядеть потрясающе.

Работа мне нравилась. Начальник всегда был вежлив и обходителен, тем более, я ему очень нравилась, собственно, как и он мне. Мы часто разговаривали обо всем. Он рассказывал о своей семье, говорил, что у него красивая умная жена, которая занимается домашним хозяйством и сыном. Мы часто пили чай вместе. Я и не заметила, как влюбилась в него без памяти. Он тоже стал проявлять знаки внимания. У нас закрутился роман. Мне было жаль его жену, но я ведь не мать Тереза, чтобы думать обо всех. Думала только о себе и о своем счастье. Я любила его. Каждый день после работы он завозил меня домой, дарил букеты цветов и дорогие подарки...

На мой день рождения Саша решил свозить меня в Сочи. Я давно мечтала побывать на море, но ни денег, ни желания ехать одной не было. Он купил две путевки и приказал паковать чемоданы. На крыльях любви я прибежала с работы домой и начала собираться. В этот момент раздался звонок в дверь. Расстроенный и подавленный, Саша вошел в квартиру и произнес роковую фразу:

- Прости, но мы должны расстаться.

Мир рухнул. Саша поцеловал меня в лоб и молча ушел, закрыв за собою дверь.

На следующий день он уволил меня с работы и попросил больше не тревожить. Позже написал сообщение: «Прости меня, я люблю тебя, но мы оба знали, что именно этим все закончится. Я женат, у меня есть ребенок, и это для тебя не новость. В день разлуки я узнал, что моя жена беременна и скоро на свет появится дочь. Я не могу бросить семью и детей». На следующий день в своем почтовом ящике я нашла две путевки в Сочи.

Я очень рада за него. Саша прекрасный отец и настоящий мужчина, но не мой…

Лариса, г. Сорочинск.

ГЕЛЬ ИЗ БУРЫХ МОРСКИХ ВОДОРОСЛЕЙ «ЛАКТОМАРИН» В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ ВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

Ежедневно в организм человека проникают вирусы и бактерии, которые причиняют вред и провоцируют развитие различных осложнений в виде аллергических реакций, простудных, инфекционных заболеваний, интоксикаций. Употребление лекарственных препаратов, например, антибиотиков, тоже не проходит бесследно. В крови, в клетках оседают яды, продукты распада жизнедеятельности патогенной микрофлоры, проникшей в организм. Любой компонент, не предусмотренный природой, является чужеродным, вызывая симптомы аллергии, кишечных патологий, ослабления иммунитета.

«ЛАКТОМАРИН», надеемся, уже хорошо известный жителям Оренбуржья комплекс, - натуральный пищевой продукт в виде геля на основе бурых морских водорослей. **«ЛАКТОМАРИН»** нормализует обменные процессы на уровне внутренних органов и тканей, проникает в кровь и проводит ее очистку, насыщая при этом организм микро- и макроэлементами, витаминами и полисахаридами. И все эти вещества усваиваются нашим организмом на 96 %!

СВОЙСТВА «ЛАКТОМАРИНА»:

1. Выводит из организма продукты распада вирусов и бактерий, шлаки и токсины из кишечника.
2. Очищает кровь от холестерина, сахаров, тяжелых металлов.
3. Стимулирует иммунную систему, выполняя роль иммуномодулятора. Очищая организм от вредных веществ, снимает нагрузку с иммунной системы и позволяет ей работать только на укрепление здоровья человека.
4. Эффективная помощь организму по восстановлению и исключению рисков повторных заражений на фоне интоксикации.
5. Обладает противовирусным и антибактериальным свойством, помогая организму быстрее восстанавливаться при развитии заболевания или после перенесенных заболеваний, в том числе вирусного характера.

***ВАЖНО ЗНАТЬ**: «ЛАКТОМАРИН» не заменяет действие противовирусных препаратов и антибиотиков, но снижает риск осложнений от влияния патогенных организмов.*

6. Входящий в состав **«ЛАКТОМАРИНа»** **фукоидан** стимулирует выработку жизненно необходимых иммунных клеток, уничтожающих бактерии, грибки и вирусы, которые являются потенциально опасными.

«ЛАКТОМАРИН» - продукт-чемпион по богатству биохимического состава. Он содержит десятки полезных биологически активных веществ: микро- и макроэлементы (кальций, магний, фосфор, железо, калий, йод, марганец, медь, хром, цинк), а также витамины А, С, Е, группы В (В1, В2, В6), альгинаты, пищевые волокна, аминокислоты, полиненасыщенные жиры, полисахариды, в том числе такой редкий, как **фукоидан**! Мощный заряд компонентов обладает ценнейшими свойствами для сохранения и поддержания состояния нашего здоровья на высоте.

Будьте всегда здоровы!

Специалисты центра подробно ответят на все ваши вопросы о «Лактомарине» по телефону
8 (3532) 44-51-51

Лечебно-профилактический продукт «Лактомарин» рекомендован к применению Всероссийским научно-исследовательским центром восстановительной медицины и курортологии МЗ РФ. Одобрен НИИ питания РАМН.

ЛУЧШИЙ ПОДАРОК ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЛАКТОМАРИН

Опасный дефицит

Увы, действительно, многие пожилые люди испытывают значительный гиповитаминоз (витаминную недостаточность) и дисмикроэлементоз (дисбаланс микроэлементов). Дефицит витаминов усугубляется из-за болезней, стрессов и плохой экологии, а также из-за лекарств, особенно антибиотиков.

«ЛАКТОМАРИН» - гомогенизированный гель из бурых морских водорослей ламинарии - будет прекрасным подарком для здоровья всем, кто желает улучшить свое самочувствие.

«ЛАКТОМАРИН» - 100 % натуральный продукт, предназначен для широкого применения с целью оздоровительного (лечебного и профилактического) питания, а также комплексной терапии заболеваний обмена веществ в комбинации с лекарственными препаратами.

Показания к применению:

Профилактика (первичная и вторичная) и диетическая терапия при следующих заболеваниях и синдромах:

- болезни систем кровообращения; гипофункция щитовидной железы; расстройства питания и обмена веществ, в том числе диабет; **иммунодефицитные состояния**;
- болезни органов пищеварения, протекающие со склонностью к запорам; дисбактериоз кишечника;
- болезни сердечно-сосудистых и эндокринных систем, желудочно-кишечного тракта; йодо- и железодефицитные состояния; бронхо-легочные заболевания; заболевания опорно-двигательного аппарата, вызванные нарушением обмена веществ; аллергические реакции;
- для уменьшения побочных эффектов от применения лекарственных препаратов, в качестве сорбента/антиоксиданта для устранения негативных последствий после проведения химио- и лучевой терапии.

Лечебно-профилактический курс «Лактомарина» - это ваше здоровье!

АКЦИЯ! -50%

В это непростое для всех время наша компания приняла решение о снижении цены на «ЛАКТОМАРИН» на 50 %.

500 рублей

Внимание! Специально для читателей газеты «Оренбургская сударыня».

Отдайте этот купон курьеру при доставке - и получите гарантированную скидку 500 рублей на полный курс любого из наших продуктов.

Сделано в России. Не является лекарством и БАД.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ООО «УК «Современные биотехнологии». Сертификат соответствия №РОСС RU.АИ84.НО2694 от 24.09.2012

БЕЗОПАСНОСТЬ

Берегите своих детей!

Сообщения о выпадениях малышей из окон многоэтажек поступают практически ежедневно. Как правило, трагедии случаются из-за недостаточного контроля взрослых и их рассеянности.

Чтобы уберечь семью от беды, достаточно соблюдать несколько правил.

1. Не оставляйте маленьких детей одних.

2. Отодвиньте от окон все виды мебели, чтобы ребенок не мог залезть на подоконник.

3. По возможности открывайте окна сверху, а не снизу.

4. Помните, что противомоскитные сетки не защищают от падений! Напротив, способствует трагедии, так как ребенок, опираясь на сетку, чувствует себя в безопасности и выпадает вместе с сеткой.

5. Установите блокираторы или ручки-замки с ключом, чтобы ребенок не мог открыть окно самостоятельно.

6. Поставьте на окна специальные фиксаторы, которые не позволяют открыть окно больше чем на несколько сантиметров.

7. Если что-то показываете ребенку из окна, крепко держите его, будьте готовы к резким движениям.

8. Если вы устанавливаете металлическую решетку, предусмотрите способ быстро открыть ее в случае пожара!

Комиссия по делам несовершеннолетних администрации г. Оренбурга.

Телефон рекламной службы

77-68-42

Подписка на слуховой аппарат в «Академии Слуха»: новый слуховой аппарат каждые два года!

По данным Всемирной организации здравоохранения, проблемы со слухом встречаются у 466 миллионов человек по всему миру. Чаще всего они возникают у пожилых людей, но, если вы находитесь в группе риска, болезнь может возникнуть в более молодом возрасте. Компенсировать потерянный слух и вернуться к нормальной жизни поможет современный слуховой аппарат!

Кто может быть предрасположен к потере слуха и почему?

- «Спасательные профессии», такие, как пожарные, а также люди, занятные в шумном производстве. Регулярное и длительное воздействие шума, химикатов может серьезно ухудшить слух[1].
- Люди, страдающие сахарным диабетом. Риск потери слуха в этом случае в два раза выше, чем у той же возрастной группы без заболевания[2].
- Люди, страдающие высоким или нестабильным давлением. Повышенное артериальное давление или его скачки могут расшатывать наш слух[3].

Кроме этого, на состояние слуха влияют генетика, прием лекарств и перенесенные болезни и, конечно, возраст.

Чем опасна потеря слуха?

- Социальной изоляцией: возникают сложности на работе, в общении. Из-за потери слуха близкие могут реже общаться со слабослышащим или не оставлять с ним детей, переживая за их безопасность.
- Неправильной речью. Это особенно актуально для детей в возрасте до 12 лет, так как в этот период они учатся говорить, и неправильно услышанные звуки могут остаться в речи навсегда.
- Слабо слышащие больше подвержены риску развития старческого слабоумия[4].

Поэтому если вы заметили, что прибавляете звук телевизора, плохо слышите родных, особенно когда говорят несколько человек, а близкие жалуются, что вы говорите слишком громко, вам стоит сделать тест слуха. **В «Академии Слуха» эта услуга БЕСПЛАТНА.**

Скорректировать слух поможет современный слуховой аппарат, подобранный и адаптированный под ваши нарушения слуха. Но технический прогресс не стоит на месте - появляются новые модели, которые позволяют слышать еще лучше.

Поэтому «Академия Слуха» разработала особое предложение: подписка на слуховой аппарат! Вы платите всего от 66 рублей в день и получаете новый, современный слуховой аппарат каждые два года! Помимо этого, для вас всегда бесплатны:

- тест слуха и консультации сурдоакустика;
- адаптация аппарата под ваши нарушения слуха;
- подменный фонд на время ремонта, если аппарат сломается;
- обслуживание аппарата весь гарантийный срок!

АКАДЕМИЯ СЛУХА

Акция действует с 1 июня по 15 июля 2020 года, торопитесь услышать мир в новом, высоком качестве!

Предварительная запись по телефонам: +7(3532) 37-30-33, 8-800-500-93-94.

Наш адрес: г. Оренбург, ул. Терешковой, д. 27, пом. 2.

В акции участвуют не все слуховые аппараты. Подробную информацию об условиях акции, ассортименте слуховых аппаратов спрашивайте у сотрудников центра. Не является публичной офертой.

[1]Согласно исследованию пожарных, проведённому в 2001 году в Массачусетсе. [2]По данным материала Starkey Hearing Technologies за 10.10.2018. [3]По исследованию Самарского государственного института, совместно с Северо-Западным государственным медицинским университетом им. И.И.Мечникова в 2013 году. [4]Согласно исследованию, проведённому в Университете Джона Хопкинса в период с 1990 по 2008 год.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ФОТОКОНКУРС

Лето – это маленькая жизнь...

Тему очередного фотоконкурса, как это часто бывает, нам подсказали наши читатели и друзья. Они размещают в своих группах такие яркие и интересные снимки, что снова и снова заставляют напевать строки известной всем песни: «Лето – это маленькая жизнь…» и далее по тексту. Причем, судя по фотографиям, у каждого продолжение этой песенной строчки свое. Шашлыки и купание, вечерние посиделки и прогулки по лесу, работа в саду и… Вот и присылайте нам свое лето до 1 сентября. А мы выберем победителей и обязательно отметим их призами.
Ждем снимков на электронную почту редакции orsud@yandex.ru с пометкой “Фотоконкурс».

Прислала Тата.

Прислала Татьяна Сысоева, п. Саракташ.

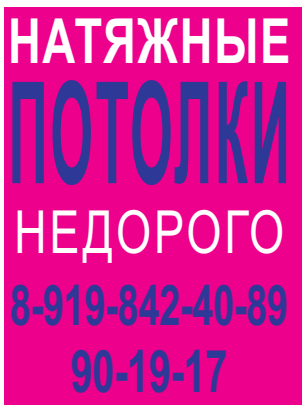
Прислала Лариса Кирилина, п. Горный.

Прислала Ира Гончарова, с. Кардаилово.

Прислала Надежда Батий, с. Беляевка.

Прислала Александра Ведьманова, с.Мирошкино Первомайского района.

Прислала Светлана Бублеева.



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 №24/368.
Время подписания в печать по графику - 22 июня в 23.00.
Фактическое время подписания в печать - 22 июня в 23.00.