30 (1308) 04.08.2020

Оренбургская Сударыня

ЖЕНЩИНА, СЕМЬЯ, МАТЕРИНСТВО, ДЕТСТВО

Каждая семечка в деле сгодится

Кто летит в Турцию?

стр. 2

Когда приют достроят?

стр. 3

В чем секрет благодатного брака?

стр. 6

Как победить бобров?

стр. 7

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ОБРАЗОВАНИЕ

Гимназия ищет спонсоров

В Саракташе приостановлена работа православной гимназии им. преподобного Сергия Радонежского Троицкой Симеоновой Обители Милосердия. Учебное заведение действовало около 20 лет. Теперь на продолжение деятельности нет средств.
Ранее к дотации из областного бюджета добавлялись спонсорские средства - примерно семь миллионов рублей в год. На сегодняшний день спонсоры не могут помочь с деньгами. Найти им замену пока не удалось.
- Гимназия не закрывается, лицензия у нее сохраняется. Она бессрочная. Однако епархиальный совет вынужден принять решение о временной приостановке работы, - комментирует ситуацию представитель епархии иерей Вадим Татусь.
Министр образования Оренбургской области проинформирован о произошедшем.

ЭКОНОМИКА

Кроликов отправят на экспорт

Агропромышленная компания из Новоорского района планирует отправлять свою продукцию в Южную Корею. Компания «Веста» выращивает кроликов с 2015 года. В настоящее время в комплексе содержится более 25 тысяч голов. Диетическое мясо уже поставляется в Казахстан, Киргизию и Узбекистан. Еженедельно агрохолдинг производит до восьми тонн мясной продукции, а также сырья для производства детского питания и кормов для домашних животных.

УСПЕХ

Премия – на скрипку

Воспитанница детской музыкальной школы Новотроицка Арина Максименко победила во всероссийском конкурсе для одаренных детей. В этом году он проходил в онлайн-формате.
Новотройчанка стала единственной победительницей из Оренбургской области.
В качестве приза она получила 50 тысяч рублей. Эти деньги Арина потратит на новую скрипку. Через год девушка окончит школу и планирует поступать в музыкальное училище в Санкт-Петербурге или в Москве.

Инга ПРОХОРОВА.

Туристы за границу не спешат

Отправиться на отдых в Турцию оренбуржцы могут с 10 августа. Но желающих воспользоваться предложениями турфирм пока немного.

Нижний предел стоимости десятидневного отдыха в Турции на двоих - 75 тысяч рублей.

С момента официального разрешения полетов в Турцию менеджеры принимают до сотни звонков от клиентов с вопросами: правда ли, что авиасообщение открыто? какова стоимость отдыха? какие требования нужно соблюдать?

- На сегодняшний день у нас забронировано менее 50 путевок. Люди осторожничают, наблюдают за развитием событий. Это, конечно, связано с нестабильной эпидемиологической и финансовой ситуацией. Каких решений ждать от правительств двух государств, никто не знает. К тому же многие уже успели отдохнуть в России, - рассказывает директор одного из крупных турагентств Оренбурга Владимир Гетман.

ЧТО НАСТОРАЖИВАЕТ?

Прямых вылетов из Оренбурга в Турцию пока нет и в ближайшее время не будет. До Анталии, Бодрума и Даламана можно добраться только с пересадкой в Москве или в Ростове-на-Дону.

Турецкая сторона не выдвигает требований о наличии справки об отрицательном тесте на COVID-19 и обещает не сажать туристов на двухнедельный карантин. Однако каждому гостю прямо в аэропорту предстоит пройти через терморамку. Если температура в норме, туристу поставят штамп в паспорте и отправят в отель. Тем, у кого температура повышена, бесплатно сделают тест. Получения результата придется дожидаться в медицинском изоляторе на территории аэропорта. При положительном тесте на COVID-19 туриста отправят в госпиталь и будут лечить в соответствии с условиями страхового полиса, оформленного при приобретении путевки.

В самолете все пассажиры обязаны заполнить анкету, указав номер посадочного места, название отеля и срок отдыха. Информация пригодится медикам и санитарным службам для определения контактов в случаях, когда выявляется инфицирование. Все контактные лица будут помещаться на двухнедельный карантин на территории отелей.

ЛЕТЕТЬ – НЕ ЛЕТЕТЬ...

По планам туристов из Оренбурга будут отправлять в Турцию с 10 августа пять раз в неделю. Однако велика вероятность, что столько желающих не наберется. Потому возможны переносы вылетов и сокращение их количества до двух-трех в неделю.

- Конечно, ситуация непростая. Но она под контролем. Вероятность заразиться коронавирусом в Турции ничуть не выше, чем на российских курортах. И последствия будут примерно одинаковыми. Потому волноваться не стоит. Но лететь на отдых за границу дикарем категорически не рекомендуется. Обратиться за помощью будет не к кому, - объясняют представители турагентств.

Помимо Турции, с 1 августа Россия открыла авиасообщение с Великобританией и Танзанией. К этим направлениям оренбуржцы никакого интереса не проявляют.

Марина СЕНЧЕНКО.

БИЗНЕС

Регион своих не бросает

Предпринимателям Оренбуржья начали выдавать займы по антикризисной программе под 1,5 %. Первым получателем стал житель областного центра Дмитрий Кузьмин.

Получить консультацию специалиста по получению микрозайма можно по телефону: 8 (3532) 32-37-42.

Уже более шести лет Дмитрий продолжает дело своего отца в Сакмарском районе - занимается растениеводством. Кузьмины выращивают пшеницу, ячмень, просо, нут и подсолнечник.

- Мы постоянно в кредитах. Один закрываем - другой берем. То технику обновить надо, то удобрения купить. Займы под низкий процент, конечно, очень привлекательны. Они реально улучшат финансовое самочувствие небольших хозяйств, - считает Дмитрий Кузьмин.

Ему уже перечислены пять миллионов рублей. Вернуть деньги необходимо в течение трех лет.

Средства микрозайма фермер направил на строительство зерноочистительного комплекса, который планирует запустить в эксплуатацию в начале сентября. Антикризисные меры поддержки, которые предлагает Гарантийный фонд Оренбургской области, направлены на расширение доступа к кредитам всем категориям предпринимателей, в том числе и начинающим.

Ирина ФООС.

ПРОИСШЕСТВИЯ

Наказана мать

В Бузулуке возбуждено уголовное дело по факту ненадлежащего исполнения женщиной своих родительских обязанностей. Установлено, что мать семилетнего мальчика систематически употребляла спиртные напитки, а по ночам выгоняла сына на улицу. 22 июля женщина жестоко избила ребенка. У мальчика обнаружены ссадины на грудной клетке и в подмышечной области.
За такие методы воспитания предусмотрено лишение свободы до трех лет.

В тюрьму – за подделку

В суд направлено уголовное дело в отношении заместителя директора Оренбургского автотранспортного колледжа. Установлено, что завуч получила деньги за изготовление и подписание поддельного диплома о среднем профессиональном образовании. Кроме этого, подготовила фиктивную академическую справку, подтверждающую обучение гражданина в областном медицинском колледже, и на основании этого документа зачислила студента в автотранспортный колледж. За свои услуги обвиняемая брала немаленькие суммы. Теперь на ее имущество на сумму свыше 5 млн рублей наложен арест.

По подозрению в пытках

В Саракташском районе два участковых инспектора обвиняются в превышении должностных полномочий. В ближайшее время они могут предстать перед судом.
По версии правоохранителей, обвиняемые пытали двух задержанных электрошокером. Так они хотели выбить из них признание в краже. Свою вину полицейские не признают.

Земля испорчена

В Новосергиевском районе возбуждены два уголовных дела по статье «Порча земли». Причиной для разбирательства стал разлив нефти.
По первому факту из-за неких личностей в ноябре 2019 года произошел разлив нефтепродуктов на поле площадью 330 м^2. Это привело к загрязнению плодородного слоя почвы. Окружающей среде был причинен ущерб на сумму около 2 млн рублей.
По второму уголовному делу подозреваемый разлил нефть в пяти километрах от трассы Новосергиевка - Илек. Ущерб превысил 1 млн рублей. Однако на этом злоумышленник не остановился. Через несколько километров он вновь слил нефтепродукт и нанес вред почве более чем на 2 млн рублей. Оба нарушителя установлены.

Ангелина МАЛИНИНА.

Прогноз погоды

	СРЕДА, 05.08	ЧЕТВЕРГ, 06.08	ПЯТНИЦА, 07.08	СУББОТА, 08.08	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 09.08	ПОНЕДЕЛЬНИК, 10.08	ВТОРНИК, 11.08
Бузулук	+20...+34	+23...+34	+21...+33	+22...+30	+19...+27	+17...+26	+16...+27
Оренбург	+22...+35	+25...+34	+23...+34	+23...+33	+20...+28	+17...+26	+16...+26
Орск	+24...+34	+24...+33	+23...+33	+20...+28	+18...+24	+15...+24	+14...+22

Помогите построить приют!

Волонтеры Центра реабилитации и приюта для бездомных животных «Отрада» возводят на окраине Оренбурга новое жилье для кошек и собак на 300 мест. С благодарностью принимают любую помощь: руками, деньгами, головой…

Приют для собак и кошек «Отрада» появился в 2017 году по инициативе Евгении Пахомовой. С тех пор сама Евгения и ее единомышленники по сигналам горожан подбирают на улице бездомных животных, при необходимости лечат их, обрабатывают от паразитов, прививают, стерилизуют, кастрируют, а потом пытаются пристроить в добрые руки.

На сегодняшний день в «Отраде» насчитывается порядка 200 кошек и собак. До июля этого года они размещались в селе Уранбаш Октябрьского района. Там, почти за 100 километров от Оренбурга, нашлись добрые люди, которые безвозмездно выделили землю и помогли построить клетки для брошенных хозяевами четвероногих питомцев.

- Все эти годы мы работали на грани срыва. Ежедневно добираться из Оренбурга до Уранбаша, чтобы покормить собак, сделать им укол или перевязать лапы, крайне неудобно. Да, нас шестеро. Но у каждого есть семья, работа, свои личные дела, которые порой невозможно отложить. А животным этого не объяснишь. Потому мы и изыскивали любую возможность, чтобы перевезти приют в Оренбург, ну или в его окрестности, - рассказывает руководитель проекта Евгения Пахомова.

Почти три года она вела переговоры с администрацией Оренбурга, писала письма в различные инстанции, обращалась к депутатам и кандидатам. И вот, наконец, дело сдвинулось с мертвой точки. Волонтеры получили в аренду участок площадью 30 соток на улице Тихой.

Все санитарные нормы и требования законодательства соблюдены. Казалось бы, бери да строй! Но из чего и чьими руками?

И снова крики о помощи и сигналы «SOS!» полетели по Оренбургу. И вот по дощечке, по кирпичику с помощью неравнодушных людей возводятся вольеры и благоустраивается территория. Один из заводов предоставил добровольцам бетонные блоки для возведения фундамента. Один из торговых центров в ходе благотворительной акции собрал деньги на приобретение материала для ограждения. Один из супермаркетов подарил деревянные поддоны, которые используются для строительства временного жилья. Один из холдингов пообещал выделить средства на бурение скважины для воды. Пока коммуникации не подведены, самые неравнодушные и активные предприниматели ежедневно подвозят на территорию будущего приюта бутилированную воду. Не остаются безучастными и обычные горожане. Одни деньгами помогают, другие корм привозят, третьи транспорт выделяют, четвертые просто приезжают и работают на объекте.

На сегодняшний день расчищена территория, установлен вагончик для проживания кошек и хранения продуктов, залит фундамент, возводится ограждение.

- Уже в ближайшие дни мы планируем перевезти всех животных на новое место жительства. Но зимовать им, видимо, придется во временных клетках. Вряд ли до наступления холодов мы успеем построить капитальные вольеры, - рассказывают волонтеры.

В дальнейших планах защитников животных - строительство отдельно стоящего карантинного помещения, оборудование кабинета для проведения стерилизации и активная просветительская работа, которая поможет многим питомцам обрести новых хозяев. Глобальная цель волонтеров «Отрады» - гуманная регуляция численности кошек и собак. Это и город безопаснее для его жителей сделает, и питомцы не будут умирать на улицах от холода, голода и болезней.

Марина СЕНЧЕНКО.

Подробную информацию о работе волонтеров и о том, в чем нуждаются волонтеры и их питомцы, можно узнать в официальных группах «Отрады» в социальных сетях.

ИЗ ЖИЗНИ ОБЛАСТИ

Школы готовятся к Дню знаний

Приемка образовательных организаций к началу нового учебного года в разгаре. По состоянию на 3 августа ее прошли уже более 300 школ, детских садов, ссузов и учреждений дополнительного образования. Специально созданные комиссии комплексно изучают состояние зданий. При оценках учитываются текущий ремонт, состояние классов, столовых и других помещений. Особое внимание уделяется пожарной безопасности, антитеррористической защищенности и укрепленности, соответствию санитарным требованиям. В условиях коронавирусной пандемии проверяется также готовность к соблюдению мер профилактики. Всего до 1 сентября приемку пройдут 1 830 образовательных учреждений региона.

Медпомощь в новых условиях

В селе Екатеринославка Тюльганского района построен новый фельдшерско-акушерский пункт. Услуги в медицинском учреждении будут получать 530 человек.

Современный ФАП рассчитан на 20 посещений в смену. В нем оборудованы смотровой и процедурно-прививочный кабинеты, имеется санузел, обустроено место для ожидания пациентов. Здание подключено к коммуникациям. Фельдшерско-акушерский пункт построен по областной адресной инвестиционной программе «Развитие здравоохранения Оренбургской области». Ранее, благодаря этой программе, на территории Тюльганского района появились ФАПы в селах Репьевка и Городки. Планируется строительство медпункта в Ключах и новой амбулатории в Троицком.

Инга ПРОХОРОВА.

ОПРОС

Кому нужна универсальная карта?

Определена компания, которая займется внедрением государственной информационной системы «Универсальная карта жителя Оренбургской области». Универсальная карта объединит в себе банковскую, скидочную и бонусную карты, проездной билет, полис ОМС, электронную цифровую подпись и многое другое. Выдавать необычный документ начнут уже в первом квартале 2021 года. Готовы ли наши читатели воспользоваться подобной услугой?

Светлана КОЗЫРЕНКО, пенсионерка, с. Илек:

- Если по карте будут предоставляться скидки в магазинах и аптеках, это замечательно. Помню, как в Бурятии все ходили в магазин, где были скидки на основные товары. А вот транспортная карта мне ни к чему, да и банковской я почти не пользуюсь. Только пенсию снимаю с нее. Выдавать эту универсальную карту, конечно, бесплатно должны. Это важно.

Раиля МУСТАФИНА, пенсионерка, с. Чесноковка Переволоцкого района:

- Банковскими и различными скидочными картами пользуюсь активно и в магазине, и при онлайн-заказах в Интернете. Наверно, действительно удобнее объединить все карты в одну. Плюсом к этому стала бы возможность получать различные государственные услуги с помощью универсальной системы.

Сагира КУЛАМБАЕВА, специалист суда, г. Орск:

- Универсальная карта оренбуржца явно будет уступать по функционалу карте москвича. У нас нет так много возможностей для ее использования. Полис мне с собой взять несложно, а транспортной карты у меня нет. Да и скидка на проезд наверняка будет незначительной, чтобы заметить ее. А доверять данные своей банковской карты каким бы то ни было посредникам я не намерена.

Елена ИВАНОВА, домохозяйка, с. Донецкое Переволоцкого района:

- Почему бы и не получить карту, которая заменит полис, справку на льготы, рецепты на бесплатные лекарства для сына и скидочные карты? Мне кажется, это очень удобно. Такую карту точно не забудешь. Но с банковской объединять ее не стоит. Неизвестно, кто и как будет контролировать мои денежные средства. Банкам я доверяю больше.

Лариса ЯЦУН, инвалид III группы, г. Оренбург:

- О карте оренбуржца не слышала, но пользоваться ею не против. Сейчас постоянно беру с собой транспортную карту, медицинский полис и различные скидочные купоны. Если все это будет на одном носителе, замечательно. Но банковские услуги к общей карте привязывать нельзя. Опасно это. Мошенники не дремлют.

Елена ФИЛЯКИНА, юрист, г. Оренбург:

- Мне, как юристу, такая универсальная карта оказалась бы очень полезной. Чем меньше документов, тем лучше. Полис и банковская карта для постоянных нужд будут всегда при себе. Если не держать все денежные средства на этой карте, она будет безопасна в использовании.

Подготовила Ксения КОРНИЛОВА.

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Вся жизнь – в культуре

Легкая походка, блеск в глазах и приветливая улыбка на лице - такой привыкли видеть Ирину Бондаренко окружающие люди. Она руководит отделом по культуре и искусству в администрации Северного округа Оренбурга. И заряжает своей энергией всех, кто находится рядом.

По профессии Ирина Бондаренко - клубный работник, руководитель оркестра русских народных инструментов, баянистов и аккордеонистов. С малых лет она активно участвовала во всех концертах, которые ребятишки организовывали для жителей своего двора. Окончила музыкальную школу по классу аккордеона и фортепиано. Одновременно пела в школьном хоре, училась на одни пятерки и занималась баскетболом в спортивной школе. Деятельной школьнице удавалось успешно совмещать учебу, творчество и спорт, а когда наступило время определяться с профессией, Ирина ни на секунду не сомневалась в правильности выбора - поступила в Оренбургское областное училище культуры.

На практику студентку взяли во Дворец культуры «Россия», где она и осталась работать, а учиться продолжила заочно. Девушка быстро влилась в коллектив, курировала молодежное направление. В 1991 году перевелась в отдел культуры Дзержинского районного исполнительного комитета города Оренбурга.

В 2004 году попробовала сменить сферу деятельности и несколько лет занималась дизайном мебели в одной из оренбургских компаний. Однако любимое дело заставило вернуться в родной отдел.

- Культура - сфера особая. Здесь невозможно быть равнодушным. Я болею каждым мероприятием, каждым концертом. Порою чувствую усталость, но в душе всегда остаются радость и удовлетворение от своей работы, - рассказывает Ирина Викторовна.

Территория Северного округа довольно большая. Она включает в себя не только городскую часть, но и сельские населенные пункты: Каргалу, Самородово, Краснохолм и Пруды. Дворцы и дома культуры, школы искусств и библиотеки… Каждое учреждение имеет свое неповторимое лицо, стиль работы и традиции. Люди, которые в них работают, преданы своему делу многие годы.

Культурная жизнь в Северном округе активная. Даже пандемия не заставила сбавить обороты, разве что некоторые коррективы в форматы мероприятий внесла. Например, День России в этом году отметили особенному.

Чтобы поддержать врачей, медсестер и их пациентов в такой трудный период, творческие коллективы провели праздничный концерт на территории больницы имени Пирогова. Прямо на улице. С соблюдением всех профилактических мер. Люди смотрели на артистов из окон, некоторые, чтобы подарить аплодисменты, даже во двор выходили. И слов благодарности и восхищения не жалели. Довольны остались все.

Одно из важных направлений работы Ирины Бондаренко - патриотическое. Она активно взаимодействует с учреждениями и организациями, занимающимися воспитанием детей и молодежи. В их числе - Центр внешкольной работы «Подросток» и сводный юнармейский отряд «Содружество». К 75-летию Великой Победы в Северном округе планировалось проведение фестиваля детского творчества «Правнуки Победы». Юнармейцы готовили вокальные и хореографические номера, учили стихи, но мероприятие пришлось отменить.

Ребята надеются и на возобновление традиционных встреч с ветеранами боевых действий. Ведь одно дело читать об их подвигах в Интернете, другое - общаться глаза в глаза.

- Если человек делает что-то от чистого сердца, с вдохновением, это не может оставить равнодушными окружающих. По такому принципу я и работаю. Служу культуре, дышу творчеством, отдыхаю проектами! - признается Ирина Бондаренко.

Ирина ФООС.

В прошлом году Ирина Викторовна отметила свой полувековой юбилей. Деятельность супруга и дочери Софьи не связаны с культурой, но они во всем поддерживают свою зажигалочку.

41 год проработала Любовь Селина в областной клинической больнице № 2.

ПРОФЕССИОНАЛЫ

На заслуженный отдых с почестями

Цветы, многочисленные слова благодарности коллег за наставничество и совместный труд - так началось последнее рабочее утро для Любови Егоровны Селиной. За ее плечами - 54 года медицинского стажа.

Свою трудовую деятельность Любовь Егоровна начала акушером-гинекологом в Пономаревском районе. Ей удалось сделать очень многое. Она создала систему контроля за качеством диспансеризации беременных и гинекологических больных, обеспечила комплексный подход в ведении беременных и новорожденных.

На протяжении всех лет работы в областной больнице № 2 Любовь Егоровна возглавляла акушерско-гинекологическую службу, которая выполняла функции областного центра по сердечно-сосудистой и эндокринной патологии, обеспечивала подготовку акушеров-гинекологов, терапевтов женских консультаций и родильных стационаров по вопросам диагностики и тактики ведения беременных с различными патологиями.

Именно врач Селина внедрила в Оренбургской области индуцированные и программированные роды, что позволило снизить процент оперативного родоразрешения, стабилизировать, а в дальнейшем снизить перинатальную смертность.

При участии Любови Егоровны было открыто анестезиолого-реанимационное отделение в областной больнице № 2, которое стало основой для создания единого акушерско-гинекологического комплекса областного значения. На его базе теперь организована выездная акушерско-реанимационная бригада, благодаря которой качественную акушерско-гинекологическую помощь могут получать женщины, проживающие в сельской местности.

- Ваши мудрость, опыт, знания и поразительная работоспособность всегда помогали нашему коллективу достигать успехов! Ваш профессиональный путь заслуживает уважения и глубокого почтения! Вы были и останетесь примером для молодежи, - такими словами проводил коллегу на заслуженный отдых главный врач Оренбургской областной клинической больницы № 2 Борис Колесников.

Марина ПЕТРЕНКО.

Ранец + праздник

В Оренбургском районе стартовала семнадцатая благотворительная акция «Соберем ребенка в школу». Она объединила политиков, общественников, представителей бизнес-сообщества и всех неравнодушных людей, готовых прийти на помощь многодетным семьям и тем, кто оказался в сложной жизненной ситуации.

Марафон добра и взаимопомощи начался в поселке Ленина. Для сельских ребятишек и их родителей мероприятие стало настоящим праздником. Дети пришли на встречу нарядными, в хорошем настроении. Счастливые обладатели новеньких портфелей примеряли их на глазах у всех.

Вика Черкашена в этом году пойдет во второй класс.

- Учусь на пятерки и четверки, потому что люблю школу. Новый портфель мне очень нравится. Розовый и красивый, такой, о котором я мечтала, - делится впечатлениями девочка.

Ее мама сообщила, что в семье трое детей. Двое из них - школьники. Купить форму, портфели и учебные принадлежности - затраты ощутимые. Любую помощь Черкашены принимают с благодарностью.

Семиклассница Анастасия Меркулова пришла на праздник с бабушкой Татьяной Алексеевной Асташкиной.

Женщина осталась довольна тем, что руководство района уделяет большое внимание вопросам семейного благополучия, помогает нуждающимся. А Настя призналась, что такая поддержка заряжает положительными эмоциями и мотивирует хорошо учиться. Это особенно важно перед началом нового учебного года.

Благотворительная акция «Соберем ребенка в школу» в Оренбургском районе проводится по инициативе Совета женщин при поддержке администрации муниципального образования и депутатов разных уровней.

За прошедшие годы благодаря совместной работе удалось собрать в школу более 15 тысяч ребятишек, обеспечить их школьными рюкзаками, письменными принадлежностями и ученической формой.

- В сентябре за парты в нашем районе сядут 12 457 детей, 1 653 ребенка переступят порог школы в первый раз. Мы гордимся тем, что у нас на 100 первоклассников больше, чем в прошлом году, - отмечает глава Оренбургского района Василий Шмарин.

Василий Николаевич за время акции планирует лично поздравить с началом учебного года 100 мальчишек и девчонок. Всего помощь будет оказана более чем 1 500 школьников. Масштабная работа в Оренбургском районе из года в год проводится при помощи спонсоров. В их числе аэропорт «Оренбург», СГЦ «Вишневский», птицефабрика «Оренбургская» и многие другие.

- Мы участвуем в благотворительной акции уже пятый раз. Стараемся, чтобы подарки были разнообразными и качественными. В этом году подготовили 20 портфелей для ребятишек из поселка Ленина и еще пять - для детей из других населенных пунктов, - рассказывает директор предприятия «Птица плюс» Сергей Семенов.

Акция «Соберем ребенка в школу» в этом году пройдет в 31 муниципальном образовании Оренбургского района.

Из-за ограничительных мероприятий акция проходит в необычном формате. Подарочные наборы вручаются с соблюдением всех мер предосторожности.

- Благотворительная акция «Соберем ребенка в школу» в нашем районе - добрая традиция. А к сохранению традиций мы относимся ответственно. И эпидемиологическая обстановка не должна мешать празднику. Мы лишь изменили формат работы, чтобы не нарушать санитарных требований, - отмечает председатель Совета женщин Оренбургского района Валентина Овсянникова.

Кристина НЕЧАЕВА.

УСПЕХ

Всех мужчин переплюнула

Рейтинг лидеров в уборке зерновых на прошлой неделе возглавила руководитель сельхозпредприятия ООО «АП «Союз» из Грачевского района Надежда Саверченко. Урожайность на ее полях превысила 73 центнера с гектара.

Надежда Саверченко возглавляет «Союз» уже пятый год. Она выросла в селе Урицком Грачевского района и с крестьянским трудом знакома не понаслышке. Отец всю жизнь работал трактористом, мать - в животноводстве. Оба имеют множество наград.

Всего в «Союзе» обрабатывают 8 000 гектаров земли, из них зерновыми занято около 3 000 гектаров.

Надежда Анатольевна рассказывать о себе не любит. А вот о своем хозяйстве и его тружениках готова говорить часами. Руководитель уверена, что небывало высокий урожай озимых в этом году получили благодаря погодным условиям и слаженной работе коллектива.

- Природа как будто специально для озимых культур постаралась. Вовремя и дожди прошли, и солнышко землю обогрело. Потому и колос полный стоит, налитой. Правда, клейковины не хватает. Зерно идет пятым классом, - рассказывает Надежда Анатольевна.

В хозяйстве сейчас горячая пора. Озимая пшеница занимает 2 100 гектаров. Половина уже в закромах, другая - ждет комбайнов. Каждая минута на счету. До дождей успеть надо.

Сельхозпредприятие «Союз» всегда получает стабильный урожай. Для этого все стараются. Эффективные технологии внедряют, парк техники обновляют. В этом году, например, приобретен новый мощный комбайн NEW HOLLAND.

- Условия труда с прежними даже сравнивать нельзя. Все автоматизировано. В кабине комфорт. Кондиционер работает. Ни пыли, ни шума, - хвастаются механизаторы.

А руководитель хозяйства надеется, что все вложения окупятся. Цена за тонну пшеницы пятого класса установилась неплохая - 9 000 рублей.

- Пока уборка не закончена, строить планы рано, но постараемся, как и раньше, помогать поселку Подлесному: школе, садику, сельсовету, - делится глава «Союза» Надежда Саверченко.

Ирина ФООС.

КОНКУРС

Наши девчата – на пьедестале

Татарский вокальный ансамбль «Башировские девчата» из Ташлинского района успешно выступил на Межрегиональном онлайн-фестивале национальных песен и танцев «На перекрестке культур».

Коллектив из Оренбуржья представил на суд жюри произведение Фирдуса Тямаева «Соловей» и вошел в число победителей.

«Башировские девчата» существуют с января 2000 года. Участникам группы от 13 до 54 лет. Их всех объединяют желание сохранять татарскую культуру, любовь к музыке и песне. Репертуар коллектива состоит в основном из национальных татарских и авторских композиций.

Всего в творческом проекте приняли участие более 200 народных ансамблей и сольных исполнителей из Ненецкого автономного округа, Мордовии, Башкортостана, Чувашии, Орловской, Воронежской, Тульской и других областей.

Инга ПРОХОРОВА.

АКЦИЯ

Десант высадился на берегу

Совет женщин Бугуруслана навел порядок на берегах реки Кинель.

Инициатором субботника стала Ольга Сильванович. Она запланировала этим летом с семьей сплавиться по реке, но на пути встали горы мусора. Даже от путешествия пришлось отказаться. Вот Ольга и предложила подругам по женсовету исправить ситуацию. Идею поддержали и мужчины.

- Я родился на этой речке, живу на берегу, - рассказывает Александр Аббас. - Разве это дело, когда к воде из-за мусора подойти невозможно? Я и сам убираю, и соседей заставляю. Потому и решил женщинам помочь в хорошем деле.

У Александра есть моторная лодка. Это значительно облегчило задачу. Добровольцы-экологи проплыли по реке пять километров, выгребли из воды семь мешков мусора.

- Чего только там не было! От детских игрушек и рваной обуви до кинескопа телевизора и трупов животных. Больше всего, конечно, бутылок, стеклянных и пластиковых, - рассказывает участница десанта Лена Фаррахова.

Сейчас женсовет затевает новое мероприятие - объявлен конкурс рисунков о родной природе и реке Кинель. Отразить можно все - и негатив, и красоту. Работы планируется выставить на День города, чтобы земляки увидели, поняли и прониклись проблемой.

В женсовете Бугуруслана работают 12 представителей разных сфер жизни. Потому и работу ведут разноплановую и интересную.

Тамара НАЗИНА.

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

БЛАГОЕ ДЕЛО

В беде лучше объединиться

В храме Святого великомученика и целителя Пантелеймона Орской епархии завершена крупнейшая за все годы его существования акция по раздаче продуктовых наборов нуждающимся.

Духовно-просветительский центр действует на территории храма Святого великомученика и целителя Пантелеймона с 2016 года. Все это время здесь оказывают гуманитарную помощь нуждающимся.

До пандемии коронавируса гуманитарную помощь от епархии ежемесячно получали матери-одиночки, в том числе те, кто когда-то по настоянию священников отказался от аборта.

После объявления режима изоляции количество людей, нуждающихся в поддержке, резко возросло. Помогать пришлось ранее благополучным семьям, которые теперь остались без работы и без средств к существованию.

- Синодальный отдел по церковной благотворительности и социальному служению Московского патриархата организовал общий сбор средств для закупки продуктовых наборов, - рассказывает отец Вячеслав Кочкин. - Орская епархия получила сто тысяч рублей. Мы приобрели на них девятьсот килограммов продуктов: различные крупы, сахар, макаронные изделия, тушенку, сгущенку, консервы и многое другое. На каждую семью получилось по шестнадцать килограммов.

Сначала получателей продуктовых наборов священникам пришлось практически искать. Они связывались с настоятелями приходов, районными администрациями, чтобы найти тех, у кого не хватает денег на элементарную еду. Таких немало, просто за помощью они зачастую обращаться стесняются. Предпочитают молчать о своих проблемах.

- Я благодарен всем, кто откликнулся, в том числе волонтерам, которые закупали и сортировали продукты, а потом развозили их по домам. Только в поселок Первомайский было отправлено шестнадцать наборов, - рассказывает священник.

Всего добровольцы собрали сто пакетов с провизией. Это значит, что 417 человек, проживающие в ста семьях, не голодали в трудное время.

- При раздаче продуктов было очень тяжело морально. А как может быть иначе, если, к примеру, шестилетняя девочка, увидев набор, кричит что есть силы: «Мама, смотри, гречка!»? - делятся впечатлениями волонтеры.

Марина ПЕТРЕНКО.

70 лет идут по жизни рука об руку Иван Евграфович и Мария Васильевна Шмелевы. 9 августа супруги отметят благодатную свадьбу. Им есть о чем рассказать молодежи.

«Благодатные» супруги секрет своего семейного счастья объясняют просто. Говорят, что они оба - очень добрые люди, и никогда никому не причиняли зла. А добро дарит человеку и здоровье, и счастье.

Без зла и обид

Иван и Мария познакомились в далеком 1950 году в городе Кропоткине Краснодарского края, куда фронтовик Шмелев после демобилизации приехал в гости к однополчанину. Перед самым отъездом в Волгоград, к другому сослуживцу, Иван увидел на улице симпатичную девушку и решил остаться. Сдал билет и на следующий день отправился в швейную мастерскую, где работала Мария. Попросил заведующего вызвать работницу Кобозеву. Она выскочила в платье в горошек и босиком. Иван увидел ее - и был покорен навсегда.

Чтобы чаще видеться с зазнобой, Ивану пришлось заказать пошив костюма, а потом еще одного. Так на примерках и добился он расположения красавицы.

Все деньги, полученные по случаю демобилизации, Иван Евграфович потратил на шикарную свадьбу. Однако теща все равно невзлюбила чужака. Ей очень хотелось выдать дочку за своего, местного парня. Только потом женщина осознала, что ошибалась, и поняла, что лучшего мужа для Марии не сыскать.

Дважды после того, как Иван с Марией расписались, поклонники предлагали красавице бросить мужа. Но она даже слышать не хотела таких предложений.

В городе, который за восемь месяцев немецкой оккупации был сильно разрушен и долго восстанавливался, работы для молодых не было, потому они решили перебраться на родину Ивана в Оренбургскую область, но не в село Изобильное Соль-Илецкого района, а в Медногорск.

После цветущего Краснодарского края промышленный город Марии Васильевне совсем не понравился. Со слезами на глазах она упрекала мужа за то, что привез ее в такую глушь. Но денег на возвращение домой не было. Решили накопить и переехать в Краснодарский край. Да так и остались в Медногорске.

Иван Евграфович работал на стройке, прошел трудовой путь от землекопа до старшего прораба. Мария Васильевна сначала устроилась в детский сад воспитателем, потом была заведующей отделом просвещения в Доме учителя, а позже преподавала домоводство в школе.

Родители ее учениц нарадоваться не могли. Под руководством Марии Шмелевой девчонки учились готовить вкуснейшие блюда, вязать и шить. Кабинет медногорского педагога по домоводству московская комиссия признала уникальным, а сама Мария Васильевна в городских кулинарных конкурсах оставляла позади всех профессиональных поваров.

Супруги Шмелевы шефствовали над одним из классов в школе. Водили ребят в походы, на лыжные прогулки, а потом приглашали к себе домой и угощали пирогами да пирожными.

После выхода на пенсию Иван Евграфович и Мария Васильевна переехали в Оренбург. Они до сих пор являются идеалом семьи для своих дочерей Веры и Надежды, а также для двоих внуков, правнучки и правнука.

- Мы с сестрой ни разу не видели, чтобы родители ссорились. Мама - учительница - была строгой, папа - более мягким человеком, но они всегда и во всем находили компромисс, - рассказывает дочка Шмелевых Вера Ивановна. - Мама импульсивная, она и сейчас частенько за сердце хватается, фильмы о войне без слез смотреть не может. Но когда папа рядом, тут же успокаивается, чувствует его защиту. Ведь он всегда шепчет маме: «Главное - спокойствие. Спешка - вред здоровью».

Надежда ТЕРЕХИНА.

Жертвенных животных в Оренбург в этом году привезли из фермерского хозяйства Переволоцкого района. Доставкой занимался студент медресе «Хусаиния» Радик Исхаков.

ОБЫЧАИ

Символ благочестия и веры

Оренбургские мусульмане отметили Курбан-байрам традиционным жертвоприношением. Обычно это событие завершает паломничество в Мекку. В этом году от привычного сценария пришлось отклониться.

Хадж из-за эпидемиологической ситуации никто из оренбуржцев не совершал. Все праздники проходят исключительно в семейном кругу, без массовой молитвы в мечети, количество точек продаж жертвенных животных существенно уменьшилось.

Загон на территории мечети «Сулеймания» в Оренбурге рассчитан на две сотни голов. В течение одного дня все они были распроданы.

Обычно мусульмане покупают одного барашка на семью. Часть мяса оставляют себе, остальное жертвуют бедным.

- В этом году мы забрали примерно треть, остальное передали в мечеть для малоимущих. Своим мясом угостим соседей и родственников, - говорит оренбуржец Силкан Рахманов.

В его семье принято отмечать Курбан-байрам по всем правилам предков. В первый день на стол подают печень и сердце жертвенного животного. Во второй - варят суп из ножек и головы и готовят мясные блюда с гарниром из овощей. На третий и четвертый день едят жареные ребрышки.

Торжества обычно длятся три-четыре дня. Они являются продолжением праздника и называются Ат-Ташрик.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

Бобры атакуют сельские поселения

Жители сел Султакай, Юртаево и поселка Майского Александровского района бьют тревогу. На местной речке стремительно растет численность полуводных грызунов.

В настоящее время в Оренбургской области численность бобров превысила 10 тысяч особей.

Борьба сельчан с бобрами идет уже не первый год. Однако состояние небольшой речки Султакай, которую облюбовали животные, становится все более плачевным. Почти каждую ночь на берегах лихо спиливаются и сваливаются в воду тридцатилетние тополя и клены. Плотины, которые возводят бобры, напоминают строительные базы. Ущерб от деятельности трудолюбивых грызунов налицо. На берегах вместо густых зеленых насаждений сплошные пеньки-карандаши. Все родники в русле Султакая завалены ветками. Вода из-за плотин разливается и превращает в болота картофельные поля и пастбища.

Этой весной и вовсе чуть ЧП не случилось. Прямо накануне разлива бобры соорудили огромную плотину прямо возле моста, через который можно добраться до села Юртаево. Появились опасения, что нагромождение деревьев под мостом спровоцирует затор льда и обрушит переправу, соединяющую два населенных пункта. За помощью в решении проблемы администрация Султакаевского сельсовета даже в Главное управление дорожного хозяйства Оренбургской области вынуждена была обратиться. Миновать беду удалось во многом благодаря отсутствию обильного паводка.

Решить проблему местные жители пытались различными способами. Сначала разбирали плотины и бобровые хатки. Потом пытались выгнать животных. Ставили капканы. Но трудолюбивые зверьки успевали буквально за одну ночь не только восстановить разрушенное, но еще и новые плотины построить. А после двух-трех потерь в семействе научились ловко обходить капканы…

- За 10 лет моей работы в администрации Султакаевского сельсовета каких только проблем не приходилось решать. Со всеми справлялись. А вот нашествие бобров - прямо напасть какая-то. Уже несколько лет боремся с ними. И все бесполезно. Мы в растерянности. Складывается впечатление, что чем больше мы противодействуем животным, тем больше они стараются нам навредить. Если так и дальше пойдет, мы и речку потеряем, и леса лишимся, - рассказывает глава администрации Расима Дибаева.

Безрезультатными пока остаются и обращения в охотничьи хозяйства района и области. Охотоведы только разводят руками и объясняют, что проблема нашествия актуальна не только для Александровского района, но и для всей Оренбургской области.

- На расселение бобра влияют многие факторы. Существенно и быстро уменьшить численность могут только болезни. Но среди этих животных они вспыхивают крайне редко. К тому же бобры никого не боятся. Ни волк, ни лиса, ни медведь не способны взять этого грызуна. Опасность для него представляет только человек. Но и ему добыть бобра не так-то просто, потому современные охотники не хотят обременять себя многодневными засадами на берегах рек. Шкурки зверя на рынке не ценятся. Так что разрешения на охоту на этого грызуна остаются практически невостребованными, - рассказывает главный охотовед Александровского района Василий Никулин.

Ситуация в Султакае осложнена еще и тем, что бобры облюбовали себе место по соседству с жилыми домами сельчан. А охота вблизи населенных пунктов категорически запрещена.

Марина СЕНЧЕНКО.

ИСТОРИЯ

Какие тайны скрывает гробница?

В Ташлинском районе обнаружено самое крупное захоронение ямной культуры. Оно датируется IV тысячелетием до нашей эры.

Археологические раскопки в Ташлинском районе в этом году не планировались. Ученые экстренно отправились в экспедицию после известия о том, что в ходе строительства жилых домов обнаружены древние могилы.

Первым начали раскапывать курган высотой пять метров. В диаметре он достигает 70 метров. Вокруг - 15-метровый ров. Общая площадь захоронения - около 90 квадратных метров. Чтобы добраться до усыпальницы, пришлось привлечь тяжелую технику.

Археологические работы на крупном захоронении в Ташлинском районе практически завершены. Теперь ученым предстоит еще более кропотливая работа.

Только после снятия верхнего слоя земли ковши экскаваторов сменили деликатные орудия труда: кисточки разных размеров и ножи. Буквально по миллиметру научные сотрудники археологической лаборатории Оренбургского педагогического университета подбирались к хозяину усыпальницы. И вот наконец опытные взгляды археологов определили в грунте органические материалы, которые использовались кочевниками при совершении погребений. Кора деревьев, ил, останки плетеных изделий… Скорее всего, их использовали в качестве покрывала и подстилки для усопшего.

Явно, что захоронение создано не одним десятком человек. В том, что покойный - знатный человек, сомнений не возникает. Об этом говорят внушительные размеры усыпальницы, ее форма, сложные украшения, найденные внутри. Количество костей свидетельствует о погребении нескольких человек, что дает повод говорить о жертвоприношении.

- Этот курган может быть как рядовым захоронением, так и культовым местом. В этом еще предстоит разбираться. Возможно, он использовался для погребения несколько раз, - рассуждает главный научный сотрудник археологической лаборатории ОГПУ Нина Моргунова.

Пока вопросов у ученых больше, чем ответов. Впереди антропологические исследования, экспертизы и радиоуглеродный анализ. Все это поможет составить портрет владельца гробницы, определить его возраст и пол. Пока известно лишь о том, что представители ямной культуры жили на территории нашего края почти шесть тысяч лет назад и вели кочевой образ жизни.

Свое название они получили из-за особенностей захоронения умерших в ямах. Кочевники не имели домов и не вели летописей. Почитали солнце. Рассвет их цивилизации пришелся на ранний бронзовый период.

Металлургия тогда только зарождалась, поэтому в курганах можно найти лишь бронзовые предметы и керамику.

Людмила ЯКОВЛЕВА.

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ЖЕНСКИЙ ВЗГЛЯД

Не дистанцируйтесь!

Общественница, заводила, веселушка… Я всегда любила школу, а меня любили учителя и одноклассники. Со многими из них у меня до сих пор чудесные отношения. Наша школьная жизнь не похожа на ту, которую проживают наши дети и внуки. Мы жили без Интернета, но с библиотеками; без гаджетов, но с записочками; без презентаций, но с тематическими вечерами. У нас были крепкая дружба, любовь, субботники, трудовой лагерь «Тополек», политинформации и сбор металлолома.

Мы сбегали с уроков, рвали сирень в сквере рядом со школой и ходили к кому-нибудь на чай, сидели на подоконниках, украшали классы к Новому году и оттирали ластиком исписанные парты. Ну, взялась за воспоминания! Старость, однако…

В этом году должна была пойти в первый класс моя внучка. Должна была, но не пойдет! Это решение мы приняли на семейном совете. На следующий день после того, как в нашей стране объявили режим изоляции, а учителей «дистанцировали» от детей. В головах так и не сложилось представление о том, что будет с нашей и без того не очень подготовленной девочкой 1 сентября 2020 года… Картинки рисовали одну страшнее другой. Вот сидим мы у компьютера - тревожная бабушка-педагог и не менее тревожная мама-доктор - и тупо пялимся в монитор из-за худенького плечика нашей первоклашки. А с экрана на нас смотрит учительница. Она не менее тревожна, потому что тоже не понимает, как «поставить» руку ребенку в режиме онлайн. Мы-то, конечно, умеем писать, но плохо представляем, что такое метод салфетки, игра «уложи ручку спать» или «найди точку на пальчике». Сейчас ребенок держит ручку неправильно. Я вижу это. Но сделать ничего не могу - не умею! Меня иным педагогическим наукам обучали. Представляете другую картинку? Побились мы первую четверть, истратили последние нервные клетки и психические ресурсы, убили у ребенка желание учиться прямо в зародыше и… плюнули на школу! Недопустимо такое развитие событий. Потому и решили, что в этом году экспериментов над ребенком проводить не будем. И расслабились. И очень сочувствуем тем семьям, в которых очень ждали 1 сентября, старательно готовились пойти в школу, сесть за парту, положить руки в «позу внимания» и внимать учителю с раскрытым ртом.

Дети и родители всей страны уже полгода находятся в подвешенном состоянии. И разговоры про «эту проклятую дистанционку» не замолкают в семьях, где есть школьники или студенты. Педагоги, психологи, врачи и родители со всех сторон изучают плюсы и минусы инновационного образования и пытаются найти ответ на единственный вопрос: «Принесет ли этот эксперимент пользу ребенку?» Важно помнить, что главное действующее лицо во всем этом сложном процессе - дети. И именно о них должны думать взрослые в первую очередь.

Конечно, в «онлайне» есть немало позитивного: и родительский контроль усилился, и времени мамы-папы стали больше проводить с детьми, и лицо учителя чаще видят, и ребенок - в комфортных и безопасных условиях. Кроме того, дети наконец-то осознали, что компьютер можно использовать для получения знаний, а не только для игр… Плюсы можно продолжать перечислять. Но ведь и минусов у «домашней школы» немало. И главный - отсутствие социальных связей. Не хватает ученикам общения друг с другом и с педагогами. А ведь это один из самых мощных факторов развития личности. Фигура учителя, который для большинства младших школьников является настоящим авторитетом, просто исчезла из жизни. Помните, как дети обычно говорят: «Мам, ты ничего не понимаешь, а вот Марьиванна сказала…»? Представляете, как они подбегают к своей Марьиванне, прижимаются, как цыплята к наседке, угощают яблоками и конфетами, рассказывают, чем занимались в выходные?

А еще вопрос активности волнует. Уроков физкультуры-то в онлайн-режиме нет, смены обстановки и деятельности - тоже. Вот и сидят школьники за компьютером часами! В квартире не попрыгаешь и не побегаешь…

Галина ШИРОНИНА.

В общем, дистанционное образование - тема сложная. Очевидно одно: такой формат подходит далеко не всем. Да, наверное, в критической ситуации он выручил как единственно возможная мера. Но я категорически против того, чтобы «дистанционка» захватила все образовательное пространство. Как учителю и родителю, мне эта придумка министров всех рангов совсем не нравится. Как ни крути, живая Марьиванна всегда лучше, чем ее лицо на экране монитора!

За несколько дней проект Татьяны Лохоновой получил отклик у десятков посетителей сайта Агентства стратегических инициатив. Комментаторы активно обсуждают разработку и даже предлагают новые рецепты. Чем больше голосов и комментариев - тем больше шансов на победу и интерес инвесторов.

От корочки до семечка

Студентка ОГУ Татьяна Лохонова разработала проект безотходной переработки арбузов. Эта идея уже привлекла внимание экспертов федеральной программы Агентства стратегических инициатив «Сильные идеи для нового времени».

Наш регион занимает одно из лидирующих мест в России по количеству площадей, занятых бахчевыми культурами. Но сохранить урожай без потерь пока не удалось никому. Арбузы - скоропортящийся продукт, потому тоннами каждый год гниет на полях.

Татьяна Лохонова предлагает запускать в переработку не только мякоть, но и корки, и семена. Это позволит вывести на рынок широкий ассортимент кондитерских изделий и напитков на основе натурального продукта.

- Идея безотходной переработки арбузов появилась у меня еще пару лет назад. Одно из главных богатств Соль-Илецкого района - бахчевые культуры, но инвесторы предпочитают вкладывать деньги исключительно в развитие туризма. А арбузы пропадают, потому что продать такое огромное количество полосатого товара в короткий срок невозможно. Обидно. Вот я и решила исправить ситуацию, - объясняет Татьяна.

К разработке своих первых «арбузных» проектов она приступила сразу после начала обучения в ОГУ. Сначала подсчитала, что из одной тонны арбузов получается около 40 кг семян, 310 кг корки и околоплодника, 130 кг мезги и 600 кг сока. Все это может стать ингредиентами при производстве меда, желе, цукатов, масла и даже мыла. К тому же эксперименты показали, что сок можно получать не только из мякоти, но и из кожуры арбуза.

Оригинальная рецептура фрешей предполагает в своем составе наличие хлорофилла, который в большом количестве содержится в корках. Студентка подсчитала, что при стоимости стаканчика полезного арбузного фреша 28 рублей только на коктейлях чистая прибыль за туристический сезон в Соль-Илецке может составить 11 миллионов рублей.

- Реализовывать арбузную продукцию лучше всего через сеть фирменных уличных киосков. Мы уже разработали план предприятия и составили бизнес-модель. Киоски планируем расставить в ключевых точках курорта, - рассказывает Татьяна Лохонова.

Совместно со своим научным руководителем, доцентом кафедры технологии пищевых производств Виталием Федотовым, девушка уже разработала линейку продуктов переработки арбузов и маркетинговую стратегию продвижения. Частью стратегии по формированию бренда нового товара являются яркие, запоминающиеся слоганы: «Зеленые снаружи, красные внутри!», «Арбуз - войди во вкус!», «Хочешь знать природы вкус - зацени-ка мой арбуз!», «Соль-илецкий арбуз - самое сладкое внутри!» и т. д.

Одно из направлений будущего бизнеса - производство патоки. Этот продукт очень востребован на всех кондитерских предприятиях страны. Татьяна Лохонова предлагает организовать производство патоки из свежевыжатого сока арбуза. Сейчас патока в России производится из картофеля, кукурузы и зерновых.

Прибыль от реализации столь сладкого проекта обещает превысить 200 миллионов рублей в год.

Инга ПРОХОРОВА.

ПУСТЬ НАС ЗАМЕТЯТ!

По состоянию на 3 августа команда ОГУ представила на форум Агентства стратегических инициатив «Сильные идеи для нового времени» 54 проекта. Татьяна Лохонова - единственная студентка в этой команде. Она выдвинула на суд экспертов три идеи в разных номинациях. Помимо безотходного производства арбузов, девушка предлагает организацию промышленного туризма и создание веб-агрегатора отзывов о продуктах питания местного производства.

Все остальные представители ОГУ на данной площадке - преподаватели.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15, 03.05 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40, 01.25 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Желтый глаз тигра». (16+)
23.30 Т/с «Тот, кто читает мысли». («Менталист»). (16+)
02.15 «Наедине со всеми». (16+)
03.45 «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+)
14.55 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 Т/с «Осиное гнездо». (12+)
01.50 Т/с «Доктор Рихтер». (16+)
03.30 Т/с «Тайны следствия». (12+)

МАТЧ

08.00, 10.55, 14.00, 18.50, 23.00 Новости.
08.05, 16.25, 02.40 Все на Матч!
11.00 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)
13.00 После футбола. (12+)
14.05 «Самый умный». (12+)
14.25 Футбол. Чемпионат Австралии. «Брисбен Роар» - «Сидней».
17.10 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final». (0+)
17.40 Смешанные единоборства. (16+)
18.55 Футбол. Обзор Лиги Европы. 1/8 финала. (0+)
20.55 Профессиональный бокс.
23.05 Все на футбол!
23.50 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала.
02.00 Тотальный футбол.
02.30 «Спартак» - «Сочи». Live». (12+)
03.15 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала. (0+)
05.15 «Жизнь после спорта». (12+)

НТВ

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи родины». (16+)
21.00 Т/с «Ментовские войны». (16+)
00.40 Т/с «Свидетели». (16+)
03.05 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
03.50 «Дело врачей». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 «Известия».
05.25, 09.25, 09.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)
17.45 Т/с «Пятницкий». (16+)
19.30 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Свои». (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, 01.45 Д/ф «Тайны собора Санта-Мария-дель-Фьоре».
08.30, 22.05 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера».
10.00, 19.30 Новости культуры.
10.15 Д/ф «Короли династии Фаберже».
10.55, 00.20 Красивая планета.
11.10 Абсолютный слух.
11.50 Д/с «О временах и нравах».
12.20 Academia.
13.10, 00.35 Молодежные симфонические оркестры Европы.
13.45 Д/ф «Сияющий камень».
14.30 Спектакль «Волки и овцы».
17.30 «Библейский сюжет».
18.00 «Полиглот». Французский с нуля за 16 часов!
18.50 Больше, чем любовь.
19.45 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.40 «Спокойной ночи, малыши!».
20.55 Красивая планета.
21.10 «Я пришел к вам со стихами... Давид Самойлов и Иосиф Бродский». Вечер на сцене Московского международного Дома музыки.
23.35 Д/ф «Грустная музыка счастливого человека...».
01.10 Д/с «Запечатленное время».
02.35 Д/с «Первые в мире».

ОТР

02.20 Д/ф «Потомки. Даниил Гранин. Писатель по кличке «Совесть». (12+)
02.45 «От прав к возможностям». (12+)
03.00, 10.50, 15.50 «Медосмотр». (12+)
03.10, 10.00, 14.00 Т/с «Практика». (12+)
04.05 Д/ф «Секреты сада». (12+)
04.55 «Созидатели». (12+)
05.35 «Звук». Дуэт «Duo ro». (12+)
06.30 «Легенды Крыма. Балаклава. Тихая бухта». (12+)
06.55 «Служу Отчизне». (12+)
07.25, 20.00 Д/ф «Гении от природы. Ходули, подошвы, колеса и крылья». (12+)
08.00, 20.30 «Домашние животные». (12+)
08.30 «Гамбургский счет». (12+)
09.00, 23.00 Д/ф «Секреты сада». (12+)
11.00, 14.55 «Календарь». (12+)
11.40, 15.35 «Среда обитания». (12+)
11.55, 21.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
13.45, 19.30 «Вспомнить все». (12+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
16.05, 17.15, 00.20 «ОТРажение».
19.05 Д/ф «Забытый полководец. Свиклин Теодор-Вернер Андреевич». (6+)
22.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
02.00 Д/ф «Гении от природы. Корабли, ласты и купальные костюмы». (12+)
02.30 «Большая наука России». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 Т/с «Каменская». (16+)
10.20 Д/ф «Олег Басилашвили. Неужели это я?». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 05.05 «Мой герой. Вениамин Смехов». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 03.35 Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)
16.55 «Советские мафии. Гроб с петрушкой». (16+)
18.15 Х/ф «Дом у последнего фонаря». (12+)
22.30 «Орбита цвета хаки». (16+)
23.05 «Знак качества». (12+)
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Красный проект». (16+)
01.50 «Знак качества». (12+)
02.30 «Прощание. Юрий Андропов». (16+)
03.10 «Осторожно, мошенники! Виски из канистры». (16+)

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, 03.30 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Опасные пассажиры поезда 123». (16+)
22.05 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Неизвестная история». (16+)
00.30 Х/ф «Срочная доставка» (16+)
02.10 Х/ф «Крутой чувак» (16+)
04.20 «Территория заблуждений». (16+)

СПАС

05.00, 00.05 «День Патриарха». (0+)
05.10 Д/ф «Монах». (12+)
06.00, 08.00 «Утро на «Спасе». (6+)
10.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30 Д/ф «Искатели». (12+)
11.30 Х/ф «Личное счастье». (0+)
13.00 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
15.30 Д/ф «Дороги памяти». (16+)
16.45, 00.20 Д/ф «Рождество святителя Николая». (12+)
17.00 Спектакль «Старомодная комедия». (0+)
19.05 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
20.05 «Завет». (6+)
21.00 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
21.35 Х/ф «Сын полка». (12+)
23.05 Д/ф «Святой Николай Угодник». (12+)
00.35 «Следы империи». (16+)
01.55 «И будут двое...». (12+)
02.45 «Женская половина». (16+)
03.35 Д/ф «Праздники». (12+)
04.05 М/ф.
04.45 «Тайны сказок». (0+)

СТС

06.00, 05.45 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
06.50 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.30 М/с «Том и Джерри». (0+)
08.10 Х/ф «Знакомьтесь: Дейв». (12+)
10.00 Х/ф «Самый лучший день». (16+)
12.10 Т/с «Кухня». (16+)
17.35 Т/с «Нагиев на карантине». (16+)
19.00 «Сториз». (16+)
19.50 Х/ф «Ночь в музее». (12+)
22.00 Х/ф «Сказки на ночь». (12+)
23.55 Х/ф «Клик. С пультом по жизни». (12+)
02.00 Х/ф «Тысяча слов». (16+)
03.25 М/ф «Даффи Дак. Фантастический остров». (0+)
04.40 М/ф «Даффи Дак. Охотники за чудовищами». (0+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
07.00, 04.50 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.05 «Давай разведемся!». (16+)
10.10, 03.15 «Тест на отцовство». (16+)
12.20 «Реальная мистика». (16+)
13.30, 01.20 «Понять. Простить». (16+)
14.35, 00.55 «Порча». (16+)
15.05 Х/ф «Опасное заблуждение». (16+)
19.00 Х/ф «Виноград». (16+)
23.05 Т/с «Женский доктор». (16+)
02.20 «Реальная мистика». (16+)
06.25 «6 кадров». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 «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+)
17.30 «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Неизвестный». (16+)
20.30 Т/с «Кости». (12+)
23.00 Х/ф «Смерч». (12+)
01.30 «Дневник экстрасенса». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00, 17.50 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
07.50 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.35 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
09.30 Т/с «Зачарованные». (16+)
13.00 «Пацанки 3». (16+)
15.00 «Орел и решка. На связи». (16+)
15.55 «Орел и решка. Россия 2». (16+)
19.55 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
21.00 «Мир забесплатно». (16+)
22.00 «Мир наизнанку. Вьетнам». (16+)
00.00 Т/с «Две девицы на мели». (16+)
01.30 «Адская кухня». (16+)
03.30 «Пятница News». (16+)
04.05 Т/с «Древние». (16+)
05.35 «Генеральная уборка». (16+)
06.30 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Не факт!». (6+)
06.30 Д/ф «Легендарные самолеты. Су-25. Огнедышащий «Грач». (6+)
07.20, 08.20 Х/ф «Львиная доля». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
10.00, 12.05 Т/с «Викинг». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
14.10, 16.05 Т/с «Точка взрыва». (16+)
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.35 Д/с «Оружие Победы». (6+)
18.50 Д/с «Битва за небо. История военной авиации России». (12+)
19.35, 20.25 Д/с «Загадки века». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
22.55 Д/с «Сделано в СССР». (6+)
23.05 Т/с «Государственная граница». (12+)
04.10 Х/ф «Максимка». (0+)
05.25 Д/с «Хроника Победы». (12+)

МИР

05.00 Т/с «Дорога в пустоту». (12+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.10 Т/с «Дорога в пустоту». (12+)
13.15, 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные». (16+)
18.15, 19.25 Т/с «ППС». (16+)
21.40 «Всемирные игры разума». (12+)
22.20, 00.00 «Игра в кино». (12+)
00.45 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
03.50 «Наше кино. История большой любви». (12+)
04.15 Т/с «Гречанка». (12+)

ТНТ

07.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
08.00 «Дом-2». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
13.30 Т/с «Счастливы вместе». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ». (16+)
18.30 Т/с «Фитнес». (16+)
20.00 Т/с «Патриот». (16+)
21.00 Т/с «Ольга». (16+)
22.00 «Комеди Клаб». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Такое кино!». (16+)
01.30 «Comedy Woman». (16+)
02.25 «Stand up». (16+)
04.55 «Открытый микрофон». (16+)
06.35 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00, 12.00, 19.30 Д/с «Вся правда о новогоднем столе». (12+)
07.00 «Итоги недели». (12+)
07.30, 08.15, 09.20, 10.15, 19.25, 20.55, 22.45, 23.55, 02.00 «О погоде и не только…». (12+)
07.35 «Анализируй это». (16+)
08.20, 13.50, 15.50, 18.50, 22.50 «Видеоблокнот». (12+)
08.30, 09.25, 10.20 Т/с «Темные лабиринты прошлого». (16+)
13.00 «Русский характер». (16+)
14.00 Х/ф «Белая дорога Эльзы». (6+)
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.50 Т/с «Спас под березами». (16+)
16.50 М/ф.
17.20 Т/с «Штрафник». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
19.00, 20.30, 23.30, 01.35 «Новости дня». (12+)
21.00 Х/ф «Неидеальная женщина». (12+)
23.00 Д/с «Легенды Крыма». (12+)
00.00, 04.05 Т/с «Сашка». (16+)
02.05 Х/ф «Искупление». (16+)

ТВОРЧЕСТВО

Есть такая Женщина...

Несколько лет назад я забежала в нашу библиотеку за книгой. Библиотекарем тогда работала Резеда Аблязова. В читальном зале сидели дети. Они рисовали, а Резеда добрым, спокойным голосом объясняла, как с помощью бликов и теней оживить яблоко. Я заинтересовалась и осталась до конца занятия. И поняла, что научиться рисовать может каждый. Для этого не нужно быть гением или иметь особый талант, главное - терпение и старание. Живопись меня по-настоящему увлекла. Сначала мне было неловко - взрослая тетя среди школьников. Но Резеда усадила меня рядом и сказала: «Теперь нас двое».

К сожалению, тяжелая болезнь забрала Резеду в самом расцвете лет. Но память о ней жива. Уже больше трех лет работает в стенах библиотеки села Зубочистка Вторая Переволоцкого района изостудия «Резеда».

Хафиза Салахидиновна Мухаметова обучает навыкам рисования и детей, и взрослых. Она приехала в наше село из города Северска после выхода на пенсию. Всю жизнь работала инженером-проектировщиком.

Сейчас в изостудии «Резеда» занимаются пять человек - Арина Аблязова, Татьяна Балахонцева, Элина Курамшина, Аида Муртазина и Гузель Курамшина.

Хафиза Салахидиновна называет их своими внучками и учит не только рисованию, но и жизни.

- Хафиза - очень активная и творческая личность. Она и картины пишет, и детей учит, и стихи сочиняет, и песни поет, и костюмы для артистов шьет, - с восхищением отзывается о коллеге заведующая клубом Аниса Гумерова.

Недавно Хафиза Салахидиновна заняла первое место в Международном конкурсе «Волонтерское движение». А какая остановка расписная у нас в селе появилась! Хафиза Салахидиновна вместе с мужем и сыном в течение двух недель вырисовывали на ней узоры оренбургского пухового платка. Такой красоты не только в нашем регионе, но и во всей стране не найдешь!

Односельчане восхищаются талантом и щедрой душой этой удивительной женщины. Мы все благодарны семье Мухаметовых за безвозмездный труд и красоту, которую они несут людям.

Гузель КУРМАШИНА,
с. Зубочистка Вторая Переволоцкого района.

ДЕНЬГИ

Переоформлять пособие не придется

В Оренбургской области продлена выплата пособия на ребенка от 0 до 16 лет, которое назначается семьям со среднедушевым доходом ниже 110 % прожиточного минимума на человека.

На сегодня прожиточный минимум в нашем регионе составляет 10 543,5 руб. Базовый размер пособия - 345 рублей. Одинокие матери получают 690 рублей, дети военнослужащих по призыву и дети, родители которых уклоняются от уплаты алиментов, - 517,5 руб, дети от полутора до трех лет - 862,5 руб.

Учитывая эпидемиологическую обстановку, правительство Оренбургской области вновь приняло решение о продлении выплаты пособия в беззаявительном порядке сроком на шесть месяцев гражданам, которые должны были с 1 июля по 30 сентября 2020 года представить сведения о доходах, то есть тем, кому пособие было назначено на год в период с 1 июля по 30 сентября 2019 года.

Пособия за июль и август будут выплачены одновременно.

Инга ПРОХОРОВА.

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

ПАМЯТЬ

Разыскиваются родственники солдат

В Оренбургскую область поступило обращение из Старой Руссы Новгородской области. Поисковики просят содействия в поиске уроженцев Оренбуржья, погибших в годы Великой Отечественной войны.

В списке тех, чьи останки перезахоронены в деревне Нагово Старорусского района Новгородской области, - несколько уроженцев нашего края.

АГАФОНОВ Сергей Павлович, 1914 года рождения, младший лейтенант комвзвода 3-го строевого батальона. Родился в Чкаловской области, в Державинском районе, с. Державино. Погиб 20 февраля 1942 года в деревне Шишиморово.

ЗАБИРОВ Хабибула Ахметович, 1909 года рождения. Место рождения - Чкаловская область, Краснохолмский район, д. 2-я Зубочистка. Место призыва - Краснохолмский РВК. Погиб 18 февраля 1943 года. Первичное место захоронения - деревня Шепуково.

КУРЕПИН Михаил Степанович, 1920 года рождения. Родился в с. Городище Краснохолмского района. Погиб 8 марта 1943 года. Был захоронен в селе Пеньково.

ПОГРЕБАКОВ Иосиф Борисович, 1910 года рождения. Уроженец г. Орска, младший лейтенант, командир взвода 3-го батальона. Погиб 21 февраля 1942 года в окрестностях деревни Шишиморово.

ПАНКРАТОВ Михаил Степанович. Место рождения - г. Бузулук. Был призван на фронт Бузулукским РВК. Погиб 7 марта 1942 года в деревне Новосельцы.

РЫСТИН Александр Алексеевич, 1913 года рождения. Родился в совхозе И.Т.К. № 1 Павловского района. Погиб 21 февраля 1942 года в деревне Шишиморово.

СОЛДАТКИН Петр Иванович, 1918 года рождения. Место рождения - ст. Мертвецк Секретарского района. Место призыва - Секретарский РВК. Сержант. Погиб 21 февраля 1942 года.

СТРУЧКОВ Иван Ильич, 1925 года рождения. Место рождения - Георгиевский сельсовет Шарлыкского района. 14 августа 1943 года был призван в ряды Красной армии Шарлыкским РВК. Младший сержант. Убит 9 сентября 1944 года.

СТАРОЖИЛОВ Иван Петрович. Был призван Бузулукским РВК. Погиб 7 марта 1942 года в деревне Новосельцы.

ТИМАНОВ Константин Степанович, 1914 года рождения. Место рождения - Рычковский сельсовет Павловского района. Сержант комотдела. Погиб 21 февраля 1942 года в деревне Шишиморово.

***

3 сентября 2020 года в 12.00 на территории Наговского сельского поселения Старорусского района Новгородской области на воинском захоронении состоится встреча с участием родственников воинов, погибших в боях под Старой Руссой.

Организаторы просят откликнуться родных наших земляков. Уточнить информацию можно у начальника комитета культуры Старорусского района Александра Дмитриева по тел.: 8(81652)2-23-37, 8-921-694-77-88.

Марина ПЕТРЕНКО.

ИНИЦИАТИВА

Роль растения в истории...

В Оренбурге создается реестр деревьев, которые могут получить статус памятника. Для начала к ним прикрепят таблички со словами «Историческое дерево».

За первую неделю реализации проекта от жителей Оренбурга поступило три заявки, среди которых - черный тополь в Зауральной роще, груша на проезде Коммунаров и липы у областной филармонии.

Возраст черного тополя - 167 лет. Дерево располагается недалеко от того места, откуда начали свое наступление войска Емельяна Пугачева. Есть все основания полагать, что дерево «видело» Александра Сергеевича Пушкина, губернаторов Перовского и Сухтелена.

Груша перед одноэтажным домом № 22а на проезде Коммунаров примечательна тем, что является единственным плодоносящим деревом в историческом центре города. Предположительный возраст груши - 100-150 лет.

Липы на территории сквера у областной филармонии, скорее всего, высажены в год возведения здания. Возраст деревьев - около 45 лет.

Прием заявок от граждан продлится до 1 сентября 2020 года. Предложить дерево для присвоения ему статуса «Историческое» можно на официальном портале города Оренбурга. Там размещена форма заявки.

Елена АКИНЯЕВА.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15, 03.05 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40, 01.25 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Желтый глаз тигра». (16+)
23.30 Т/с «Тот, кто читает мысли». («Менталист»). (16+)
02.15 «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+)
14.55 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 Т/с «Осиное гнездо». (12+)
01.50 Т/с «Доктор Рихтер». (16+)
03.30 Т/с «Тайны следствия». (12+)

МАТЧ

08.00, 10.55, 14.00, 18.50, 23.00 Новости.
08.05, 16.25, 02.00 Все на Матч!
11.00, 02.45 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала. (0+)
13.00 «Русские легионеры». (12+)
13.30 «Вне игры». (12+)
14.05 «Самый умный». (12+)
14.25 Футбол. Чемпионат Австралии. «Мельбурн Сити» - «Аделаида Юнайтед».
17.10 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final». (0+)
17.40 Смешанные единоборства. (16+)
18.55 Все на регби! (12+)
19.25 Все на футбол!
19.55 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. «Ротор-Волгоград» - «Зенит» (Санкт-Петербург).
22.00 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. Обзор тура (0+)
23.05 Все на футбол!.
23.50 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала.
04.45 Д/ф «Посттравматический синдром». (12+)
05.45 Хоккей. XXIX Мемориал Ромазана. «Металлург» (Магнитогорск) - «Сибирь» (Новосибирск). (0+)

НТВ

05.10 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи родины». (16+)
21.00 Т/с «Ментовские войны». (16+)
00.40 Т/с «Свидетели». (16+)
03.10 «Дело врачей». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 «Известия».
05.25, 09.25, 13.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-7». (16+)
13.45 Т/с «Шеф. Новая жизнь». (16+)
17.45 Т/с «Пятницкий». (16+)
19.30 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Свои». (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 «Мария-Терезия - теща и свекровь всей Европы».
08.25, 22.05 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера».
10.00, 19.30 Новости культуры.
10.15 Д/ф «Гия Канчели. Грустная музыка счастливого человека...».
10.55 Красивая планета.
11.10, 20.55 Абсолютный слух.
11.50 Д/с «О временах и нравах».
12.20 Academia.
13.10, 00.35 Молодежные симфонические оркестры Европы.
13.50 Д/ф «Сокровища «Пруссии».
14.30 Спектакль «Чайка».
17.20 Цвет времени. Анатолий Зверев.
17.30 «Библейский сюжет».
18.00 «Полиглот». Французский с нуля за 16 часов!
18.50 Больше, чем любовь.
19.45 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.40 «Спокойной ночи, малыши!».
21.35 «Монолог в 4-х частях».
23.40 Д/ф «Георгий Гамов. Физик от Бога».
01.15 Д/с «Запечатленное время». «Воздушный гигант».
01.45 Д/ф «Мария Терезия - теща и свекровь всей Европы».
02.35 Красивая планета.

ОТР

03.00, 10.50, 15.50 «Медосмотр». (12+)
03.10 Т/с «Практика». (12+)
04.05 Д/ф «Секреты сада». (12+)
05.00, 16.05, 17.15, 00.20 «ОТРажение».
07.25, 20.00 Д/ф «Гении от природы. Корабли, ласты и купальные костюмы». (12+)
08.00, 20.30 «Домашние животные». (12+)
08.30 «Гамбургский счет». (12+)
09.00, 23.00 Д/ф «Секреты сада». (12+)
10.00, 14.00 Т/с «Практика». (12+)
11.00, 14.55 «Календарь». (12+)
11.40, 15.35, 19.45 «Среда обитания». (12+)
11.55, 21.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
13.45 «Вспомнить все». (12+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
19.05 «Культурный обмен». (12+)
22.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
02.00 Д/ф «Гении от природы. Опасность, школы медсестер и естественные механизмы защиты». (12+)
02.30 «Служу Отчизне». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 Х/ф «Неуловимые мстители». (6+)
09.45 Х/ф «Новые приключения неуловимых». (6+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.35, 05.10 «Мой герой. Наталья Хорохорина». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 03.40 Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)
16.55 «Советские мафии. Король Филипп». (16+)
18.15 Х/ф «Суфлер». (12+)
22.30, 03.15 «Осторожно, мошенники! Серийный жиголо». (16+)
23.05, 01.55 Д/ф «Женщины Андрея Миронова». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Красный проект». (16+)

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, 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Дежавю». (16+)
22.25 «Водить по-русски». (16+)
00.30 Х/ф «Убийство в белом доме». (18+)
03.15 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 00.05 «День Патриарха». (0+)
05.10, 20.05 «Завет». (6+)
06.00, 08.00 «Утро на «Спасе». (6+)
10.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30, 02.10 «Встреча». (12+)
11.30 Х/ф «Личное счастье». (0+)
13.00, 19.05, 03.45 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
15.30 Д/ф «Святой Николай Угодник». (12+)
16.30, 23.30 Д/ф «День Ангела». (12+)
17.05 Д/ф «Праздники». (12+)
17.35 Х/ф «Осенняя история». (6+)
21.00 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
21.35 Х/ф «Сын полка». (12+)
22.55 Д/ф «День Ангела». (12+)
00.20 Д/ф «Встреча». (12+)
00.50 «Следы империи». (16+)
03.00 «Женская половина». (16+)
04.35 М/ф.
04.45 «Тайны сказок». (0+)

СТС

06.00, 05.45 «Ералаш». (0+)
06.40 Т/с «Нагиев на карантине». (16+)
08.00 «Сториз». (16+)
09.00 Х/ф «Сказки на ночь». (12+)
11.00 «Уральские пельмени». (16+)
11.05 Т/с «Сеня-Федя». (16+)
13.40 Т/с «Кухня». (16+)
16.45 Т/с «Нагиев на карантине». (16+)
19.00 «Сториз». (16+)
20.00 Х/ф «Ночь в музее-2». (12+)
22.05 Х/ф «Индиана Джонс. В поисках утраченного ковчега». (0+)
00.30 Х/ф «Ничего хорошего в отеле «Эль рояль». (18+)
03.00 М/ф «Квартирка Джо». (12+)
04.10 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
05.00 М/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.45, 04.35 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.50 «Давай разведемся!». (16+)
10.00, 02.55 «Тест на отцовство». (16+)
12.10 «Реальная мистика». (16+)
13.25, 01.05 «Понять. Простить». (16+)
14.30, 00.35 «Порча». (16+)
15.00 Х/ф «Виноград». (16+)
19.00 Х/ф «Крестная». (16+)
22.50 Т/с «Женский доктор». (16+)
02.00 «Реальная мистика». (16+)
06.10 «6 кадров». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 «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+)
17.30 «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Неизвестный». (16+)
20.30 Т/с «Кости». (12+)
23.00 Х/ф «Отмель». (16+)
01.00 «Колдуны мира». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
07.45 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.35 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
09.30 Т/с «Зачарованные». (16+)
12.45 «Пацанки 3». (16+)
14.40 «Четыре свадьбы». (16+)
20.00 «Любовь на выживание». (16+)
21.50 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
00.00 Т/с «Две девицы на мели». (16+)
01.30 «Адская кухня». (16+)
03.15 «Пятница News». (16+)
03.50 Т/с «Древние». (16+)
05.20 «Генеральная уборка». (16+)
06.15 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Д/ф «Легендарные самолеты. Су-34. Универсальное оружие». (6+)
06.50, 08.20 Х/ф «Шел четвертый год войны...». (0+)
08.00, 21.15 Новости дня.
09.30 Х/ф «Побег». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
12.05, 16.05 Т/с «Чужие крылья». (12+)
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.35 Д/с «Сделано в СССР». (6+)
18.50 Д/с «Битва за небо. История военной авиации России». (12+)
19.35, 20.25 «Улика из прошлого». (16+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
22.55 Д/с «Оружие Победы». (6+)
23.05 Х/ф «И ты увидишь небо». (12+)
00.30 Т/с «Точка взрыва». (16+)
03.20 Х/ф «Дом, в котором я живу». (6+)
05.00 Д/с «Хроника Победы». (12+)

МИР

05.00 Т/с «Гречанка». (12+)
05.40 Т/с «Дурная кровь». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.10 Т/с «Дурная кровь». (16+)
13.15, 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные». (16+)
18.15, 19.25 Т/с «ППС». (16+)
21.40 «Всемирные игры разума». (12+)
22.20, 00.00 «Игра в кино». (12+)
00.45 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
03.50 «Наше кино. История большой любви». (12+)
04.15 Т/с «Гречанка». (12+)

ТНТ

07.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
08.00 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
13.30 Т/с «Счастливы вместе». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ». (16+)
18.30 Т/с «Фитнес». (16+)
20.00 Т/с «Патриот». (16+)
21.00 Т/с «Ольга». (16+)
22.00 «Комеди Клаб». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Comedy Woman». (16+)
02.00 «Stand up». (16+)
04.30 «Открытый микрофон». (16+)
06.10 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 Х/ф «Точка невозврата». (12+)
06.50 «Правильный выбор». (12+)
07.00, 09.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.35 «Новости дня». (12+)
07.20, 08.15, 09.20, 10.20, 19.25, 20.55, 22.35, 23.55, 02.00 «О погоде и не только…». (12+)
07.25, 13.50, 15.50, 18.50, 22.40 «Видеоблокнот». (12+)
07.35 Д/с «Ойкумена Федора Конюхова». (12+)
08.05, 13.35, 20.10 «Пять причин поехать в…». (12+)
08.20 «Анализируй это». (16+)
09.25 Т/с «Сашка». (16+)
10.25 Т/с «Спас под березами». (16+)
11.15, 02.05 Х/ф «Большие надежды». (12+)
14.00, 05.00 Т/с «Штрафник». (16+)
15.00, 16.50 М/ф.
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.50 Т/с «Наследница». (16+)
17.20 Т/с «Штрафник». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
19.30 «Обратная связь». (16+)
21.00 Х/ф «Сумасшедший вид любви». (16+)
22.50 Д/с «Без обмана». (16+)
00.00, 04.10 Т/с «Сашка». (16+)

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Третьякова:

«ОТ ТЕМПЕРАТУРЫ - МАЛИНА»

- Быстро сбить высокую температуру у ребенка помогает настойка малины на спирту. Стоит лишь растереть раствором кожу и обдуть ребенка. Мама сделала такую настойку еще для моей старшей дочки. Прошло 15 лет, а средство работает. Литровую банку наполнить малиной и залить водкой. Настаивать две недели. Главное - чтобы у ребенка не было аллергии на малину.

НАРОДНЫЙ РЕЦЕПТ

ПРОТИВ БОРОДАВОК

✻ **Мелисса лекарственная.** Для лечения бородавок используется настой: 2 ст л листьев на 400 мл воды. Принимать по 1/2 ст 3 раза в день до еды.

✻ **Чистотел большой.** Хорошо смазывать бородавки свежим соком из листьев чистотела 1 раз в день до их удаления.

✻ **Можжевельник обыкновенный** (хвоя, плодики, веточки). Для удаления и лечения бородавок применяется настойка: 20-30 г настоять на 100 мл водки в течение 20 дней, затем смазывать бородавки 1 раз в день до полного удаления.

✻ **Полынь горькая.** Из листьев полыни делают припарки 1 раз в день в течение 4-5 дней до полного удаления бородавок.

✻ **Яблоки (лесные или антоновские).** Разрежьте яблоко и свежим срезом протирайте бородавку по нескольку минут 6-7 раз в день 3-4 недели.

ОТ ОТЕКОВ

Растворите в литре холодной воды 100 г соли, намочите в растворе махровое полотенце и, слегка отжав его, приложите к пояснице. Проводите процедуру 10 дней подряд перед сном. Вскоре после этого начнется обильное мочевыделение, и отеки спадут.

ЧЕМ ПОЛЕЗНЫ ПОМИДОРЫ?

Помидоры... Сладкие, сочные, вкусные, а главное, полезные! Малокалорийные, без жира, с высоким содержанием витаминов. Чего еще ждать от полезного овоща?

1. Источник витаминов и пищевых волокон. В помидорах много витаминов А, С, К, В6, а также фолиевой кислоты и калия. В них низкое содержание натрия и мало калорий. Кроме того, в томатах содержатся тиамин, ниацин, магний, фосфор и медь. Не говоря уже о том факте, что это богатый источник пищевых волокон и воды. Одна чашка свежих помидоров обеспечит организм 57,3 % ежедневной дозы витамина С, 22,4 % - витамина А и 7,9 % - волокна. А еще это 11,4 % ежедневной дозы калия, 5,6 % - ниацина, 7 % - витамина В6 и 6,8 % - фолиевой кислоты.

2. Они улучшают состояние кожи. Бета-каротин в томатах (который также содержится в картофеле и моркови) защищает кожу от вредных УФ-лучей. Ликопин делает кожу менее чувствительной к ультрафиолетовому облучению, что предотвращает появление преждевременных морщинок.

3. Томаты укрепляют кости. Помидоры также полезны для опорно-двигательного аппарата. Витамин К и кальций делают костную ткань крепче и здоровее. Тот же ликопин улучшает состояние костей и предотвращает остеопороз. Поэтому женщинам после 40 рекомендуется включать в свой рацион больше помидоров.

4. Помидоры против рака. И все благодаря тому же компоненту - ликопину. Он защищает организм от развития раковых клеток (в простате, шейке матки, яичниках, горле, шее, пищеводе, желудке и кишечнике). Антиоксиданты, содержащиеся в томатах, помогают бороться со свободными радикалами, которые повреждают клетки. Полезные свойства ликопина усиливаются, когда помидоры едят с пищей, богатой жиром, например с авокадо или оливковым маслом.

5. Томаты регулируют сахар в крови. Хром в помидорах помогает поддерживать уровень глюкозы в организме на оптимальном уровне. Это, конечно же, не значит, что вы можете есть сладости напропалую, если в вашем ежедневном рационе присутствуют томаты. В конце концов, баланс - это главное.

6. Защита зрения. Витамин А в помидорах помогает улучшить зрение (особенно ночное). Недавние исследования показали, что регулярное потребление помидоров сокращает риск возникновения макулярной дистрофии.

7. Томаты полезны для волос. Не только кожа становится лучше благодаря помидорам, но и волосяной покров! Витамин А укрепляет волосы и делает их блестящими. Периодически балуйте свою шевелюру маской из помидоров.

8. Томаты помогают почкам и желчному пузырю. Помидоры предотвращают появление камней в почках и засорение желчного пузыря. Недавние исследования показали, что у людей, которые потребляли помидоры без семечек, меньше вероятность образования камней в почках и возникновения проблем с желчным пузырем.

9. Помидоры против боли. Каротеноиды и флавоноиды в помидорах обладают невероятными целебными свойствами. Они помогают ослабить боль, особенно в спине.

10. Потеря веса. Благодаря воде и волокнам помидоры являются отличным сытным перекусом. Устранить чувство голода можно и не прибегая к потреблению жирных продуктов. Помидоры легко включить в рацион в разных формах: в салатах, бутербродах, омлетах, супах, запеченные или в виде соуса.

ЛИКБЕЗ

ЧТО ТАКОЕ ИКОТА?

Икота - это рефлекс на удаление пищи или газов из желудка. Она может появиться после приема алкоголя, при переполненном желудке, раздражении органов пищеварения горячей пищей, а может также являться симптомом некоторых заболеваний. При раздражении диафрагмы вследствие воспалительного процесса в брюшной полости икота становится продолжительной и болезненной.

Икота часто возникает при некоторых заболеваниях головного и спинного мозга и может появиться при инфаркте миокарда, инфекционных заболеваниях или психическом возбуждении. Когда газ, находящийся в брюшной полости, давит на диафрагму, она давит на легкие. Из-за этого воздух не может пройти, и в момент, когда он останавливается, мы чувствуем «удар».

От икоты можно избавиться, прибегая к помощи народной медицины.

Размешать в чайной ложке немного горчицы и столового уксуса до кашицеобразного состояния. Намазать этой кашицей примерно 1/3 поверхности языка. Потерпеть 2 мин и прополоскать рот теплой водой. Икота проходит почти мгновенно.

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Сложи и сохрани

Хозяюшка

Сударыня Оренбургская

№ 30 (1 308) 04.08.20

НАТАЛЬЯ ТРЕТЬЯКОВА,

с. Нежинка Оренбургского района

«Главное дело женщины - семья и дом», - уверена Наталья Третьякова. Она с гордостью рассказывает о своих обязанностях жены, мамы и хозяйки.

«МНЕ НРАВИТСЯ БЫТЬ ДОМОХОЗЯЙКОЙ»

Наталья, хоть и родилась в Шарлыкском районе, считает себя нежинской. Вместе с папой, мамой и братьями она первое время даже на турбазе с одноименным названием жила. Потом родители получили жилье в самом селе. В первый класс девочка пошла уже в Нежинке.

Единственная дочка в семье, Наталья всегда была папиной любимицей. Вместе с отцом она готова была выполнять любую, даже совсем не женскую работу: и дом строила, и за скотиной ухаживала, и сено косила. Сенокос в то время был настоящим народным праздником. Всей улицей под гармонь отца Натальи, Владимира Алексеевича, с веселыми песнями дружно брались за покос. И дело спорилось.

Домашнюю работу Наталья тоже всегда воспринимала не как повинность, а как приятное и интересное занятие. Даже трех коров подоить для нее, маленькой девчонки, было не в тягость. А уборка и приготовление обеда на всю семью, где есть двое братьев и все взрослые с утра до позднего вечера на работе, доставляло Наталье настоящее удовольствие. А уж если мама-повар хвалила блюдо, счастью девчонки не было предела.

Наталья никогда не мечтала о карьере - грезила быть домохозяйкой. После школы по совету родителей получила престижную в то время профессию бухгалтера, но по специальности ни одного дня не работала. Девушке гораздо интереснее было вместе с матерью в столовой и в ресторане. Она помогала готовить, накрывать на столы, разносить блюда.

Немного проработала Наталья после выхода из отпуска по уходу за старшей дочкой Елизаветой. Когда узнала, что ждет второго ребенка, муж убедил оставить работу и посвятить себя семье.

Анечку Наталья родила прямо в свой день рождения. Кстати, обе дочки Третьяковых названы в честь любимых бабушек. Женщина говорит, что опередила своих братьев и «захватила» имена.

Сын Денис всего на два года младше Ани. Ему уже пять лет, но Наталья все еще «в декретном отпуске». Она занимается детьми, домом, огородом, ведь супруг работает вахтовым методом. Хорошо, что современные телефоны позволяют семье всегда быть на связи и видеть друг друга.

А уж когда глава семьи отдыхает, каких только развлечений Третьяковы не придумывают, в какие только путешествия не отправляются! С одинаковым удовольствием едут они на море, на озера Башкирии или на Урал. Гуляют, загорают или рыбачат. Главное - все вместе.

- Мне и мечтать-то не о чем, - улыбаясь, говорит Наталья Третьякова. - Я счастлива, у меня есть все. Разве что новый дом бы построить, чтобы у каждого из детей была своя комната.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

Детская
ШЬЕМ МЕШОК ДЛЯ СМЕННОЙ ОБУВИ

У зеркала
БЮСТГАЛЬТЕР ДОЛЖЕН БЫТЬ ПО РАЗМЕРУ

Урожайные сотки
НУЖНО УЛУЧШИТЬ ПОЧВУ - СЕЙТЕ ГОРЧИЦУ

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Третьякова: «ЧИСТЫЙ ДОМ ПРИНОСИТ РАДОСТЬ»

- Обожаю порядок! И детей своих приучаю поддерживать дом в чистоте постоянно. Выходим во двор всей семьей, а старшая дочка остается, чтобы вымыть полы. Такую уборку проводим несколько раз за день. Зато как приятно войти в чистый дом!

НА ЗАМЕТКУ

ЛИМОН МНОГОЛИКИЙ

✻ Если листья салата немного увяли, то сбрызните его водой с лимонным соком и на несколько часов поставьте в холодильник. Потом промойте салат и смело употребляйте его в пищу.

✻ Кислота, содержащаяся в лимоне, возвратит блеск ювелирным украшениям. Лимонный сок разводится в воде и используется для очистки серебра. А золото можно протирать обычной лимонной долькой. Но изделия из жемчуга после такой чистки испортятся.

✻ Лимон создает кислую среду, помогающую подавить рост бактерий. Мясо, предварительно сбрызнутое лимонным соком или натертое этим цитрусом, хранится несколько дней даже в жару без холодильника. К тому же резкий запах фрукта отпугивает насекомых.

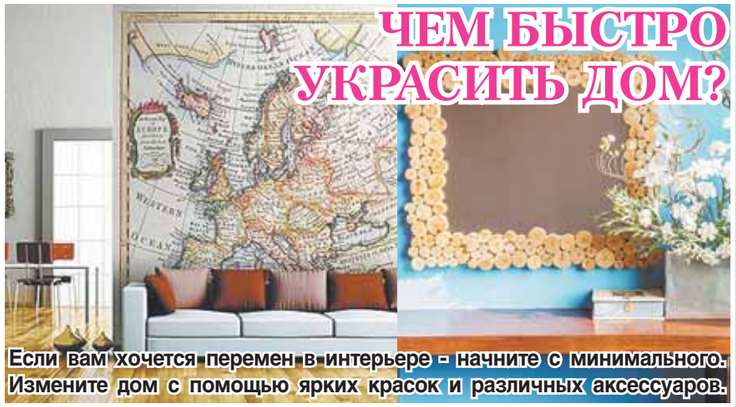
✻ Чтобы терку отчистить от прилипшего сыра, необходимо разрезать лимон и потереть его на этой же терке. В цитрусе содержится кислота, помогающая расщепить жир от сыра.

✻ Лимоном можно хорошо очистить разделочную доску. Для этого ее натирают соком цитруса и оставляют на всю ночь. После чего доску необходимо промыть теплой водой. Любые неприятные запахи исчезнут.

✻ Если добавить немного лимонного сока в кастрюлю во время варки риса, то готовый злак получится более светлым, рассыпчатым и вкусным.

✻ Попробуйте заменить хлорный отбеливатель лимонным соком. Он сделает белье более свежим и в то же время никак не повредит волокна ткани. Сок лимона может использоваться как кондиционер, ведь он прекрасно избавляет белье от любых неприятных запахов без какой-либо химии.

ЧЕМ БЫСТРО УКРАСИТЬ ДОМ?



Если вам хочется перемен в интерьере - начните с минимального. Измените дом с помощью ярких красок и различных аксессуаров.

ЗЕРКАЛА. С зеркалами даже самая маленькая комната кажется в полтора-два раза больше и светлей. Лучше, чтобы это было большое зеркало - его можно купить в готовом виде или же сделать индивидуальный заказ. Зеркало может быть в раме или без, в зависимости от стиля комнаты. Можно сделать псевдораму: например, окрасить гирлянду искусственных цветов и наклеить ее по краю зеркала или выполнить обрамление из искусственных цветочных лепестков.

ФОТООБОИ ИЛИ ПАННО ИЗ ОБОЕВ. Фотообои снова в моде, особенно с изображениями цветов, листьев, пейзажей, а также абстракций. Фотообои нужно наклеивать только на одну стену или на часть стены, при этом остальные стены должны быть строго однотонными. Аксессуары могут быть любого цвета из тех, что присутствуют на фотообоях. Если же фотообои вам не по вкусу, можно взять за основу орнаментальные классические и сделать из них панно, наклеив на плотный картон и заключив в красивую раму.

СОСТАВНОЙ КОВЕР. Это очень просто. Вместо одного большого ковра вы используете много маленьких ковриков примерно одной формы, но разных размера и декора и выкладываете из них некую композицию, составные части которой очень просто менять хоть каждую неделю.

СТЕНА-СВЕТИЛЬНИК. Очень необычно и непривычно будет выглядеть такое решение. Зрительное увеличение размеров помещения - до полутора раз, в зависимости от особенностей конструкции. Делается «стена-светильник» из листа тонкого гипсокартона. Гипсокартон с фигурными прорезями прикрепляется к стене. Его можно прикрепить на расстоянии от стены, а в образовавшееся пространство установить светодиоды. Свет будет проникать через отверстия, создавая интересные оптические эффекты.

ГЕОГРАФИЧЕСКАЯ КАРТА. Этот способ сходен с использованием фотообоев, только вместо них берется большая настенная географическая карта. Нюанс с картой: ее лучше наклеить «угловым» способом - так, чтобы она «переходила» со стены на стену. Тем самым и угол «исчезнет», и смотреться будет очень оригинально.

МОЗАИЧНЫЙ ПОСТЕР. Это большое изображение, разрезанное на несколько частей, которые затем наклеиваются на гипсокартон или фанеру и вешаются вместе с небольшими промежутками между ними.

ЦВЕТОВОД

ПРАВИЛА ФИТОДИЗАЙНА

Прежде чем приступать к превращению своего жилища в райские кущи, не помешает ознакомиться с некоторыми нехитрыми правилами.

1. Чтобы комната выглядела более стильно, подбирают цветы, оттенок которых перекликается с тоном обоев, штор, обивки мебели.

2. На светлом фоне растения смотрятся особенно красиво. Крупнолистные растения подходят к обоям с мелким рисунком. А на фоне ярких и броских обоев хороши папоротники с филигранными листьями.

3. Большое растение подходит для просторной комнаты, особенно если стоит отдельно от остальных. Такое одиночно расположенное растение называется растение-солитер. Оно украшает пустующий угол или может разделять пространство на отдельные зоны.

4. Маленькие растения лучше размещать в групповых композициях. Так они смотрятся более эффектно, чем поодиночке. А заодно могут прикрыть недостатки друг друга: оголенный ствол или поврежденные листья, не очень симпатичный горшок и т. п.

5. Формируя композицию из цветов, на передний план ставят небольшое цветущее растение, а сзади - высокое или на подставке. Свисающая плеть ампельного растения придаст композиции изящество и завершенность.

6. Объемные раскидистые растения с ажурными листьями (пальмы, например) зрительно увеличат комнату.

7. Стоящие на полу узкие высокие растения визуально «приподнимут» потолок. А низкие раскидистые растения или подвесные кашпо с ампельными формами сделают помещение ниже.

Сложи и сохрани

БЮСТГАЛЬТЕР ДОЛЖЕН ПОДХОДИТЬ ПО РАЗМЕРУ

Неправильно подобранный бюстгальтер - это не только постоянное ощущение дискомфорта и испорченный внешний вид, но и весьма вероятный источник настоящих проблем со здоровьем. Избавляемся от «бюстовых» проблем раз и навсегда.

ЧАШКИ

Объем чашек бюстгальтера определяется обхватом груди в сантиметрах и обозначается на этикетках латинскими буквами после цифр: A, B, C и так далее по возрастанию объема. Чашки могут быть вам велики или малы, и это основная причина неудобств.

Проблема:
* грудь пережимается и разделяется на части;
* грудь излишне выпирает сверху;
* грудь выпадает снизу.

Решение: увеличить размер чашки. В примерочной, надев выбранную модель, энергично поднимите руки вверх несколько раз, а потом наклонитесь. В первом случае грудь не должна показываться из-под низа чашки, а во втором - выпадать из нее.

ПОЯС

Именно пояс, а не бретели - основная держащая грудь на месте деталь бюстгальтера. Размеры его определяются обхватом под грудью и на этикетках обозначаются цифрами в сантиметрах.

Проблема: выпадение груди снизу при движении и сползание самого пояса вверх по спине (а груди, соответственно, вниз).

Решение: уменьшить объем пояса и одновременно увеличить объем чашек.

Чтобы протестировать пояс, достаточно при примерке обратить внимание, параллельна ли после нескольких активных поворотов и взмахов руками его линия полу и не загибается ли она дугой вверх. А еще попробуйте оттянуть пояс в застегнутом виде назад: если он оттягивается от спины на 5 см и более - уже непорядок.

БРЕТЕЛИ

Проблема: после снятия бюстгальтера на плечах остаются долго не проходящие красные полосы.

Решение: при условии, что с остальными элементами проблем нет, нужно подобрать бюстгальтер со съемными бретелями подлиннее.

Проблема: бретели постоянно падают.

Решение: подобрать бюстгальтер с более плотным поясом.

Неплохим временным вариантом могут стать также застежки-«бабочки», придуманные для того, чтобы спрятать бретели под одежду, у которой спинка сделана наподобие майки-боксерки. Такие застежки собирают бретели крестом между лопатками, одновременно укорачивая их и пряча под одеждой.

КОСТОЧКИ

Проблема: косточки натирают, вдавливаются в грудь, «выезжают» из своего кармана.

Решение: тщательная примерка и выбор «своей» модели. Под вашу форму груди может просто не подойти конфигурация косточек (да, они тоже бывают разными, как минимум более или менее вогнутыми). Кроме того, это банально может быть не ваш размер бюстгальтера (обычно у более крупных чашек косточки более широкие, поэтому нагрузка на них ниже).

МАКИЯЖ

ПО ФОРМЕ ГЛАЗ

В зависимости от разреза глаз акцентировать тенями нужно разные участки века.

ОКРУГЛЫЙ РАЗРЕЗ. Наносите темные тени по центру верхнего века, а уголки оттеняйте более светлыми.

МИНДАЛЕВИДНЫЙ РАЗРЕЗ. Растушуйте тени нейтрального тона по складке верхнего века, ближе к уголку. Более темными тенями подчеркните веко над складкой.

АЗИАТСКИЙ РАЗРЕЗ. По линии роста ресниц растушуйте темные тени, а затем постепенно уводите оттенок к нейтральному - под бровями.

ОПУЩЕННЫЙ ВНЕШНИЙ УГОЛОК. Растушевывайте темные тени от середины верхнего века и вверх.

ПРИПОДНЯТЫЙ ВЕРХНИЙ УГОЛОК. Подчеркните тенями линию роста ресниц на верхнем и нижнем веках, чуть отступив от внутреннего уголка. Его оттените светлыми тенями.

НЕБОЛЬШИЕ ГЛАЗА. Немного темных теней во внешнем уголке глаза и выраженный акцент под бровь перламутровыми или очень светлыми тенями сделают глаза визуально больше.

ГЛУБОКО ПОСАЖЕННЫЕ ГЛАЗА. Наносите темные тени в складку века и внешний уголок глаза, растушевывайте по направлению к бровям.

ТЯЖЕЛОЕ ВЕРХНЕЕ ВЕКО. Немного светлых теней по нижнему веку и темных - по верхнему краю складки «приоткроют» глаза.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Третьякова: «КОСА - ДЕВИЧЬЯ КРАСА»

- Я с детства мечтала иметь длинную косу и очень завидовала девчонкам, у которых были длинные волосы. Мои же косички едва до плеч доходили и больше не росли. А во время второй и третьей беременностей, когда по приметам нельзя стричь и красить волосы, у меня отросла заветная коса. Теперь и отрезать не хочется. Впрочем, длинные волосы, как мне кажется, гораздо удобнее коротких. Не нужно много времени тратить на укладку: заплела косу - прическа готова. Жарко - уложила волосы улиткой. На праздник можно и распустить косы. Жаль, что с такой прической с детьми долго не походишь - волосы мешают. И уход за длинными волосами прост: нужны лишь хороший шампунь да удобная расческа. Вообще, я считаю, что в женщине ценна естественная красота. И дочку свою учу поменьше косметики на лицо накладывать, раньше времени кожу не портить. Что же касается подростковых прыщей и акне, с ними легко справится салициловая кислота, которую можно приобрести в аптеке. Два дня прижиганий - и лицо снова чистое.

ШПАРГАЛКА

ОРИГИНАЛЬНЫЙ МАНИКЮР

Старые тени можно использовать в качестве декора для маникюра. Нанесите их на слегка подсохший лак, а затем покройте закрепителем.

УВЛАЖНЯЕМ ПЯТКИ

Чтобы решить проблему сухих и потрескавшихся пяток, разрежьте лимон пополам, приложите каждую из половинок к пяткам и наденьте носки. Через час уберите лимон и нанесите на пяточки увлажняющий крем.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Третьякова: «ЛУЧШЕЕ ТЕСТО - МАМИНО»

- Тесто на манты, пельмени, бешбармак я делаю по рецепту моей мамы. Тесто получается мягким, эластичным. Пельмени из него, даже замороженные, при варке не трескаются. Для теста потребуются: 2 яйца, 1 ст теплой кипяченой воды, 1 ч л соли с горкой, 1 ч л эссенции, 1 рюмка растительного масла (50 г) и муки, сколько возьмет.

К ЧАЮ

ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ С МОЛОЧНО-КЛУБНИЧНЫМ ЖЕЛЕ

Бисквит: 3 яйца, 150 г сахара, 3 ст л какао, 100 г муки, 2 ч л разрыхлителя. Желе: 400 мл клубничного сиропа (компота, сока), 400 мл молока, 40 г желатина, 2 ч л ванильного сахара. Также: 500 г свежей или замороженной клубники.

Половину желатина замочить в 200 мл холодной кипяченой воды, оставить на то время, которое указано на упаковке. Желатин довести до кипения, смешать с клубничным сиропом и вылить в форму диаметром 26 см слоем около 1 см и поставить в холодильник до полного застывания. Яйца взбить с сахаром, всыпать какао, разрыхлитель и муку. Замесить негустое тесто, выложить его в форму диаметром 26 см, выпекать бисквит 15-20 мин в духовке при 180°С. Клубнику измельчить в блендере. Готовый корж разрезать по горизонтали на 2 части. Одну часть оставить в форме, другую пропитать измельченной клубникой. Ту половину, которая в форме, также пропитать клубникой. Выложить один корж на другой. Подготовить молочное желе. 20 г желатина замочить в 200 мл холодной кипяченой воды. Через указанное на упаковке время желатин довести до кипения, влить молоко, добавить ванильный сахар, перемешать. Застывшее желе из клубничного сиропа нарезать кубиками, выложить в форму на коржи и залить тонким слоем молочного желе. Поставить в холодильник на 20-30 мин для того, чтобы желе «схватилось» и не впиталось в нежный корж. Затем вылить оставшееся молочное желе. Поставить в холодильник до полного застывания.

КОТЛЕТЫ ИЗ ТРЕСКИ

500 г филе трески, 100 г батона, 200 мл сливок 10-20 %, 1 яйцо, 70-100 г манки, 150 г лука, зелень по вкусу, мука (для панировки), соль, перец, растительное масло.

Батон замочить в сливках. Зелень мелко нарезать. Треску вместе с луком пропустить через мясорубку, перемешать. Добавить яйцо, булочку (сливки немного отжать), зелень, манку, посолить, поперчить, хорошо перемешать. Фарш накрыть пленкой и убрать в холодильник на 1-2 часа. Затем сформировать котлеты, обвалять их в муке, жарить на растительном масле по 7-10 мин с каждой стороны.

САЛАТ ИЗ СВИНОГО СЕРДЦА С ОГУРЦОМ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

300 г свиного сердца, 2 огурца, 1 сладкий болгарский перец, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 2-3 ст л оливкового масла, зелень укропа, зеленый лук, перец черный молотый, соль по вкусу.

Субпродукт отварить, нарезать соломкой. Также соломкой нарезать сладкий перец, огурцы, луковицу. Зелень измельчить, чеснок пропустить через пресс. Продукты перемешать, заправить оливковым маслом. Вместо масла можно использовать майонез.

СВИНИНА С ПОМИДОРАМИ И ЛУКОМ

500 г филе свинины/индейки, 150 г лука, 300 г помидоров, зелень по вкусу, лимон, 2 зубчика чеснока, 1 яйцо, 30 г горчицы (пасты или зерновой), 50 г панировочных сухарей, 20 г кунжута, растительное масло, соль, перец, зубочистки.

Лук нарезать кольцами, помидоры - кружочками, зелень измельчить. С лимона снять цедру, чеснок мелко нарезать. Смешать цедру и чеснок, добавить зелень. Яйцо взбить, посолить, поперчить, присоединить горчицу, перемешать. Смешать панировочные сухари и кунжут. Свинину нарезать кусочками толщиной 5-7 мм, немного отбить. На кусочек свинины выложить кружок помидора, посолить, затем - кольцо лука, опять помидор и зелень с цедрой и чесноком. Накрыть вторым куском свинины, закрепить зубочистками. Обвалять в яйце с горчицей, потом в сухарях с кунжутом и обжарить на растительном масле с двух сторон (жарить около 10-15 минут на среднем огне). При подаче не забудьте вынуть зубочистки.

СЛОЕНЫЙ ПИРОГ С УТКОЙ

500 г слоеного дрожжевого теста, 300 г утиного филе, 300 г грибов, 200 г лука, соль, перец, растительное масло. Маринад: 20 мл растительного масла, 1 ст л прованских трав, 1-2 зубчика чеснока, соль, перец.

В масло добавить пропущенный через чеснокодавку чеснок, добавить травы, посолить, поперчить, перемешать. Обвалять филе утки в маринаде и оставить на 20-25 мин. Потом завернуть филе в фольгу, запекать 45-50 мин в духовке при 180°С. Мясо остудить, разобрать на волокна. Лук нарезать соломкой, обжарить на растительном масле. Добавить нарезанные пластинками грибы, посолить, поперчить, жарить 10 мин. Затем присоединить филе, перемешать. Все остудить. Половину теста раскатать в пласт толщиной 3 мм, вырезать круг, выложить его в форму для запекания, сделав бортики. Выложить начинку. Из второй части теста вырезать круг толщиной около 3 мм, чтобы прикрыть им начинку, края защипнуть. Из обрезков теста можно вырезать фигурки и приклеить их на желток. Выпекать 20-25 мин в духовке, разогретой до 180°С.

КАБАЧКИ С МЯСОМ НА ШПАЖКАХ

2 молодых кабачка, 250 г мясного фарша, 1 ч л сушеного чеснока, 2 ст л соевого соуса, 2 ч л томатной пасты, соль и черный молотый перец по вкусу, 100 г твердого сыра, 1 помидор.

Кабачки нарезать кружками толщиной около 1 см. Влить соевый соус, чуть посолить, всыпать перец черный молотый, перемешать. К фаршу добавить томатную пасту, чесночный порошок, посолить, поперчить, хорошо перемешать. На деревянные шпажки нанизать, чередуя, кабачки и сформированные тефтели из фарша. (Начинать и заканчивать нужно кабачками.) Обернуть шпажки с закуской фольгой так, чтобы верх остался открытым, поместить в форму для выпечки и запекать в духовке 30 мин при 180°С. Затем вынуть, выложить сверху нарезанный кубиками помидор и натертый сыр, вернуть в духовку еще на 10 мин. Готовую закуску развернуть и подать к столу.

Сложи и сохрани

НУЖНО УЛУЧШИТЬ ПОЧВУ - СЕЙТЕ ГОРЧИЦУ

Быстро поднять плодородие почвы с минимальными затратами денег и труда можно, посеяв на освободившихся грядках горчицу.

Горчица относится к крестоцветным культурам и не подходит для последующего посева капусты, редиса, редьки и других крестоцветных. Зато помидоры, картофель, перцы и баклажаны после нее растут отлично, почва очищается от болезней и вредителей.

Жаль только, что не от всех. Так, горчицу любят крестоцветные блошки, клопы, гусеницы совки и капустницы. Поэтому посевы горчицы надо опрыскивать инсектицидами, чтобы их выращивание принесло только пользу.

Во время роста горчица выделяет специфические вещества, подавляющие рост сорняков, а мощная корневая система проникает в почву на глубину от 1,5 до 3 м, то есть горчица вытягивает из недр почвы недоступные для растений вещества и переводит их в биодоступную форму.

Эфирные масла, выделяемые горчицей, угнетают развитие парши, черной ножки, мучнистой росы, фитофтороза. Так почва освобождается от возбудителей болезней. Особенно полезно горчицу высевать на участках, заселенных проволочником, нематодой или моллюсками.

Когда на растениях появятся первые цветочки, зеленую массу скашивают и заделывают в почву. Тем самым обогащают ее органикой, фосфором, калием, редкими микроэлементами и большим количеством полезных микробов. Таким образом, горчица заменяет внесение навоза и минеральных удобрений.

После горчицы можно сажать томаты, перец, баклажаны, картофель, лук, чеснок, луковичные цветы, кабачки, огурцы, патиссоны, тыкву, арахис, чечевицу, бобы, фасоль, горох, базилик, укроп, сельдерей, петрушку, шпинат, щавель...

Не рекомендуется сажать капусту, редис, репу, хрен, брюкву, кольраби, кресс водяной и другие.

Слегка подвядшую зелень можно использовать как мульчу для всех культур, но разумнее всего ее заделывать в почву. Опытные садоводы высевают горчицу в апреле, перед высадкой теплолюбивых культур. Но можно посеять ее и после уборки ранних овощей.

Чтобы эффект улучшения почвы был максимальный, горчица должна расти не менее трех-четырех недель, затем ее скашивают и перекапывают. Так что горчицу можно высаживать с июля по октябрь.

Главное, успеть скосить растения до начала массового цветения. Иначе растения могут сформировать семена, и тогда произойдет самосев горчицы, что превратит ее в сорняк.

ИЗ ОПЫТА

СРЕЗАТЬ ЛИ ЛИСТЬЯ С КЛУБНИКИ?

Мнения по этому поводу самые разные и зачастую противоречивые.

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

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

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

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

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

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Третьякова: «УЧАСТОК ДОЛЖЕН ПРИНОСИТЬ РАДОСТЬ»

- Мне кажется, будь раньше профессия ландшафтного дизайнера, я бы обязательно получила такое образование. А сейчас мы своими силами и по собственным проектам обустраиваем участок. Установили бассейн, привезли песок, поставили шезлонги и зонты - вот и получился пляж. Спилили яблоню - пеньку приделали глазки, волосы. Замечательный домашний сторожевой вышел! На участке у нас много газонной травы, детская площадка, место для игр в футбол и волейбол, батут. Растут плодовые деревья, виноград, туи, а для овощных грядок купили дачу неподалеку.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

РАЗМНОЖАЕМ ДЕРЕВЬЯ ВОЗДУШНЫМИ ОТВОДКАМИ

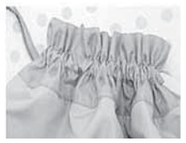
Этот способ чрезвычайно удобен, поскольку он не требует специального оборудования, а растения мало повреждаются. Образование корней происходит на неотделенном одревесневшем побеге.

Воздушные отводки получают либо весной из вызревших побегов предшествующего года, либо в конце лета из полуодревесневших побегов этого же года.

Чтобы получить отросток, на расстоянии 15-30 см от верхушки побега удаляют боковые ветви и листья и снимают кольцо коры. В результате чего питательные вещества начинают накапливаться в том месте, где необходимо вызвать образование корней. Поврежденный участок укрывают от света, окружают влажной землей или комом опилок, и корни начинают расти. Окоренившийся отводок остается отделить от растения и высадить в почву.

Сударыня
№ 30 (1308) 04.08.20

ШЬЕМ МЕШОК ДЛЯ СМЕННОЙ ОБУВИ



Детям для ношения в школу сменной обуви необходима сумка-мешок. Заботливые мамы могут сшить ее своими руками. Такой аксессуар ребенок точно не перепутает с чужим.

Для изготовления понадобятся:

- отрез плащевой ткани размером 40х90 см;
- шнурок длиной 3 м;
- широкая тесьма длиной 10 см;
- пуговицы для украшения;
- нитки;
- ножницы.

1. Кусок ткани размером 40х90 см согните пополам и разрежьте на два прямоугольника. Прошейте по лицевой стороне, не доходя до верха 5 см, которые нужно оставить на подгибку. Пришейте около нижнего края широкую тесьму - это петельки для шнура.

2. Выверните мешок наизнанку и прошейте по готовым швам, чтобы шов остался внутри. Можно просто обметать, но так вы будете уверены, что закрытый шов не разойдется.

3. Подогните верхний срез сумки и боковые срезы кулиски, а затем отстрочите в край, оставляя 2 см на продевание шнурка.

4. Теперь пройдитесь утюгом по швам готовой сумки для обуви.

5. Проденьте шнурок через верх мешка для сменной обуви, а также через широкую тесьму и завяжите его на узел. На шнур можно надеть ограничитель, чтобы мешок можно было удобно затягивать.

6. Украсьте сумку пуговицами.

Размеры сумки-мешка могут быть разными, можете увеличить по желанию, но для обуви ребенку 7-10 лет вполне достаточно указанного размера.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Третьякова: «ОБРАЗОВАНИЕ - ГЛАВНОЕ В ЖИЗНИ»

- Помню, как раньше родители говорили нам: «Не хочешь быть дояркой - учись!» Знаю, что все профессии почетны, но нам все же хотелось добиться в жизни чего-то большего. Вот и старались получить образование. Примерно то же самое теперь говорю детям. Если нет блата, лучший способ найти хорошую работу - достойное образование. Старшая дочка Елизавета хорошо учится, во всем мне помогает. Окончила музыкальную школу по классу вокала, играет на фортепиано и аккордеоне и теперь занимается в театральной студии, мечтает стать актрисой. Средняя - Анна - увлекается синхронным плаванием и хочет быть тренером. А младший Денис уже сейчас готовится быть военным. И хотя он самый маленький, ведем себя с ним построже. Будущие офицеры должны знать, что такое дисциплина и порядок.

НА ЗАМЕТКУ

АВТОКРЕСЛО, БУСТЕР, ИЛИ РЕМЕНЬ «ФЭСТ»?

Сегодня в продаже появилось огромное количество разнообразных приспособлений для фиксации малышей в автомобиле, известных под общим названием «детское удерживающее устройство». Все ли они гарантируют безопасность?

АВТОМОБИЛЬНОЕ КРЕСЛО

Удерживающее средство, которое устанавливается на сиденье авто с помощью штатного ремня или системы Isofix. В автокресло можно посадить ребенка, закрепив его предусмотренными в устройстве ремнями безопасности. Форма кресла и его ремни позволяют обезопасить малыша от получения травм при боковом или фронтальном ударе. Конструкция подголовника может стать защитой в момент бокового удара, а также уменьшить перегрузку головы и груди.

Выбирайте детские автокресла, которые проходили краш-испытания, об этом свидетельствует значок соответствия европейскому стандарту ECE R44I03 (04). Также помните о том, что все автокресла делятся на три группы - важно использовать устройство, подходящее ребенку по возрасту и весу.

БУСТЕР

Бустер напоминает детское автомобильное кресло, однако в нем нет спинки и собственных ремней. С помощью такой «подставки» ребенка можно посадить повыше и пристегнуть штатным ремнем. При использовании бустера ремень машины будет проходить по диагонали через плечо, а не через горло, как это было бы, если пристегнуть малыша, сидящего просто на сиденье автомобиля.

Бустер не рекомендуется использовать для детей младше 10 лет. Из-за того, что в нем нет боковых частей и подголовника, это приспособление абсолютно не защищает маленького пассажира от боковых ударов. Кроме того, фиксация с помощью штатного ремня очень ненадежна - при движении малыш может вылезти из бустера.

РЕМЕНЬ «ФЭСТ»

Это адаптер штатного ремня, благодаря которому ремень не передавливает малышу шею. Приспособление имеет четыре пуговицы, которые должны удерживать штатный ремень в зафиксированном состоянии в случае экстренного торможения.

Ремень «ФЭСТ» - это всего лишь уплотнитель, который не может обеспечить юному пассажиру авто необходимую безопасность в случае аварии. Если произойдет столкновение, он поднимет ремень на пару сантиметров, а это увеличивает риск подныривания. Данное удерживающее устройство не занимает много места, оно быстро снимается, однако практически не защищает ребенка от травм.

Сложи и сохрани

КАК ОБИЖАЮТСЯ ЗНАКИ ЗОДИАКА?

В конфликтных жизненных ситуациях люди часто ссорятся. Как долго они будут хранить в душе обиды, зависит от того, представителями каких знаков зодиака они являются.

ОВНЫ могут долго делать вид, что все в порядке, особенно если вы зачем-то нужны им. Но если обида перехлестывает через край, то есть два варианта развития событий. Первый: о вас просто забывают, вычеркивая из жизни. И второй: на обидчика изливается бурный поток негодования. Овен может «бить копытом, раздувать ноздри и грозить рогами». Зрелище страшное, но, как правило, безопасное. Несмотря на устрашающий вид, обиженный Овен быстро берет себя в руки и прощает обидчика.

Терпению **ТЕЛЬЦОВ** можно позавидовать - им не свойственна мелочная обидчивость. Представитель этого знака может долго снисходительно относиться к своим обидчикам, считая, что те недостойны бурной реакции. Но если вы будете слишком активно доставать Тельца, то рискуете нарваться на серьезные неприятности. Причем если вы хоть как-то зависите от него материально, то именно с урезания бюджета он и начнет, и даже не из мести, а в воспитательных целях.

БЛИЗНЕЦЫ совершенно непредсказуемы, они легко могут обидеться на шутку, над которой еще вчера весело смеялись вместе с вами. При этом они весьма злопамятны, поэтому будут кричать на вас или делать вам гадости до тех пор, пока вы многократно и смиренно не извинитесь. Кроме того, по настроению Близнецы могут и руку поднять на обидчика, не задумываясь о последствиях. Гнев им застит глаза, так что с этими очаровательными созданиями лучше быть осторожнее.

РАКИ очень эмоциональны, поэтому обижаются часто, но наказывают, как правило, не обидчика, а себя. То есть просто замыкаются в себе и в одиночестве страдают, переживая обиду и в очередной раз приходя к выводу, что мир жесток. Тому же, кто их обидел, достаются лишь упрекающие взгляды. Правда, если оскорбление слишком сильно, то Рак может и отомстить. Он будет действовать тайно, выберет самый неподходящий для недруга момент и «ударит» исподтишка.

ЛЬВЫ чрезмерно самолюбивы, поэтому обижаются по поводу и без. При этом они не скрывают своих эмоций, а сразу устраивают своему обидчику бурный скандал. Представители этого знака несдержанны на язык и точно знают, как в ответ оскорбить так, чтобы обидевший их человек долго не мог прийти в себя. Впрочем, таить обиду они не умеют - моментально вспыхивая, они так же быстро остывают. И вспоминают о произошедшем только после очередного оскорбления.

ДЕВЫ достаточно мелочны, поэтому с удовольствием «коллекционируют» обиды и обидчиков. Скажем так, они не злопамятны, просто злые, и память у них хорошая. Но так как это настоящие «серые кардиналы», то они не будут мстить сразу, а отложат это развлечение до того момента, когда вы уже и сами забудете. И, проанализировав все обстоятельства вашего существования, нанесут удар в самое уязвимое место, причем постараются сделать это чужими руками.

Обидеть **ВЕСОВ** чрезвычайно легко, их настроение и так постоянно колеблется от восторженного до угнетенного, поэтому любой негативный эмоциональный посыл Весы воспринимают очень чутко. Но они не умеют и не любят мстить. Вспылить, всплакнуть и нажаловаться всем, кто готов слушать, - это запросто, но таить обиду и исподтишка делать гадости они не будут. Да и мирятся Весы с удовольствием, ведь это возвращает им душевное равновесие - непременный фактор их гармоничного существования.

СКОРПИОНЫ - чемпионы по обидчивости и мести. Причем часто поводом для обиды становятся поступки и высказывания, на которые представители других знаков зодиака даже внимания не обращают. Да и способы отмщения Скорпионы, как правило, выбирают крайне нестандартные. Они могут даже попробовать наслать порчу. Поэтому если обиженный вами Скорпион приветливо вам улыбается, это не значит, что он вас простил. Просто месть он подает холодной.

СТРЕЛЬЦЫ великодушны, особенно к тем, кого они считают слабее себя, а таких, по их мнению, большинство. Поэтому довести до белого каления Стрельцов крайне непросто, хотя на мелкие обиды они моментально реагируют небольшим «ядерным взрывом», но быстро успокаиваются. Серьезные же обиды они могут переживать годами. Оскорбленный Стрелец не только с удовольствием мстит, но и оттачивает на своем неприятеле весь арсенал своей знаменитой язвительности.

КОЗЕРОГИ осознают свое превосходство над окружающими, поэтому обидеть их нелегко. Не обижаетесь же вы на дождь, который вас намочил, или на камень, который попал вам под ноги! Люди для Козерогов - всего лишь внешние факторы. Впрочем, есть персоны, которые могут довести Козерога. Это «властители мира», которые почему-то не обращают на него внимания. Но и тут он не станет мстить, а сделает все возможное, чтобы заинтересовать власть имущих.

ВОДОЛЕИ - известные максималисты, поэтому их суждения в адрес окружающих всегда чрезмерно категоричны. Они не прощают обид, особенно если задеты их принципы, честь или достоинство. Правда, мстить они вряд ли будут. Они просто поставят крест на отношениях. Впрочем, если вы очень дружны с Водолеем или являетесь его близким родственником, то все может ограничиться бурным скандалом, месяцем отчуждения и каким-нибудь оригинальным «наказанием».

РЫБЫ чувствительны, эмоциональны и очень обидчивы. Раны от любого нанесенного оскорбления долго не заживают в их сердцах. В своих воспоминаниях они возвращаются к неприятной для них ситуации, заново переживая негативные эмоции. Но на месть они вряд ли решатся и будут взывать к вашей совести. Если вам дорог этот человек или вы просто попали под его обаяние, то вы устыдитесь и постараетесь всеми доступными способами загладить обиду. И именно на это Рыбы рассчитывают.

ХОЗЯЮШКА СОВЕТУЕТ

Наталья Третьякова: «НЕ СТОИТ ТРАТИТЬ ЖИЗНЬ НА ССОРЫ»

- Когда была молодой, все спешила куда-то, нервничала, но супруг приучил меня к более размеренной жизни. Как оказалось, спокойно, не торопясь можно все успеть. Главное - не стоит тратить такую короткую жизнь на скандалы и ссоры, не нужно раздувать из мухи слона, лучше просто не обращать внимания на мелочи. Супруг у меня импульсивный. Чтобы избежать конфликта, я просто иду на кухню готовить что-то вкусное. Минут через пять и муж присоединяется ко мне. Да и какие ссоры могут быть в семье при детях? Какой пример подают им родители, если ссорятся сами? Вот и живем дружно и спокойно. Куда приятнее посидеть вместе за чашкой чая, поговорить о чем-то интересном, помечтать о будущем.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

«МУСОР» - В ГОЛОВЕ

Любовь к порядку похвальна. Но у некоторых людей она превращается в настоящую манию. Почему желание навести чистоту становится навязчивой идеей, граничащей с одержимостью? Психологи называют несколько причин.

СТРАХ. Например, если человек страдает рипофобией - боязнью грязи. Эта самая грязь мерещится ему повсюду, даже там, где ее нет в помине. Поэтому он постоянно моет руки и все, что попадается под руки.

ХРОНИЧЕСКИЙ СТРЕСС. Многие хватаются за швабру или пылесос, когда обижены, огорчены или взвинчены. Физическая работа отвлекает от мрачных мыслей, разгружает голову от «мусора».

НЕУВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ. Чистюли нередко стремятся все контролировать - осознание того, что они владеют ситуацией, помогает им чувствовать себя в безопасности. Но на работе это удается не всегда, вот они и пытаются хотя бы дома устанавливать свои порядки, раскладывая вещи по полочкам. Такая упорядоченность создает иллюзию контроля.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15, 03.05 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40, 01.25 «На самом деле». (16+)
19.40 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Желтый глаз тигра». (16+)
23.30 Т/с «Тот, кто читает мысли». («Менталист»). (16+)
02.15 «Наедине со всеми». (16+)
03.45 «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+)
14.55 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 Т/с «Осиное гнездо». (12+)
01.50 Т/с «Доктор Рихтер». (16+)
03.30 Т/с «Тайны следствия». (12+)

МАТЧ

08.00, 10.55, 14.00, 18.50, 23.00 Новости.
08.05, 16.25, 02.00 Все на Матч!
11.00, 14.25 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала. (0+)
13.00 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. Обзор тура. (0+)
14.05 «Самый умный». (12+)
17.10 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final». (0+)
17.40 Профессиональный бокс. (16+)
18.55 «Правила игры». (12+)
19.40 «Ротор» - «Зенит». Live». (12+)
20.00 Футбол. Обзор Лиги чемпионов. 1/8 финала. (0+)
21.55 Автоспорт. Формула Е.
23.05 Все на футбол!
23.50 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. «Аталанта». (Италия) - ПСЖ(Франция).
02.45 Смешанные единоборства. (16+)
04.15 Д/с «Одержимые». (12+)
04.45 Д/с «Рожденные побеждать». (12+)
05.45 Хоккей. Кубок Республики Башкортостан. «Салават Юлаев» (Уфа) - «Нефтехимик» (Нижнекамск). (0+)

НТВ

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи родины». (16+)
21.00 Т/с «Ментовские войны». (16+)
00.40 Т/с «Свидетели». (16+)
03.10 «Дело врачей». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 «Известия».
05.35 Т/с «Шеф. Новая жизнь». (16+)
09.25, 13.25 Т/с «Литейный, 4». (16+)
13.45 Т/с «Шеф. Новая жизнь». (16+)
17.45 Т/с «Пятницкий». (16+)
19.30 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Свои». (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 «Египетский поход Наполеона Бонапарта».
08.25, 22.05 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера».
09.40, 23.20 Красивая планета.
10.00, 19.30 Новости культуры.
10.15 Д/ф «Георгий Гамов. Физик от Бога».
11.10, 20.55 Абсолютный слух.
11.50 Д/с «О временах и нравах».
12.20 Academia.
13.10, 00.25 Молодежные симфонические оркестры Европы.
14.30 Спектакль «Две женщины».
17.00 Д/ф «Роман в камне».
17.30 «Библейский сюжет».
18.00 «Полиглот». Французский с нуля за 16 часов!
18.50 Больше чем любовь.
19.45 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.40 «Спокойной ночи, малыши!».
21.35 «Монолог в 4-х частях».
23.35 Д/ф «Сергей Прокудин-Горский. Россия в цвете».
01.45 Д/ф «Египетский поход Наполеона Бонапарта».
02.40 Красивая планета.

ОТР

03.00, 10.50, 15.50 «Медосмотр». (12+)
03.10 Т/с «Практика». (12+)
04.05 Д/ф «Секреты сада». (12+)
05.00, 16.05, 17.15, 00.20 «ОТРажение».
07.25, 20.00 Д/ф «Гении от природы. Опасность, школы медсестер и естественные механизмы защиты». (12+)
08.00, 20.30 «Домашние животные». (12+)
08.30 «Гамбургский счет». (12+)
09.00, 23.00 Д/ф «Секреты сада». (12+)
10.00, 14.00 Т/с «Практика». (12+)
11.00, 14.55 «Календарь». (12+)
11.40, 15.35 «Среда обитания». (12+)
11.55, 21.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
13.45 «Вспомнить все». (12+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
19.05 «Большая наука России». (12+)
19.30 «Моя история». (12+)
22.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
02.00 Д/ф «Гении от природы. Молот, кирка, лопата и мотыга». (12+)
02.30 «Дом «Э». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 Большое кино. «Неуловимые мстители». (12+)
08.40 Х/ф «Корона Российской империи, или Снова неуловимые». (6+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.40, 05.10 «Мой герой. Михаил Борисов». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05, 03.40 Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)
16.55 «Советские мафии. Железная Белла». (16+)
18.15 Х/ф «Трюфельный пес королевы Джованны». (12+)
22.30 «Обложка. Звезды без макияжа». (16+)
23.05, 01.50 «Прощание. Георгий Вицин». (16+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Красный проект». (16+)
02.30 «Дикие деньги. Игорь Коломойский». (16+)
03.15 «Осторожно, мошенники! Ремонт из вторсырья». (16+)

РЕН-ТВ

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)
09.00, 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «112». (16+)
13.00, 23.30 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00, 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00, 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 Х/ф «Преступник». (16+)
22.10 «Смотреть всем!». (16+)
00.30 Х/ф «Ниндзя 2». (18+)
04.40 «Военная тайна». (16+)

СПАС

05.00, 00.10 «День Патриарха». (0+)
05.10, 20.05 «Завет». (6+)
06.00, 08.00 «Утро на «Спасе». (6+)
10.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30, 02.30 «Светлая память». (0+)
11.30 Х/ф «Личное счастье». (0+)
13.00, 19.05 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
15.30 Д/ф «День Ангела». (12+)
16.00 Д/ф «Встреча2. (12+)
16.30 Д/ф «Святые против мятежа». (12+)
17.25 Х/ф «Осенняя история». (6+)
21.00 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
21.35 Х/ф Белый взрыв. (0+)
23.05, 23.35 Д/ф «Паисий Святогорец. Семейная жизнь». (12+)
00.25 Д/ф «Крест». (12+)
01.10 «Следы империи». (16+)
03.20 «Женская половина». (16+)
04.10 М/ф.
04.45 «Тайны сказок». (0+)

СТС

06.00, 05.50 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
06.55 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.15 Т/с «Нагиев на карантине». (16+)
08.00 «Сториз». (16+)
09.00 Х/ф «Индиана Джонс. В поисках утраченного ковчега». (0+)
11.20 Т/с «Сеня-Федя». (16+)
14.20 Т/с «Кухня». (16+)
17.35 Т/с «Нагиев на карантине». (16+)
19.00 «Сториз». (16+)
20.00 Х/ф «Ночь в музее. Секрет гробницы». (6+)
21.55 Х/ф «Индиана Джонс и Храм судьбы». (0+)
00.20 Х/ф «Судья». (18+)
02.50 М/ф «Даффи Дак. Фантастический остров». (0+)
04.05 М/ф «Даффи Дак. Охотники за чудовищами». (0+)
05.15 М/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.35 «Давай разведемся!». (16+)
10.30, 04.00 «Тест на отцовство». (16+)
12.40 «Реальная мистика». (16+)
13.40, 02.25 «Понять. Простить». (16+)
14.45, 01.55 «Порча». (16+)
15.15 Х/ф «Крестная». (16+)
19.00 Х/ф «Случайных встреч не бывает». (16+)
23.20 Т/с «Женский доктор». (16+)
03.15 «Реальная мистика». (16+)

ТВ-3

06.00, 08.45 М/ф.
08.30 «Рисуем сказки». (0+)
09.20 «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+)
17.30 «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Неизвестный». (16+)
20.30 Т/с «Кости». (12+)
23.00 Х/ф «Американский пирог». (16+)
01.15 «Кинотеатр «Arzamas». (12+)
02.00 «Человек-невидимка». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
07.45 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.35 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
09.30 Т/с «Зачарованные». (16+)
13.00 «Пацанки 3». (16+)
15.00 «Кондитер 2». (16+)
17.30 «На ножах». (16+)
00.00 Т/с «Две девицы на мели». (16+)
01.30 Т/с «Любимцы». (16+)
02.35 «Тату навсегда». (16+)
03.35 «Пятница News». (16+)
04.10 Т/с «Древние» (18+)
05.35 «Генеральная уборка». (16+)
06.30 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

05.25 Х/ф «И ты увидишь небо». (12+)
06.40, 08.20 Х/ф «Небесный тихоход». (0+)
08.00, 21.15 Новости дня.
09.05, 12.05, 16.05 Т/с «Чкалов». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.35, 04.00 Д/с «Оружие Победы». (6+)
18.50 Д/с «Битва за небо. История военной авиации России». (12+)
19.35, 20.25 Д/с «Секретные материалы». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
22.55 Д/с «Сделано в СССР». (6+)
23.05 Х/ф «Чистое небо». (12+)
01.10 Х/ф «Хроника пикирующего бомбардировщика». (0+)
02.25 Х/ф «За облаками - небо». (6+)
04.15 Т/с «Чужие крылья». (12+)

МИР

05.00 Т/с «Гречанка». (12+)
05.30 Т/с «Дурная кровь». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.10 Т/с «Дурная кровь». (16+)
13.15, 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные». (16+)
18.15, 19.25 Т/с «ППС». (16+)
21.40 «Всемирные игры разума». (12+)
22.20, 00.00 «Игра в кино». (12+)
00.45 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
03.45 Т/с «Гречанка». (12+)

ТНТ

07.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
08.00 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
13.30 Т/с «Счастливы вместе». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ». (16+)
18.30 Т/с «Фитнес». (16+)
20.00 Т/с «Патриот». (16+)
21.00 Т/с «Ольга». (16+)
22.00 «Комеди Клаб». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Comedy Woman». (16+)
02.00 «Stand up». (16+)
04.30 «Открытый микрофон». (16+)
06.10 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 Д/с «Ойкумена Федора Конюхова». (12+)
06.30 Д/с «Достояние республики». (12+)
07.00, 09.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.40 «Новости дня». (12+)
07.20, 08.15, 09.20, 10.20, 19.30, 21.00, 23.15, 00.00, 02.05 «О погоде и не только…». (12+)
07.25 «Анализируй это». (16+)
08.05, 13.50, 15.50, 18.50, 23.20 «Видеоблокнот». (12+)
08.20 Д/с «Закрытый архив». (16+)
08.50 «Планета творчества». (12+)
09.25 Т/с «Сашка». (16+)
10.25 Т/с «Наследница». (16+)
11.15 Д/с «Легенды Крыма». (12+)
11.45 «Доктор И». (16+)
12.15 Д/с «Без обмана». (16+)
13.00 «Обратная связь». (16+)
13.40, 20.05 «Пять причин поехать в…». (12+)
14.00, 05.40 Т/с «Штрафник». (16+)
15.00, 16.50 М/ф.
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.55 Т/с «Наследница». (16+)
17.20 Т/с «Штрафник». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
19.25, 20.55, 23.55 «Новости спорта». (12+)
19.35 Д/с «Ойкумена Федора Конюхова». (12+)
20.15 «Накануне». (12+)
21.05 Х/ф «Большие надежды». (12+)
00.05, 03.25 Т/с «Сашка». (16+)
02.10 Х/ф «Чудо». (18+)

ЮБИЛЕЙ

С искоркой добра и любви

3 августа отмечает свое 55-летие Альмира Рафаиловна Садретдинова, старший воспитатель оренбургского детского сада № 199.

Мы работаем с Альмирой Рафаиловной много лет, знаем и очень ценим ее профессионализм, целеустремленность, ответственное отношение к детям и коллегам.

Высокой трудоспособности и креативности, бодрости и энергии Альмиры Рафаиловны хватает, чтобы заряжать всех вокруг. Эта уникальная способность позволила ей стать ценным и незаменимым сотрудником, грамотным педагогом, активным участником инновационной деятельности в дошкольном образовании.

С сентября 2019 года по февраль 2020 года Альмира Рафаиловна принимала участие в федеральном проекте по оценке качества дошкольного образования Российской Федерации. Она достойно представила город Оренбург и успешно осуществила комплексный мониторинг качества дошкольного образования в детском саду № 199.

Работая в должности старшего воспитателя, Альмира Рафаиловна разработала механизм непрерывного повышения квалификации педагогов. Она успешно внедряет в деятельность современные педагогические технологии, помогает молодым специалистам осваивать профессию и делится с ними секретами мастерства.

У Альмиры Рафаиловны много престижных профессиональных наград, она не раз становилась победителем и призером различных всероссийских конкурсов и олимпиад.

Мы от всей души желаем Альмире Рафаиловне новых интересных идей и возможностей для их воплощения, бодрости духа и отличного настроения! Пусть дело, которому она отдает душевные силы, опыт и знания, приносит радость и желание новых профессиональных свершений.

Альмира Рафаиловна умеет слышать, отдавать и любить. Хочется, чтобы и окружающие люди относились к ней так же. Пусть ее всегда сопровождают счастье и удача! Здоровья и благополучия Вам, уважаемая коллега, замечательная наставница и талантливый педагог!

Педагогический коллектив МДОАУ № 199, г. Оренбург.

Уважаемую Валентину Максимовну Мощенко поздравляем с 80-летием!

Женская судьба Вам подарила
80-летний юбилей!
Вам здоровья мы желаем, силы,
Долгих, ясных и счастливых дней!
Все морщинки Ваши - как былины
О дорогах, людях, мыслях, днях,
Каждая сединка - штрих в картине
О бессонных, непростых ночах!

Совет ветеранов ПО «Стрела», г.Оренбург.

Уважаемую Гатифу Гайфуллиевну Абсалямову поздравляем с днем рождения!

Сегодня, в день рождения прекрасный,
Мы от души хотим Вам пожелать,
Чтоб, о годах прошедших не жалея,
Вы продолжали верить и мечтать.
Здоровья Вам, добра и оптимизма,
Удачи и счастливых ярких дней,
Пусть будет все благополучно в жизни
У Вас, у Ваших близких и друзей!

Коллектив ООО «ЖКХ «Южное», с. Зубочистка Вторая.

Хотите поздравить близких?

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

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

Телефон для справок: 77-30-87.

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Уважаемую Наталью Юрьевну Куклеву поздравляем с 55-летием!

За то, что Вы прекрасны,
Вам пятерка,
Вторая - за душевный Ваш
подъем!
Мы с юбилеем Вас
поздравим громко,
Пусть каждый Вас
достойной назовет!
Пусть в этот день для Вас
все только будет,
Пускай здоровье Вам
подарит Бог,
Пускай никто Вас в жизни не осудит,
Желаем легких жизненных дорог!

Педагогический коллектив МДОАУ № 199, г. Оренбург.

Уважаемую Гульсину Асхатовну Челнокову поздравляем с днем рождения!

С юбилеем Вас поздравляем!
В этот светлый и праздничный день
Только радости в жизни желаем,
Исключительно добрых вестей!
Пусть глаза вдохновеньем сияют,
А улыбка не сходит с лица,
Лишь удачи и счастья желаем,
Пусть веселью не будет конца!

Коллеги.

Уважаемую Наталью Ивановну Половникову поздравляем с днем рождения!

Сердечно поздравляем с днем рождения!
Желаем счастья Вам и долгих лет.
Пусть Бог подарит радость и везение,
Убережет от горестей и бед.
В семье - любви всегда и понимания,
Пускай работа будет в радость Вам.
Как в сказке, пусть исполнятся желания…
Желаем воплотиться всем мечтам!

Коллектив школы, с. Мустаево.

Дорогую, любимую Елену Бунину поздравляем с днем рождения!

Двенадцать лет тебе исполнилось, родная,
С чем поздравляем, внученька, тебя!
Здоровья очень крепкого желаем,
Большого счастья и сердечного тепла.
Пусть станут явью все мечтанья,
Пускай удача будет около тебя.
Пусть согревает душу пониманье,
Дается пусть любая высота!

Бабушка, дедушка, с. Нижняя Павловка.

Нашу дорогую, любимую Ольгу Геннадьевну Бурлуцкую поздравляем с днем рождения!

Поздравляя тебя с днем рождения,
Только счастья хотим пожелать,
Пусть оно, как ветров дуновение,
Будет вечно тебя вдохновлять!
Под окном распускаются розы,
Пусть дарют улыбки они,
И на небе пускай светят звезды,
Все мечты исполняя твои!

Муж, дети, с. Каменноозерное.

Любимую Елену Бурлуцкую поздравляем с днем рождения!

Прими поздравленья, красавица наша,
Ты так молода и собой хороша,
Твой возраст прекрасен, ведь юность в разгаре,
Мечтай, наслаждайся, живи не спеша!
Тебе пожелаем сегодня везенья,
Оно пригодится, спокойнее с ним,
Еще пожелаем успеха большого,
Он также тебе будет необходим!

Мама, папа, бабушка, друзья.

Уважаемую Елену Владимировну Стрижакову поздравляем с юбилеем!

Мы поздравляем с юбилеем, тебе сегодня 50!
Здоровья, счастья и веселья
Хотим тебе мы пожелать!
Ты - состоятельная личность,
Всегда же будь на высоте!
Пусть все дела идут отлично
И легким будет путь к мечте!

Коллектив второго хирургического отделения онкологического диспансера, г. Оренбург.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.50 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15, 02.45, 03.05 «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 «Желтый глаз тигра». (16+)
23.30 Т/с «Тот, кто читает мысли». («Менталист»). (16+)
01.20 «Гол на миллион». (18+)
02.05 «Наедине со всеми». (16+)
03.30 «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+)
14.55 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 Т/с «Осиное гнездо». (12+)
01.50 Т/с «Доктор Рихтер». (16+)
03.30 Т/с «Тайны следствия». (12+)

МАТЧ

08.00, 10.55, 14.00, 18.50, 23.00 Новости.
08.05, 16.25, 02.00 Все на Матч!
11.00 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. «Аталанта». (Италия) - ПСЖ (Франция). (0+)
13.00 «Ротор» - «Зенит». Live». (12+)
13.20 «Правила игры». (12+)
14.05 «Самый умный». (12+)
14.25 Футбол. Чемпионат Австралии. «Ньюкасл Джетс» - «Веллингтон Финикс».
17.10 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final». (0+)
17.40 Профессиональный бокс. (16+)
18.55 «Тот самый бой. Мурат Гассиев». (12+)
19.25 «Дома легионеров». (12+)
19.55 Мини-футбол. Париматч - Чемпионат России. 1/2 финала.
21.55 Автоспорт.
23.05 Все на футбол!
23.50 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. «Лейпциг» (Германия) - «Атлетико» (Испания).
02.45 Смешанные единоборства. (16+)
04.15 Д/с «Одержимые». (12+)
04.45 Д/с «Несвободное падение». (16+)
05.45 Хоккей. Кубок Республики Башкортостан. «Салават Юлаев» (Уфа) - «Северсталь» (Череповец). (0+)

НТВ

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи родины». (16+)
21.00 Т/с «Ментовские войны». (16+)
00.40 Т/с «Свидетели». (16+)
02.20 «Дело врачей». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.25 «Известия».
05.30 Т/с «Шеф. Новая жизнь». (16+)
09.25, 13.25 Т/с «Литейный, 4». (16+)
13.45 Т/с «Шеф. Новая жизнь». (16+)
17.45 Т/с «Пятницкий». (16+)
19.30 Т/с «След». (16+)
23.10 Т/с «Свои». (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, 01.45 Д/ф «Египетский поход Наполеона Бонапарта».
08.25, 22.05 Х/ф «Родня».
10.00, 19.30 Новости культуры.
10.15 Д/ф «Сергей Прокудин-Горский. Россия в цвете».
11.10, 20.55 Абсолютный слух.
11.50 Д/с «О временах и нравах».
12.20 Academia.
13.05, 00.35 Молодежные симфонические оркестры Европы.
14.15 Красивая планета.
14.30 Спектакль «Триптих».
16.45 Д/ф «Верея. Возвращение к себе».
17.30 «Библейский сюжет».
18.00 «Полиглот». Французский с нуля за 16 часов!
18.50 Больше, чем любовь.
19.45 Д/ф «Ступени цивилизации».
20.40 «Спокойной ночи, малыши!».
21.35 «Монолог в 4-х частях».
23.40 Д/ф «Генерал Рощин, муж Маргариты».
02.40 Красивая планета.

ОТР

03.00, 10.50, 15.50 «Медосмотр». (12+)
03.10 Т/с «Практика». (12+)
04.05 Д/ф «Секреты сада». (12+)
05.00, 16.05, 17.15, 00.20 «ОТРажение».
07.25, 20.00 Д/ф «Гении от природы. Молот, кирка, лопата и мотыга». (12+)
08.00, 20.30 «Домашние животные». (12+)
08.30 «Гамбургский счет». (12+)
09.00, 23.00 Д/ф «Секреты сада». (12+)
10.00, 14.00 Т/с «Практика». (12+)
11.00, 14.55 «Календарь». (12+)
11.40, 15.35, 19.45 «Среда обитания». (12+)
11.55, 21.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
13.45, 02.30 «Вспомнить все». (12+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
19.05 «За дело!». (12+)
22.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
02.00 Д/ф «Гении от природы. Остроги, кинжалы и шипы». (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.15 «Доктор И...». (16+)
08.45 Х/ф «Приказано взять живым». (6+)
10.35 «Короли эпизода. Борислав Брондуков». (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.35, 05.10 «Мой герой. Андрей Кнышев». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)
16.55 «Советские мафии. Дело мясников». (16+)
18.15 Х/ф «Алтарь Тристана». (12+)
22.30 «10 самых... Личные драмы актрис». (16+)
23.05 Д/ф «Любовь на съемочной площадке». (12+)
00.00 События. 25-й час.
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Красный проект». (16+)
01.50 «Хроники московского быта. Пропал с экрана». (12+)
02.35 «90-е. Врачи-убийцы». (16+)
03.15 «Осторожно, мошенники! Страшная порча». (16+)

РЕН-ТВ

05.00 «Военная тайна». (16+)
06.00, 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «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 «Код доступа «Кейптаун». (16+)
22.15 «Смотреть всем!». (16+)
00.30 Х/ф «Змеиный полет». (16+)
03.10 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 00.25 «День Патриарха». (0+)
05.10, 20.05 «Завет». (6+)
06.00, 08.00 «Утро на «Спасе». (6+)
10.00, 14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30, 02.55 «Сила духа». (12+)
11.05 «Пилигрим». (6+)
11.30 Х/ф «Личное счастье». (0+)
13.00, 19.05 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
15.30 Д/ф «Крест». (12+)
16.25 Д/ф «Нет предела милосердию». (12+)
17.30 Х/ф «Белый взрыв». (0+)
21.00 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
21.35 Х/ф «Где 042?». (12+)
23.10 Д/ф «Непобедимая Победа». (12+)
00.40 Д/ф «Небо на земле». (12+)
01.10 «Следы империи». (16+)
02.30 «В поисках Бога». (12+)
03.25 «Женская половина». (16+)
04.15 М/ф.
04.45 «Тайны сказок». (0+)

СТС

06.00, 05.50 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
06.55 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.20 Т/с «Нагиев на карантине». (16+)
08.00 «Сториз». (16+)
09.00 Х/ф «Индиана Джонс и Храм судьбы». (0+)
11.20 «Уральские пельмени». (16+)
11.40 Т/с «Сеня-Федя». (16+)
13.45 Т/с «Кухня». (16+)
17.35 Т/с «Нагиев на карантине». (16+)
19.00 «Сториз». (16+)
20.00 Х/ф «Одинокий рейнджер». (12+)
23.00 Х/ф «Дикий, дикий Вест». (12+)
01.00 Х/ф «Хроники Риддика. Черная дыра». (16+)
02.55 М/ф «Квартирка Джо». (12+)
04.10 «Слава Богу, ты пришел!». (16+)
04.55 М/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.50, 05.35 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.55 «Давай разведемся!». (16+)
10.00, 04.00 «Тест на отцовство». (16+)
12.10 «Реальная мистика». (16+)
13.10, 02.25 «Понять. Простить». (16+)
14.15, 01.55 «Порча». (16+)
14.45 Х/ф «Случайных встреч не бывает». (16+)
19.00 Х/ф «Добро пожаловать на Канары». (16+)
23.15 Т/с «Женский доктор». (16+)
03.15 «Реальная мистика». (16+)
06.25 «6 кадров». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 «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+)
17.30 «Слепая». (16+)
18.30 Т/с «Неизвестный». (16+)
20.30 Т/с «Кости». (12+)
23.00 Х/ф «От колыбели до могилы». (16+)
01.15 «Сверхъестественный отбор». (16+)
04.15 «Охотники за привидениями». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
07.45 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.30 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
09.30 Т/с «Зачарованные». (16+)
13.30 «Кондитер 2». (16+)
16.10 «На ножах». (16+)
21.00 «Кондитер 4». (16+)
23.40 Т/с «Две девицы на мели». (16+)
01.45 Т/с «Любимцы». (16+)
02.45 «Тату навсегда». (16+)
03.45 «Пятница News». (16+)
04.20 Т/с «Древние».
05.50 «Генеральная уборка». (16+)
06.45 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

06.35, 08.20 Т/с «Чужие крылья». (12+)
08.00, 21.15 Новости дня.
10.15, 12.05, 16.05 Т/с «Клянемся защищать». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
18.10 Д/с «Освобождение». (12+)
18.35, 01.25 Д/с «Сделано в СССР». (6+)
18.50 Д/с «Битва за небо. История военной авиации России». (12+)
19.35, 20.25 «Код доступа». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
22.55 Д/с «Оружие Победы». (6+)
23.05 Х/ф «Побег». (16+)
01.45 Т/с «Чкалов». (16+)

МИР

05.00 Т/с «Гречанка». (16+)
06.45 Т/с «ППС». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости.
10.10 Т/с «ППС». (16+)
13.15, 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные». (16+)
18.15, 19.25 Т/с «ППС». (16+)
21.40 «Всемирные игры разума». (12+)
23.05, 00.00 «Игра в кино». (12+)
00.45 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
03.50 Т/с «Гречанка». (12+)

ТНТ

07.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
08.00 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
13.30 Т/с «Счастливы вместе». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ». (16+)
18.30 Т/с «Фитнес». (16+)
20.00 Т/с «Патриот». (16+)
21.00 Т/с «Ольга». (16+)
22.00 «Комеди Клаб». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Comedy Woman». (16+)
02.00 «ТНТ-Club». (16+)
02.05 «Stand up». (16+)
04.30 «Открытый микрофон». (16+)
06.10 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 Т/с «Штрафник». (16+)
06.35, 23.05 «Доктор И». (16+)
07.00, 09.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.35 «Новости дня». (12+)
07.20, 09.20 «Новости спорта». (12+)
07.25, 08.15, 09.25, 10.25, 19.25, 20.55, 22.50, 23.55, 02.00 «О погоде и не только…». (12+)
07.30 «Накануне». (12+)
07.45, 13.50, 15.50, 18.50, 22.55 «Видеоблокнот». (12+)
07.55 «Пять причин поехать в…». (12+)
08.20 «Анализируй это». (16+)
09.30 Т/с «Сашка». (16+)
10.30 Т/с «Наследница». (16+)
11.20, 21.00 Х/ф «Кафе». (16+)
13.00 Д/с «Легенды Крыма». (12+)
13.35, 20.10 Д/с «Наша марка». (12+)
14.00, 04.30 Т/с «Штрафник». (16+)
15.00, 16.50 М/ф.
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.50 Т/с «Наследница». (16+)
17.20 Т/с «Штрафник». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
19.30 «Обратная связь». (16+)
00.00, 03.40 Т/с «Сашка». (16+)
02.05 Х/ф «Осторожно, двери закрываются». (16+)
05.20 Д/с «Без обмана». (16+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 «Доброе утро».
09.00, 12.00 Новости.
09.50, 03.10 «Модный приговор». (6+)
10.50 «Жить здорово!». (16+)
12.10 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15, 03.55 «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости.
18.40 «На самом деле». (16+)
19.40 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Международный музыкальный фестиваль «Жара». (12+)
23.25 Х/ф «Плывем, мужики». (16+)
01.10 Большие гонки. (12+)
02.30 «Наедине со всеми». (16+)
04.35 «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+)
14.55 Т/с «Тайны следствия». (12+)
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
21.20 «Юморина». (16+)
23.30 Х/ф «Цена любви». (12+)
03.10 Шоу Елены Степаненко.(12+)

МАТЧ

08.00, 10.55, 13.50, 18.20, 23.00 Новости.
08.05, 20.05, 02.00 Все на Матч!
11.00 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. «Лейпциг» (Германия) - «Атлетико» (Испания). (0+)
13.00 «Самый умный». (12+)
13.20 «Команда мечты». (12+)
13.55 Формула-1. Гран-при Испании.
15.30 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. (0+)
16.30 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final». (0+)
17.00 Профессиональный бокс. (16+)
18.25 Гандбол. Мужчины. Международный турнир «Кубок ЦСКА». Мужчины. 1/2 финала.
20.55 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. «Сочи» - «Химки» (Московская область).
23.05 Все на футбол!
23.50 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала.
02.40 «Точная ставка». (16+)
03.00 Автоспорт. Российская Гран-при 2020. (0+)
04.00 Гандбол. Мужчины. Международный турнир «Кубок ЦСКА». Мужчины. 1/2 финала. (0+)

НТВ

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)
13.25 Обзор. ЧП.
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». (16+)
16.25 «ДНК». (16+)
17.25 «Жди меня». (12+)
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи родины». (16+)
21.00 Т/с «Ментовские войны». (16+)
00.45 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
02.40 «Дело врачей». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00 «Известия».
05.35 Т/с «Шеф. Новая жизнь». (16+)
09.25, 13.25 Т/с «Литейный, 4». (16+)
13.45 Т/с «Пятницкий». (16+)
19.20 Т/с «След». (16+)
01.35 Т/с «Детективы». (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Письма из провинции.
07.00 Легенды мирового кино.
07.30 Д/ф «Роман в камне».
08.00 Х/ф «Ошибка инженера Кочина».
10.00, 19.30 Новости культуры.
10.15 Д/ф «Генерал Рощин, муж Маргариты».
11.10, 20.50 Абсолютный слух.
11.55 Д/ф «Роман в камне».
12.20 Academia.
13.10, 00.20 Молодежные симфонические оркестры Европы.
14.40 Спектакль «Метаморфозы».
17.40 «Ближний круг».
18.35 Красивая планета.
18.50 Острова.
19.45, 01.55 Искатели.
20.35 «Спокойной ночи, малыши!».
21.35 «Монолог в 4-х частях».
22.05 Х/ф «Несколько дней из жизни И.И.Обломова».
02.40 М/ф.

ОТР

03.00, 10.50, 15.50 «Медосмотр». (12+)
03.10 Т/с «Практика». (12+)
04.05, 09.00, 23.05 Д/ф «Океан инноваций». (12+)
05.00, 16.05, 17.15, 00.20 «ОТРажение».
07.25, 20.00, 02.00 Д/ф «Гении от природы. Остроги, кинжалы и шипы». (12+)
08.00, 20.30 «Домашние животные». (12+)
08.30 «Гамбургский счет». (12+)
10.00, 14.00 Т/с «Практика». (12+)
11.00, 14.55 «Календарь». (12+)
11.40, 15.35 «Среда обитания». (12+)
12.05, 21.30 Т/с «Черчилль. Осенние обострения». (16+)
13.30 «За строчкой архивной...». (12+)
16.00, 17.00, 19.00, 21.00, 22.00, 00.00 Новости.
19.05 Д/ф «Забытый полководец. Коровников Иван Терентьевич». (6+)
19.30 «Служу Отчизне». (12+)
21.05, 02.30 «Имею право!». (12+)
22.05 Т/с «Черчилль. Осенние обострения». (16+)
02.50 Памяти Муслима Магомаева. Концерт. (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «10 самых... Личные драмы актрис». (16+)
08.40 Х/ф «Кем мы не станем». (12+)
10.40 Д/ф «Вера Глаголева. Ушедшая в небеса». (12+)
11.30, 14.30, 22.00 События.
11.50 Т/с «Она написала убийство». (12+)
13.35 «Мой герой. Екатерина Васильева». (12+)
14.50 Город новостей.
15.05 Д/ф «Преступления страсти». (16+)
16.10 Х/ф «С небес на землю». (12+)
19.55 Х/ф «Роза и чертополох». (12+)
22.30 Т/с «Каменская». (16+)
00.35 Д/ф «Михаил Козаков. Почти семейная драма». (12+)
01.15 Д/ф «Любовь на съемочной площадке». (12+)
01.55 Петровка, 38. (16+)
02.10 Х/ф «Все еще будет». (12+)
05.30 Д/ф «Она не стала королевой». (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 «Кому должен, всем прощаю! Как расквитаться с долгами?». Документальный спецпроект. (16+)
21.00 Х/ф «Ковбои против пришельцев». (16+)
23.30 Х/ф «Ловец снов». (16+)
02.00 Х/ф «Нулевой пациент». (16+)
03.15 «Невероятно интересные истории». (16+)

СПАС

05.00, 00.20 «День Патриарха». (0+)
05.10, 20.05 «Завет». (6+)
06.00, 08.00 «Утро на «Спасе». (6+)
10.00, 14.00, 14.30, 15.00 «Монастырская кухня». (0+)
10.30 «Я хочу ребенка». (12+)
11.00 «В поисках Бога». (12+)
11.30 Х/ф «Личное счастье». (0+)
13.00, 19.05, 03.40 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
15.30 Д/ф «Непобедимая Победа». (12+)
16.50 Д/ф «Человек перед Богом». (12+)
17.25 Х/ф «Где 042?». (12+)
21.00 «Новый день». Новости на «Спасе». (0+)
21.35 Х/ф «Ожидание полковника Шалыгина». (6+)
23.20 «Наши любимые песни». Концерт. (12+)
00.35 «Следы империи». (16+)
01.55 Res publica. (16+)
02.50 «Женская половина». (16+)
04.30 М/ф.
04.45 «Тайны сказок». (0+)

СТС

06.00, 05.45 «Ералаш». (0+)
06.30 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
06.55 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.15 Т/с «Нагиев на карантине». (16+)
08.00 «Сториз». (16+)
09.00 Х/ф «Дикий, дикий Вест». (12+)
11.05 Х/ф «Одинокий рейнджер». (12+)
14.00 «Уральские пельмени». (16+)
14.45 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 Х/ф «(Не)идеальный мужчина». (12+)
22.50 Х/ф «Напряги извилины». (16+)
01.00 Х/ф «Судья». (18+)
03.25 Х/ф «Игры разума». (12+)
05.30 М/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40, 04.40 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.45 «Давай разведемся!». (16+)
09.55, 03.00 «Тест на отцовство». (16+)
12.05 «Реальная мистика». (16+)
13.20, 01.35 «Понять. Простить». (16+)
14.25, 01.10 «Порча». (16+)
14.55 Х/ф «Добро пожаловать на Канары». (16+)
19.00 Х/ф «Полюби меня такой». (16+)
23.15 Х/ф «Долгожданная любовь». (16+)
02.05 «Реальная мистика». (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

ТВ-3

06.00 М/ф.
09.20 «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+)
17.30 «Слепая». (16+)
19.30 Х/ф «Возвращение героя». (16+)
21.45 Х/ф «В осаде». (16+)
23.45 Х/ф «Американский пирог». (16+)
01.30 «Психосоматика». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
07.45 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
08.30 «Орел и решка. Неизданное». (16+)
09.30 Т/с «Зачарованные». (16+)
13.35 «Орел и решка. Россия 2». (16+)
15.35 «Орел и решка. Мегаполисы». (16+)
16.35 «Орел и решка. По морям 3». (16+)
17.35 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
22.00 «Мир наизнанку. Япония». (16+)
23.00 Х/ф «Смертельная гонка». (16+)
01.00 Х/ф «Смертельная гонка 2: Франкенштейн жив». (16+)
02.55 «Пятница News». (16+)
03.25 «Ревизорро-Медицинно». (16+)
05.30 «РевиЗолушка». (16+)
06.15 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

05.55, 08.20 Т/с «Чкалов». (16+)
08.00, 21.15 Новости дня.
10.05, 12.05 Т/с «Черные кошки». (16+)
12.00, 16.00 Военные новости.
16.05, 21.30 Т/с «Черные кошки». (16+)
21.55 Д/ф «Легенды госбезопасности. Михаил Маклярский. Подвиг разведчика». (16+)
22.55 Х/ф «Добровольцы». (0+)
00.50 Х/ф «Перегон». (16+)
03.10 Х/ф «Кремень». (16+)
04.35 Х/ф «Загадай желание». (12+)

МИР

05.00 Т/с «Гречанка». (16+)
05.15 Т/с «ППС». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
10.10 Т/с «ППС». (12+)
13.15, 14.10, 15.05, 16.20 «Дела судебные». (16+)
17.20 Т/с «ППС» (12+)
19.15 «Слабое звено». (12+)
20.15 «Всемирные игры разума». (12+)
20.55 «Игра в кино». (12+)
21.40 Х/ф «Земля Санникова». (0+)
23.35 Х/ф «О бедном гусаре замолвите слово». (12+)
02.25 Х/ф «Месть и закон». (12+)

ТНТ

07.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
08.00 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
08.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
09.00 «Дом-2». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 Т/с «СашаТаня». (16+)
13.30 Т/с «Счастливы вместе». (16+)
14.30 Т/с «Реальные пацаны». (16+)
16.30 Т/с «Универ». (16+)
18.30 Т/с «Фитнес». (16+)
20.00 «Comedy Woman. Дайджест». (16+)
21.00 «Комеди Клаб. Дайджест». (16+)
22.00 «Открытый микрофон». (16+)
23.00 «Дом-2». (16+)
01.00 «Такое кино!». (16+)
01.30 «Stand up». (16+)
05.45 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00, 23.00 Д/с «Закрытый архив». (16+)
06.30 Д/с «Истории спасения». (16+)
07.00, 09.00, 19.00, 20.30, 23.30, 01.35 «Новости дня». (12+)
07.20, 08.05, 09.20, 10.20, 19.25, 20.55, 22.45, 23.55, 02.00 «О погоде и не только…». (12+)
07.25, 13.50, 15.50, 18.50, 22.50 «Видеоблокнот». (12+)
07.35, 12.25, 19.30 Д/с «Легенды Крыма». (12+)
08.10 «Доктор И». (16+)
08.30, 15.00, 20.00 Д/с «Достояние республики». (12+)
09.25 Т/с «Сашка». (16+)
10.25 Т/с «Наследница». (16+)
11.15 Х/ф «Прекрасный принц и фея Люпина». (6+)
13.00 «Обратная связь». (16+)
13.40 «Планета творчества». (12+)
14.00, 04.35 Т/с «Штрафник». (16+)
15.30, 17.00 «Новости дня». (12+)
16.00, 00.50 Т/с «Наследница». (16+)
16.50 М/ф.
17.20 Т/с «Штрафник». (16+)
18.20 «Летопись Оренбуржья». (12+)
21.00 Х/ф «Осторожно, двери закрываются». (16+)
00.00, 03.45 Т/с «Сашка».
02.05 Х/ф «Кафе». (16+)
05.30 «Русский характер». (16+)

Поздравляем с днем рождения

Любовь Лукашеву,
Любовь Смирнову,
Светлану Сатарову,
Венеру Эгамову,
Марину Семенову,
Валентину Тукташеву,
Александру Гусаренко,
Надежду Яровых,
Ольгу Казяеву,
Антона Казяева,
Лилию Кошлубаеву,
Ольгу Бурлуцкую,
Асию Шакееву,
Александра Устименко,
Ксению Цигулеву,
Игоря Романенко,
Ольгу Еременко,
Виталия Братикова,
Ольгу Саблину,
Марию Мануилову,
Рашида Хасанова,
Антонину Скопинцеву,
Валентину Мощенко,
Михаила Киткова,
Ольгу Харламову,
Наталью Потемкину,
Светлану Панкову,
Сергея Панкова,
Ирину Абрамову,
Наталью Куклеву,
Анатолия Плотникова,
Татьяну Асееву,
Светлану Иоффе,
Лидию Брагирову,
Надежду Ревякину,
Макария Орищенко,
Александра Борисова,
Ольгу Голикову,
Раису Сяткину!

Мы вас искренне сегодня поздравляем,
Но слова от сердца так просты:
Счастья, радости, успехов,
Понимания, здоровья, теплоты!

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!

Дорогую дочь, сестру, тетю Наилю Рубгатовну Муканаеву поздравляем с днем рождения!

Пожелать хотим удачи,
Чтоб тревоги, огорченья
Обошли тебя подальше!
Чтобы ты была здоровой,
Чтобы ты была красивой,
Каждый день пришедший новый
Делал чтоб тебя счастливей!

Мама, братья, снохи, племянники.

Данию Амирзяновну Муканаеву поздравляем с 55-летним юбилеем!

С юбилеем поздравляем,
С таким прекрасным, светлым днем,
От всей души тебе желаем
Благополучия во всем!
Большого счастья, светлых дней,
Здоровья, что всего ценней,
Дорогу жизни подлинней
И много радости на ней!

Одноклассники, с. Чесноковка.

С красивым женским юбилеем поздравляем Оксану Викторовну Сикорскую!

Сколько энергии в женщине этой,
Сколько заботы простой, человечной,
Сколько любви и желанья любить -
Людям, узнавшим ее, не забыть!
Добра Вам, здоровья и нежности,
Вниманья близких и друзей,
Семейный очаг добротой украшать
И дальше по жизни с улыбкой шагать!

Коллектив амбулатории, с. Каменноозерное.

Уважаемого Анатолия Владимировича Плотникова поздравляем с днем рождения!

Примите наши пожелания
В чудесный праздник - день рождения:
Удачи, счастья, процветания,
Любых желаний воплощения!
Пусть жизнь подарит много радости,
Исполнит все мечты возможные,
И пусть почаще повторяются
Мгновенья самые хорошие!

Коллектив СОШ, с. Мустаево.

Уважаемую Татьяну Ивановну Асееву поздравляем с днем рождения!

Такие женщины, как Вы,
С годами ярче расцветают,
Вы так прекрасны и милы,
Что льды на сердце вмиг растают!
Вас с днем рожденья поздравлять
Нам так легко и так приятно,
Хотим Вам счастья пожелать,
Удачи Вам невероятной!

Коллектив детского сада «Снежок».

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

Объявления

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

► Дачу в Дубках (ул. Хлебоборобная), 6,12 сот. На участке двухэтажный кирпичный дом 60 м², сарайчик для хранения инструментов, туалет, баня. Есть все насаждения. Своя скважина. Все ухоженно. Электричество подведено. Цена - 850 000 руб. Звонить с 8.00 до 22.00. Т. 8-951-031-75-43. (205)

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

► Дом в п. Переволоцком (60 км от Оренбурга), 100 м². Цена - 1 млн 900 тыс. руб. Т. 8-951-035-18-76. (216)

► Комнату в общежитии, 18 м², на пр. Гагарина, 13а. Ремонт. Цена - 630 000 руб. Т. 8-912-345-87-68. (222)

► Деревянный дом в Новогафарово (Саракташский район), 60 м², веранда. Земельный уч. 14 сот. Цена договорная. Т. 8-951-030-43-44. (223)

► Подземный гараж, 11,7 м², по адресу: пр. Дзержинского, 49. Цена договорная. Т. 8-961-935-80-24. (227)

СДАЮ

► На длительный срок 1-комн. квартиру с ремонтом в районе ЖК «Времена года». Есть мебель и бытовая техника. Оплата: 11 000 р. + счетчики. Т. 8-922-548-00-48. (201*)

РАЗНОЕ

► Вы испытываете тревогу на работе? 70 % жизни посвящены работе. Здесь вы найдете способ внести стабильность и разумность в работу. Купите и прочтите книгу Л. Рона Хаббарда «Проблемы на работе». Т. 8-922-538-60-07. (229)

КУПЛЮ

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

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

► Кассетный плеер. Т. 43-25-80. (224)

ПРОДАЮ

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

ЗНАКОМСТВА

► **ИГОРЬ**. Хочу познакомиться с женщиной или девушкой 30-50 лет. Не пью, не курю. Живу в Оренбурге. Т. 56-04-80. (219)

► **ЖЕНЩИНА**, 55 лет, стройная, с чувством юмора. Познакомлюсь с интеллектуально развитым мужчиной 50-60 лет. Для общения. Т. 8-912-344-65-91. (225)

► **МУЖЧИНА**, 50 лет, инвалид II гр. Желаю познакомиться с женщиной 45-50 лет, без вредных привычек, для проживания в Оренбурге. Т. 8-903-391-89-51. (220)

► **ЮРИЙ**, 58 лет, вдовец. Живу с сыном 12 лет. Познакомлюсь для серьезных отношений с женщиной от 50 до 55 лет. Т. 8-987-346-95-83. (221)

► **ЖЕНЩИНА**. Ищу компаньонку 60-65 лет для поездки в Крым и дальнейшей дружбы. Желательно из Степного (г. Оренбург). Т. 8-987-343-08-58. (226)

КОММУНАЛКА

С заботой о безопасности клиентов

Оренбургский филиал «ЭнергосбыТ Плюс» призывает оренбуржцев к ответственному поведению и строгому соблюдению мер профилактики.

Офисы обслуживания работают в строгом соответствии с санитарно-эпидемиологическими нормами и рекомендациями Роспотребнадзора. Клиенты должны соблюдать дистанцию не менее 1,5 метра. Для этого в помещениях нанесена соответствующая разметка. Иметь при себе средства индивидуальной защиты обязательно всем посетителям. К сожалению, размеры помещений позволяют находиться внутри ограниченному количеству человек. Выполнение этого требования строго контролируется.

Здоровье и безопасность людей - задача первостепенной важности для всех организаций, работающих с клиентами. Именно поэтому энергетики рекомендуют жителям по возможности отложить визиты в офисы до наступления более благоприятной ситуации и отдать предпочтение дистанционным сервисам, тем более что практически все вопросы можно решить в режиме онлайн - на сайте https://oren.esplus.ru/ или в «Личном кабинете» (в том числе в мобильном приложении «ЭнергосбыТ+»).

Для получения консультации специалиста следует воспользоваться формой обратной связи или онлайн-чатом на сайте компании либо обратиться в контакт-центр.

Кроме того, «ЭнергосбыТ Плюс» упростил процедуру опломбировки счетчиков электроэнергии для оренбуржцев, проживающих в многоэтажках. С 1 июля компания принимает заявки на процедуру по телефону контакт-центра, что позволяет избежать лишних визитов в офисы обслуживания, сэкономить время и обеспечивает дополнительную безопасность в условиях пандемии.

Продолжает действовать и временный (в условиях режима самоизоляции) порядок ввода счетчиков в эксплуатацию. Он касается физических лиц и распространяется на приборы учета электрической энергии, установленные в многоквартирных домах по всем районам области, которые обслуживает «ЭнергосбыТ Плюс», а также на приборы учета горячей воды в многоэтажных домах Оренбурга и Медногорска.

Инга ПРОХОРОВА.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 «Доброе утро. Суббота».
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости.
10.15 «Виктор Цой. Группа крови». (16+)
11.20, 12.20 «Видели видео?». (6+)
12.00 Новости.
14.00 «На дачу!». (6+)
15.10 Т/с «А у нас во дворе...». (12+)
17.10 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
18.00 «Сегодня вечером». (16+)
19.50 Вечер памяти Виктора Цоя. (12+)
21.00 «Время».
01.00 Х/ф «Вид на жительство». (16+)
02.40 «Наедине со всеми». (16+)
03.25 «Модный приговор». (6+)
04.10 «Давай поженимся!». (16+)

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, 20.00 Вести.
11.30 «100янов». (12+)
12.30 «Доктор Мясников». (12+)
13.40 Х/ф «Запах лаванды». (12+)
18.00 «Привет, Андрей!». (12+)
21.00 Х/ф «Там, где нас нет». (12+)
01.20 Х/ф «Отпечаток любви». (12+)

МАТЧ

08.00 «Команда мечты». (12+)
08.30 Д/с «Драмы большого спорта». (16+)
09.00, 14.10, 19.00, 02.00 Все на Матч!
11.00 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. (0+)
13.00 «Самый умный». Специальный репортаж (12+)
13.20 Формула-3. Гран-при Испании. Гонка 1.
14.55 Формула-1. Гран-при Испании.
16.05, 17.50, 23.00 Новости.
16.10 Гандбол. Мужчины. Международный турнир «Кубок ЦСКА». Мужчины. Финал.
17.55 Формула-1. Гран-при Испании.
19.40 Профессиональный бокс. (16+)
20.20 Новости.
20.25 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. «Локомотив» (Москва) - «Краснодар».
23.05 Все на футбол!
23.50 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала.
02.30 Профессиональный бокс.
04.00 Гандбол. Мужчины. Международный турнир «Кубок ЦСКА». Мужчины. Матч за 3-е место. (0+)
05.40 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «Казань Ринг». (0+)
06.10 Смешанные единоборства. (16+)

НТВ

05.20 Т/с «Пляж». (16+)
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». (12+)
12.00 Квартирный вопрос. (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.10 «Поедем, поедим!». (0+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.20 Следствие вели... (16+)
19.25 «Секрет на миллион». (16+)
21.20 Х/ф «Чтобы увидеть радугу, нужно пережить дождь». (16+)
01.15 Х/ф «Сирота казанская». (6+)
02.30 «Дело врачей». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Т/с «Детективы». (16+)
07.55 Х/ф «Укрощение строптивого». (12+)
10.00 Т/с «Свои-2». (16+)
13.20 Т/с «След». (16+)
01.00 Светская хроника. (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 «Библейский сюжет».
07.00, 02.30 М/ф.
08.20 Х/ф «Две сестры».
09.25 «Обыкновенный концерт».
09.50 «Передвижники. Станислав Жуковский».
10.20 Х/ф «Несколько дней из жизни и.И.Обломова».
12.35, 00.50 Д/ф «Дикие Анды».
13.30 Д/с «Эффект бабочки».
14.00 Линия жизни.
14.50 Х/ф «Цыган».
16.10 Д/с «Забытое ремесло».
16.25 Д/с «Предки наших предков».
17.10 Д/ф «Классики XX века».
18.00 Линия жизни.
18.55 Х/ф «Визит дамы».
21.15 Д/с «Мифы и монстры».
22.05 Х/ф «Нью-Йорк, Нью-Йорк». (12+)
01.40 Искатели.

ОТР

05.15 «Легенды Крыма». (12+)
05.45, 22.10 Х/ф «Замороженный». (12+)
07.05, 14.00 «Большая страна». (12+)
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, 20.30 Д/ф «Забытый полководец. Масленников Иван Иванович». (6+)
10.30 Д/ф «Пешком в историю. Легенды русского балета. Юрий Соловьев». (12+)
11.00 «Медосмотр». (12+)
11.10 «Гамбургский счет». (12+)
11.40 Х/ф «Малявкин и компания». (0+)
12.50, 18.50 «Среда обитания». (12+)
13.05 «Мультикультурный Татарстан». (12+)
13.30 «Дом «Э». (12+)
15.00, 17.00, 19.00, 23.00 Новости.
15.05, 17.05 ТТ/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
19.05 «Домашние животные». (12+)
19.30 «Звук». (12+)
21.30 «Культурный обмен». (12+)
23.15 Х/ф «Замороженный». (12+)
23.45 Памяти Муслима Магомаева. Концерт. (12+)
02.10 Х/ф «Гори, гори, моя звезда». (12+)

ТВЦ

06.25 Х/ф «Вам и не снилось...». (0+)
07.55 Православная энциклопедия. (6+)
08.20 «Полезная покупка». (16+)
08.30 Д/ф «Людмила Хитяева. Командую парадом я!». (12+)
09.20, 11.45 Х/ф «Колье Шарлотты». (0+)
11.30, 14.30, 22.00 События.
13.55, 14.45 Х/ф «Сорок розовых кустов». (12+)
18.05 Х/ф «Арена для убийства». (12+)
22.15 «Хроники московского быта. Власть и воры». (12+)
23.05 «Приговор. « Басаевцы». (16+)
23.50 «Прощание. Никита Хрущев». (16+)
00.30 Д/ф «Война на уничтожение». (16+)
01.10 «Советские мафии». (16+)
03.50 «Обложка. Звезды без макияжа». (16+)
04.20 Х/ф «Роза и чертополох». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
07.20 Х/ф «Излом времени». (6+)
09.15 «Минтранс». (16+)
10.15 «Самая полезная программа». (16+)
11.15 «Военная тайна». (16+)
15.20 «Засекреченные списки. Страшные тайны обычных вещей». (16+)
17.20 Х/ф «Крепкий орешек» (16+)
19.35 Х/ф «Крепкий решек 2» (16+)
22.00 «Тайны Виктора Цоя». (16+)
23.00 Последний концерт группы «Кино». (16+)
00.00 Х/ф «Асса». (16+)
02.50 «Тайны Чапман». (16+)

СПАС

05.00, 00.05 «День Патриарха». (0+)
05.10 «Завет». (6+)
06.00, 06.30, 07.00 «Монастырская кухня». (0+)
07.30, 04.30 «Лица Церкви». (6+)
07.45, 04.15 «Знак равенства». (16+)
08.00, 08.45 М/ф.
08.30, 04.45 «Тайны сказок». (0+)
09.00 Д/ф «Крест». (12+)
10.00 «Прямая линия. Ответ священника». (0+)
11.00 «И будут двое...». (12+)
12.00 «Русский обед». (6+)
13.00 «В поисках Бога». (12+)
13.30 «Я хочу ребенка». (12+)
14.05 «Я очень хочу жить. Дарья Донцова». (16+)
14.45, 15.15 Д/ф «Паисий Святогорец. Семейная жизнь». (12+)
15.45 «Наши любимые песни». Концерт. (12+)
16.45, 18.15 Х/ф «Почти смешная история». (0+)
19.55, 02.35 «Встреча». (12+)
20.55, 03.25 «Бесогон». (16+)
22.00 Д/ф «Казаки». (12+)
23.05 «Не верю! Разговор с атеистом». (16+)
00.20 «Следы империи». (16+)
01.45 «Парсуна». (12+)

СТС

06.00, 05.45 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Тролли. Праздник продолжается!». (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 М/ф «Дом-монстр». (12+)
11.45 Х/ф «Няня». (12+)
13.45 Х/ф «(Не)идеальный мужчина». (12+)
15.30 М/ф «Волшебный парк Джун». (6+)
17.10 М/ф «Angry birds в кино». (6+)
19.05 М/ф «Angry birds-2 в кино». (6+)
21.00 Х/ф «Тайна дома с часами». (12+)
23.05 Х/ф «Небоскреб». (16+)
01.00 Х/ф «Ничего хорошего в отеле «Эль рояль». (18+)
03.30 Х/ф «Напряги извилины». (16+)
05.10 М/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.45 Д/с «Звезды говорят». (16+)
07.45 Х/ф «Благословите женщину». (16+)
10.15 Х/ф «Двойная жизнь». (16+)
19.00 Т/с «Великолепный век». (16+)
23.05 Х/ф «Бумажные цветы». (16+)
01.10 Х/ф «Двойная жизнь». (16+)
04.40 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

ТВ-3

06.00, 10.00 М/ф.
09.45 «Рисуем сказки». (0+)
11.45 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)
12.45 Х/ф «Внизу». (16+)
14.45 Х/ф «От колыбели до могилы». (16+)
16.45 Х/ф «Возвращение героя». (16+)
19.00 Х/ф «Финальный счет». (16+)
21.00 Х/ф «В осаде: темная территория». (16+)
23.00 Х/ф «Сердце дракона: возмездие». (12+)
01.00 Х/ф «Пока есть время». (12+)
02.30 «Тайные знаки». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00, 15.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
07.45 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)
09.15 «Орел и решка. Перезагрузка 3». (16+)
10.00 «Орел и решка. По морям». (16+)
11.00 «Утро Пятницы». (16+)
11.30» Доктор Бессмертный». (16+)
12.00 «Орел и решка. Тревел гид». (16+)
13.00 «Орел и решка. На связи». (16+)
14.00 «Орел и решка. Чудеса света». (16+)
17.00 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
18.05 «Орел и решка. Америка». (16+)
19.05 «Мир наизнанку. Вьетнам». (16+)
23.00 Х/ф «Смертельная г онка 2: Франкенштейн жив». (16+)
01.00 Х/ф «Смертельная гонка». (16+)
03.00 Т/с «Древние». (16+)
05.30 Еда, я люблю тебя! (16+)
06.15 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 М/ф.
06.35, 08.15 Х/ф «Частное пионерское». (6+)
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+)
13.15 Д/с «Сделано в СССР». (6+)
13.35 «СССР. Знак качества»». (12+)
14.25, 18.15, 20.20 Т/с «Государственная граница». (12+)
01.35 Х/ф «Загадай желание». (12+)
02.55 Х/ф «Максимка». (0+)
04.10 Х/ф «Летающий корабль». (0+)
05.15 Д/с «Хроника Победы». (12+)

МИР

05.00 Х/ф «Месть и закон». (12+)
05.35, 07.50, 04.45 М/ф.
05.50 Х/ф «Последний дюйм». (6+)
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 «Земля Санникова».
12.05, 16.15, 19.15 Т/с «В поисках капитана Гранта». (16+)
22.25 Х/ф «Приключения принца Флоризеля». (12+)
02.05 Х/ф «О бедном гусаре замолвите слово». (12+)

ТНТ

07.00, 02.00 «ТНТ Music». (16+)
07.20 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
10.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
11.00 «Битва дизайнеров». (16+)
19.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Женский Стендап». (16+)
23.00 «Павел Воля. Большой Stand Up (2018)». (16+)
00.00 «Дом-2». (16+)
02.25 «Stand up». (16+)
04.05 «Открытый микрофон». (16+)
06.35 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 Д/с «Наша марка». (12+)
06.15 Х/ф «Прекрасный принц и фея Люпина». (6+)
07.20, 17.10 Х/ф «Темная сторона души». (12+) Детектив
09.00 «Обратная связь». (16+)
09.40, 11.35, 16.20, 18.50 «Видеоблокнот». (12+)
09.50 Т/с «Сашка». (16+)
10.45 Т/с «Наследница». (16+)
11.45, 22.45 Х/ф «Гонка с преследованием». (12+)
13.20 Д/с «Легенды Крыма». (12+)
13.55, 04.40 Т/с «Штрафник». (16+)
14.55 М/ф.
16.30 «Туризматика». (12+)
19.00 Концерт «Письма с фронта». (12+)
20.40 «Доктор И». (16+)
21.00 Х/ф «Тайна замка тамплиеров». (16+)
00.15 Х/ф «Осторожно, двери закрываются». (16+)
01.50 Х/ф «Семья». (12+)
03.20 Х/ф «День семейного торжества». (12+)
05.35 Д/с «Без обмана». (16+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.30, 06.10 «Россия от края до края». (12+)
06.00 Новости.
06.25 «Моя мама готовит лучше!». (0+)
07.25 Т/с «Тонкий лед». (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 Новости.
10.20 «Жизнь других». (12+)
11.15, 12.20 «Видели видео?». (6+)
12.00 Новости.
14.00 «На дачу!». (6+)
15.10 Т/с «А у нас во дворе...». (12+)
17.15 «Русский ниндзя». (12+)
19.15 «Три аккорда». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Налет». (16+)
23.30 «КВН». Премьер-лига. (16+)
01.00 Большие гонки. (12+)
02.25 «Наедине со всеми». (16+)
03.05 «Модный приговор». (6+)
03.50 «Мужское / Женское». (16+)

РОССИЯ-ОРЕНБУРГ

04.30 Х/ф «Маша». (12+)
06.00 Х/ф «Оазис любви». (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье.
08.35 «Устами младенца».
09.20 «Когда все дома».
10.10 «Сто к одному».
11.00, 20.00 Вести.
11.30 Т/с «Чужая жизнь». (12+)
21.45 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
23.45 «Курск. Десять дней, которые потрясли мир». (12+)
00.55 Х/ф «Испытание верностью». (12+)

МАТЧ

08.00 «Команда мечты». (12+)
08.30 Д/с «Драмы большого спорта». (16+)
09.00, 13.30, 17.05, 02.00 Все на Матч!
10.40 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. (0+)
12.40 Формула-3. Гран-при Испании.
14.00 Новости.
14.05 Формула-2. Гран-при Испании.
15.05 Смешанные единоборства. (16+)
16.35 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final». (0+)
17.55, 23.00 Новости.
18.00 Формула-1. Гран-при Испании.
20.05 После футбола.
21.35 Футбол. Обзор Лиги Европы. 1/4 финала. (0+)
23.05 Все на футбол!.
23.50 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/2 финала.
02.45, 05.00 Формула-1. Гран-при Испании (0+)
06.10 Профессиональный бокс. (16+)

НТВ

05.20 Т/с «Пляж». (16+)
08.00 Сегодня.
08.20 «У нас выигрывают!». (12+)
10.00 Сегодня.
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.50 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Однажды...». (16+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.00 Сегодня.
16.20 Следствие вели... (16+)
19.00 Сегодня.
19.25 Ты не поверишь! (16+)
20.15 «Звезды сошлись». (16+)
21.45 «Основано на реальных событиях». (16+)
00.55 Х/ф «Дикари». (16+)
03.00 «Дело врачей». (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 «Светская хроника». (16+)
08.00, 23.25 Т/с «Стреляющие горы». (16+)
11.45 Т/с «Улицы разбитых фонарей-7». (16+)
19.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-8». (16+)
02.55 Х/ф «Укрощение строптивого». (12+)

КУЛЬТУРА

06.30 М/ф.
07.20 Х/ф «Визит дамы».
09.45 «Обыкновенный концерт».
10.10 Х/ф «Нью-Йорк, Нью-Йорк».
12.50 Диалоги о животных.
13.30 Д/с «Эффект бабочки».
14.00 «Дом ученых».
14.30 Х/ф «Кто убил кота?»
16.25 «Новые «Воспоминания о будущем».
17.10 Д/ф «Век Арама Хачатуряна».
17.50 «Пешком...».
18.20 Муслим Магомаев. «Незабываемые мелодии».
19.05 Х/ф «Красавец-мужчина».
21.15 Д/с «Мифы и монстры».
22.00 Опера «Идоменей, царь Критский».
01.10 Х/ф «Две сестры».
02.15 Диалоги о животных.

ОТР

03.45 Х/ф «Визит дамы» (0+)
06.05, 01.25 Д/ф «Трагедия близнеца «Титаника». (12+)
07.05, 14.00 «Большая страна». (12+)
08.00 «Вспомнить все». (12+)
08.30 «Большая наука России». (12+)
09.00 «Легенды Крыма. Полуденный край». (12+)
09.30 «Служу Отчизне». (12+)
10.00, 20.30 Д/ф «Забытый полководец. Щеглов Афанасий Федорович». (6+)
10.30 «Потомки. Михаил Зощенко. Солнце после захода». (12+)
11.00 «За дело!». (12+)
11.40 Х/ф «Малявкин и компания». (0+)
12.50, 18.50 «Среда обитания». (12+)
13.05 «Домашние животные». (12+)
13.30, 19.05 «Имею право!». (12+)
15.00, 17.00, 19.00, 23.00 Новости.
15.05, 17.05 Т/с «Охотники за бриллиантами». (12+)
19.30 Д/ф «Пешком в историю. Легенды русского балета. Юрий Соловьев». (12+)
20.00 «Гамбургский счет». (12+)
21.00 «От первого лица». (12+)
21.15 Х/ф «Гори, гори, моя звезда». (12+)
22.50, 23.15 Х/ф «Визит дамы». (0+)
02.25 «Фигура речи». (12+)

ТВЦ

05.55 Х/ф «Приказано взять живым». (6+)
07.20 «Фактор жизни». (12+)
07.45 «Полезная покупка». (16+)
08.10 «Ералаш». (6+)
08.25 Х/ф «Воспитание и выгул собак и мужчин». (12+)
10.25 Д/ф «Игорь Старыгин. Последняя дуэль». (12+)
11.30, 14.30, 23.10 События.
11.45 Х/ф «Сумка инкассатора». (12+)
13.40 «Смех с доставкой на дом». (12+)
14.45 «Хроники московского быта. Доза для мажора». (12+)
15.35 «Прощание. Дмитрий Марьянов». (16+)
16.30 «Мужчины Жанны Фриске». (16+)
17.20 Х/ф «Двенадцать чудес». (12+)
19.30 «Женщина без чувства юмора». (12+)
23.25 Х/ф «Крутой». (16+)
00.55 Петровка, 38. (16+)
01.05 Х/ф «Контрибуция». (12+)
03.45 Х/ф «Кем мы не станем». (12+)
05.20 Д/ф «Вера Глаголева. Ушедшая в небеса». (12+)

РЕН-ТВ

05.00 «Тайны Чапман». (16+)
07.55 Х/ф «Шальная карта» (16+)
09.35 Х/ф «Ковбои против пришельцев». (16+)
12.10 Х/ф «Крепкий орешек» (16+)
14.40 Х/ф «Крепкий орешек 2» (16+)
17.00 Х/ф «Крепкий орешек 3: возмездие» (16+)
19.30 Х/ф «Крепкий орешек 4.0». (16+)
22.05 Х/ф «Крепкий орешек: хороший день, чтобы умереть» (16+)
00.00 «Ночные волки» представляют: Байк-шоу «Крах Вавилона». (16+)
01.30 «Военная тайна». (16+)
04.45 «Территория заблуждений». (16+)

СПАС

05.00, 03.40 «И будут двое...». (12+)
06.00, 06.30, 07.00, 07.30 «Монастырская кухня». (0+)
08.00, 08.45, 04.30 М/ф.
08.30, 04.45 «Тайны сказок». (0+)
09.05 Д/ф «Казаки». (12+)
10.10 Х/ф Железное поле. (6+)
12.00 Божественная литургия. (0+)
15.00 «Встреча». (12+)
16.00, 02.35 «Я очень хочу жить. Дарья Донцова». (16+)
16.40, 23.45 «Следы империи». (16+)
18.20 «Бесогон». (16+)
19.25 Х/ф «Ожидание полковника Шалыгина». (6+)
21.10 «Парсуна». (12+)
22.10, 02.05 «Щипков». (12+)
22.45 «Лица Церкви». (6+)
23.00 «В поисках Бога». (12+)
23.30 «День Патриарха». (0+)
01.15 Res publica. (16+)
03.10 «Я хочу ребенка». (12+)

СТС

06.00, 05.50 «Ералаш». (0+)
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 М/с «Тролли. Праздник продолжается!». (6+)
07.00 М/с «Три кота». (0+)
07.30 М/с «Царевны». (0+)
07.50, 10.05 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 «Рогов в деле». (16+)
10.55 М/ф «Angry birds в кино». (6+)
12.45 М/ф «Angry birds-2 в кино». (6+)
14.40 Х/ф «Ночь в музее». (12+)
16.55 Х/ф «Ночь в музее-2». (12+)
19.00 Х/ф «Ночь в музее. Секрет гробницы». (6+)
21.00 Х/ф «Мэри Поппинс возвращается». (6+)
23.40 Х/ф «Няня». (12+)
01.30 Х/ф «Няня-2». (16+)
03.05 Х/ф «Няня-3. Приключения в раю». (12+)
04.30 М/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
07.25 Х/ф «Вечера на хуторе близ Диканьки». (16+)
08.50 «Пять ужинов». (16+)
09.05 Х/ф «Не могу сказать «прощай». (16+)
11.00 Х/ф «Полюби меня такой». (16+)
15.05 Т/с «Великолепный век». (16+)
23.00 Х/ф «Две истории о любви». (16+)
01.05 Х/ф «Двойная жизнь». (16+)
04.35 Х/ф «Благословите женщину». (16+)

ТВ-3

06.00, 10.15 М/ф.
08.30 «Рисуем сказки». (0+)
08.45 «Новый день». (12+)
09.15 «Погоня за вкусом». (12+)
10.45 Х/ф «Сердце дракона: возмездие». (12+)
12.45 Х/ф «Финальный счет». (16+)
14.45 Х/ф «В осаде». (16+)
17.00 Х/ф «В осаде: темная территория». (16+)
19.00 Х/ф «Универсальный солдат». (16+)
21.00 Х/ф «Саботаж». (16+)
23.15 Х/ф «Автомобиль: дорога мести». (16+)
01.00 Х/ф «Истерия». (18+)
02.30 Х/ф «Пока есть время». (12+)
04.00 «Тайные знаки». (16+)
05.30 «Странные явления». (16+)

ПЯТНИЦА

07.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
08.50 «Орел и решка. Перезагрузка 3». (16+)
10.00 «Орел и решка. По морям». (16+)
11.00 «Утро Пятницы». (16+)
11.30 «Доктор Бессмертный». (16+)
12.00 «Орел и решка. На связи». (16+)
13.00, 18.15 «На ножах». (16+)
17.15 «Ревизорро». (16+)
23.00 Х/ф «Смертельная гонка 3: инферно». (16+)
01.00 Х/ф «Смертельные гонки 2050». (16+)
02.55 Т/с «Древние». (16+)
05.25 «Еда, я люблю тебя!». (16+)
06.10 «Орел и решка. На краю света». (16+)

ЗВЕЗДА

05.40, 04.10 Х/ф «Разведчики». (12+)
07.10 Х/ф «Тихая застава». (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+)
13.05 Д/с «Оружие Победы». (6+)
13.20 Д/ф «Легенды госбезопасности. Самый главный бой». (16+)
14.10 Т/с «Викинг-2». (16+)
18.00 Главное.
19.25 Д/с «Легенды советского сыска». (16+)
23.40 Т/с «Государственная граница». (12+)
05.25 Д/с «Хроника Победы». (12+)

МИР

05.00 М/ф.
05.10 Х/ф «Месть и закон». (16+)
08.50 «Наше кино. История большой любви». (12+)
09.25 «ФазендаЛайф». (12+)
10.00, 16.00 Новости.
10.10, 16.15 Т/с «Орлова и Александров». (16+)
03.05 Х/ф «Приключения принца Флоризеля». (16+)
06.10 Т/с «В поисках капитана Гранта». (16+)

ТНТ

07.00, 07.20, 07.40 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «Битва дизайнеров». (16+)
09.00 Т/с «СашаТаня». (16+)
10.55 «Просыпаемся по-новому». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
12.00 «Комеди Клаб». (16+)
19.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Stand up». (16+)
23.00 «Прожарка». (18+)
00.00 «Дом-2». (16+)
02.50 «ТНТ Music». (16+)
04.55 «Открытый микрофон». (16+)
06.35 «ТНТ. Best». (16+)

ОРТ

06.00 Д/с «Без обмана». (16+)
06.15 «Энциклопедия. Возвращение к истокам». (12+)
06.50, 19.35 Д/с «Легенды Крыма». (12+)
07.20, 17.10 Х/ф «Темная сторона души». (12+)
09.00 «Обратная связь». (16+)
09.40, 11.55, 16.10, 18.50 «Видеоблокнот». (12+)
09.50 «Правильный выбор». (12+)
10.00 «Итоги недели». (12+)
10.30 М/ф.
12.05, 03.30 Х/ф «Семья». (12+)
13.40, 05.00 Х/ф «День семейного торжества». (12+)
15.05 Х/ф «Прекрасный принц и фея Люпина». (6+)
16.20, 23.05 Д/с «Без обмана». (16+)
19.30, 00.25 «О погоде и не только...». (12+)
20.05 Д/с «Истории спасения». (16+)
20.35 Д/с «Достояние республики». (12+)
21.00 Х/ф «Тайна замка тамплиеров». (16+)
22.45 «Жизнь здоровых людей». (16+)
00.30 Концерт «Письма с фронта». (12+)
02.00 Х/ф «Гонка с преследованием». (12+)

Объявления об услугах

САНТЕХНИКИ

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

► **ОТОПЛЕНИЕ. ВОДОПРОВОД. КАНАЛИЗАЦИЯ. КОПКА ТРАНШЕЙ, КОЛОДЦЕВ. ОПЫТ РАБОТЫ. Т. 45-75-32.** (189)

ЭЛЕКТРИКА

► Замена электропроводки в квартирах, домах. Гарантия. Договор. Т. 8-903-395-53-83. (20)

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

► Электрик. Стаж 20 лет. Т. 8-987-881-11-11. (180)

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

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

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

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

► Ремонт 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 ЖК-телевизоров на дому. Мастер Иконников. Т. 21-80-95. (212)

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)

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)

► Частный санитар. Оказываю помощь по уходу: поднимаю, переодеваю, отвожу на кухню и в ванную. Хожу в магазин и провожу простую уборку. 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)**

► Забор для дома, дачи. Т. 8-987-886-92-24. (174)

► Ремонт квартир. Т. 8-987-881-11-11. (181)

► Уборка квартир. Т. 248-694. (202)

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

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)

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

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

НАЛОГОВАЯ СООБЩАЕТ

Если машину угнали

Транспортные средства, находящиеся в розыске, а также автомобили, розыск которых прекращен, с начала розыска до момента возврата собственнику не являются объектом налогообложения по транспортному налогу.
Факты угона (кражи) и возврата транспортного средства подтверждаются уполномоченным органом. Налоговые органы могут также получать соответствующие сведения в соответствии со ст. 85 Налогового кодекса РФ.

Электронный документооборот: плюсы очевидны

Направить документы на государственную регистрацию юридического лица, крестьянских (фермерских) хозяйств и физических лиц в качестве индивидуальных предпринимателей, внести изменения в ЕГРЮЛ и ЕГРИП возможно через Единый портал государственных и муниципальных услуг (www.gosuslugi.ru) или через официальный сайт Федеральной налоговой службы (www.nalog.ru).
Основными преимуществами направления документов на государственную регистрацию юридических лиц и индивидуальных предпринимателей в электронном виде являются отсутствие необходимости свидетельствования в нотариальном порядке подписи заявителя на заявлении или уведомлении и экономия времени и средств в связи с отсутствием необходимости посещения регистрирующего органа.

Можно работать без печати

В соответствии с Федеральным законом № 82-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части отмены обязательности печати хозяйственных обществ» от 06.04.2015, общества с ограниченной ответственностью и акционерные общества не обязаны иметь печать.
При современном развитии техники наличие печати не гарантирует подлинности документа. Использовать круглую печать не запрещается, но допускается использование других способов идентификации. Хозяйственные общества могут иметь печать, штампы и бланки со своим наименованием, собственную эмблему, а также электронную подпись. При этом сведения о наличии печати должны содержаться в уставе хозяйственного общества. Если в уставе отсутствует информация о наличии печати, это свидетельствует о том, что печать не предусмотрена.

Следствием применения электронной подписи в деловом документообороте станет упрощение деятельности хозяйственных обществ.

ИФНС России по Дзержинскому району г. Оренбурга.

Знаки больше не выдают

Знак на автомобиле «Инвалид» заменен отметкой в Федеральном реестре инвалидов.

Предписание оборудовать знаком «Инвалид» автомобиль, в котором передвигается человек с ограниченными возможностями здоровья, было утверждено Постановлением Правительства РФ № 1 090 «О правилах дорожного движения» от 23.10.1993.

Знак «Инвалид» давал его обладателям право на ряд преимуществ, в том числе на беспрепятственную парковку.

Со времени введения знака и до 04.09.2018 разрешение на его приобретение не требовалось, он находился в свободной продаже.

Приказом Минтруда России № 443н от 04.07.2018 оформление и выдача знака были возложены на государственные учреждения медико-социальной экспертизы. Знак выдавался на время установленного срока инвалидности.

С 1 июля 2020 г. учреждения медико-социальной экспертизы прекратили оформление и выдачу опознавательного знака «Инвалид» в связи с вступлением в силу Федерального закона № 184-ФЗ «О внесении изменений в ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 18.07.2019.

Согласно данному закону, для получения гражданину льготы на бесплатную парковку достаточно его включения в федеральный реестр инвалидов, информация из которого автоматически поступает в Федеральный реестр транспортных средств инвалидов.

Для этого необходимы следующие условия:

- иметь (получить, вовремя подтвердить) статус инвалида;

- подать заявление в региональное отделение Пенсионного фонда РФ о включении в федеральный реестр инвалида своего (одного) транспортного средства или того автомобиля (тоже одного), который предназначен для перевозки инвалида. В заявлении необходимо указать госномер, марку и модель автомобиля. При изменении сведений о транспортном средстве необходимо подавать новое заявление.

Документы можно подать через сервис «Личный кабинет» в федеральной государственной информационной системе «Федеральный реестр инвалидов» (https://sfri.ru); через федеральную государственную информационную систему «Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций)» (https://www.gosuslugi.ru); через многофункциональный центр предоставления государственных и муниципальных услуг.

Заявление, поданное через МФЦ, должно быть подписано инвалидом либо его представителем.

Новый закон сохранил право на бесплатную парковку транспортных средств инвалидам I-II групп и детям-инвалидам (их законным/уполномоченным представителям). Инвалид III группы имеет право на бесплатную парковку лишь при условии, что учреждения медико-социальной экспертизы определили у него наличие ограничений к самостоятельному передвижению. Инвалиды III группы, получившие опознавательный знак «Инвалид» до 01.07.2020, имеют право на все льготы, которые он предоставляет, до очередного переосвидетельствования, независимо от того, была ли установлена органами МСЭ невозможность самостоятельного передвижения.

Важно помнить, что после 01.07.2020 основанием для бесплатной парковки является не наличие знака «Инвалид», а внесение данных об автомобиле, принадлежащем инвалиду или используемом для его транспортировки, в единый федеральный реестр.

Граждане, получившие знак «Инвалид» до 01.07.2020, могут продолжать им пользоваться до конца переходного периода - 31.12.2020 включительно. С 01.01.2021 знак «Инвалид» на стекле машины окончательно перестанет иметь какое-либо практическое значение.

В течение отведенных шести месяцев у граждан имеется возможность без спешки поместить заявку и данные о своих транспортных средствах в федеральный реестр инвалидов.

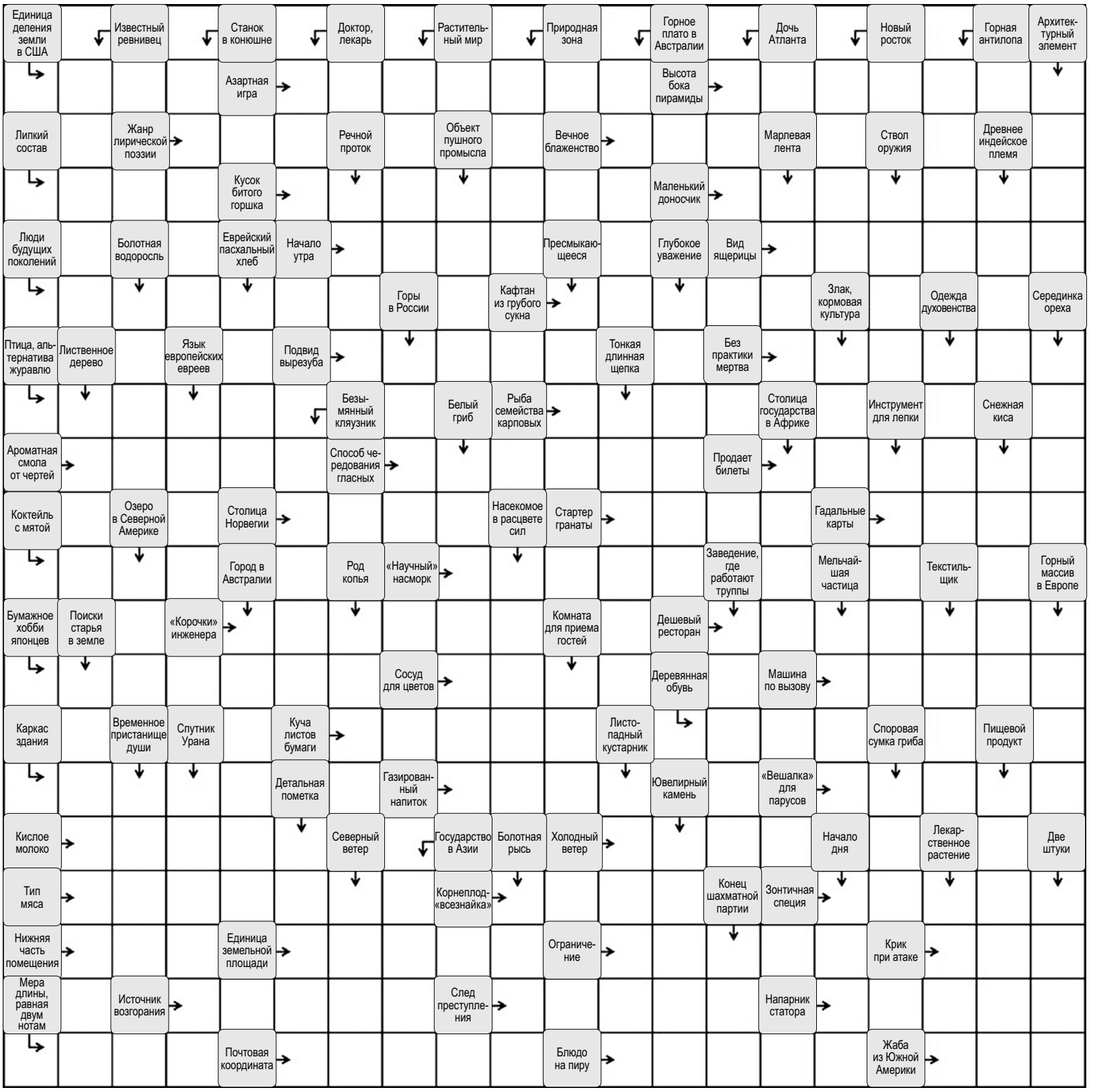
С 01.01.2021 проверка права на бесплатную парковку будет проводиться только на основании сведений в этом реестре. Он действителен на территории всей страны. Соответственно, пользоваться бесплатной парковкой можно в любом регионе Российской Федерации.

Если гражданин утрачивает статус «инвалид», сведения о транспортном средстве, содержащиеся в федеральном реестре, автоматически переносятся в архив и хранятся в соответствии с требованиями российского законодательства об архивном деле.

М. В. РЫВАНЕНКО, Л. М. ПУШИНА, О. Е. ЯРОШ, ГБ МСЭ по Оренбургской области.

Обращения по вопросам проведения медико-социальной экспертизы в Оренбургской области можно направлять по электронной почте gb56@orenmse.ru, по телефонам 8(3532)68-96-10, 8(3532)68-96-11 или по адресу: 460001, г. Оренбург, пер. Трофимовский, 13.

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, 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 на 15 %. Начало приема заявок: 10.00 05.08.2020. Окончание приема заявок: 16.00 02.09.2020. Определение участников: 03.09.2020. Торги: 11.00 04.09.2020. Время московское. Шаг аукциона: 2 % от начальной цены. **Первичные торги арестованного незаложенного недвижимого имущества. Задаток: 50 % от начальной цены: ЛОТ № 1: Нежилое помещение**, общая площадь: 449,2 м^2, расположенное по адресу: Оренбургская обл., г. Оренбург, ул. Гая/ ул. Кирова/ ул. Чичерина, д. 3/2/24, пом. № 18, к/н: 56:44:0218004:124. Начальная цена: 10 586 000,00 руб. (НДС не облагается). **ЛОТ № 2: Нежилое помещение**, общая площадь: 27 м^2, расположенное по адресу: Оренбургская обл., г. Оренбург, ул. Гая/ ул. Кирова/ ул. Чичерина, д. 3/2/24, пом. № 8, к/н: 56:44:0218004:123. Начальная цена: 1 004 000,00 руб. (НДС не облагается). Обременения по лотам № 1-2: арест, запрещение сделок с имуществом, запрет на совершение регистрационных действий, действий по исключению из госреестра, а также запрет на регистрацию ограничений и обременений. Собственник (правообладатель): Москвин А. Н. Для осмотра имущества обращаться по тел. +7(3532)44-85-78, Искужаева Г. Б. **Повторные торги арестованного заложенного движимого имущества. Задаток: 5 % от начальной цены: ЛОТ № 3: AMTC-Geely MK-CROSS,** 2013 г. в., г/н: У521МУ56, VIN: X9W215701D0011679. Местонахождение: Оренбургская обл., г. Бузулук. Начальная цена: 68 753,10 руб. (НДС не облагается), примечание: ТС находится в послеаварийном состоянии. 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 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: 142 596,00 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 № 5: AMTC Lada-213100 (4X4),** 2013 г. в., г/н: Х907ЕО56, VIN: XTA213100D0152967. Местонахождение: Оренбургская обл., г. Новотроицк, ул. Уральская, остановка «2-я Уральская», автостоянка в районе магазина/кафе «Гурман». Начальная цена: 22 610,00 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. 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 физлиц, 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/с 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 физлиц); 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. 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 физлиц) 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 за вычетом перечисленного ранее задатка, засчитывающегося в счет исполнения обязательств по договору купли-продажи, 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). 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, задаток не возвращается. Возврат задатка участникам торгов, не ставшим победителями, и претендентам торгов, не ставшим 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, а 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.** (228)



Астрологический прогноз с 4 по 10 августа

Овен

Сейчас вам захочется уединения. Попросите близких быть лояльнее к вам в эти дни. На работе вас ждет успех, очень удачный период. Однако похвалы от начальства не будет. Сейчас это работа «про запас». Ваши старания заметят чуть позже.

Телец

Если не хотите ничего пропустить, интересуйтесь всем. И дома, и на работе потребуются силы. Не тратьте их впустую. Напряженно будет и со временем. Отмените некоторые неважные встречи, которые можно назначить на другое время.

Близнецы

В данный период вы можете браться за любые серьезные дела, не переживая о результате. Он будет хорошим! Личная жизнь вас тоже порадует. Даже в сложных ситуациях не отчаивайтесь, вы получите то, о чем мечтали.

Рак

Из-за конфликтов дома может ухудшиться ваше самочувствие. Постарайтесь избегать ссор. Любые начинания сейчас окончатся неудачей. Так что даже если у вас что-то было запланировано на эти дни, лучше отмените.

Лев

Ваше переменчивое настроение поставит в тупик многих. Если не можете сдержать эмоций, лучше побудьте в одиночестве. К концу недели появится желание что-то изменить в доме. Творите! Это пойдет вам на пользу.

Дева

Даже если у вас сейчас будут возникать проблемы, лучше не рассказывайте о них никому. Помочь не помогут, а вот палки в колеса вставить могут. В личных отношениях наступит затишье. Задумайтесь о том, что можете изменить в собственной жизни.

Весы

Не исключено, что вас ждет роман. Главное, не питайте особых надежд - серьезных отношений не выйдет. Лучше займитесь самообразованием. При умелом сочетании оптимизма и гибкости на этой неделе вы сможете достичь важной цели.

Скорпион

Вас ждет много встреч - приятных и не очень. Людей, которые вызывают у вас негативные эмоции, вычеркивайте из своей жизни. В этот период может чувствоваться небывалая усталость. Поберегите себя и откажитесь от физических нагрузок.

Стрелец

Пришло время проявить свои организационные навыки. Если будете на высоте, можете ожидать повышение по службе и премию. С деньгами в целом сейчас все будет отлично, так что можете совершать крупные покупки. А вот в любви не повезет.

Козерог

Уверенности в себе вам сейчас не занимать. Но распорядитесь ею с умом! На работе могут предложить дополнительные обязанности. Не соглашайтесь, если оплата не будет вас устраивать! Выходные постарайтесь провести с пользой.

Водолей

Велика вероятность, что вас ждут финансовые потери. Главное, не горевать, а начинать вновь копить. Хуже будет в отношениях с родными. Скорее всего, не обойдется без ссор и разногласий. Обстановка будет напряженной. Порадуют лишь дети.

Рыбы

Срочно займитесь осмыслением отношений с некоторыми окружающими вас людьми. Не спешите сразу сжигать мосты и прекращать общение со всеми - можете совершить большую ошибку. Не лучшее время для новых романтических отношений.

Ответы на сканворд из № 29

По горизонтали: Торнадо. Письмо. Бурки. Хруст. Акра. Зомби. Скаут. Рвань. Сироп. Чайка. Куколь. Англ. Мусс. Гипс. Шпон. Плуг. Скрипач. Скат. Лето. Карат. Очерет. Пилигрим. Дитя. Дача. Кена. Маис. Клуб. Шанс. Виноград. Аттика. Альт. Ропак. Жбан. Труп. Ясли. Киоск. Кров. Байт. Чтиво. Храм. Луна. Ара. Лавсан. Кредит. Хадж. Гетры. Мода. Рама.

По вертикали: Колос. Клика. Отрава. Миксер. Лена. Брус. Инструктаж. Маниок. Шпага. Топи. Помпа. Сип. Очаг. Доха. Очки. Карст. Вьюн. Аммиак. Килт. Опус. Вар. Иск. Вади. Ковы. Уста. Тис. Хам. Матч. Кряква. Арно. Док. Афиша. Лилия. Торунь. Самка. Баркас. Бот. Ван. Плед. Жиклер. Урна. Галера. Раб. Руда. Нло. Утечка. Аноним. Киль. Льгота. Дан. Вата.

МИНУТКА ПОЗИТИВА

- Вовочка, ты почему стихи читаешь без выражения?
- Марья Ивановна! Какие тут могут быть выражения? Это же Пушкин!

* * *

Разговор на остановке:
- Мама, купи мне машинку.
- Не могу, денег нет.
- Мама, ну купи мне машинку!
- Говорю же - денег нет!
- Ну тогда купи мне хотя бы жвачку, чтобы я заткнулся.

* * *

- Есть у нас на заводе такая примета: если бригадир кричит, значит опять не трактор собрали.
- А что тогда собрали?
- А вот что кричит, то и собрали.

* * *

Старость подкралась незаметно. Играли вечером в «Города» названиями таблеток...

* * *

- Молодой человек, лотерейный билет не купите?
- Нет, мне убеждения не позволяют.
- А кто вы?
- Я статистик.

* * *

- Место рождения?
- Город Горький.
- Место жительства?
- Нижний Новгород.
- Причина переезда?

* * *

- Как много молодежи на самокатах!
- Да, растет поколение с одной длинной и сильной ногой.

* * *

- Ты что без маски приперся?
- Вообще-то отменили их.
- Вообще-то ты вратарь хоккейный!

* * *

- Что за мед вы мне продали?! Это же пережженный сахар!
- Ну да! Там же на банке так и написано: «Мед липовый».

* * *

- Яша, а как вы определяете время: по часам или по телефону?
- Исключительно по солнцу.
- Но сегодня облачно.
- Сарочка, солнце мое, подскажи, который час?

* * *

Дочка попросила устроить ей день рождения в стиле «Золушки». Мы все так и сделали. Сами пошли праздновать в ресторан, а ее оставили дом убирать!

* * *

Хороший напиток моцарелла! Но когда его допьешь, остаются эти смешные белые шарики. И что с ними делать?

* * *

- Циля Соломоновна, а сколько у вас было мужей?
- Всего или своих?

* * *

Жена:
- С мужем мы живем душа в душу, все у нас замечательно: не ругаемся, не ссоримся. Полная идиллия. А все из-за того, что я делаю только то, что у меня написано в гороскопе на сегодняшний день.

Муж:
- С женой у нас все нормально. Потому, что она решила жить строго по гороскопу. Подписалась на рассылку. Я как об этом узнал, взломал ее почту и стал составлять гороскоп для нее сам.

№ 30 (1 308) 04.08.20 Оренбургская Сударыня www.os56.ru

МЫСЛИ ВСЛУХ

Счастливые 20 процентов

«Распишитесь, пожалуйста»… Эти слова до сих пор стояли у меня в ушах. Улыбнувшись, я расписалась на чеке о покупке и поспешила к выходу. Я знала, что на детской площадке меня ждет маленькое солнышко по имени Варя.

Моя пятилетняя дочурка больше всего на свете ждет любимых конфет «Тирамису», поэтому я купила целый килограмм. Но про себя решила, что буду давать понемногу, чтобы не испортить дочурке аппетит. А ведь этого могло не быть…

Я заглянула в прошлое и увидела самую жуткую картину в своей жизни…

Будучи беременной, сижу на прием к гинекологу после сдачи необходимых анализов. Руки немного дрожат, поскольку врач зашел в кабинет слегка озадаченным…

Нет прежней веселой улыбки и стандартной фразы: «Ну что, скоро девочку родим?!»

На сей раз стояла гробовая тишина. Тяжело вздохнув, гинеколог сказал, что ребенок родится с патологиями, проще говоря, глубоким инвалидом.

Потом врач добавил, что у мамы (то есть у меня) есть время подумать: стоит ли взваливать на себя такое бремя?

После трех ночей слез и безмерного одиночества я пришла в больницу с осознанным решением.

- Где нужно подписать согласие на аборт? - спросила я сквозь слезы.

Твердо решив прервать беременность, я взяла ручку и начала выводить свою подпись на желтой мятой бумаге…

- Вы знаете, а ручка не пишет, - эти слова, которые я произнесла, перевернули мою душу.

- Ну… Возьмите другую, - неохотно ответил врач, явно мечтавший поскорее выполнить свою работу.

Но я уже передумала. Это был определенный знак, который заставил меня встрепенуться и покинуть кабинет.

Как в тумане шла я по улице, а сердце пело. Я оставила ребенку жизнь, а там… Да будь что будет!

Есть же 20 «счастливых» процентов…

- Мам, а дай конфетку!

Этими словами маленькая Варя вернула меня к реальности. Я протянула дочери любимую сладость и поняла, что живу на свете не зря.

Мой ребенок, любимая дочка, рожденная от большой любви и большого предательства, ЖИВА, а самое главное - ЗДОРОВА!

Бог дал ей шанс… Счастливые 20 процентов.

Светлана ЯНКОВСКАЯ,
г. Бузулук.

Любовь Григорьевна

Редко какой ребенок принимает мачеху как родную мать. И мачеха не всякая приемных детей любит. Но бывают и в таких отношениях исключения.

Наташа, тяжело дыша, спустилась по лестнице на первый этаж больницы.

- Господи, сил моих больше нет! Когда же это кончится?! Сама, бедняга, мучается, нас всех мучает... А главное, оба сценария развития ситуации кончатся одинаково: вылезет в 90 лет из инфаркта, не вылезет - разница, увы, исчисляется в лучшем случае месяцами…

Хоть сама ложись и умирай! Лифта не дождешься, из четырех работает только один, на каждом этаже останавливается, дышать невозможно из-за жары, старух с костылями и тяжелого больничного духа. А по лестнице с шестого этажа, где реанимация, - двенадцать пролетов и пять дверей. В глаза бы этому архитектору посмотреть, а еще лучше - матушку его сюда пристроить, и пусть побегает к ней!

Наташа понимала, что эти ее ежедневные визиты совершенно бессмысленные - в реанимацию к Любови Григорьевне все равно не пускают, денег, наверное, хотят, а где их взять?! И еду велели не приносить, только воду, да и то необязательно. Только Наташа ничего с собой поделать не может. Встает чуть свет - и, как рыба на нерест, не сворачивая, тащится за тридевять земель в эту ужасную больницу под дверью посидеть, пустые вопросы без ответа задать - и обратно. И Любовь Григорьевна об этом даже не знает. И скорее всего, не узнает никогда.

Наташа усмехнулась собственным мыслям. Удивительное дело! Любовь Григорьевна вышла замуж за ее отца, когда Наташе было всего девять лет. Больше всего она старалась расположить девочку к себе, была такой ласковой и доброй, какой Наташа и мать-то родную не помнила, хотя она вообще ее плохо помнила. Но все равно мачеху всю жизнь называла на «вы» и по имени-отчеству. И старалась, чтобы это все заметили. Знала, конечно, как это Любовь Григорьевну обижает, понимала, что несправедливо поступает, но преодолеть себя не могла!

Даже когда Любовь Григорьевна отказалась от последнего в ее годы шанса своего ребеночка родить, заливаясь слезами, в сорок один год на аборт решилась из-за падчерицы, из-за ее упреков и скандалов, Наташа не смягчилась, не приняла ее как родную. Хотя все понимала, ценила, видела, какая Любовь Григорьевна преданная жена, как о доме заботится! И даже ждала от мачехи помощи во всем, и помощь эту принимала.

Любовь Григорьевна и детей Наташиных вырастила, обожала их, ребятишки ее тоже любили, но между ней и Наташей ничего не менялось.

Жизнь прошла рядом, в одной квартире. Наташа сама уже на двадцать лет стала старше, чем была Любовь Григорьевна, когда в их дом пришла. Уже точно знала, что вытащила счастливый билет и что Любовь Григорьевну можно называть как угодно, но только не мачехой, однако как в девять лет уперлась лбом, так с места и не сошла.

Вообще, Любови Григорьевне досталось за пятерых. Мать и бабушка в блокаду умерли, ее, загибающуюся от дистрофии, чудом обнаружили и вывезли с эвакуированным детским домом. Из детдома ее после войны тетка к себе забрала. Но лучше б и не делала этого. Сама на себя злилась, что взяла нахлебницу, а потому превратила племянницу в домработницу. И каждой тарелкой супа попрекала.

Спала Любочка на кухне, на узеньком топчанчике, под которым хранили овощи, и ей казалось, что она на всю жизнь пропахла луком и подгнившей картошкой. Учиться после школы не получилось, на почтамт работать пошла, а потом в прокат музыкальных инструментов. Очень ей нравилось сидеть среди старых, тускло светивших лаковыми боками пианино и роялей, слушать, как их проверяют настройщики и те, кто хочет взять в пользование. Какофония ее не смущала, а если кто-то мелодию играл, Любочка, точнее уже Любовь Григорьевна, расцветала и представляла себя на концерте.

На спокойную симпатичную девушку обратила внимание бухгалтерша и познакомила ее со своим братом-вдовцом, инвалидом войны, потому что сама устала с его дочкой Наташей возиться. Так Любовь Григорьевна и стала семейной женщиной, да и матерью сразу. Муж ее, Алексей Петрович, был дядька неплохой и незлой, но выпить мог, а заработать - нет. Потому жили они трудно и скудно. Но Любовь Григорьевна не жаловалась, всем была вполне довольна и продолжала улыбаться.

Через несколько лет Алексей Петрович умер, а Любовь Григорьевна осталась с его дочкой, помогала ей во всем, растила внучек, дождалась правнучку и собиралась отметить девяностолетие. Ей даже казалось, что она обманула время или ей выдали «компенсацию» за всех так рано ушедших близких. Словно они там, наверху, скинулись лет по пять и прибавили ей, чтоб не спешила к ним в компанию. И она их не подводила. Несмотря на годы, сохранила легкую походку, читала без очков, пироги пекла, как в молодости, и еще сохранила желание к лету какую-нибудь новенькую кофточку или платьишко справить... В общем, молодец, что и говорить!

И вдруг все рухнуло. С утра за творогом сбегала, потом из стиральной машины белье развесила, хотела на кухне пол подтереть, но вдруг перехватило дыхание, показалось, что левой лопаткой напоролась на что-то острое. Нестерпимая боль кипятком разлилась по всей груди, замелькали перед глазами почти забытые, но родные лица мамы, бабушки, папы, Алеши, и она мешком сползла по кухонной стене. Там ее Наташа и обнаружила.

Скорую вызвала, думала, не успеют, но нет, и успели, и до больницы довезли. И вот Наташа уже месяц таскается в реанимацию. И сколько так продлится - один Бог знает. Наташа-то, понятное дело, желала Любови Григорьевне только добра и здоровья, а не смерти, но бессмысленность такой борьбы за жизнь поневоле приходила в голову не только Наташе, но и всем причастным, и не озвученным вопросом висела в воздухе.

«Ладно, если завтра сама смогу голову поднять, опять поеду. Попробую санитарке тысячу сунуть, может, все же минут на пять хоть пустит в реанимацию, чтобы Любовь Григорьевна поняла, что не брошена, что волнуются за нее родственники и хотят, чтоб поправилась», - думала Наталья.

В этот момент зазвонил телефон.

- Алло, Наталья Алексеевна? Из больницы Вас беспокоят. Это… Вы держитесь там. Короче, тут это… Умерла родственница Ваша, Любовь Григорьевна… Ночью сегодня отмучилась. Примите наши соболезнования. Да, тут моментик такой… У нас при больнице свой похоронный агент есть… - говорили на другом конце провода.

Наташе показалось, что она в театре абсурда. «Агенты», «правильно подготовленная покойница», «аксессуары»… Бред какой-то! И растерянность абсолютная… Не простились даже, все не по-людски, реанимация эта недоступная, ничего не понятно: что делать, где хоронить?.. Папа в одну могилу с мамой похоронен, туда же, наверное, вторую-то жену нельзя…

Тетка-агент оказалась вполне вменяемой и, слава богу, не изображала плакальщицу, довольно толково все Наташе объяснила, забрала документы, платье, в котором Любовь Григорьевну хоронить, сорок тысяч рублей и уехала. Наташа села на кровать Любовь Григорьевны, уставилась в одну точку. Она не очень понимала, чем ей заниматься. Домашние дела казались неуместными, как организовать поминки - не знала. Вдруг она вспомнила, что не дала агенту никакой обуви. Может, и не надо было, но почему-то это ее ужасно разволновало, она заметалась по квартире, потом нашла мачехины выходные туфли. Вызвала такси и помчалась в больницу. Только перед дверью реанимации вдруг поняла, что Любови Григорьевны там, наверное, уже нет, но куда идти еще - не знала, и вошла. Постовая медсестра подняла на нее пустые глаза, узнала и бесстрастно сказала: «У нас, увы, без перемен… Состояние тяжелое».

- У кого? - спросила Наташа.

- Как у кого?! У Любови Григорьевны. Вы же к ней?

Наташе показалось, что она на палубе парохода во время качки.

- А Любовь Григорьевна разве здесь? - задала Наташа еще более дурацкий вопрос.

- А куда ж она денется в таком состоянии?! Скажите спасибо, что жива, тянем ее как можем!

Наташа перевела дыхание и сглотнула.

- Но мне позвонили из больницы, сказали, что Любовь Григорьевна умерла, и даже прислали похоронного агента!

- А-а-а, это санитарка, наверное, поторопилась сказать агентам. Вчера хуже было, а они всегда начеку, это ж их заработок! Ну, ошиблись… Бывает… Жива же - и слава богу! Долго жить, значит, будет!

Последние слова Наташа уже не слышала. Оттолкнув медсестру, она влетела в реанимационную палату и кинулась к Любови Григорьевне. Придвинула стул вплотную к кровати, взяла Любовь Григорьевну за руку, начала ее гладить, гладить, а потом вдруг впервые выговорила то, что не получалось всю жизнь: «Мама! Мамочка!» И увидела, как Любовь Григорьевна улыбается…

Вероника ГОРБАНЬ,
г. Оренбург.

ИНИЦИАТИВА

Донорам – слава!

В Оренбурге началась установка памятника «Спасибо, донор!». Монумент появится в сквере Оренбургского государственного медицинского университета уже в сентябре этого года.

Памятник решено поставить там, где во время войны находился эвакуационный госпиталь. Рядом с ним будут расположены стелы с выгравированными именами оренбуржцев, которые в годы Великой Отечественной войны отдавали кровь для спасения защитников нашей Родины.

Проект реализуется по инициативе Оренбургского отделения Российской медицинской ассоциации при поддержке Правительства Оренбургской области.

Памятник «Спасибо, донор!» возводится на пожертвования.

Инга ПРОХОРОВА.

ПРОФИЛАКТИКА

Перекус без вреда здоровью

Протеиновые батончики уже давно продаются во всех супермаркетах. Следует помнить, что эта сладость полезна не всем.

В первую очередь протеиновые батончики противопоказаны диабетикам. Это связано с наличием в них сахара. При изготовлении протеиновых батончиков часто используют пальмовое масло с трансжирами, повышающими холестерин и провоцирующими развитие сердечно-сосудистых заболеваний. Этой калорийной едой не стоит утолять голод людям с избыточным весом и тем, кто ведет малоподвижный образ жизни.

Обычно перед тренировкой батончики употребляют спортсмены. При этом профессионалы учитывают каждую полученную калорию. Производители рекомендуют в период активных тренировок добавлять продукт к рациону, разработанному специалистом по питанию. Батончики не могут заменить полноценный обед. Цены на протеиновые батончики сильно отличаются. Удешевление продукта связано с включением в его состав менее ценных компонентов.

Елена АКИНЯЕВА.

Два уха – два слуховых аппарата. И второй бесплатно!

По данным Всемирной организации здравоохранения, тяжелыми нарушениями слуха страдают 466 миллионов человек по всему миру. Падение слуха мешает общению с близкими, ставит человека в потенциально опасные ситуации (например, можно не услышать подъехавший автомобиль) и просто мешает вести полноценную жизнь. Помочь компенсировать слух может слуховой аппарат. И лучше, если их будет два.

Как понять, что слух действительно падает?

- Вы стали прибавлять громкость, а родные жалуются, что звук им мешает.
- Вы плохо понимаете собеседников, кажется, что они говорят неразборчиво, «глотают» буквы. Приходится постоянно переспрашивать.
- Вам особенно сложно разобрать слова, когда говорят несколько человек. Если вы заметили эти симптомы, рекомендуем проверить слух в специализированном центре. В «Академии слуха» эта услуга бесплатна.

Чем поможет слуховой аппарат?

Он индивидуально восполняет потерю слуха и повышает разборчивость речи, даже если собеседников несколько и они говорят одновременно. А за счет правильной настройки вы легко сможете общаться с близкими и слышать окружающий мир.

Зачем нужны два слуховых аппарата? Разве не достаточно одного?

Природа не зря подарила нам парные органы чувств: два глаза, два уха. Понижение слуха, особенно связанное с возрастом, крайне редко затрагивает только одно ухо - чаще страдают оба. В этом случае для полной компенсации слуха необходимо два слуховых аппарата.

В чем же разница между одним и двумя слуховыми аппаратами?

- Точное понимание источника и направления звука. Это особенно важно в потенциально опасных ситуациях: подъезжающий автомобиль, внезапный крик ребенка.
- Повысится разборчивость речи: вы будете слышать собеседников даже в сложной обстановке - на семейном празднике, улице, при работающем телевизоре или радио.
- Исчезнет посторонний шум: так как два аппарата могут работать на меньшей мощности, чем один, звук не искажается, значительно снижаются помехи.
- Сокращается период привыкания, так как слушать двумя ушами более естественно и привычно для человека.

Я понимаю, что это важно, но мне просто не по карману два слуховых аппарата!

Время, проведенное с родными и близкими, бесценно. Именно поэтому стоит начать носить слуховой аппарат как можно скорее.

И сделать это легко с «Академией слуха»: у нас при покупке одного слухового аппарата вы получаете второй абсолютно бесплатно! И до 31 августа сделать это можно в рассрочку сроком до 18 месяцев!

Акция действует до 31 августа 2020 года

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

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

Акция распространяется не на все слуховые аппараты. Полный список товаров, участвующих в акции, условия участия уточняйте у сотрудников центра и на сайте «Академии слуха»: www.akademia-sluha.ru. Рассрочка предоставляется ИП Панов Г. И. Подробные условия получения рассрочки представлены на нашем сайте www.akademia-sluha.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ – ЧУМА 21 ВЕКА

КАК Я ИЗБАВИЛАСЬ ОТ САХАРНОГО ДИАБЕТА И ЧТО ВАМ СРОЧНО НЕОБХОДИМО ОБ ЭТОМ УЗНАТЬ

Я думала, что меня это никогда не коснется, ведь я веду правильный образ жизни! Сейчас я с уверенностью могу сказать, что я здорова и меня ничего не беспокоит, но всего лишь...

6 месяцев тому назад

Это было так необычно и странно для меня – я приходила с работы домой совершенно без сил. Но при этом я не просто уставала, мне казалось, что уже утром я вставала совершенно без сил.

У меня млели руки, было ощущение, что каждый палец колют 1000 иголок, часто кружилась голова. Любые ранки заживали очень долго, я чувствовала постоянную жажду – и при этом бесконечно бегала в туалет по-маленькому. Это продолжалось уже больше года и это при том, что мне всего 42 года! Я поняла, что жить так я не смогу – мне нужно было справиться с этим состоянием.

Хождения по врачам не давали ответа

Я начала ходить к докторам, и никто не мог внятно ответить, что со мной происходит. По всем признакам и результатам исследований я была здорова. При этом с каждым днем мне становилось хуже. И в какой-то день я просто не смогла встать с кровати. Прямо с самого утра у меня начали дрожать руки, кружилась голова и мужу пришлось вызвать скорую помощь.

Обычная скорая помощь

На вызов приехала молодой врач, Наталья Евгеньевна Чернова. Давление и температура были в норме – при этом по моему самочувствию она предположила у меня наличие сахарного диабета. Экспресс анализ подтвердил такое предположение. Да, к сожалению диагноз был однозначен, у меня был сахарный диабет. Сколько всего мне тогда предстояло узнать об этой болезни.

Где я заразилась сахарным диабетом

Когда врач уехала, меня преследовала только одна мысль – где я могла подхватить эту ужасную болезнь. Как мне теперь стыдно, что мы не знаем ничего о течении этой болезни. Представьте себе, что только в России 38 миллионов человек уже больных диабетом или с так называемым преддиабетом. Только вдумайтесь в эту цифру!!! – 38 миллионов человек. Сейчас я уже знаю, что независимо от того, страдаете вы лишним весом или нет, занимаетесь спортом или нет – вы можете заболеть сахарным диабетом уже завтра. Основной риск кроется в нашей еде!

Ужасающая статистика диабета

На нашей планете подтверждено 250 миллионов случаев заболевания. Врачи утверждают, что по крайней мере столько же больных просто не обращались за диагностикой. Из них 90% - это сахарный диабет второго типа, к счастью у меня диагностировали именно его и я уже научилась справляться с ним. Я прямо сейчас научу вас примериться с этим диагнозом – и вы поймете, что сахарный диабет можно погасить.

Первые дни со страшным диагнозом

Когда у меня прошел первый шок от осознания того, что я больна, а точнее согласно официальной медицине неизлечимо больна, я приняла решение –я выживу!

Во-первых: Я узнала, что существует специальная премия – Медаль Джослина – которая выдается пациентам, прожившим с сахарным диабетом 20, 50 и даже 80 лет.

Во-вторых: Я знала, что, поменяв образ жизни, мы способны регулировать уровень сахара в крови.

А значит мне предстоял путь – который сделает меня здоровой!

Звонок доктору

После того, как успокоилась, я приняла решение позвонить Наталье Евгеньевне. К счастью, она вспомнила и меня и мой случай. Я задала ей вопросы:

- Можно ли вылечить сахарный диабет второго типа? – Да,- Ответила врач, на той стадии, где мы его сейчас обнаружили – мы можем прекратить симптоматику вашего диабета полностью.
- Мне нужна для этого серьезная медицинская помощь?
– Нет, неинсулинозависимый диабет лечится изменением образа жизни и питания, есть правда секрет...

Секрет для диабетика

Наталья Евгеньевна мне рассказала, что ученые давно обнаружили, что есть некоторые продукты питания, которые оказывают значительное влияние на содержание сахара в крови. Один из них – гингерол, который содержится в корне имбиря. Он позволяет нашему организму снизить уровень глюкозы и увеличит восприимчивость к инсулину, что естественным образом снижает уровень сахара в крови.

- Это просто и очень понятно – но где же мне его взять?
- Купить его еще проще, чем осознать его пользу для избавления от этого страшного заболевания. Записывай телефон.

Я хочу быть здоровой!

Так подумала я, набирая номер 8-800 250-35-70. Сотрудник компании Мед комплекс очень подробно рассказал мне, что имбирь можно и нужно применять при борьбе с сахарным диабетом второго типа, он влияет на усваиваемость инсулина, что в 93% случаев прекращает проявление симптомов практически полностью. Я немедленно заказала себе акционную упаковку на 240 таблеток с большой скидкой. Мне объяснили, что нужно принимать таблетки 3 раза в день во время еды по 1-2 штуки, запивая водой.

Прошло 6 месяцев

У меня не осталось никаких признаков заболевания. Организм полностью научился жить заново. Я здорова, чего и Вам желаю.

Для этого, немедленно сделайте заказ, позвоните на Горячую линию: 8-800 250-35-70

ПРОИЗВОДИТСЯ В РОССИИ!

Врачи, диетологи, специалисты по здоровому питанию единогласно признают имбирь "суперпродуктом" и рекомендуют его как средство для снижения уровня сахара и контроля лишнего веса. ИМБИРОТАБС - это современное решение, которое позволяет использовать все ценнейшие свойства корня имбиря, при этом в удобной для применения форме! **Результат не заставит себя ждать — попробуйте, вы убедитесь в этом сами!**

МЫ ГАРАНТИРУЕМ:

1. Имбиротабс производится только из экологически чистого сырья.
2. Не содержит никаких вредных примесей.
3. Проходит тщательный лабораторный контроль – Декларация о соответствии ЕАЭС N RU Д-RU. BE02.B.01046/19

РАСПРОДАЖА!**

60 таблеток Имбиротабс = 1249 руб.
(Курс начальный) КОД ТОВАРА: 187 26 217

120 таблеток Имбиротабс = 2000 руб.
(Курс поддерживающий) КОД ТОВАРА: 187 26 218

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ!

СУПЕР ПРЕДЛОЖЕНИЕ 240 таблеток за 3000 рублей! (Курс Эффективный)!!!

КОД ТОВАРА: 187 26 219

+ почтовые расходы

ПОЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС:
8 800 250 35 70

Звонок бесплатный.
или отправьте СМС на номер +7 (925) 007-30-03
Адрес для писем:
115088 Москва, а/я №121, ООО "МЕД КОМПЛЕКС"
Наш сайт: www.ru.betaprotect.com
Эл.почта: rusbetaprotect@gmail.com

*Делая заказ, вы предоставляете продавцу ООО "МЕД КОМПЛЕКС", 123557, Москва, Большой Тишинский пер. 43 цок. пом. 8. ОГРН: 1027700528591 право на хранение, обработку и передачу ваших персональных данных в целях выполнения вашего заказа. Фотографии носят иллюстративный характер, ваши результаты могут отличаться.Рекомендуется консультация врача при наличии заболеваний органов пищеварения. Скидка пенсионерам предоставляется на постоянной основе в течение 2020 г. **Акция проводится бессрочно.*

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ ИЛИ БАД. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ФОТОКОНКУРС

Лето – это маленькая жизнь...

Тему очередного фотоконкурса, как это часто бывает, подсказали наши читатели и друзья. Они размещают на своих страничках в социальных сетях 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 Валентина Шарипова, с. Зиянчурино Кувандыкского городского округа.

Прислала Ольга Томина, г. Оренбург.

Прислал Евгений Рыбалкин, с. Слоновка Шарлыкского района.

Прислала Руфина Жинтаева, г. Оренбург.

Прислал Даниил Белов, с. Благодарное Тюльганского района.

Прислала Татьяна Романцева, с. Тоцкое-2.

Прислала Лидия Жабина, с. Мустаево Новосергиевского района.

Прислала Оксана Жарикова-Трофимова, с. Мустаево Новосергиевского района.

Прислала Мария Васильева, г. Богданович.

Телефон рекламной службы
77-68-42

Спрашивайте газету «Оренбургская сударыня» в магазинах «Магнит»

ВАША ОТЧЕТНОСТЬ - В ГАЗЕТЕ
Газета «Оренбургская сударыня» предлагает организациям публикацию
- информации о торгах,
- бухгалтерской отчетности,
- проектно-сметной документации,
- объявлений о собрании акционеров.
СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ!
Т. (3532) 77-68-42, orsud@yandex.ru

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
НЕДОРОГО
8-919-842-40-89
90-19-17

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.

Главный 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 №30/374.
Время подписания в печать по графику - 3 августа в 23.00.
Фактическое время подписания в печать - 3 августа в 23.00.