

рекламная СОРОКА

Газета №1
по Воронежской
области*



ТИРАЖ
250 000
экземпляров

№11 (56) от 28.03.2022 г.
Распространяется с 28.03 по 03.04.2022 г.
*По сравнению с тиражами других еженедельных
бесплатно распространяемых газет Воронежской области.
Издается с 15.02.2021 г.

БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

+7 (473) 210-48-38

16+

WWW.SOROKA.RU



КОНТРОЛИРУЙТЕ СТРЕСС стр. 5

НОВОСТИ

2

ТЕМА НЕДЕЛИ

3

РАЗГОВОР О...

4

ЗДОРОВЬЕ

5

СТРОИТЕЛЬСТВО

6

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

7



**СВЕЖИЕ
ВАКАНСИИ**
на стр 2

**СОБРАНИЕ ЖИЛЬЦОВ:
ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ** стр. 3

Фото с сайта unsplash.com

**ХОЛОДИЛЬНИКОВ
РЕМОНТ**
БЫТОВЫХ И КОММЕРЧЕСКИХ
ПРОДАЖА ЗАПЧАСТЕЙ
Т.8-951-566-99-95

**МЕЖКОМНАТНЫЕ И ВХОДНЫЕ
ДВЕРИ**
Установка. Гарантия
8-903-651-45-11

Реклама для изучения спроса

**КАЧЕСТВЕННЫЕ
ОКНА**
ДЛЯ ЛЮБОГО ДОМА
ДВЕРИ ВХОДНЫЕ, МЕЖКОМНАТНЫЕ
ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ, МОСКИТНЫЕ СЕТКИ
ЗВОНИТЕ: +7(903)651-45-11

Реклама для изучения спроса

**МЫ РАСПРОСТРАНЯЕМ
РЕКЛАМНУЮ
ПРОДУКЦИЮ
ПО ПОЧТОВЫМ ЯЩИКАМ**
Мы гордимся своей
Службой распространения
рекламная **СОРОКА** **тел: 210-48-38**

УСЛУГИ РИЭЛТОРА
СДЕЛКИ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ
✓ПОДБОР БАНКОВ
✓ПОИСК НЕДВИЖИМОСТИ
✓СБОР ДОКУМЕНТОВ
✓СОПРОВОЖДЕНИЕ СДЕЛКИ
*Работаем
для Вас*
+7(903)651-61-77

Реклама для изучения спроса

**РАЗМЕЩЕНИЕ
РЕКЛАМЫ
В НАШЕЙ
ГАЗЕТЕ**
210-48-38

**НАПОЛЬНЫЕ
ПОКРЫТИЯ**
Паркет
Ламинат
Ковролин
БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ
ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ
8-903-651-45-99

Реклама для изучения спроса

**НАТЯЖНЫЕ
ПОТОЛКИ**
• Европейское качество
• Глянцев, мат, сатин
• Широкая цветовая гамма
• Доступные цены • Профессиональный монтаж
Тел.: +7(473)251-45-11

Реклама для изучения спроса

СоцКомВклад
ВЛОЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ НА СУММУ ДО 1 400 000 РУБ.

**до 35%
ГODOVЫХ**

СОХРАНИМ
И
ПРИУМНОЖИМ

Вложения
застрахованы

СТРАХОВАНИЕ
ИМУЩЕСТВА
В ПОДАРОК*

*15 лет
вместе*

**КАЖДОМУ НОВОМУ КЛИЕНТУ
ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ**

Название	Срок (в днях)	Сумма	Годовая процентная ставка
Юбилейный +	548 дней	от 50 000 руб.	15,0 %
Накопительный	91 день	от 20 000 руб.	25,0 %
	1 период 30 дней		23,0 %
	2 период 31 день		21,0 %
Удобный	180 дней	от 50 000 руб.	22,0 %
	365 дней		21,0 %
Выгодный	365 дней	от 1 000 000 руб.	27,0 %
Комфортный	61 день	от 5 000 руб.	30,0 %
Доходный +	91 день	от 5 000 руб.	35,0 %
Краткосрочный	30 дней	от 30 000 руб.	20,0 %

**АДРЕСА НАШИХ
ОФИСОВ:**
г. ВОРОНЕЖ
ул. 20 ЛЕТ ОКТЯБРЯ д. 80
8 (473) 206 64 33
ул. КОЛЬЦОВСКАЯ д. 2
8 (473) 206 64 11
ЛЕНИНСКИЙ ПРОСПЕКТ д. 18
8 (473) 206 64 55
ул. ГЕНЕРАЛА ЛИЗЮКОВА д. 61
8 (473) 206 64 66

График работы офиса: с 9:00 до 19:30 без перерыва.
Суббота, воскресенье - выходные дни.
8 (473) 206 64 00

*Данные условия доступны для членов потребительского кооператива. Членами кооператива могут стать юридические и физические лица (граждане России старше 18 лет). Чтобы стать пайщиком, нужно заполнить заявление. Подробности на сайте ПК «СоцКомВклад». ИНН 1655119993 / ОГРН 1061655070861. Подробности и дополнительную информацию можно получить в офисе или по телефону. Не является публичной офертой. Реклама. www.соцкомвклад.рф



Номера горячих линий по вопросам невыплаты зарплаты

Телефоны работают в подразделениях мэрии и управах районов

В Воронеже продолжают работу номера горячих линий, обратившись по которым жители столицы Черноземья могут оставить информацию о фактах невыплаты заработной платы. Также принимаются обращения по вопросам задержки зарплаты, принудительном отправлении в отпуск без содержания или по случаям безосновательного увольнения.

Горячие линии доступны в:

управлении экономики – 228 33 66;

управлении предпринимательства, потребительского рынка и инновационной политики – 228 30 39;

управле Железнодорожного района – 223 16 86;

управле Коминтерновского района – 278 47 37, 206 78 33;

управле Левобережного района – 249 40 46;

управле Ленинского района – 206 91 41;

управле Советского района – 225 70 10;

управе Центрального района – 252 43 17.

Обращения на эти номера принимают с понедельника по четверг с 10:00 до 17:00 и в пятницу с 10:00 до 16:30.



Социальные пенсии воронежцев проиндексируют с 1 апреля

Надбавка увеличится на 8,6%

Индексация социальных пенсий проходит ежегодно 1 апреля с учетом темпов роста прожиточного минимума пенсионера за прошедший год. Индексация в 2022 году была запланирована на уровне 7,7%. Однако, учитывая решение президента об индексации прожиточного минимума и страховых пенсий на 8,6%, социальные пенсии также увеличатся на 8,6%.

Из федерального бюджета на эти цели направят 33,7 млрд рублей до конца 2022 года. Всего индексация затронет около 4 млн россиян – это получатели социальных пенсий (то есть те, кто в силу разных обстоятельств не имеют достаточно трудового стажа для получения страховой пенсии) и пенсий по государственному пенсионному обеспечению.



Два воронежских автобуса изменят схему движения

Маршруты оптимизировали с 28 марта

Муниципальные маршруты №49 и №16В изменили путь следования с понедельника, 28 марта. Об этом сообщили на сайте Единого оператора городских пассажирских перевозок.

Движение автобусов №49 направят по следующим улицам:

от остановочного пункта «Завод ГОО» на улице Новосибирской, улице Лебедева, Ленинскому проспекту, улице Героев Стратосферы, через Вогрзсовский мост, далее по улицам 20-летия Октября, Кирова, площади Ленина, улице Платонова, через Университетскую площадь, улице Плехановской, Московскому проспекту до остановочного пункта «Студгородок ВПИ»;

в обратном направлении автобус поедет по Московскому проспекту, улице Плехановской, площади Ленина, улицам Кирова, 20-летия Октября, Вогрзсовскому мосту, улицам Лебедева, Новосибирской, Ростовской и снова Ново-

сибирской с заездом на площадку для разворота и стоянки на улице Чебышева, 9В.

Автобус №16В направится:

от остановки «Завод ГОО» по улицам Новосибирской, Лебедева, Ленинскому проспекту, улице Остужева, Северному мосту, улице Ломоносова, Московскому проспекту (разворот в районе дома №151/2 по Московскому проспекту), улицам Генерала Лизюкова, Владимира Невского, Новгородской, Беговой, 45-й Стрелковой Дивизии, 9 Января до остановочного пункта «Филиал стоматологической поликлиники №6».

в обратном направлении: по улицам 9 Января, 45-й Стрелковой Дивизии, Беговой, Новгородской, Владимира Невского, Генерала Лизюкова, Маршала Жукова, бульвару Победы, Московскому проспекту (разворот в районе дома №109 по Московскому проспекту, улицам Ломоносова, Тимирязева, Березовой Роще, Ломоносова, Северному мосту, улицам Остужева, Ленинскому проспекту, Лебедева, Новосибирской (с заездом на площадку для разворота и стоянки на улице Чебышева, 9В).

По материалам сайта: riavrn.ru

СТРОИТЕЛЬСТВО ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА

Дома, Бани, Теплицы, Заборы, Внутренняя отделка

Звоните: +7(900)308-80-64

Реклама для изучения спроса

ДОРОГОЙ ЧИТАТЕЛЬ!

РАССКАЖИ, КАКИЕ ТЕМЫ ТЕБЕ ИНТЕРЕСНЫ? НАМ ВАЖЕН ТВОЙ ВЗГЛЯД

НАПИШИ НА ЭЛЕКТРОННУЮ ПОЧТУ: info@soroka.ru ИЛИ ПОЗВони в нашу редакцию: **+7(473)210-48-38**

Реклама для изучения спроса

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

БОЛЬШОЙ ВЫБОР ФАКТУР, ТЕКСТУР, ЦВЕТОВ И МОДИФИКАЦИЙ

ПЛАСТИЧНЫЕ РЕШЕНИЯ УЮТ ВАШЕГО ДОМА

8(903)651-61-77

Реклама для изучения спроса

ОКНА БАЛКОНЫ

АЛЮМИНИЕВЫЕ И ПЛАСТИКОВЫЕ РАЗДВИЖНЫЕ РАМЫ И ДВЕРИ

УТЕПЛЕНИЕ И ОБСЛУЖИВАНИЕ

8(473)251-45-11

Реклама для изучения спроса

ВАКАНСИИ

СРОЧНО ТРЕБУЕТСЯ КУРЬЕР-РАСПРОСТРАНИТЕЛЬ

зарплата от 25 000 руб.

выплаты каждую неделю доставка рекламы до места работы

8 (952) 558-86-85

ЦДМ

НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ ТРЕБУЮТСЯ

ОХРАННИКИ, 3/п 20 000 РУБ.

УБОРЩИКИ/ЦЫ 3/п ОТ 20 000 РУБ.

ул. Урицкого, 70

8(473) 271-00-58

НА ПРОИЗВОДСТВО В ПРИДОНКОМ РАЙОНЕ ТРЕБУЮТСЯ:

- ТОКАРЬ, НАЛАДЧИК,
- ИНЖЕНЕР-КОНСТРУКТОР,
- ИНЖЕНЕР-ЭЛЕКТРОНИК,
- ПЕЧАТНИК ФЛЕКСОПЕЧАТИ,
- УПАКОВЩИЦА-КОНТРОЛЕР,
- КЛАДОВЩИК

8(473)200-76-89
8(960)113-19-49

Ростелеком

ТРЕБУЮТСЯ СПЕЦИАЛИСТЫ ПО ПОДКЛЮЧЕНИЮ АБОНЕНТОВ

ГИБКИЙ ГРАФИК РАБОТЫ ЗПЛАТА ОТ 30 000 РУБ.

Тел. 8-991-408-94-34

КОМПЛЕКТОВЩИКИ

ЗП ОТ 35 000 РУБЛЕЙ

+7(900)308-80-64

Реклама для изучения спроса

ПРИГЛАШАЕТ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ

- Рабочую по уходу за растениями
- Слесаря
- Инженера по ремонту котельного оборудования
- Грузчика
- Тракториста
- Оператора котельной

В зимне-весенний период ежедневно овощные пакеты, бесплатная доставка до места работы и обратно

Полный соцпакет, з/п 2 раза/мес **234-54-12**

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ ГРАЖДАНЕ РФ И ИНОСТРАНЦЫ

- РАБОЧИЕ 3/п ОТ 40 000 РУБ
- МОЙЩИК ТАРЫ 3/п 28 000 РУБ
- УБОРЩИКИ 3/п ОТ 30 000 РУБ

8 (473) 210 73 43
8 (920) 414 00 75

ООО «ПЕЧАТЬ ЧЕРНОЗЕМЬЯ» ПРИГЛАШАЕТ КРЕАТИВНЫХ ПРОДАВЦОВ

График сменный

Работа рядом с домом; своевременная оплата труда.

+7 952 956-14-98
+7 473 277-27-00

ОТКРЫТА ВАКАНСИЯ

Работа в удовольствие

Реклама для изучения спроса

ФАСОВЩИК(ЦА)

ЗАРАБОТОК ОТ 25 000 РУБЛЕЙ КОМФОРТНЫЕ УСЛОВИЯ ТРУДА

8-903-651-45-99

Реклама для изучения спроса

ТРЕБУЮТСЯ НА ЗАВОД В СОВЕТСКОМ РАЙОНЕ

уборщики/-цы дворники рабочие

своевременная з/п удобный график работы

т. 8-900-304-24-49

ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ

4, 5, 6, РАЗРЯД 1500 РУБ./СМЕНА. ПОМОЩЬ В ОБУЧЕНИИ И ПОЛУЧЕНИИ УДОСТОВЕРЕНИЯ Ч.О.

8-988-768-62-68

ОХРАННИКИ

ЗП ОТ 35 000 РУБЛЕЙ

+7(903)651-45-99

ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ в г. Воронеже

- Заработная плата
- по результатам собеседования

8(473)251-61-77

Реклама для изучения спроса

УБОРЩИЦА/УБОРЩИК

з/п от 20 000 руб/мес.

ГРАФИКИ: 5/2, 16:00-24:00, бытовые услуги, помощь по дому

3/п 20 000 РУБЛЕЙ

8-903-651-45-11

Реклама для изучения спроса

ПРИЁМ ЗАКАЗОВ НА РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ

г. Воронеж ул. Моисеева, 10 3-й этаж

210-48-38

ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР ПО ПРОДАЖАМ

Дружный коллектив
Оклад + Проценты

+7 (903) 651-45-99

В РЕДАКЦИЮ ГАЗЕТЫ ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР ПО РЕКЛАМЕ

З/п по результатам СОБЕСЕДОВАНИЯ

+7(900)308-80-64

ТРЕБУЮТСЯ ДВОРНИКИ УБОРЩИКИ

ГРАФИК 5/2

З/п ОТ 25000 РУБ. ВЫПЛАТЫ 2 РАЗА В МЕСЯЦ

8(903)651-45-11

Реклама для изучения спроса

РЕКЛАМНОМУ АГЕНТСТВУ ТРЕБУЕТСЯ КОНТРОЛЁР

Для проверки работы ПОЧТАЛОНОВ

Дружный коллектив. СТАБИЛЬНЫЙ ДОХОД. ГИБКИЙ ГРАФИК.

+7(473)210-48-38

Требуются Рабочие на производство

Вахта в г. Воронеже

Заработная плата от 50 000р.

ТЕЛЕФОН ДЛЯ СПРАВОК: **8-900-308-80-64**

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

«Рекламная СОРОКА» №11 (56) 28 марта 2022 г. Страница 2

СОБРАНИЕ ЖИЛЬЦОВ: ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ



В многоквартирном доме каждый собственник квартиры вправе участвовать в решении вопросов, касающихся его и его соседей. А вопросов может быть много. Например, организация парковочных мест, капремонт, смена управляющей компании, размещение рекламы на доме и так далее. Эти и другие вопросы решаются голосованием на общем собрании собственников квартир, но его нужно ещё суметь провести...

По закону собрание в каждом доме должна регулярно проводить управляющая компания (УК). Но на практике многие УК саботируют эту обязанность: не уведомляют жильцов о собрании, рисуют протоколы и делают то, что выгодно им. Поэтому, чтобы взять управление домом в свои руки, нужно организовать собрание собственников самостоятельно. Это сложный процесс, но зато, если все пройдет удачно, расходы на него можно будет взыскать с УК. А главное — после этого управляющая компания не сможет воровать ваши деньги и диктовать неудачные решения.

Шаг 1. Нужно уведомить о собрании 100% собственников в доме. Если кого-то не предупредят о собрании, решения такого собрания позже смогут обжаловать в суде — те самые обиженные собственники или УК, которые не хотят изменений.

Шаг 2. Разобраться, как считать голоса. У каждого собственника в доме количество голосов разное. Это зависит от доли, которая ему принадлежит. При подсчетах учитывается площадь только тех помещений в доме, что находится в чьей-то собственности. Неважно, жилые они или нет. Например, у владельца подвального магазина площадью 200 м² будет в четыре раза больше голосов, чем у владельца квартиры площадью 50 м². Для собственников комнат в коммунальных квартирах количество голосов считают по более сложной формуле. Чтобы узнать, сколько собственников придется оповестить и как считать их голоса, понадобится документ, который иногда называют «имущественный паспорт дома», его придется составлять

его самостоятельно, сверяя данные из кадастрового паспорта многоквартирного дома, которые до 2017 года выдавались БТИ, с базой правообладателей из Росреестра и выпиской из ЕГРН по объекту капитального строительства.

Шаг 3. Запросить реестр собственников в УК. Обычно управляющая компания плохо ведёт реестр собственников. Люди покупают и продают квартиры, а УК этого не фиксирует в реестре. Но тем не менее сделать запрос в УК необходимо, потому что после собрания вы обязаны приложить к протоколу реестр собственников. Этот реестр должен быть заверен печатью и подписью УК.

Если собрать свой реестр с нуля и принести УК на подпись, скорее всего, они откажутся это делать. Можно приложить к реестру УК список под названием «Документ корректировок к реестру собственников». УК в этой ситуации либо подпишет его, либо нет, но собрание все равно проводить нужно.

После собрания сдайте реестр УК вместе со своим реестром в госжилинспекцию (ГЖИ). Обычно ГЖИ потом заставляет УК внести корректировки в свой реестр.

Шаг 4. Реестр, который выдаст УК, нужно вручную проверить с помощью справочной информации по объектам недвижимости (это отдельный раздел на сайте ЕГРН).

Сначала запросите выписку по объекту капиталь-

ного строительства. В ней должны быть указаны кадастровые номера всех объектов в доме: квартир, комнат в коммунальных, подвалов, чердаков и даже трубопровода. Если в реестре УК найдутся еще не учтенные вами номера, добавьте их в таблицу. Далее понадобится каждый из них проверить.

Чтобы отделить кадастровые номера жилых помещений от номеров нежилых и узнать, в частной ли собственности эти помещения, вручную проверьте каждый из номеров в вашей таблице в той же справочной информации. Для этого впишите их в верхнее поле формы раздела на сайте ЕГРН.

Если номер относится к нежилому помещению, например, канализации, исключайте его из списка. Такие объекты предназначены для обслуживания дома, их собственники не участвуют в общем собрании и не голосуют.

Если строка «форма собственности» пустая или вообще отсутствует, то это может быть общедомовое имущество. У такого тоже могут быть долевые собственники, но при подсчете голосов общедомовое имущество по умолчанию считается принадлежащим всем собственникам дома. Отдельно уведомлять по таким помещениям тоже никого не нужно.

Еще бывает, что в строке «Форма собственности» указано «государственное». Это значит, что квартира или другое помещение принадлежит городу.

На собрания городские организации обычно никого не присылают, но уведомлять их надо.

Шаг 5. Выясните, сколько у каждого помещения собственников: на собрание нужно будет позвать каждого из них. Для этого нужно изучить раздел сайта ЕГРН «Права и ограничения».

По результатам проверки каждого кадастрового номера заполните свою таблицу с итоговым списком объектов собственности в доме. В таблице должен быть указан кадастровый номер, тип помещения, этаж, площадь и номер квартиры, если удалось его найти.

Если квартира коммунальная, все равно её нужно добавить, и отдельно пометить, какие комнаты в нее входят. Потом нужно будет оповестить всех собственников и подсчитать, сколько у каждого из них голосов.

Шаг 6. Узнайте, кто собственники помещений, чтобы затем оповестить их о собрании. Чтобы составить реестр собственников, нужно через «Госуслуги» запросить в ЕГРН отдельную платную выписку по каждому кадастровому номеру из таблицы.

Если в полученной выписке указано, что сведений о собственности нет, значит, такая квартира не была приватизирована и собственников действительно нет. Никого извещать о собрании не нужно.

Сейчас есть компании, которые помогают подгото-

вить такие выписки, что называется, «под ключ», но им придется заплатить за труды.

Шаг 7. Найдите союзников. Союзниками могут стать соседи и все неравнодушные собственники. Поговорите со всеми, кого знаете, и попросите их порекомендовать других. Всех, кто выразил готовность помочь, спросите, что они умеют и готовы делать. Например, экономисты незаменимы при подсчете голосов, а организатор мероприятий, возможно, проведет и ваше собрание. Договоритесь с инициативными соседями и председателем совета дома и определите дату, время и место собрания.

Шаг 8. Составьте повестку дня и разместите информацию в интернете.

Шаг 9. Соберите деньги на организационные и почтовые расходы, контакты всех владельцев квартир и уведомите их о собрании по почте.

Шаг 10. Рассчитайте количество голосов для каждого собственника, подготовьте бюллетени для голосования.

Шаг 11. Проведите собрание, соберите бюллетени и подсчитайте голоса.

Шаг 12. Оформите протокол по итогам собрания, сдайте его в управляющую компанию или напрямую в орган государственного жилищного надзора — жилищную инспекцию.

На всё про всё уйдет не меньше месяца.

Олеся Иванова

«Рекламная СОРОКА» №11 (56) 28 марта 2022 г. Страница 3

ИЗГОТОВИМ И РАСПРОСТРАНИМ МАГНИТЫ

С ВАШЕЙ РЕКЛАМОЙ

ул. Моисеева, д. 10 Третий этаж 210-48-38

РАДИУСНЫЕ ШКАФЫ-КУПЕ В городе Воронеж

✓ Радиусные и прямые шкафы-купе
✓ Доставка в любой регион

Гарантия 2 года

mebel.top36

+7(951)867-32-73

СКИДКИ ПОДАРОК!

ТРЕБУЕТСЯ ВОДИТЕЛЬ для развоза печатной продукции

ВОДИТЕЛЬСКИЕ ПРАВА КАТЕГОРИИ «В»
СТАЖ ВОЖДЕНИЯ ОТ ОДНОГО ГОДА
ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА 30 000 РУБЛЕЙ/МЕСЯЦ

8(473)251-45-11

Реклама для изучения спроса

КЕРАМИЧЕСКАЯ ПЛИТКА Большой ассортимент

8-903-651-45-99

Реклама для изучения спроса

ПРИЁМ ЗАКАЗОВ НА РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ

РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ «РЕКЛАМНАЯ СОРОКА»
УЛ. МОИСЕЕВА, 10 3-Й ЭТАЖ

БУДЕМ РАДЫ ВИДЕТЬ ВАС В НОВОМ ВЫПУСКЕ

210-48-38

ТРЕБУЮТСЯ РАСПРОСТРАНИТЕЛИ для раздачи газет на оживленных транспортных перекрестках г. Воронежа

8 (473) 210-48-38

ИСТОРИИ ВСТРЕЧ С НЛО



Одни люди верят в неопознанные летающие объекты внеземного происхождения, другие — нет. Между прочим, если вы из тех, кто допускаете мысль, что НЛО и инопланетяне реально существуют, то вы не одиноки: 36% россиян верят в существование разумной жизни за пределами планеты Земля. Среди американцев аналогичных взглядов придерживаются 68%. И эти цифры продолжают расти.

Многие из описываемых людьми неопознанных объектов при серьезном изучении оказываются рационально объяснимыми явлениями. Однако есть и истории, которые трудно объяснить...

Случай в Дульсе

В 1979 году городок Дульс на границе США и Мексики стал известен как место, где, по версии одного инженера, произошло столкновение между инопланетянами и вооруженными силами США. Местный инженер по имени Филипп Шнайдер утверждал, что в 1979 году он работал на строительстве секретной военной базы в Дульсе. И однажды во время подземных работ столкнулся с кем-то или чем-то высокого роста, серого цвета и совершенно инопланетного вида. Этот «кто-то» был не один.

Военный конвой открыл огонь и убил двоих из пришельцев, прежде чем существа направили лучи плазмы прямо на американцев.

Шнайдер потерял несколько пальцев, но утверждает, что был спасен «зеленым беретом», который сам был убит. Шнайдер вынужден был уйти, так как ситуация стала развиваться как военная операция. Он потом утверждал, что многие военные погибли, а неопознанные существа обратились в пещеру, где они, вероятно, могут оставаться и по сей день. В 1997 году Шнайдер был найден мертвым в своей квартире, что трактовали как самоубийство.

Путешествие во времени в Чили

25 апреля 1977 года, молодой капрал Армандо Вальдес Гарридо возглавил отряд чилийской армии во время обычного патрулирования участка. Температура воздуха сильно понизилась, и патруль разбил лагерь недалеко от города Путре на севере Чили. Они развели костер и оставили двух солдат на карауле. Около 4:00 часов утра один из караульных сообщил о странном свете, который спускался с неба. Солдаты наблюдали, как свет приближался. Когда военные стали паниковать, источник света «сошел» на соседний холм. Капрал и несколько солдат пошли на разведку. Она увидела огромный светящийся объект фиолетового цвета овальной формы около 25 м в диаметре, с двумя светящимися точками темно-красными огнями, которые вспыхивали и гасли.

Светящийся объект начал приближаться к ним. Некоторые солдаты начали плакать, другие молились. Капрал подошел к объекту и крикнул, чтобы тот «назвал себя». По мере продвижения вперед капрал исчез в тумане, и солдаты потеряли его из виду. Объект вскоре покинул площадку. Через пятнадцать минут появился капрал, который прошел несколько шагов и рухнул на землю.

Все солдаты были гладко выбриты, а у капрала вдруг появилась борода, и на его часах стояла дата 30 апреля 1977. Казалось, что Вальдес путешествовал по времени: он пробыл пять дней в будущем, а затем вернулся в начальную точку через пятнадцать минут после исчезновения. Сам Вальдес не смог ничего объяснить.

Столкновение на море

Моряки подводной лодки «Мемфис» ВМФ США 24 октября 1989 года пережили то, что ни один из них никогда не забудет. В ту ночь они держались курса к югу от Флориды — 241 км от побережья, глубина 500 футов. Вдруг экипаж корабля начал замечать электрические аномалии, сбой в работе управления и потерю навигационного контроля. Командование отдало приказ полностью остановиться, выключить ядерный реактор и перейти на дизельные двигатели, а также поднять подлодку на поверхность. Когда лодка поднялась, матросы увидели, что поверхность моря под дождем была ярко-красной. А над океаном парил перевернутый V-образный объект. Затем объект стал ярче и двинулся вперед с невероятной скоростью. Экипаж потерял его из виду в течение нескольких секунд, а системы подводной лодки вернулись в нормальное положение.

Свет в Стефенвилле

Одним из широко известных сообщений об НЛО является рассказ о «свете в Стефенвилле» 8 января 2008 года. Тогда сорок человек стали свидетелями очень яркой вспышки в небе. Яркие огни медленно двигались по небу, затем выполняли быстрые маневры, и снова замедляли скорость. До сих

пор никто не может объяснить, что это было.

Усовский инцидент

4 октября 1982 года в небе над позициями ракетной дивизии Прикарпатского военного округа появилось несколько непонятных летательных аппаратов, двигавшихся по траекториям, недоступным земной технике.

Самое страшное в это время происходило внутри командного пункта подразделения ракетных войск, где внезапно сработала автоматическая система управления боевым комплексом. Несколько ядерных ракет стали активироваться самостоятельно, без какого-либо сигнала, полученного от командования. Но затем внезапно все закончилось, и панели были отключены. Никаких объяснений тому, что произошло, так и не нашлось.

Розуэлльский инцидент

Предполагаемое крушение неопознанного летающего объекта произошло около города Розуэлл в штате Нью-Мексико, США в июле 1947 года. Владелец ранчо «Фостер Плейс» фермер Мак Брейзел заявил, что ночью во время грозы услышал сильный раскат и увидел вспышку света, дом задрожал. Утром 3 июля он выехал к загому и обнаружил пропажу овец. Во время поисков овец он якобы наткнулся на пустырь, засыпанный чем-то блестящим. Вернувшись скот, он вернулся и разглядел: было полно кусков непонятного вещества, схожего с фольгой (сминаемое и сгибаемое, оно принимало прежнюю форму), брусков очень легкого материала (который не горел и не повреждался ножом), что-то похожее на шнур, похожие вещи с красноватыми и красными узорами.

Брейзел сообщил о находке на ближайшую военную базу. Военные сначала идентифицировали их как обломки летающего аппарата, затем как остатки метеозонда, но в целом не смогли окончательно прояснить ситуации.

Владислав Комаров

ПОЛИГРАФИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

- ВИЗИТКИ
- ФЛАЕРЫ
- БУКЛЕТЫ
- ОТКРЫТКИ
- БЛАНКИ
- БЕЙДЖИ
- БИРКИ
- ЗНАЧКИ
- ШИЛЬДЫ
- СКАНИРОВАНИЕ
- ПЕРЕНОС НА ТКАНЬ

ПЕЧАТЬ ●
КОПИРОВАНИЕ ●

КАЧЕСТВО ДЛЯ ВАС

ДОБАВЬ В ЖИЗНЬ ЦВЕТА info@soroka.ru

8(903)651-41-22

Реклама для изучения спроса

ЭВАКУАТОР

- Легковых
- Внедорожников
- Микроавтобусов

24 ЧАСА

- круглосуточно
- без выходных

8(900)308-80-64

Реклама для изучения спроса

ПРИЁМ МАКУЛАТУРЫ

- ✓ Уничтожение документов
- ✓ Приём вторсырья
- ✓ Картон и бумага

8(473)251-45-11

Реклама для изучения спроса

ПРОДАЖА И УСТАНОВКА ВХОДНЫХ И МЕЖКОМНАТНЫХ ДВЕРЕЙ

8-903-651-45-99

Реклама для изучения спроса

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД опубликованный в №10

1	С	О	Р	Л	А	Ф	И	Е	Ш
Б	Е	И	О	Л	О	Г	И	Я	Л
Р	С	О	О	О	О	О	О	О	Х
О	Е	Х	И	Д	Н	А	Т		
К	Р	И	К	Л	Е	И	И		
К	О	М	А	Т	Ч				
Ф	Г	А	Р	Ь	Ф	Т	В	О	З
Л	О	П	И	Ф	И	К	У		
Л	Р	И	С	Ф	И	М	А	М	Р
2	У	С	У	А					
Л	О	Л	О	З	К	М	О	Т	И
Л	О	Д	А	П					
Н	И	В	Н	А	Я	О	В	Е	
И	С	О	Н						
И	З	К	О	2	И				
Д	Б	А	С	Ж	А	Т	И	Е	

КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ

ИЗГОТОВЛЕНИЕ НА ЗАКАЗ

ШАКАФЫ, КУХНИ, ГОСТИНЫЕ,
ПРИХОЖИЕ, ДЕТСКИЕ,
ГАРДЕРОБНЫЕ

8-473-251-61-77

Реклама для изучения спроса

Житель Улан-Батора	Воспаление плевры	Путешествие, совершаемое с целью отдыха	
Неявка на работу	Вокалист (син.)	Московский аэропорт	
Верхняя сторона шеи собаки	Вид спорта	Безвоздушное пространство	
Доказательство непричастности к преступлению	Японская разновидность вост. единоборств	Бездарный артист	Установившийся порядок жизни
Пирожное из заварного теста	Убыль, убывание (перен.)	Морская рыболовная сеть	Устройство для удаления влаги
Простейшая плотина	Насильно вторгшийся в страну	Болотное растение	Муж. имя (др.-евр.) «утешающий»
1	Парень, любовник (совр.)	2	Отрицательно заряженный ион
2	Уличный мальчишка	Денежная единица Китая	Божок, истукан
Монахиня, инокиня			

РЕКЛАМА НА ЭТОЙ ПОЛОСЕ 210-48-38

Реклама для изучения спроса

КОНТРОЛИРУЙТЕ СТРЕСС



Стресс – это комплексная реакция, которую многие из нас оценивают неверно. И напрасно. Главное, что нужно помнить: кратковременный стресс мобилизует организм и помогает выжить в чрезвычайных ситуациях, а вот долговременный, постоянный испытываемый стресс вреден для здоровья, потому что ослабляет организм и увеличивает вероятность развития как психических, так и физических болезней у людей с предрасположенностью к ним.

Чем опасен стресс

Когда стрессовые реакции длятся не минуты, не часы, а месяцы и годы, симпатическая нервная система постоянно на взводе. В итоге изначально здоровый человек тратит слишком много энергии на обычные бытовые задачи и понемногу теряет силы. Чем меньше у человека сил, тем выше риск, что в какой-то момент он не справится с тяжелым жизненным испытанием вроде потери работы или развода – и заболит, например, депрессией. А то и чем-то похуже.

Еще опаснее стресс для людей, у которых есть предрасположенность к какой-либо болезни или уже есть некое заболевание. Например, хронический стресс увеличивает частоту сердечных сокращений и артериальное давление, поэтому у человека с сердечно-сосудистой болезнью дополнительная нагрузка на сердце и сосуды может спровоцировать инфаркт. Перенапрягая уже поврежденные системы – стресс может спровоцировать начало болезни у людей с предрасположенностью к диабету второго типа, онкологическим заболеваниям и некоторым другим болезням.

Хронический стресс напрямую воздействует на иммунную систему – супрессорные Т-клетки включаются без повода и начинают подавлять нормальный иммунный ответ, что повышает риск заразиться вирусной инфекцией.

Хронический стресс также мешает нормальному заживлению ран. Такой стресс может даже вызвать крапивницу и аллергию, у

склонного к этому человеку. Когда страдающий от крапивницы человек расстраивается, его симпатическая нервная система расширяет кровеносные сосуды. Это заставляет иммунные клетки выбрасывать больше гистамина – и в итоге сыпь зудит еще сильнее.

Как снизить уровень стресса

Невозможно полностью избежать воздействия стрессовых факторов, особенно если человек проживает в городе, но можно регулировать интенсивность воздействия источников хронического стресса на нашу жизнь.

Вот что нужно сделать:

1. Ограничить влияние стрессоров. Составьте список всего, что вас раздражает и заставляет нервничать, затем вычеркните всё, от чего можете отказаться, и оставьте только те пункты, без которых обойтись нельзя. Например, просмотр депрессивных новостей можно ограничить или совсем вычеркнуть их из списка, а раздражающую поездку на работу в общественном транспорте, вероятно, придется оставить.

То же самое можно проделать и с людьми: определите, кто вас постоянно нервирует, и прекратите общение с этими людьми, а если это невозможно, то ограничивайте время неприятных контактов.

Если сильный стресс вызывают рабочие задачи, имеет смысл обсудить это с руководителем. Возможно, удастся распределить нагрузку.

2. Пожаловаться близкому человеку. Некоторые люди испытывают хронический стресс из-за того, что никому не рассказывают о своих проблемах. Не обязательно постоянно ныть, но, если рассказать близкому другу или родственнику о своих трудностях, станет легче. Кроме того, близкий человек может помочь решить эти проблемы или хотя бы посоветует, как поступить. Или обнимет, что тоже очень важно.

3. Меньше пить кофе. Кофеин в больших количествах может спровоцировать нервозность. Попробуйте ограничиться одной чашкой в день, если отказаться от него совсем сложно.

4. Больше гулять. Физическая активность увеличивает концентрацию эндорфинов, которые улучшают настроение и снижают уровень стресса. Всегда можно выкроить время для получасовой прогулки вокруг дома или офиса.

5. Больше спать. Здоровый 7–8-часовой сон уменьшает вредное воздействие стресса. Чтобы лучше спать, не ешьте на ночь и зашторивайте окна, чтобы в комнате была полная темнота и ничего не светило.

6. Обратиться за помощью к врачу. Некоторым людям проще справиться с хроническим стрессом, когда они работают с психотерапевтом. Правда, за это придется заплатить, но если специалист попадет хороший, то оно того стоит.

Екатерина Голубева

ГАДАНИЕ ПО КАРТАМ
8 903 651 61 77

Немедицинские услуги

ДОКТОР СЛУХОВ
Переспрашиваете? Есть решение!
Цифровые слуховые аппараты!
Запишитесь!
ул. Домостроителей, 45
8(473)228-51-08
8-903-858-51-08
ИП Волобуева А.В. ОГРНИП 321366800055470. Немедицинские услуги.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ТАРО. ЛЕНОРМАН
СНЯТИЕ ПОРЧИ
БЫСТРАЯ ПОМОЩЬ
В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ
89031449154

Немедицинские услуги

НАКЛЕЙКИ НА АВТО
251-41-22

Реклама для изучения спроса

КОМИССИОННЫЙ МАГАЗИН
ДЕТСКАЯ ОБУВЬ
ДЕТСКАЯ ОДЕЖДА
Качественные товары по низким ценам!
Мы всегда Рады Вам
ТЕЛЕФОН:
+7-900-308-80-64

Реклама для изучения спроса

ПРИЕМ ЗАКАЗОВ НА РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ
ул. Моисеева, 10, 3 этаж
210-48-38

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ



ОВЕН (21.03 – 20.04)

Можете вести деловые и личные переговоры, только не загоняйте людей в жесткие рамки, творческая свобода не повредит. Это время подходит Овнам для того чтобы обсудить волнующие вопросы, разрешить некоторые проблемы влюбленных. В то же время не исключены и новые знакомства.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

У Тельца в начале недели стабильное финансовое положение, и оно останется таким, если не будете бросаться в крайности. Постарайтесь не планировать крупных приобретений. Ожидается всплеск любви. Но не все из Тельцов смогут его реализовать. Возможен спад жизненной энергии.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

В начале недели у Близнецов могут выявиться трудности в понимании с любимым человеком. От вас потребуются проявить здравый смысл и понять своего партнера, ведь какой смысл в отношении без взаимопонимания. Близнецу необходимо спрятать свои уязвимые места подальше от взглядов.



РАК (22.06 – 23.07)

С понедельника можете с головой окунуться в работу, в этот день лучше поменьше быть дома. Избегайте компании людей старше себя. И чувство гармонии наполнит сердце Рака. Во второй половине недели стоит проявить повышенную осторожность по отношению к заманчивым предложениям.



ЛЕВ (24.07 – 23.08)

Действия, которые вы предпринимаете, окажутся безрезультатными; усилий придется прикладывать много, результат же может быть ничтожным, что огорчит Львов не на шутку. В среде конфликтную ситуацию для Львов желательнее обойти. И доверяйте лишь своей интуиции.



ДЕВА (24.08 – 21.09)

Девам в отношениях с любимым человеком не рекомендуется ставить рамки и не пытайтесь давить своим авторитетом – отношения это всегда партнерство, и поведение «делай, что я говорю» здесь не подходит. Но некоторых из Дев будет снестать нетерпение. Не позволяйте ему доесть себя.



ВЕСЫ (22.09 – 23.10)

Для достижения полноценного успеха желательнее установить хорошую атмосферу в собственном доме, узнать чего хотят ваши близкие люди, что требуется им для комфортной жизни. Весы могут особенно не стесняться, если писаное слово попытается преградить вам дорогу.



СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Немало перемен и беспокойства может ожидать Скорпионов в различных поездках, из-за неумения ориентироваться и нечетких договоренностей можно попадать в цейтнот и массу непредвиденных ситуаций. При необходимости прислушайтесь к мудрым советам бывалых людей.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Стрельца в начале недели могут посетить грустные мысли, но не поддавайтесь депрессии. Сконцентрируйтесь на идеях и планах, заинтересуйте потенциальных единомышленников - и вместе вы сможете за короткий промежуток времени очень многого достичь.



КОЗЕРОГ (22.12 – 19.01)

Козерог получит большую власть на этой неделе. Относительно неплохо на общем фоне может закончиться визит в магазин шаговой доступности - в середине недели вы приобретете всё, что планировали, и товары окажутся приемлемого качества. Воскресенье - для поддержания здоровья.



ВОДОЛЕЙ (20.01 – 19.02)

Неделя всепрощения, обретения любви. После конфликтов в недавнем времени этот период можно назвать периодом примирения. Вероятно, что большую часть недели Водолеи уделят улаживанию личных дел, что потребует больших затрат душевных сил.



РЫБЫ (20.02 – 20.03)

В начале недели у некоторых из Рыб состоится долгожданная встреча с понимающим их человеком. С деньгами работайте в среду и четверг, есть все шансы увеличить личный бюджет. Возможны проблемы со здоровьем. Но это незначительные трудности, и все препятствия останутся позади.

КАК ОБОИ СОЗДАЮТ УЮТ



Правильно подобранные обои способны преобразить комнату и создать домашним совершенно иное настроение. Такое, что будет возвращаться к ним снова и снова при посещениях комнаты.

Полоски или цветочки?

Есть несколько догм при выборе обоев, которые, в общем, ни для кого не секрет:

обои без рисунка нейтральны и создают требующую глубину восприятия;

обои «в цветочек» способны преобразить даже пустую стену;

обои с полосками и линиями способны прекрасно вписываться в любой дизайнерский стиль;

обои с узорами и вензелями — хорошее решение для офисных помещений;

обои с листьями и веточками — отличный фон для стен с картинами, настенными часами и фоторамками.

Как выбрать обои «под комнату»

Конечно, в первую очередь надо учитывать особенности помещения, для которого подбираются обои. Так для гостиной, спальни или детской можно остановить выбор на любом типе обоев. При этом в спальню и детскую рекомендуется

клеить обои, изготовленные из натуральных материалов, дешевле всего бумажные обои. Кухня и ванная комната — помещения с повышенным уровнем загрязнения и влажности, так что в них будут уместны влагостойкие обои. Коридор и прихожая — это места хранения верхней одежды и грязной обуви, часто после дождя. Для них тоже подойдут обои, предусматривающие влажную чистку, и, возможно, в этом случае лучше использовать обои темных тонов.

Как выбрать обои «под освещение»

Многие, к сожалению, мало внимания уделяют тому, как естественное и искусственное освещение комнаты сочетаются с обоями. И совершенно напрасно. Во-первых, постоянное воздействие солнечных лучей способно изрядно подпортить некоторые обои, они выцветут и потеряют свой изначальный внешний вид. Чтобы снизить этот эффект, производители даже специально маркируют обои, указывая, какая степень освещенности подходит. Эта маркировка может влиять на цену. Если нарисовано «полусолнце» — обои можно применять только в темных комнатах. Знак «полусолнце с плюсом» — обои

с более высокой степенью устойчивости к солнечному свету. Они предназначены для помещений, в которые редко попадают солнечные лучи. Знак «солнце» — обои предназначены для комнат, выходящих на солнечную сторону. Наконец, значок «солнце плюс» обозначает обои, наиболее устойчивые к солнечным лучам. Даже регулярное воздействие ультрафиолета таким не повредит.

Как выбрать цвет обоев

Цвет разложенных на столе рулонов обоев и цвет обоев на стене в зависимости от освещения могут сильно отличаться, это нужно иметь в виду. На стене обои могут приобрести более темный оттенок и приглушенный цвет. Закон визуального расширения пространства определяет, что чем меньше естественного света в помещении, тем обои должны быть светлее. Кроме того, светлые обои считаются экономичными и энергоэффективными: если комната светлая, то на её освещение тратится немного меньше электричества, следовательно, и плата за электричество будет чуть меньше. Если же в помещении светло, можно выбирать и белые, и синие или даже самые темные и черные обои. Это может быть красиво, но об экономичности и энергоэффективности речи уже нет.

Выбор цвета обусловлен и назначением комнаты. Например, для кухни в качестве главного или вспомогательного цвета часто выбирают белый и бежевый, а если яркие тона, то красный, который «способствует аппетиту». Для спальни хорошим выбором станут мягкие, спокойные приглушенные оттенки. В гостиную можно выбрать и яркие — желтые, синие или зеленые.

Особое внимание требует детская, её можно зонировать. Допустим, в «игровой зоне» будут яркие обои, а в спальня зона — обои спокойного оттенка. При этом комбинация из нескольких оттенков обоев не всегда бывает удачной, поэтому стоит подумать, как они будут сочетаться.

Учитываем рисунок

Подбор рисунков на обоях предполагает, что вы учли размеры комнаты. Небольшие помещения подходят для обоев с мелким и редким узором, а большие — для более крупных рисунков и фигур. Когда комната совсем уж крошечная, оптимальным вариантом станут светлые обои — бежевые, белые или светло-серые, которые её визуально увеличат.

Хитрости покупки обоев

• Изучите все значки на упаковке, и если что-то неясно, задайте вопросы продавцу.

• Проверьте, все ли рулоны у вас одного оттенка? Часто бывает так, что рулоны очень сходных тонов лежат рядом, или покупатели их перепутали, и вы можете по ошибке схватить не тот рулон, а потом дома обнаружить это уже в процессе поклейки обоев.

• Покупайте «с запасом». Излишки договоритесь сдать обратно в магазин или оставьте на случай, если придётся подклеить проблемное место на стене. В общем, больше — не меньше. Если брать обои впритык по размеру комнаты, легко ошибиться и обнаружить потом, что их недостаточно, а в магазине рулонов «той же партии» уже нет.

• Смотрите, чтобы упаковка и само полотно обоев не были повреждены: все края должны быть целыми и ровными.

Роман Дежнёв

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

- ☑ ДОМА
- ☑ КАФЕ
- ☑ БАССЕЙНЫ
- ☑ ТРОТУАРНАЯ ПЛИТКА
- ☑ РЕМОНТ ПОД КЛЮЧ
- ☑ ИЗГОТОВЛЕНИЕ МЕБЕЛИ
- ☑ БАНИ
- ☑ ОФИСЫ

НИЗКИЕ ЦЕНЫ

ЗВОНИТЕ: **8-920-225-55-13**

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

Поклейка ОБОЕВ

Гарантия

Работаем со своим и вашим материалом

Тубная Система Скидок*

ВСЕГДА НА СВЯЗИ: **+7(903)651-49-55**

ВСПАШКА ЗЕМЛИ

ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

8(903)651-61-77

МОТОБЛОКОМ

БУРЕНИЕ СКВАЖИН

- КАЧЕСТВЕННО
- БЫСТРО
- НЕДОРОГО

НА ВОДУ

8-903-651-45-11

Реклама для изучения спроса

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

8(920)439-08-33 ДМИТРИЙ

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА

Крыши, заборы, фасады, сайдинг, отмостка, тротуарная плитка и др.

Пенсионерам скидка 20%

8-910-024-09-97

*Действует постоянно. Подробности по тел.

ООО «ВЕРТЕКС 2000»

ДЕМОНТАЖ МЕТАЛЛОЛОМА

Вывоз от 100 кг. Цена до 30 руб. Закупка, поставки на завод металлолома

Работаем по всей Воронежской области

8(999)721-38-34
8(919)248-19-38

Лиц.ЛО-61-01-007627 от 04.03.20г.

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

КРОВЛЯ. Все виды работ. Пенсионерам **СКИДКА 10%**

8-960-103-19-65

*Действует постоянно. Подробности по телефону

РЕМОНТ КВАРТИР

ОТДЕЛОЧНЫЕ РАБОТЫ ПОД КЛЮЧ

ПОКЛЕЙКА ОБОЕВ, ЛАМИНАТ, САЙДИНГА, ПЛИТОЧНЫЕ РАБОТЫ И ДР.

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА

8-903-656-58-57 АНАТОЛИЙ

*Действует постоянно. Подробности по телефону

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ВЫПОЛНЯЕТ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА

КРОВЛЯ, ЗАБОРЫ, РЕМОНТНЫЕ РАБОТЫ

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%

8-906-679-18-58

*Действует постоянно. Подробности по тел.

СТРОИТЕЛЬСТВО

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

Фундамент, сайдинг, заборы, стяжка домов, внутренняя отделка

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА ДО 30%

8-930-405-98-00

до 3 этажей

*Действует постоянно. Подробности по тел.

БУРЕНИЕ СКВАЖИН

ВОЗМОЖНА РАСПРОЧКА

МОНТАЖ НАСОСНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Возможно бурение без заезда на участок

8(473)229-06-21 **8-930-413-18-55**

*Действует постоянно. Подробности по тел.

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

Дома, бани, кровля, сайдинг, бетонные работы, полы

Выезд и консультация **БЕСПЛАТНО**

8-903-656-58-57 Анатолий

*Действует постоянно. Подробности по телефону

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ВЫПОЛНЯЕТ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

ЗАБОРЫ, ПЕЧИ, ОТМОСТКА, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА, КРЫШИ, ФУНДАМЕНТ, ДОМА ПОД КЛЮЧ

8-915-586-36-30 ДМИТРИЙ

до 3 этажей

Реклама для изучения спроса

РЕМОНТ КВАРТИР

★★★★★

СТЕНЫ

★★★★★

ПОТОЛКИ

★★★★★

ПОЛЫ

+7(473)251-45-99

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ В НАШЕЙ ГАЗЕТЕ

210-48-38

ЗВАКУАТОР

8-903-651-45-99

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

Дома, бани, кровля, сайдинг, бетонные работы, полы

Выезд и консультация **БЕСПЛАТНО**

8-903-656-58-57 Анатолий

*Действует постоянно. Подробности по телефону

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ, КРЫШИ, ВЕРАНДЫ, ЗАБОРЫ, ШТУКАТУРКА, САЙДИНГ И ДР.

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 25%

Т.8-903-857-16-51

ИВАН НИКОЛАЕВИЧ

*Действует постоянно. Подробности по телефону

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

Выезд и замер бесплатно

8-908-147-95-95

ВЫКУП АВТО

В ЛЮБОМ СОСТОЯНИИ

ЗВАКУАТОР БЕСПЛАТНО

РАСЧЕТ НА МЕСТЕ

АВТО-МОТО-ВЫКУП-36.РФ

ТЕЛ: **8-980-343-80-50**

Реклама для изучения спроса

КРОВЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ

ГАРАЖИ, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА, ЗАБОРЫ, ОТМОСТКА

8(903)651-49-55

ОКНА ПВХ

- УСТАНОВКА
- РЕМОНТ
- ОБСЛУЖИВАНИЕ

8(473)251-45-11

Реклама для изучения спроса

ВРЕЗКА ЗАМКОВ, ТАМБУРА

КЛАДОВКИ НА ЭТАЖАХ, ЭЛЕКТРИКА, САНТЕХНИКА, СВАРОЧНЫЕ РАБОТЫ

ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

8(903)651-45-11

СКИДКА 2000 РУБЛЕЙ НА КАЖДОЕ ИЗДЕЛИЕ

ДВЕРИ, ОКНА, БАЛКОНЫ

РАССРОЧКА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

8(952)556-29-43

Подробности по телефону

НЕДВИЖИМОСТЬ

Дом ухоженный в с. Платава, 67,1 кв.м, уч. 31 сот, газ, свет, 390 000р, торг.89518710957

Сдам в аренду нежилое помещение 37кв м.9 Января-157 Под любой вид деятельности 89081480477

КУПЛЮ

Бытовая техника

Любую аудиотех.(колонки,усилители,проигр, и др.) 89191812453

Уборка

КЛИНИНГ 89038508523 Майя

УСЛУГИ

Изготовление памятников

Изготовление памятников гранит мрамор т. 89529500300

Грузоперевозки

ПЕРЕЕЗДЫ ЗАКАЗ ГРУЗЧИКОВ, ГАЗЕЛИ
МЫ КРУПНАЯ ФЕДЕРАЛЬНАЯ ТРАНСПОРТНАЯ КОМПАНИЯ!
*РАБОТАЕМ В ЛЮБОМ РАЙОНЕ *БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ
*ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ ПО ВОРОНЕЖУ И ОБЛАСТИ
ТЕЛ.: 8-920-229-38-23

ПЕРЕЕЗДЫ. Заказ грузчиков газели! Т. 8-920-229-38-23

Строительство, ремонт

Строительная бригада-все виды работ из нашего материала. Т.8-910-024-09-97

Установка заборов.Навесы.Ворота.8(473)240-46-47, 89204044048

Туалеты,души дачные 89515533899

Строительство.Все виды работ.Фундамент, сайдинг, заборы, стяжка домов, внутренняя отделка. Пенсионерам скидка до 30%.Т.8-930-405-98-00

Строительная бригада-все виды работ. Т.8-906-679-18-58

Механизированная полусухая стяжка пола за 1 день 89065860808

Строительная бригада выполняет все виды работ:заборы, печи, отмостка, внутренняя отделка, крыши, фундамент. Дома под ключ. Тел.8-915-586-36-30.

Линолеум,ламинат,наливные полы,обои,ПВХ,ГКЛ 8-951-555-38-99

Строительная бригада, кровля. Все виды работ. Пенсионерам СКИДКА 10%.Т.8-960-103-19-65

Строительная бригада выполняет все виды строительных работ. Скидка на кровлю. Пенсионерам скидка 20%. Т. 8-930-411-70-77

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ-все виды работ. Низкие цены! Т.8-920-225-55-13

Ремонт квартир-ОТДЕЛОЧНЫЕ РАБОТЫ под КЛЮЧ. Т.8-903-656-58-57 Анатолий

Строительная бригада-все виды работ! Пенсионерам скидка-20% т.8-903-656-58-57

Услуги сантехника

Услуги сантехника т89518765577

Услуги сантехника, электрика, муж на час. Быстро, НЕДОРОГО!!! Тел.8-980-247-17-95

УСЛУГИ САНТЕХНИКА ЭЛЕКТРИКА, МУЖ НА ЧАС, БЫСТРО НЕДОРОГО!!!
ТЕЛ: 8(980)247-17-95

Услуги электрика

Электрик,ремонт т.89507725678

Потолки

Натяжные потолки. Выезд и замер бесплатно тел. 8-908-147-95-95

Окна, двери, балконы

Ремонт окон.Частный мастер.Без выходов. Качество. 89802459571

Регулировка окон,замена уплотнителей и ручек.8-915-544-16-01

Двери.Окна.Откосы. 89155441601

Двери, окна, балконы. Скидка 2 000 р. На каждое изделие. Рассрочка от производителя. Тел.8-952-556-29-43

Ремонт пластиковых окон и дверей ПВХ. Любой сложности, 27/7, гарантия качества. Скидка пенсионерам 10%. 8-960-139-05-36

МЕБЕЛЬ

Изготовление мебели

Радиусные и прямые шкафы- купе. Доставка в любой регион. Гарантия 2 года. Скидки! Подарки! 8-951-867-32-73

Ремонт и перетяжка мебели

Рем.и перетяжка мебели.89204414066

Перетяжка и ремонт мягкой мебели на дому у клиента и в мастерской. Без выходов т. 229 61 92

РЕМОНТ

Бытовой техники

РЕМОНТ НА ДОМУ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН ХОЛОДИЛЬНИКОВ и др. БЫТОВОЙ ТЕХНИКИ недорого. гарантия
т. 8-951-546-13-82

Телевизоров, СВЧ ремонт. Гарантия 2570622

Ремонт стиральных машин. Опыт 15 лет. Частный мастер. Недорого. Тел.228-68-39

Ремонт стиральных машин, холодильников, кондиционеров. Выезд и диагностика беспл. Пенсионерам скидка 30%. Ремонтирую после др.мастеров. Т. 8-915-546-54-79 Андрей, без посредников

Холодильников ремонт-бытовых и коммерческих. Продажа запчастей. Т.8-951-566-99-95

Ремонт стиральных машин. Тел.8-920-439-08-33, Дмитрий

Ремонт на дому стиральных машин, холодильников, и др.бытовой техники. Недорого, гарантия. Тел.8-951-546-13-82

ПРОЧЕЕ

Шапки шубы пошив ремонт одежды тонировка меха т. 89155452628

Бурение скважин. Монтаж насосного оборудования. Возможно бурение без заезда на участок. Возможна рассрочка! Т.8-473-229-06-21, 8-930-413-18-55

Демонтаж металлолома. Вывоз от 100кг. Цена до 30руб. Закупка, поставки на завод металлолома. Работаем по всей Воронежской обл. тел.89997213834

РАЗНОЕ

ТАРО, ЛЕНОРМАН. Снятие порчи, быстрая помощь в любой ситуации. Тел.8-903-144-91-54

Новые детские вещи от закрывшихся магазинов. Т.89092123456

Выкуп АВТО в любом состоянии. Эвакуатор бесплатно. Расчет на месте. Т.8-980-343-80-50

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ-8-473-228-51-08, 8-903-858-51-08

ВАКАНСИИ

Срочно требуется курьер-распространитель зарплата от 25000 руб. Выплата каждую неделю, доставка рекламы до места работы. тел. 8(952)558-86-85

Воронежский тепличный комбинат приглашает на постоянную работу: Рабочую по уходу за растениями, слесаря, инженера по ремонту котельного оборудования, грузчика, тракториста, оператора котельной, электрогазосварщика тел. 234-54-12

На производство в Придонском районе требуются: токарь, наладчик, инженер-электронщик, инженер-конструктор, печатник флексопечати, упаковочница-контролер, кладовщик. Т. 8-473-200-76-89, 8-960-113-19-49.

Требуется на работу Граждане РФ и иностранцы: РАБОЧИЕ з/п от 40000 руб, МОЙЩИК ТАРЫ з/п 28000 руб, УБОРЩИКИ з/п от 30000 руб. тел.8(473)210-73-43, 8-920-414-00-75

Требуется на завод в Советском районе. Уборщики/-цы, дворники, рабочие. Своевременная з/п, удобный график работы. т. 8-900-304-24-49

СРОЧНО! Диспетчер-приёмщик до 38 т.р. тел. 89964523350

РОСТЕЛЕКОМ: Требуется специалисты по подключению абонентов. Гибкий график работы. З/П от 50 000 руб. т.8-991-408-94-34

Приемщик заказов 8995-149-0554

ООО «Печать Черноземья» приглашает креативных продавцов. График сменный.Т.8-952-956-14-98, 8-473-277-27-00.

ЦДМ на постоянную работу требуются охранники-з/п 20 000 руб., уборщицы-з/п от 20 000 руб. Т.8-473-271-00-58

Требуется охранники-4,5,6 разряд-1500 руб/смена. Помощь в обучении и получении удостоверения Ч.О. т. 8-988-768-62-68

РЕМОНТ ПЛАСТИКОВЫХ ОКОН

Устранение продувания Регулировка створок
Москитные сетки
Замена стеклопакета
Защита от детей



8-903-651-45-11

Реклама для изучения спроса

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА
ДО 3-Х ЭТАЖЕЙ
ДОМА, БАНИ, ТЕПЛИЦЫ, ЗАБОРЫ, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА
РАБОТАЕМ НА СОВЕСТЬ
8(473)251-49-55

Реклама для изучения спроса

ВРЕЗКА ЗАМКОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНО
ВСКРЫТИЕ И УСТАНОВКА ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ
СВАРОЧНЫЕ РАБОТЫ
8-903-651-45-11

Реклама для изучения спроса

8(903)651-45-99 ПЕРЕЕЗДЫ
ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ ГРУЗЧИКИ
ПРИЁМ ЗАКАЗОВ НА РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ
210-48-38

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА
Дома, бани, хоз. блоки, теплицы, фундаменты, фасады, кровля, заборы, сайдинг, бетонные работы, полы, внутренняя отделка
Выезд и консультация **БЕСПЛАТНО**
+7(473)251-45-11
*до 3 этажей

С Днем Рождения, дорогая Олеся!
В потоке теплых слов к тебе
У нас немало пожеланий,
Блестящих успехов в дальнейшей
судьбе, В труде и любви
счастливых признаний!
Здоровья и удачи
во всех твоих добрых
начинаниях!
Дружный коллектив редакции
ООО «Рекламной СОРОКИ»



2022 ОПТИМАЛЬНЫЕ СРОКИ ПОСАДКИ РАСТЕНИЙ



«ВЕРШКИ»

«Вершки» быстрорастущие
Культуры, дающие плоды над поверхностью почвы: петрушка, укроп, сельдерей, салат, шпинат и прочие зеленные и пряные растения, огурцы, бобовые (фасоль, вика, чечевица, горох), все виды лука, одно-двулетние цветы, газонные травы, вьющиеся растения и лианы, лекарственные травы.



«КОРЕШКИ»

«Вершки» с сильными корнями
Томаты, перец, баклажаны, физалис; любая капуста, кабачки, цуккини, тыква, дыня, арбуз, кукуруза, розы, луковичные цветы; многолетние цветы, злаковые.



«Корешки»
Растения, дающие плоды под поверхностью почвы, с сильными корнями: все корнеплоды — картофель, морковь, редис, репа, брюква, свекла, топинамбур и т.д.; луковичные цветы, лекарственные растения с корневищами (калган, валериана).

Деревья
Большинство плодовых и декоративных деревьев; ягодные и декоративные кустарники.

	Прорастивание семян и высадка в доме на выгонку	Наилучшие сроки посадки под пленочным укрытием	Высадка растений в открытый грунт			Материал сайта sadiogorod24.ru
			февраль	март	апрель	
«ВЕРШКИ»	отлично	12, 13, 14	11, 12, 13	7, 8, 9	5, 6, 7	1, 2, 3, 29, 30
	хорошо	9, 10, 11	9, 10, 11	2, 3, 4, 5, 6, 7, 30	1, 2, 3, 4	8, 9, 10
	удовл.	2, 3, 4, 7, 8, 9	6, 7, 8, 14, 15, 16	12, 13, 14, 15, 16	10, 11, 12, 13, 14	6, 7, 8, 11, 12, 13
«КОРЕШКИ»	отлично	7, 8, 9	6, 7, 8	2, 3, 4, 5, 30	1, 2, 10, 11, 12	6, 7, 8
	хорошо	4, 5, 6	16, 17, 18	12, 13, 14	14, 15, 16	11, 12, 13
	удовл.	12, 13, 14, 15, 16	11, 12, 13, 20, 21, 22	10, 11, 12, 15, 16, 17	5, 6, 7, 8, 9	1, 2, 3, 29, 30
«КОРЕШКИ»	отлично	25, 26, 27	25, 26, 27	21, 22	18, 19, 20	15, 16, 19, 20
	хорошо	16, 17, 18, 19	22, 23, 24	19, 20, 25, 26, 27	22, 23, 24	23, 24, 25
	удовл.	21, 22, 23	18, 19, 20, 29, 30, 31	17, 18, 19, 30	16, 17, 18, 27, 28, 29	26, 27, 28

ОКНА БАЛКОНЫ
АЛЮМИНИЕВЫЕ И ПЛАСТИКОВЫЕ РАЗДВИЖНЫЕ РАМЫ И ДВЕРИ
УТЕПЛЕНИЕ И ОБСЛУЖИВАНИЕ
8(473)251-45-11

ПОЧТА
СООБЩИТЕ НАМ ЕСЛИ ВЫ НЕ ПОЛУЧИЛИ НАШУ ГАЗЕТУ
210-48-38

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ В НАШЕЙ ГАЗЕТЕ
210-48-38

Наша Рецепты

Ингредиенты:
Фарш мясной – 1 кг
Лук репчатый – 100 г
Чеснок – 4 зубч.
Оливковое масло – 50 мл
Панировочные сухари – 50 г
Куриные яйца – 2 шт.
Каперсы – 100 г
Картошка – 500 г
Соль, перец, лавровый лист – по вкусу
Мука – 80 г
Мясной бульон – 1 л
Лимон – 1 шт.
Сметана – 250 г
Петрушка – 20 г

ТЕФТЕЛИ С ПОДЛИВКОЙ И КАРТОШКОЙ

Приготовление:

1. Лук и чеснок очистить, промыть и мелко нарезать. В сковороду налить немного оливкового масла, выложить измельченные лук и чеснок и на среднем огне обжарить их в течение 3-5 минут до прозрачного цвета.
2. Переложить в большую миску мясной фарш, добавить панировочные сухари и переложить обжаренные лук и чеснок. Все хорошо перемешать. Разбить куриные яйца в миску с фаршем, приправить солью и перцем. Тщательно размешать фарш руками.
3. Смочив руки в холодной воде, скатать из фарша шарики размером с теннисный шарик. С такого количества ингредиентов получится в среднем 24-25 тефтели.
4. В большую нагретую сковороду налить немного оливкового масла, выложить сформированные тефтели и обжарить их в течение 5 минут со всех сторон. Переложить обжаренные тефтели в сковороду.
5. В опустевшую сковороду добавить муки и немного прогреть ее, постоянно помешивая, избегая комков. Снова переложить тефтели в сковороду.
6. Влить в сковороду мясной бульон и на среднем огне довести его до кипения. Добавить в бульон лавровый лист.
7. Добавить в сковороду консервированные каперсы.
8. Лимон помыть, натереть на мелкой терке цедру и добавить ее к тефтелям. Выдавить сок из лимона и влить туда же.
9. Картофель тщательно помыть, разрезать на четыре части, не очищая кожуры. Поместить картофель в большую кастрюлю, залить водой и довести до кипения. Затем слить воду и переложить в кастрюлю тефтели с бульоном и специями.
10. Варить картофель и тефтели вместе в течение 45 минут или пока картофель не станет мягким.
11. Как только картофель будет готов, добавить в кастрюлю сметану и еще тушить все вместе 5 минут с закрытой крышкой.
12. Готовое блюдо украсить рубленой зеленью петрушки и можно подавать на стол.

По материалам сайта: 1000.menu

Приятного Аппетита

ДЛЯ РАЗДАЧИ В ОЖИВЛЕННЫХ МЕСТАХ ГОРОДА 8(473)210-48-38
ТРЕБУЮТСЯ РАСПРОСТРАНИТЕЛИ

БУРЕНИЕ СКВАЖИН
ЗЕМЛЯНЫЕ РАБОТЫ, ЗАБОРЫ, ТЕПЛИЦЫ, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА, САНТЕХНИКА
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА
8(903)651-45-11

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
• ГЛЯНЦЕВЫЕ
• МАТОВЫЕ
• САТИНОВЫЕ
ЕВРОПЕЙСКОЕ КАЧЕСТВО ПО НИЗКИМ ЦЕНАМ
8(903)651-61-77

СТОЛЯРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ
ИЗГОТОВЛЕНИЕ ДЕРЕВЯННЫХ ЛЕСТНИЦ МАССИВ ДУБА, КЛЁН, ЯСЕНЬ
СОБСТВЕННАЯ МАСТЕРСКАЯ
БУДЕМ РАДЫ ВАШИМ ЗВОНКАМ
+7(920)408-47-96

До 3-х этажей
СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА
ДОМА, БАНИ, ТЕПЛИЦЫ, ЗАБОРЫ, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА
+7(473)251-45-11

РАМЫ, БАЛКОНЫ ТЁПЛЫЕ ОКНА
ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ
8-920-408-47-96

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
ГЛЯНЦЕВЫЕ, МАТОВЫЕ, САТИНОВЫЕ. ВЫЕЗД МАСТЕРА
8(900)308-80-64

ПОЛИГРАФИЯ
ЦИФРОВАЯ И ОФСЕТНАЯ ПЕЧАТЬ
Сделаем Жизнь Ярче
info@soroka.ru
8(903)651-41-22

- ВИЗИТКИ
- ФЛАЕРЫ
- БУКЛЕТЫ
- ОТКРЫТКИ
- БЛАНКИ
- БЕЙДЖИ
- БИРКИ
- ЗНАЧКИ
- ШИЛЬДЫ
- КСЕРОКОПИЯ

Реклама для изучения спроса

«Рекламная СОРОКА» №11 (56) 28 марта 2022 г. Страница 8