рекламная СОРОКА

Газета №1 по Воронежской области*

ТИРАЖ 250 000 экземпляров

№14 (59) от 18.04.2022 г.
Распространяется с 18.04 по 24.04.2022 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

О ПОЛЬЗЕ ОСАГО И КАСКО стр. 4

НОВОСТИ 2 | ТЕМА НЕДЕЛИ 3 | РАЗГОВОР О... 4 | РАДОСТИ ЖИЗНИ 5 | СТРОИТЕЛЬСТВО 6 | ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ 7

РЕСТАВРАЦИЯ
ФАСАДОВ КУХНИ, ДВЕРЕЙ, ХОЛОДИЛЬНИКОВ
8(960)888-24-91
ВСЕ ВИДЫ БЫТОВЫХ ПОКРАСОК
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ДОМА, БАНИ, ТЕПЛИЦЫ, ЗАБОРЫ, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА
8 (903) 651-49-55
До 3-х этажей
Реклама для изучения спроса

НЕ ЗАБУДЬТЕ СООБЩИТЬ РЕКЛАМОДАТЕЛЮ, ЧТО ВЫ НАШЛИ ЕГО ОБЪЯВЛЕНИЕ В НАШЕЙ ГАЗЕТЕ!

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

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
БОЛЬШОЙ ВЫБОР ФАКТУР, ТЕКСТУР, ЦВЕТОВ И МОДИФИКАЦИЙ
ПЛАСТИЧНЫЕ РЕШЕНИЯ
УЮТ ВАШЕГО ДОМА
ГАРАНТИЯ
8(903)651-45-99

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ В НАШЕЙ ГАЗЕТЕ
210-48-38

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

Реклама для изучения спроса

СоцКомВклад
ВЛОЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ НА СУММУ ДО 1 400 000 РУБ.
до 29% годовых
СОХРАНИМ И ПРИУМНОЖИМ
Вложения застрахованы
Система Страхования Вложений
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 %
Удобный	180 дней	от 50 000 руб.	22,0 %
	365 дней		21,0 %
Комфортный +	61 день	от 5000 руб.	24,0 %
Выгодный +	365 дней	от 500 000 руб.	27,0 %
Весенний	91 день	от 5 000 руб.	29,0 %
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

ОТКРЫТИЕ 20 АПРЕЛЯ
ул. КОМИССАРЖЕВСКОЙ д. 5
8 (473) 206 64 99
(ВХОД С УЛИЦЫ ФРИДРИХА ЭНГЕЛЬСА)

*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

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

В Воронеже полностью обновят главный железнодорожный вокзал

Ремонтные работы запланированы на 2024-2025 годы.

Вокзал Воронеж-1 заметно преобразится. В 2022 году планируется приступить к проектно-изыскательским работам для его реконструкции.

Пока в планах следующие изменения:

• реконструкция привокзальной территории с заменой покрытия, дополнительным озеленением, обустройством игровых зон, спортивной площадки и парковки,

• создание доступной среды для маломобильных людей,

• переустройство комнат отдыха: после ремонта гости города смогут остановиться как в многоместных недорогих номерах, так и в отдельных комнатах с улучшенной отделкой и мебелью,

• перенос автоматических камер хранения багажа (11 модулей) из цокольного этажа в зал ожидания,

• установка вертикальных подъёмников на пассажирских платформах,

• обустройство «торговой улицы» в зале цокольного этажа и кофейни в вестибюле,

• обустройство нескольких семейных зон и рабочих зон с необходимым оборудованием для коворкинга.

В перспективе РЖД планируют реконструировать пассажирские платформы, само здание вокзала и пешеходный тоннель, заменить инженерные сети, системы вентиляции и кондиционирования вокзала. Реконструкция фасада здания не предполагает изменение архитектурного ансамбля.

Строительно-монтажные работы запланированы на 2024-2025 годы.

В Воронеже появится необычный парк

Он расположится на базе «Дельфина».

В Воронеже появится развлекательный научно-технический «Старт Трек Парк». Там горожане смогут заняться автомодельным спортом, то есть научиться и потренироваться управлять беспилотным наземным транспортом с помощью пульта, преодолевая специально подготовленные препятствия. Об этом рассказал президент Федерации автомодельного спорта региона Вячеслав Ваньков. Проект реализуют на территории парка «Дельфин», запустить его планируют уже в мае.

Для России это будет первый подобный проект такого масштаба – на Западе автомодельный спорт развит, здесь – пока нет. Вячеслав Ваньков рассчитывает, что «Старт Трек Парк» в своей нише станет вторым по значимости в мире, первый находится в США. В будущем на территории парка будет возможно проводить соревнования федерального и международного масштаба.

Автомодели будут представлять собой джипы размером около полуметра. Оснащены они так же, как обычные автомобили, просто управлять такой машиной надо не из салона. Ездить автомодели будут по специальному городу с миниатюрными зданиями, рекой с водопадами, озером, альпийскими горками и мельницей. Всё это остянут красивой подсветкой. Территория парка составит 2 тыс. квадратных метров.

Главная цель проекта – повышение престижа научно-технической сферы и её популяризация среди молодёжи. Заниматься в парке смогут как взрослые, так и дети. Это должно сплотить поколения, считает Вячеслав Ваньков.

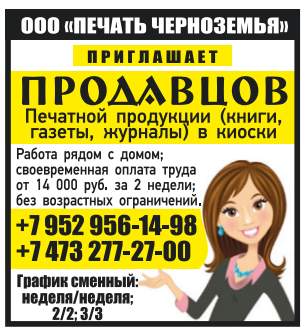
Работать парк будет в формате предоставления аренды всего необходимого для тренировок. Стоимость услуги пока неизвестна. Обучать спорту новичков будут инструкторы – воронежцы даже смогут получить специальные права.

Также на территории парка создадут «уникальную чайную» с беседкой, где авторский чай будут готовить исключительно с помощью самовара. Также гостей угостят пирогами. Посетители «Дельфина», которые не планируют заниматься автомодельным спортом, смогут посещать чайную утром и вечером.

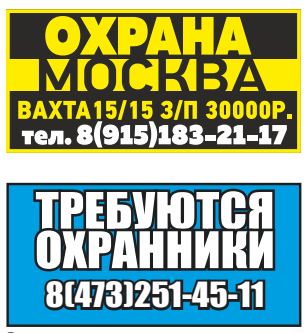
По материалам сайта: vestivrn.ru

Реклама для изучения спроса

ВАКАНСИИ



Реклама для изучения спроса

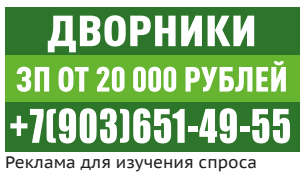


Реклама для изучения спроса

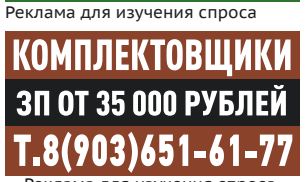
Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса



Реклама для изучения спроса

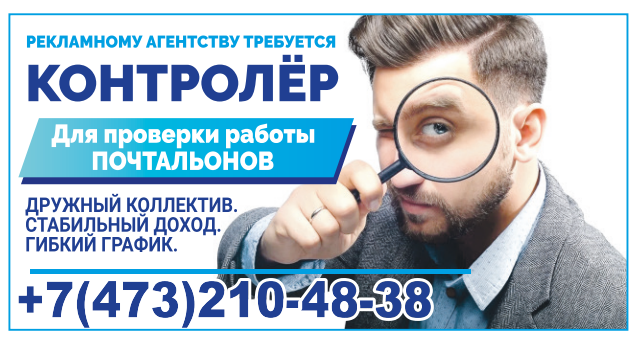


Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса



Реклама для изучения спроса

ПАСХА. ИСТОРИЯ ПРАЗДНИКА

Самый главный праздник в православном церковном календаре – это Светлое Христово Воскресенье, называемое также Пасхой. Этот день является центром всей традиции, истории и философии православия. Символизирует победу жизни над смертью в самом широком смысле.

Пасхальные даты

Дата празднования вычисляется каждый год по лунному календарю. Во всех календарях и традициях, дата Пасхи всегда приходится на воскресенье. Даже название этот день недели получил благодаря празднику.

В этом году дата православной Пасхи — 24 апреля. Это главное событие года для православных христиан. Полное церковное название праздника – Светлое Христово Воскресение. Торжество приурочено к воскресению Иисуса Христа после распятия.

Три из двенадцати двунадесятых праздников, посвящённых главным евангельским событиям, являются переходящими. То есть, их даты меняются соответственно дате Пасхи в том или ином году. В 2022 году 17 апреля — Вход Господень в Иерусалим, 2 июня — Вознесение Господне, 12 июня — Святая Троица, Пятидесятница.

От дня Пасхального Воскресенья зависят даты двух многодневных постов. Это Великий пост (7 марта — 23 апреля) и Петров пост (20 июня — 11 июля). Также к дате Пасхи привязаны сплошные седьмицы. И, наконец, к дате Пасхи привязан главный день поминовения усопших — Радоница, в 2022 году она будет 3 мая.

Как к нам пришла Пасха

В наши края праздник пришел вместе с христианством. После того, как святой князь Владимир крестил Русь, Пасха стала важнейшим государственным событием. День Воскресенья предварял Великий пост, продолжавшийся не менее сорока дней. Этот период времени наши предки использовали для духовного очищения. Большой популярностью пользовалось паломничество в монастыри. Простые крестьяне отправлялись пешком за много километров, чтобы прибыть в обитель еще во время поста. Там они исповедовались и встречали Пасху уже очищенными.

Что едят на Пасху

Так как до Пасхи христиане длительное время воздерживаются от скоромной еды, множество пасхальных традиций имеет кулинарный характер. Главным блюдом праздника сегодня выступает сдобный кулич. Куличи пекут заранее и за день до праздника освещают в церкви. Но наши предки ещё готовили и другое блюдо, не менее важное — пасху или паску — это такая сырная баба. Для приготовления использовали много куриных яиц и отборный творог. Паска имела форму пирамиды, что символизировало собой гору Голгофу, где похоронили Иисуса Христа. И поедание пасхи символизировало победу Христа над смертью.

После начала пасхальной трапезы дети берут яйца в руки и пытаются разбить. Эта игра получила название «Христосование», так как при ударе обычно произносилось пасхальное приветствие: «Христос Воскресе».

Как проходит праздник

Богослужение в православных церквях начинается еще вечером предыдущего дня и продолжается всю ночь. Хотя большинство верующих приходит только под утро, чтобы попасть на главную часть действа – Святую Литургию.

После службы верующие отправляются в трапезную или домой – разговляться. В течение Великой Субботы и после пасхального богослужения в храмах освящают куличи, творожные пасхи, яйца. На Пасху также освящают Артос — это особый квасной хлеб, предназначенный только для молитвенного вкушения. Его на службе субботы Светлой седмицы раздают верующим для хранения дома.

Сразу же после окончания праздничной литургии, начинаются народные гуляния. В этот день принято надевать лучшую одежду и не сдерживать себя в проявлениях радости. Молодые парни взрывают шутихи и запускают фейерверки, открываются большие ярмарки, на которых не только продаются товары, но и проводятся разнообразные конкурсы. Например, на главной площади ставится столб, к верхушке которого привязывается ценный предмет. Чтобы победить в конкурсе, нужно долезть до верха столба и снять этот предмет, получив его в качестве приза.

Испокон веков ремесленники использовали народные гуляния, чтобы показать свою лучшую продукцию. Например, булочники в этот день пекли кулич гигантского размера прямо на площади и делили его между всеми желающими. Воскресенье Христово всегда считалось отличным поводом для благотворительности.

А уже под вечер, ближе к концу гуляний, было принято жечь пасхальный огонь. На главной площади населенного пункта выкладывали костер большого размера и поджигали его с наступлением темноты.

Христосование

Особое пасхальное приветствие называется христосованием. В конце утрени, после пения: «Друг друга обымем, рцем: братие! и ненавидящим нас простим вся воскресением», верующие приветствуют друг друга, говоря: «Христос воскресе!» и отвечая «Воистину воскресе!», трижды целуются и обмениваются пасхальными яйцами. Так принято приветствовать друг друга и все последующие после Пасхи 40 дней, до Вознесения.

Какие бывают пасхальные яйца?

Существует несколько традиционных видов пасхальных яиц.

Крашенками (или галунками) называются яйца, окрашенные в один цвет (преимущественно красный), без нанесения на скорлупу рисунка. С давних времен для приготовления крашенок использовали природные красители, в первую очередь, луковую шелуху. С ее помощью получали насыщенный терракотовый цвет и разной интенсивности жёлтый.

Есть ещё писанки – это яйца, расписанные традиционными народными орнаментами или узорами (в основном геометрическими или растительными). Писанки расписывали только сырыми, в пищу они не шли. После Троицы такие яйца было принято выдувать. Расписное яйцо превращали в птицу, приклеивая к скорлупе крылья.

Расписывать яйцо необходимо было по особой технологии, следуя правилам сочетания цветов орнамента и фона. Если эти правила нарушались, то яйцо становилось уже не писанкой, а малеванкой. Это значит, что на него наносили не традиционный узор, а свой собственный.

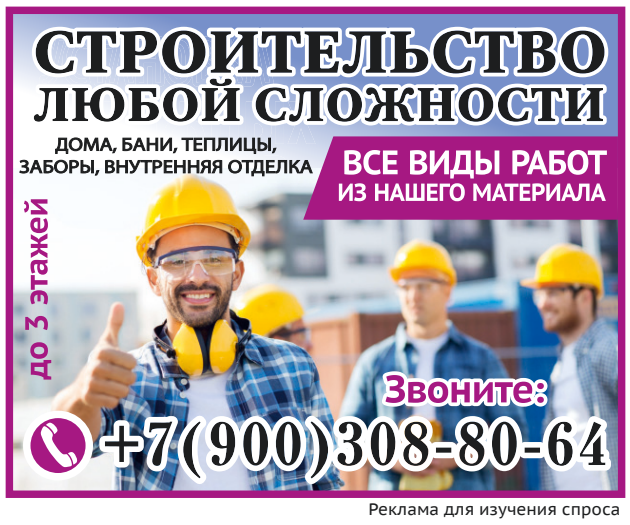
Бывают ещё крапанки — это яйца с однотонным фоном, на который наносятся узоры из полосок или пятен.

И ещё есть такой вид, как дряпанки, или, по-другому, шкрябанки. После окрашивания таких яиц на их скорлупе нацарапывался определенный узор.

Наконец, яйчатами называют декоративные яйца, изготовленные из дерева, бисера и других материалов. Их разновидностью можно считать и знаменитые яйца Фаберже.

Екатерина Голубева

Реклама для изучения спроса



Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

О ПОЛЬЗЕ ОСАГО И КАСКО

Некоторые водители экономят буквально на всём, включая страховку. И очень напрасно! Экономить на техосмотрах и автостраховании — безответственно.

Как известно, сегодня в России применяется два основных вида автострахования – ОСАГО (обязательное страхование автогражданской ответственности) и КАСКО (комплексное автомобильное страхование кроме ответственности). Первый вид является обязательным условием передвижения на транспортном средстве, а второй оформляется добровольно. Ещё основным отличием между ними является направление выплат. В случае ОСАГО компенсацию всегда получает пострадавшая сторона, а получателем возмещения по КАСКО обычно выступает сам страхователь.

Почему необходимо иметь полис ОСАГО

Полис ОСАГО, хотя водители и ворчат на его стоимость, в случае ДТП полностью отбивает все расходы на своё оформление. Сейчас его можно оформить в электронном виде и, в целом, процедура несложная. Стоимость ОСАГО рассчитывается по установленным государством правилам, в рамках жесткого тарифного коридора, определяемого ЦБ РФ.

Полис закрывает ответственность на уровне полмиллиона рублей в части компенсации ущерба здоровью и жизни пострадавших в ДТП людей и в размере 400 тысяч рублей, если выплата касается возмещения материального ущерба. Допускается и оформление расширенного полиса ОСАГО, когда размер выплат за счёт страхователя выше. Если расширение не оформлено, дополнительное взыскание с виновной стороны возможно, но для этого придётся обращаться в суд.

Возможным вариантом компенсации по ОСАГО выступает ремонт транспортного средства пострадавшей стороны. Он выполняется в автосервисе, с которым у автостраховщика заключен договор. И это тоже важная опция, а не прихоть страховщиков. Встречаются такие автомобили и запчасти, что для владельца становится ремонт выгоднее, чем денежная компенсация.

Отсутствие обязательной автострахования оборачивается административной ответственностью. Соответственно, госавтоинспектор, останавливая для проверки автомобиль, в первую очередь проверяет у водителя наличие страховки ОСАГО.

Почему нужно оформлять КАСКО

Страхование по полису КАСКО не обязательно, но весьма желательно. Правила такого страхования определяются каждой компанией-страхователем самостоятельно и могут очень сильно различаться, также сильно различается и порядок расчёта страховой премии. Зачастую лимита ответственности нет, а итоговая выплата составляет более внушительную сумму, чем по ОСАГО. И получить её может тот, кто указан в договоре. Как правило, на практике это значит, что деньги получает владелец транспортного средства (даже когда он сам и являлся виновником ДТП).

Обычно при ДТП наличие полиса КАСКО становится важным преимуществом автовладельца, так как повышает вероятность получения максимально возможной компенсации ущерба. При этом КАСКО – дело добровольное и требующее серьезных дополнительных расходов, не все готовы его оформить. В результате можно констатировать, что КАСКО чаще оформляют владельцы дорогих автомобилей, в том числе юридические лица (компании), владеющие дорогими транспортными средствами.

При расчёте стоимости КАСКО вместо фиксированного тарифа используется перечень страховых рисков, включенных в полис. На его основании определяется исходная ставка, которая корректируется с учетом уже названных выше характеристик водителя и транспортного средства. Причем учет подобных факторов ведется страховой компанией по собственным правилам без вмешательства государства. А в случае банкротства страховой компании компенсация по КАСКО взыскивается только через суд. Характерной особенностью добровольного автострахования КАСКО является франшиза: обязательство страхователя самостоятельно возмещать часть ущерба в рамках оформленного полиса КАСКО. Необходимость совершать страховую выплату со стороны автостраховщика возникает только в том случае, когда нанесен вред выше определенной франшизой суммы. Как вы понимаете, это делается чтобы минимизировать лишнюю суету из-за мелких ДТП и снизить риск мошенничества автовладельцев, которое тоже случается.

В общем, страховка КАСКО дополнительно защищает права автовладельца. Но за это и платить придётся дополнительно.

Основания для отказа в страховой выплате

По ОСАГО:

- причинение умышленного вреда;
- пребывание виновника ДТП в состоянии наркотического или алкогольного опьянения;
- отсутствие законного права управлять автомобилем (лишение прав, невключение в список лиц, которые допущены к вождению данным транспортным средством);
- бегство с места аварии;
- несоблюдение процедуры получения страховой компенсации;
- отсутствие диагностической карты;
- предоставление недостоверных сведений при оформлении полиса.

По КАСКО:

регламентируются договором и часто включают те же ситуации, что и по ОСАГО.

Владислав Комаров

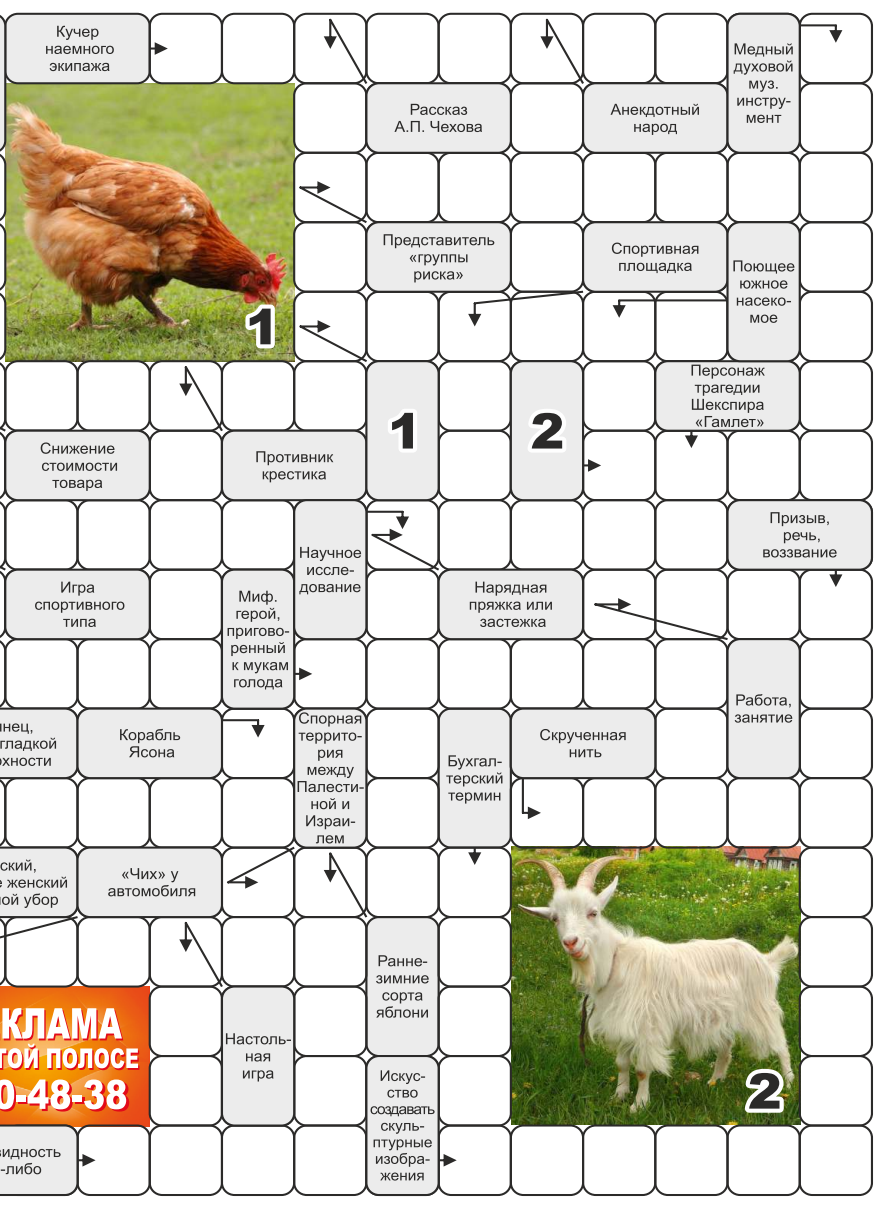
+7(903)651-45-11 ПЕРЕЕЗДЫ
ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ
ГРУЗЧИКИ
Реклама для изучения спроса

ПОЛИГРАФИЧЕСКИЕ УСЛУГИ
● ВИЗИТКИ
● ФЛАЕРЫ
● БУКЛЕТЫ
● ОТКРЫТКИ
● БЛАНКИ
● БЕЙДЖИ
● БИРКИ
● ЗНАЧКИ
● ШИЛЬДЫ
● СКАНИРОВАНИЕ
● ПЕРЕНОС НА ТКАНЬ
● ПЕЧАТЬ
● КОПИРОВАНИЕ
info@soroka.ru
8(903)651-41-22

РЕСТАВРАЦИЯ
КУХОНЬ, ДВЕРЕЙ, МЕБЕЛЬНЫХ ФАСАДОВ
8(903)651-45-99
Реклама для изучения спроса

ЖАЛЮЗИ
КАЧЕСТВО ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
8(920)408-47-96
Реклама для изучения спроса

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД
опубликованный в №13



РЕКЛАМА НА ЭТОЙ ПОЛОСЕ
210-48-38

КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ
ИЗГОТОВЛЕНИЕ НА ЗАКАЗ
ШКАФЫ, КУХНИ, ГОСТИНЫЕ, ПРИХОЖИЕ, ДЕТСКИЕ, ГАРДЕРОБНЫЕ
8-473-251-61-77
Реклама для изучения спроса

В ГАРМОНИИ С ГОРМОНАМИ

Как продлить молодость без приема лекарств

Молодость — понятие относительное, и никто точно не знает, когда она кончается. Даже в пожилом возрасте можно выглядеть молодо, даже в молодости можно выглядеть и чувствовать себя стариком. Сегодня учёные склонны полагать, что за это в немалой степени ответственны гормоны.

На что влияют гормоны

С возрастом в организме человека начинается запрограммированное снижение уровня гормонов. Максимально адекватный уровень имеется в 25-30-летнем возрасте, а затем начинается постепенное уменьшение содержания гормонов. В первую очередь половых гормонов.

Симптомами этого могут быть снижение работоспособности, быстрая утомляемость, снижение настроения и полового влечения. В организме замедляется выработка коллагена и гиалуроновой кислоты, мышечной и соединительной ткани, и постепенно процессы распада этих веществ и тканей начинают преобладать над их синтезом. Это приводит к появлению морщин на коже, дряблости мышц, опущению внутренних органов, появлению болей в суставах, накоплению жира.

Одновременно с этим начинается процесс естественной гибели клеток различных органов и тканей, что со временем приведет к ухудшению работы поджелудочной железы, печени, почек, щитовидной железы, иммунной системы. Не меньше неприятностей доставляют выпадение волос, снижение трудоспособности, нарушение памяти и сна, ощущение постоянной усталости, исчезновение жизненных мотиваций, эпизоды депрессивного настроения и раздражительности, «приливы», нарушение мочеиспускания и половой функции.

КСТАТИ

Многие недооценивают влияние жировой ткани на свой организм. Между тем даже в случае, когда масса тела по мере старения не возрастает, содержание жировой ткани в организме все равно увеличивается. Увеличение жировой массы на 4-5 кг приводит к ускорению гормональных нарушений, поскольку жировая ткань — это не просто склад питательных веществ, это место выработки гормонов и биологически активных (в большинстве вредных) веществ, ускоряющих развитие сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний.

Постепенно к людям приходит понимание, что каждый гормон оказывает свое специфическое влияние. Здоровье организма существенным образом нарушается при изменении уровня любого гормона. Например, за внешнюю красоту отвечают преимущественно половые гормоны: эстрогены, прогестерон, тестостерон.

Можно ли управлять гормонами

Выработка гормонов — сложный многоступенчатый процесс, регулируемый головным мозгом. Если гормонов недостаточно или в избытке — это плохо. Все гормоны полезны, если вырабатываются в нужном количестве и оказывают свое действие.

Половые гормоны синтезируются из холестерина, другие гормоны имеют белковое происхождение. Именно поэтому в период полового созревания, роста организма и в молодом возрасте человек должен потреблять достаточное количество жиров животного происхождения (холестерина) и белка. В противном случае, останавливается половое и физическое развитие, развивается анемия от недостатка железа. Растительные белки не могут восполнить потребность растущего организма, а кроме того, растения не синтезируют холестерин и не содержат достаточное количество железа. Вот почему вегетарианство в детском и подростковом возрасте категорически неприемлемо.

Однако только диетой, даже самой сбалансированной, задачу выработки гормонов полностью не решить. Для их правильной выработки необходимо сочетание трёх факторов: еда, спорт, здоровый сон. По отдельности эти факторы не работают и не заменяют друг друга. Особенно большое значение имеет сон. Для правильной выработки гормонов человек должен ложиться спать не позже 23-00. При этом условии гипофиз (отдел головного мозга) адекватно стимулирует выработку гормонов. Через час после засыпания вырабатывается гормон роста, а с 5 утра начинается выработка гормонов коры надпочечников и половых гормонов. Если человек не спит ночью, гипофиз перестает понимать, как он должен работать. В результате нарушается ритм выработки гормонов, вслед за этим самочувствие, у женщин может нарушаться менструальный цикл.

Гормональная терапия

Возрастной дефицит гормонов можно компенсировать только одним способом — ввести его в организм в виде лекарственного препарата. Но нужно знать меру, потому что повышенный уровень любого гормона тоже приводит к ухудшению самочувствия. Никаких самостоятельных методов здесь практиковать нельзя, обязательно надо обратиться к врачу.

Если врач не назначает гормональную заместительную терапию, то наверняка посоветует вести здоровый образ жизни, придерживаться принципов рационального питания, заниматься спортом и вовремя проводить коррекцию возрастных гормональных и метаболических изменений в организме. Эти мероприятия требуют здоровых привычек, обзавестись которыми лучше смолоду, а иначе придётся прилагать усилия для их формирования. Но никакой альтернативы не существует.

Валерия Тихонова

Реклама для изучения спроса

Немедицинские услуги

Реклама для изучения спроса

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ

ОВЕН (21.03 – 20.04)

Вторник будет важным днём для Овна при снятии конфликтов и налаживания хороших отношений, но покой в душе наступит лишь в конце недели. Особое внимание рекомендуется уделить здоровью, поскольку есть опасность обострения хронических заболеваний, не исключена простуда.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Преодоление проблем может позитивным образом сказаться на событиях личной жизни Тельца. Не переживайте, если дело идёт не так, как задумали. С терпением и смекалкой продвигайтесь к поставленным целям. Здоровье подвести не должно. Выходные проведите в приятельской компании.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Собственные дела Близнеца могут легко и уверенно продвигаться вперёд, но близкому человеку наверняка будет сложно обойтись без вашего внимания. Личный авторитет и умение общаться с партнёрами направляйте в область карьерных достижений. В пятницу сократите рабочий день.

РАК (22.06 – 23.07)

В начале недели некоторым из Раков удача будет активно улыбаться. Если соберетесь в путешествие, то лучше это делать во вторник. Постарайтесь не впутываться в романтические авантюры, если не хотите угодить в прочные сети, причём не обязательно любовного характера.

ЛЕВ (24.07 – 23.08)

Не стоит тратить драгоценные силы, время и слова, чтобы убедить окружающих в своей правоте и гениальности. В первой половине этой недели спокойно занимайтесь своими делами. Жизненная энергия Львов находится в неустойчивом состоянии. Не рекомендуется расширять сферу деятельности.

ДЕВА (24.08 – 21.09)

Лучшими днями для визита в магазин будут понедельник - пятница. Продукты питания и товары повседневного спроса старайтесь приобретать во вторник или субботу. В среду Девам лучше отказаться от походов по магазинам, а если это невозможно - свести их к минимуму.

ВЕСЫ (22.09 – 23.10)

Весам гарантирован успех в любом соревновании за то, во что вы верите. Главное, не переоцените свои силы - восстанавливать равновесие гораздо труднее, чем выйти из него. Воскресенье - благоприятный у Весов день для операций в сфере недвижимости и финансов.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

В первой половине недели у вас вряд ли получится что-либо существенно улучшить в своих делах, хотя можно провести удачные переговоры с руководством и потенциальными работодателями. Со среды финансовое благосостояние Скорпиона укрепится, несколькими проблемами станет меньше.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

В среду могут быть удачными договоры и важные сделки. Если для этого будут предпосылки, вы можете успешно поменять род своей деятельности. Но Стрелец может на несколько дней оторваться от реальности и совершить один из тех полётов, о которых нередко мечталось.

КОЗЕРОГ (22.12 – 19.01)

Постарайтесь быть осторожнее с деньгами - вероятны финансовые потери. Держите свои средства под постоянным контролем: возможно, придётся отдавать долги или, напротив, возвращать ранее данные в долг деньги. Игровые автоматы и казино на этой неделе - не для Козерога.

ВОДОЛЕЙ (20.01 – 19.02)

Лучше не принимать важных решений в понедельник и среду. В остальные дни, по крайней мере, будет меньше помех, а в пятницу должен проявиться душевный и физический подъём. В эту пятницу Водолеям можно будет всё, только ни в коем случае не играйте в прятки. Потеряетесь.

РЫБЫ (20.02 – 20.03)

С середины недели телефонные или официальные переговоры с клиентами и партнёрами по бизнесу окажутся для Рыбы позитивными и успешными. В четверг будут благоприятны поездки и непродолжительные командировки. В пятницу тщательно контролируйте каждое слово при общении с коллегами.

СТРОИМ БАНЮ НА УЧАСТКЕ

Хорошо, когда есть баня. Можно сказать, своя персональная здравница возле дома – вот что такое баня. Конечно, многие хозяева, кто живёт в частном доме, мечтают её построить.

Сначала — план

Всякое строительство, в том числе и бани, начинается с плана. Как всё будет расположено внутри и снаружи. Если знаний в этой области маловато, лучше посоветоваться с мастерами и взять готовый план в интернете. Можно заранее выбрать подходящее место на участке и выровнять поверхность.

Дальше вопрос: когда начинать стройку? Ясно, что не зимой, зимой трудно будет и фундамент заливать и всякие другие работы выполнять несподручно. Значит, нужно в начале лета, а ещё лучше в мае брать отпуск на работе, тогда фундамент успеет настояться.

Фундамент — главная часть бани

Когда план готов, приходит время закладки фундамента. Это именно то, с чего начинать строительство бани на участке после написания технической документации.

Его глубина определяется уровнем промерзания почвы, а крепость — весу постройки.

Иногда баню делают двухэтажной. В этом случае на втором этаже располагается комната отдыха, бассейн или другие залы. Двухэтажное строительство требует более крепкого фундамента, большего расхода строительных материалов.

Рекомендуется делать баню в виде одноэтажного строения с предбанником и пристраивать дополнительные комнаты.

Фундамент бывает столбчатый и ленточный, при этом более крепким является именно ленточный. Чтобы его заложить необходимо:

1) Насыпать крупный песок высотой примерно 20 см.

2) Сверху насыпать мелкий камень или щебень. Высота этого слоя примерно соответствует предыдущему.

3) Сверху залить бетоном в соотношении 1:3. Это наиболее подходящий состав для данной конструкции.

Если правильно заложить фундамент, дальнейшее строительство бани своими руками поэтапно будет проще. В противном случае мастеру придется переделывать строение с нуля. Поэтому рекомендуется отнестись к закладке фундамента максимально серьезно.

Армирование фундамента

Практически на любом типе почвы здание со временем проседает, а если поверхность глинистая, фундамент может не выдержать и нарушится его целостность. В этом случае армирование придаст фундаменту эластичность и защитит от внезапного обрушения.

Не стоит экономить на этом, ведь «скупой платит дважды». Обычно армирование происходит вставкой двух-трех металлических стержней и соединением кусков проволоки.

Цоколь

Цоколь — необязательный, но желательный элемент бани. Постелите сверху на фундамент рубероид в два-три слоя, а затем залейте бетоном. Обязательно сделайте отверстие для вентиляции брусьев. Если мастер отказывается от цокольного этажа, отверстия делаются непосредственно в самом фундаменте.

Слив

Слив в парной — необходимый элемент будущего сооружения. К нему следует отнестись с повышенным вниманием, поскольку от грамотного слива зависит комфорт парилки. Чтобы его сделать, необходимо выкопать яму, глубиной полтора, и шириной примерно 2 метра, затем залить стены бетоном и армировать их. Потом нужно закрыть яму досками и сделать водяной затвор. И забетонировать поверхность.

Стены

Не рекомендуется возводить стены, пока фундамент не устоялся. Обычно это занимает несколько месяцев, хотя некоторые строители рекомендуют ждать не менее года (то есть, по их мысли фундамент должен простоять одну зиму). Когда фундамент устоялся, укладываются стены. Лучше всего делать их из брусьев лиственницы — она не гниет и выдерживает разные температуры.

Брус выкладывается плотно по всему периметру с отверстиями для шипов и с прокладкой утеплителем. Речь идет о специальной обработке бруса, при которой с одной стороны делается паз, с другой шип, после чего шип кладется в паз. Это не единственный способ укладки бруса, однако строители любят его, поскольку занимает меньше всего времени.

Можно делать стены из кирпича, однако это уже не классический вариант дачной бани. Чтобы стены выглядели красивее, их можно обшить вагонкой.

Крыша

Лучше всего крышу делать, используя стропильную систему. Создайте каркас из деревянных балок, а затем можно приступать к утеплению потолка. Крышу тоже лучше делать из лиственницы или похожих пород дерева.

Печь и труба

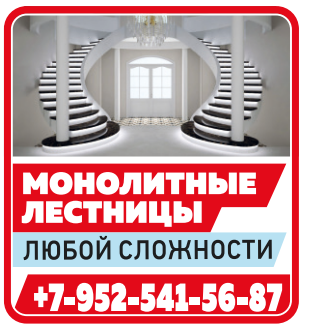
Когда крыша практически готова, пришло время установить в баню печь и вывести наружу трубу. В этом деле лучше посоветоваться со специалистами, потому что от правильного устройства печи зависит, будет ли ваша баня здравницей, или просто помывочным пунктом. Ведь париться в бане — это своего рода искусство.

Роман Дежнёв

Реклама для изучения спроса

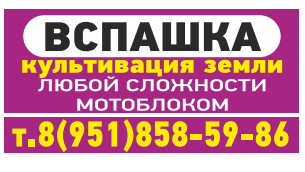
Реклама для изучения спроса

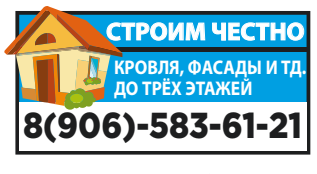
Реклама для изучения спроса

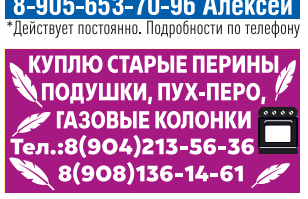


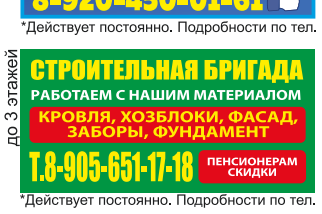
*Действует постоянно. Подробности по телефону

*Действует постоянно. Подробности по тел.

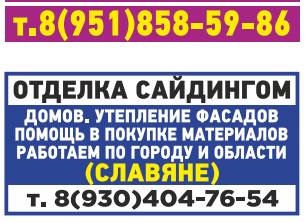


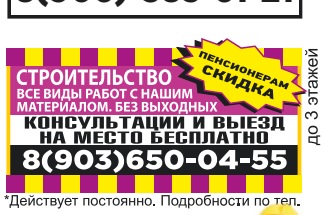




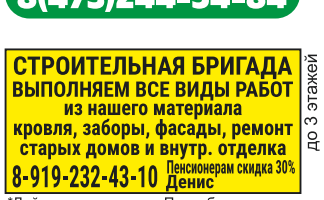


*Действует постоянно. Подробности по тел.





*Действует постоянно. Подробности по тел.



*Действует постоянно. Подробности по тел.

Лиц.ЛО-61-01-007627 от 04.03.20г.

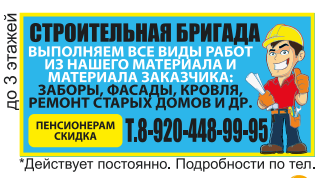
*Действует постоянно. Подробности по тел.

*Действует постоянно. Подробности по тел.

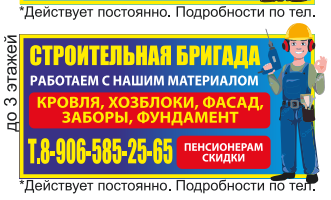
*Действует постоянно. Подробности по тел.

*Действует постоянно. Подробности по тел.

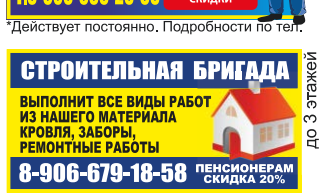
Реклама для изучения спроса



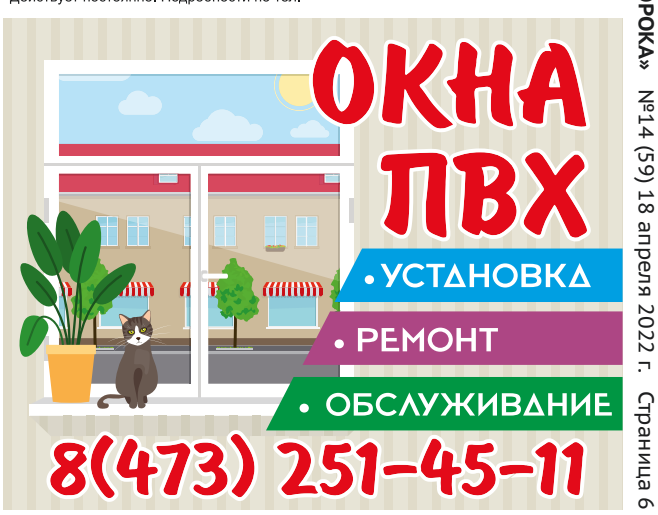
*Действует постоянно. Подробности по тел.



*Действует постоянно. Подробности по тел.



*Действует постоянно. Подробности по тел.



Реклама для изучения спроса

НЕДВИЖИМОСТЬ

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

Продаю дом+участок, 12сот,п.Еманча Хохольский р-н,89204288122

КУПЛЮ

Бытовая техника

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

Куплю все виды радиодеталей, автомобиль под разбор т. 89604587501

Куплю старые перины, подушки, пух-перо, газовые колонки. Тел.8(904)213-56-36, 8(908)136-14-61

Антиквариат, коллекционирование

Книги,значки,медали,ел.игрушк, часы,монеты,фарфор. 89518697553

Прочее

Вспашка. Культивация земли, любой сложности, мотоблоком. Т. 8(951)858-59-86

Саженцы плодовых культур от питомника Дорофеева. Ул.Сафронова 25, Левый берег, г. Воронежа 8(920)211-64-02

КЛИНИНГ 89038508523 Майя

УСЛУГИ

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

Переезды. Заказ грузчиков и газели. Крупная федеральная компания. Работаем в любом районе, без поэтажной оплаты. Грузоперевозки по Воронежской области. тел. 8-920-229-38-23

ЛОГОПЕД-ДЕФЕКТОЛОГ т89515479987

Расчистка заросших дач. Вспашка земли. Покос травы.Корчевание пней.Спил деревьев.Демонтаж.Вывоз мусора и веток.Песок. Чернозем.Щебень. Т8 920 416 81 95

Чистка ковров и мягкой мебели, на профессиональном оборудовании. Вывоз, доставка-бесплатно.+7(473)2-400-420

Изготовление памятников

Изготовление памятников гранит мрамор т. 89529500300

Строительство, ремонт

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

Туалеты, души дачные 89515553899

Строительные работы! Все виды услуг из нашего материала. Ремонт старых домов, квартир. Пенсионерам и инвалидам скидка 25%. Т.8-920-450-01-61

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

Строим честно. Кровля, фасады и т.д. до трех этажей 8(906)-583-61-21

Строительная бригада. Ремонт квартир и домов. Все виды ремонта из нашего материала.Крыши, заборы, фундамент, отмостка, сайдинг 8(919)232-43-10 Денис

Строительные работы любой сложности. Кровля, фасады, отмостки. Гарантия. +7 930 401 67 77

Строительство, все виды строительных работ из нашего материала. Консультации и выезды на место бесплатно. Пенсионерам скидка. 8(903)650-04-55

Строительная бригада. Все виды работ из нашего материала. Крыши, сайдинг, отмостки, тротуарная плитка и т.д. Пенсионерам скидка 20%. 8-910-024-09-97

Отделка сайдингом: домов, утепление фасадов, помощь в покупке материалов. Работаем по городу и области (славяне) т. 8(930)404-76-54

Строительная бригада. Все виды работ из нашего материала. Крыши, заборы, фасады, сайдинг, отмостка, тротуарная плитка и др. Пенсионерам скидка 20%. 8-960-129-94-88

Строительная бригада. Крыши, заборы, сайдинг, отмостки, дома с нуля, ремонт старых домов. т. 89191811560, т. 89304099516 Дмитрий

Строительная бригада. Работаем с нашим материалом. Кровля, хозблоки, фасад, заборы, фундамент. Т. 8-906-585-25-65 Пенсионерам скидка.

Строительная бригада. Выполняем все виды строительных работ из нашего материала и материала заказчика. Заборы, фасады, кровля, ремонт старых домов и др. Пенсионерам скидка. Т. 8-920-448-99-95

Строительная бригада. Выполняем все виды работ из нашего материала. Кровля, заборы, ремонтные работы. Пенсионерам скидка 20%. 8-906-679-18-58

Строительная бригада. Работаем с нашим материалом. Кровля, хозблоки, фасад, заборы, фундамент. Пенсионерам скидка. т. 8-905-651-17-18

Монолитные лестницы. Любой сложности. +7-952-541-56-87

Услуги сантехника

Услуги сантехника, электрика, муж на час. Быстро недорого!!! тел. 8(980)247-17-95

Услуги сантехника т89518765577

Услуги электрика

Электрик,ремонт т.89507725678

Ремонт и сборка мебели

Реставрация фасадов кухни, дверей, холодильников, все виды бытовых покрасок. Натяжные потолки. Т. 8(960)888-24-91

Потолки

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

Натяжные потолки за 1 день т.2-585-685, 8 952 546 43 73.Опыт, гарантия. Замер бесплатно!

Окна, двери, балконы

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

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

Двери.Окна.Откосы. 89155441601

Окна, двери и балконы с завода. Скидка 40% до конца апреля! 8(996)452-65-67

Продажа и ремонт ОКНА ПВХ 8(908)134-20-15

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

Остекление балконов, лоджий, отделка вагонкой, полы, сварка. Недорого. Скидка. т 2905580

МЕБЕЛЬ

Ремонт и перетяжка мебели

Рем.и перетяжка мебели.89204414066

Перетяжка и ремонт мягкой мебели на дому у клиента и в мастерской.Без выходных 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 телевизоров 89507740452

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

Ремонт на дому. Стиральных машин, холодильников, и др. бытовой техники. Недорого, гарантия. т. 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

Бурение скважин. Обустройство под ключ. 8(995)698-20-48

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

РАЗНОЕ

Новые детские вещи от закрывшихся магазинов. Т.89092123456

ВАКАНСИИ

Требуются распространители по п/я. Выплаты еженедельные+оплата проезда. 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, упаковщица-контролер, кладовщик. Т. 8-473-200-76-89, 8-960-113-19-49

ООО « Печать Черноземья» приглашает на работу продавцов печатной продукции. График сменный 2/2: 3/3, +7-952-956 -14-98, +7 473 277-27-00

Требуются 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

Окна. Москва. Вахта 15/15, з/п 30000р. тел.8(915)183-21-17

Подработка для активных людей до 18 т.р. Тел. 89951487683

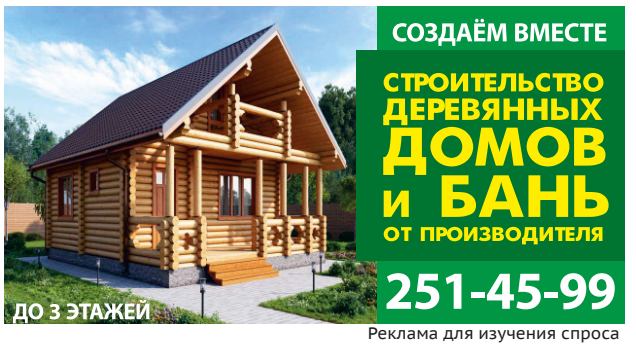
Требуется на сезон в Гагре помощница по дому. Писать на WA, Viber, Telegram 89182099921

Хлебозаводу №7 требуются: менеджеры по продажам, водители, грузчики, начальник смены, слесарь КИПиА, оператор котельной. График сменный. Т.8-473-242-54-17, Т. 8-903-854-21-44

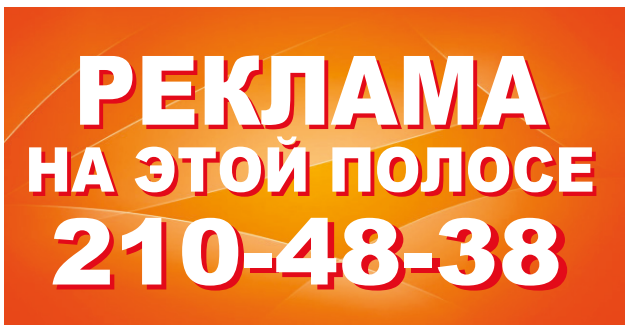
Требуются расклейщики объявлений. Выплаты еженедельные+оплата проезда. тел. 8(952) 558-86-85

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

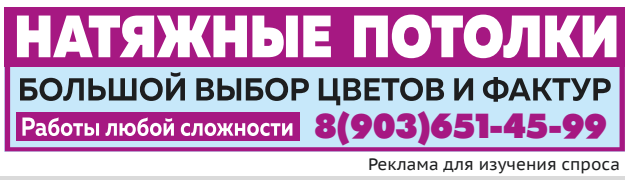


Реклама для изучения спроса



Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса



Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

«Рекламная СОРОКА» №14 (59) 18 апреля 2022 г. Страница 7

Периодическое печатное издание, газета. Рекламное СМИ, газета «Рекламная СОРОКА». Учредитель и издатель ООО «Рекламная СОРОКА». И.О.Главного редактора - Каданцева Ю.Ю. Адрес редакции: 394006, г. Воронеж, ул. Моисеева, д. 10, 2-этаж, пом. XVII. Адрес издателя и учредителя: 394006, г. Воронеж, ул. Моисеева, д. 10, 2-этаж, пом. XVII. Издается с 15 февраля 2021 года

Тел. +7 (473) 210 48 38, e-mail: info@soroka.ru Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Воронежской области. Выписка из реестра зарегистрированных средств массовой информации серия: ПИ № ТУ36-00605 от 13 января 2021г.

Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» г. Воронеж, Проспект Труда, д. 48Л Время подписания газеты по графику 18.00, фактически - 15.04.2022 г. в 18.00 «Рекламная СОРОКА» №14 (59) 18.04.2022 г. Заказ №2612

Редакция оставляет за собой право редактировать тексты рекламных объявлений в соответствии с Законом о рекламе: не несет ответственности за содержание рекламы и номера указанных телефонов. Все товары и услуги сертифицированы и лицензированы. Срок действия рекламных предложений - одна неделя с момента публикации, если иное не указано в макете. РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО. Тираж 250 000 экз. 16+

ДЛЯ РАЗДАЧИ В ОЖИВЛЁННЫХ МЕСТАХ ГОРОДА 8(473)210-48-38

ТРЕБУЮТСЯ РАСПРОСТРАНИТЕЛИ

Реклама для изучения спроса

Наши Рецепты

Творожный кулич с инжиром, орехами и сухофруктами

Ингредиенты:

Мука – 300 г
Творог (9-12%) – 250 г
Сливочное масло – 180 г
Сахарная пудра – 200 г
Ванилин – 1 пакетик
Яйца – 3 шт.
Соль – 1/2 ч. л.
Сода или разрыхлитель – 1/2 ч. л.
Фисташки очищенные – 100 г
Инжир сушеный – 4 шт.
Клюква вяленая – 50 г
Курага – 5-6 шт.
Изюм – 100 г
Орех грецкий – 5-6 шт.
Лесной орех – 50 г
Миндаль – 50 г
Цукаты (по желанию) – 100 г
Для глазури:
Лимонный сок – 50 мл
Сахарная пудра – 150 г
Вода – 10 мл

Приготовление:

1. Подготовьте цукаты и орехи: промойте и замочите на 15 мин. Инжир порежьте тонкими дольками, часть фисташек порубите ножом. Остальные цукаты и орехи оставьте цельными.
2. Масло заранее достаньте из холодильника. Как только оно подтает, взбейте с сахарной пудрой и ванильном.
3. Добавьте к маслу яйца по одному, тщательно взбивая после каждого.
4. Вмесите в масло с сахаром творог и тщательно перемешайте.
5. Муку соедините с солью и содой (разрыхлителем) и вмешайте в яично-творожную смесь в два приема. Тщательно вымесите тесто.
6. Часть изюма обваляйте в муке и добавьте с тесто. Туда же выложите порубленные фисташки. Все перемешайте.
7. Выложите тесто в форму для кулича – полученный объем можно разделить на два небольших диаметром по 15 см или три диаметром по 10 см, и оставьте отдохнуть на 10 мин.
8. Выпекайте куличи в разогретой духовке около часа при температуре 160°.
9. Достаньте готовые куличи и остудите.
10. Приготовьте глазурь: смешайте сахарную пудру с лимонным соком, постепенно, очень аккуратно добавляя воду, чтобы глазурь не стала слишком жидкой. Она должна с усилием перемешиваться и не стекать с ложки.
11. Нанесите на остывшие куличи глазурь и сразу же украсьте цельными фруктами, цукатами, изюмом, орехами, каждый слегка вдавливая в глазурь.
12. Раздавите ножом пару очищенных фисташек до крошки и посыпьте ею сверху куличи. Оставьте декор до застывания глазури.

По материалам сайта: foodfriends.ru

Приятного Аппетита

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

СРОЧНЫЙ РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
ЛЮБАЯ СЛОЖНОСТЬ
ПОДКЛЮЧЕНИЕ, ОБСЛУЖИВАНИЕ
ЗАМЕНА КОМПЛЕКТУЮЩИХ ПО ЕВРОПЕЙСКИМ СТАНДАРТАМ
+7(920)408-47-96

Реклама для изучения спроса

ВИЗИТКИ
ФЛАЕРЫ
БУКЛЕТЫ
ОТКРЫТКИ
БЛАНКИ
БЕЙДЖИ
БИРКИ
ЗНАЧКИ
ШИЛЬДЫ
КСЕРОКОПИЯ

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

Реклама для изучения спроса

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

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
ГЛЯНЦЕВЫЕ, МАТОВЫЕ, САТИНОВЫЕ. ВЫЕЗД МАСТЕРА
8(473) 251-45-11

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

РЕСТАВРАЦИЯ ПОДУШЕК
ВЫЕЗД НА ДОМ
ЧИСТАЯ ПОДУШКА – ЗДОРОВЫЙ СОН
8-903-651-45-11

Реклама для изучения спроса

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

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

Реклама для изучения спроса

ВНИМАНИЕ!
МЫ РАСПРОСТРАНЯЕМ РЕКЛАМНУЮ ПРОДУКЦИЮ ПО ПОЧТОВЫМ ЯЩИКАМ
МЫ ГОРДИМСЯ СВОЕЙ СЛУЖБОЙ РАСПРОСТРАНЕНИЯ
210-48-38

2022 ОПТИМАЛЬНЫЕ СРОКИ ПОСАДКИ РАСТЕНИЙ

Материал сайта sadiogorod24.ru

		Проращивание семян и высадка в доме на выгонку (февраль)	Наилучшие сроки посадки под пленочным укрытием (март)	Высадка растений в открытый грунт (апрель)	(май)	(июнь)
«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 вилы лука, одно-двухлетние цветы, газонные травы, вьющиеся растения и лианы, лекарственные травы.					
	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
	«Вершки» с сильными корнями Томаты, перец, баклажаны, физалис; любая капуста, кабачки, цукини, тыква, дыня, арбуз, кукуруза, розы, луковичные цветы; многолетние цветы, злаковые.					
	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»	**«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.					
	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