

рекламная СОРОКА

БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

+7 (473) 210·48·38

Газета №1
по Воронежской
области*



ТИРАЖ
250 000
экземпляров

№37 (37) от 01.11.2021 г.

Распространяется с 01.11 по 07.11.2021 г.

*По сравнению с тиражами других еженедельных
бесплатно распространяемых газет Воронежской области.

Издается с 15.02.2021 г.

WWW.SOROKA.RU



16+

ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ЧЕРНОЗЕМЬЮ стр. 4

НОВОСТИ

2

ТЕМА НЕДЕЛИ

3

РАЗГОВОРЫ

4

ЗДОРОВЬЕ

5

СТРОИТЕЛЬСТВО

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

7



СВЕЖИЕ
ВАКАНСИИ
на стр 2

Фото с сайта gbic.ucoz.ru

ЧАСТНЫЙ
КОМПЬЮТЕРНЫЙ
МАСТЕР

НАСТРОЙКА
БЕЗ ПРОБЛЕМ

ЗАБОТА ОБ
ЭЛЕКТРОНИКЕ

- ✓ Настройка компьютера
- ✓ Удаление вирусов
- ✓ Чистка от пыли
- ✓ Ремонт любой сложности

+7(903)651-61-77

ЗАБОРЫ ОГРАЖДАЮЩИЕ
МЕТАЛЛОПРОФИЛЬ КОНСТРУКЦИИ
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

- ДОСТАВКА
- ВЫБОР ПРОФИЛЯ
- МОНТАЖ
- КОЛЕРОВКА
- ДЕМОНТАЖ
- ГАРАНТИЯ



Качество и
безопасность

+7(920)408-47-96

НАТЯЖНЫЕ
ПОТОЛКИ

- Глянцевые
- Матовые
- 3D печать

Большой выбор
цветов и фактур

8(473)251-45-11



СоцКомВклад

14 лет вместе
до 11%
годовых

Условия сохраняются на весь срок действия договора. График работы офиса: с 9:00 до 18:00 без перерыва. Суббота, воскресенье – выходные дни. Каждому посетителю клиентского офиса бесплатно предоставляются одноразовые средства защиты (маски, перчатки, антисептик для рук).

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.



КАЖДОМУ КЛИЕНТУ ЦЕННЫЕ ПОДАРКИ

Название	Срок (в днях)	Сумма	Процентная ставка, % годовых	Пополнение	Несникаемый остаток	Выплата процентов	Капитализация процентов	Досрочное расторжение	Пролонгация
Стабильный	91 день 180 дней 365 дней	от 10 000 руб. до 100 000 руб. от 100 001 руб. до 200 000 руб. от 200 001 руб. до 300 001 руб. от 300 001 руб. до 400 000 руб. и выше	8,0% 8,5% 9,0% 9,5% 10,0%	Минимальная сумма пополнения - 1000 руб., в течение всего срока действия договора, кроме последних 30 дней до даты окончания срока действия договора	Нет	Ежемесячно	На выбор - выплата после начисления - капитализация (причисление к сумме накопления)	По ставке 0,1% годовых при досрочном расторжении, с удержанием сумм ранее начисленных процентов	Автоматически на следующий день с даты окончания срока действия договора, на действующих на момент пролонгации условиях. В случае отсутствия такой программы вложения на дату окончания договора, средства переводятся на условия «до востребования»
Особый	365 дней 1 период 91 день 2 период 91 день 3 период 183 дня	от 5 000 руб.	9,5% 10,5% 11,0%		Нет	Ежемесячно		По ставке 0,1% годовых при досрочном расторжении, с удержанием сумм ранее начисленных процентов	
Оптимальный	365 дней	от 50 000 руб.	7,0%	Возможно частичное снятие суммы вложений, при условии сохранения несникаемого остатка в сумме 50 000 руб.	В конце срока	Нет	По ставке 0,1% годовых при досрочном расторжении (при снятии суммы несникаемого остатка), с удержанием сумм ранее начисленных процентов		

8 (473) 206 64 33
г. Воронеж, ул. 20 лет Октября, д. 80 / ул. Кольцовская, д.2
Ленинский проспект, д.18 / ул. Генерала Лизюкова, д.61
WWW.COZKOMVKLAD.RF

Воронежская область на 36 млн рублей закупит «успокаивающий цитокиновый шторм» препарата

Его применяют в лечении коронавируса

Департаменту финансов Воронежской области поручили предусмотреть выделение региональному департаменту здравоохранения 36 млн рублей за счет резервного бюджета. Деньги пойдут на закупку лекарственного препарата «Лейтрагин» для использования в терапии пациентов с новой коронавирусной инфекцией «в условиях стационара на дому». Такое решение приняли на заседании регионального оперштаба по борьбе с новой коронавирусной инфекцией.

Российский препарат «Лейтрагин» зарегистрировали летом 2021 года. Его разработали для борьбы с цитокиновым штормом, вызванным COVID-19. Он безопасен и рассчитан на разные возрастные группы. Лекарство используется в виде ингаляций. Об этом в начале октября в интервью RT рассказал директор научного центра биомедицинских технологий

ФМБА России Владислав Каркищенко.

Цитокиновый шторм возникает, когда иммунная система реагирует на инфекцию слишком агрессивно. Цитокины – молекулы, выполняющие роль стимулятора иммунных реакций для устранения инфекции. Некоторые заболевания провоцируют чрезвычайную активность цитокинов. Их синтез приводит к нарушению биохимических и физиологических процессов в организме. Организм начинает бороться против собственных клеток. В результате повреждаются здоровые ткани, нарушаются функции всех систем, развиваются тяжелые осложнения.

В Воронежской области можно будет записаться на экзамен в ГИБДД через «Госуслуги»

Талоны и живую очередь временно отменили

Предварительную запись по талонам и прием по живой очереди в межрайонные регистрационно-экзаменационные отделения (МРЭО) Воронежской области временно приостановили. До

воскресенья, 7 ноября, государственные услуги по линии ГИБДД можно будет получить, только записавшись на едином портале «Госуслуги». Об этом сообщила пресс-служба областной Госавтоинспекции.

Через «Госуслуги» доступна запись на регистрацию транспортных средств и прицепов к ним. Кроме того, можно записаться на прием экзаменов, выдачу и замену национальных и международных водительских удостоверений, выдачу справок.

Чтобы записаться, нужно зайти в свой «Личный кабинет», выбрать в разделе ГИБДД соответствующую услугу, поэтапно заполнить все поля, а также указать дату, время для оказания услуги и адрес нужного подразделения Госавтоинспекции. Чтобы сократить ожидание и пребывание в общественном месте, нужно прийти точно в назначенное время.

Меры направлены на защиту граждан и сотрудников от распространения коронавирусной инфекции. Они предполагают минимизацию личного общения. Воронежцам рекомендовали принимать

решение о необходимости посещения ГИБДД с учетом обстановки, складывающейся в регионе, исключив нарушение ограничительных мероприятий.

На этой неделе, с 1 по 7 ноября в Воронежской области будет действовать режим нерабочих дней, утвержденный губернатором Александром Гусевым в целях борьбы с распространением коронавируса. Режим предполагает ряд ограничительных мер, в том числе – остановку предоставления госуслуг в МФЦ, помещениях органов власти и государственных учреждений. В связи с этим воронежские отделы ЗАГС не будут вести прием граждан, а отделы социальной защиты населения перешли на дистанционный формат работы. Прием обращений в Воронежской облдуме продолжается в нерабочие дни с 25 октября по 7 ноября в дистанционном режиме – по почте или через электронную приемную. График работы скорректировали и отделения Почты России.

По материалам сайта: riavrn.ru

ВАКАНСИИ

ТРЕБУЮТСЯ
ДВОРНИКИ УБОРЩИКИ
ГРАФИК 5/2
з/п от 25000 руб.
выплаты 2 раза в месяц
8(903)651-45-11

НА ПРОИЗВОДСТВО ТРЕБУЮТСЯ
✓ ГРУЗЧИКИ
✓ РАБОЧИЕ
ГРАФИКИ РАБОТЫ – 5/2, 2/2
ОПЛАТА ЗА СМЕНУ ОТ 1 650 РУБ. ДО 3 450 РУБ.
ПОСТОЯННАЯ РАБОТА (С ОФОРМЛЕНИЕМ),
ИЛИ ПОДРАБОТКА
ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНАМ:
8-900-301-75-81
8-900-301-75-82

Пансионат по уходу за пожилыми СИДЕЛКА ВАХТА
Московская обл.
з/п 40 000 руб/мес
Проживание и питание бесплатно
8-985-549-53-31

ТРЕБУЮТСЯ ШВЕИ
ГРАФИКИ 5/2 ИЛИ 6/1 (ПОЖЕЛАНИЮ)
т. 8-909-215-89-87

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ
ГРАЖДАНЕ РФ И ИНОСТРАНЦЫ
РАБОЧИЕ
з/п от 40 000 РУБ
ОПЕРАТОРЫ ЛИНИИ
з/п 48 000 РУБ
УБОРЩИКИ
з/п от 30 000 РУБ
8 (473) 210 73 43
8 (920) 414 00 75

КАТРЕН apteka.ru
ТРЕБУЮТСЯ
КОМПЛЕКТОВЩИКИ (ЦЫ)
График 2/2
3/п от 35 000 руб
ОПЫТ НЕ ОБЯЗАТЕЛЕН!
Оформление по ТК РФ, отпуска, больничные
МЕСТО РАБОТЫ:
ПРОСПЕКТ ПАТРИОТОВ 57б
8-919-233-89-12

МАСТЕР ДОМАШНЕГО РЕМОНТА
ЭЛЕКТРИК, САНТЕХНИК,
РЕМОНТ И СБОРКА МЕБЕЛИ,
ПОКЛЕЙКА ОБОЕВ, ПОТОЛКОВ
8-920-400-20-95

СИБУР
В «Воронежсинтезкаучук»
В клининговую компанию
Фоссилите克
ТРЕБУЮТСЯ
РАЗНОРАБОЧИЕ
з/п 25 000 РУБ. НА РУКИ

УБОРЩИКИ
з/п 25 000 РУБ. НА РУКИ

ГРУЗЧИКИ
з/п 30 000 РУБ. НА РУКИ
Запись на собеседование по номеру:
8-960-115-72-42 Елена

Крупному предприятию в Воронежской области СРОЧНО требуются:
РАБОЧИЕ НА МЯСОКОМБИНАТ
з/п 50 000 руб.
(без опыта работы)
• бесплатное проживание!
• бесплатное питание (комплексный обед)
Тел. 8 (991) 398-96-55

Производственной компании
ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР ПО ПОЛИГРАФИИ
Оклад + Проценты
+7 (473) 210-48-38

ооо ЧОП «ПАТРИОТ»
СОТРУДНИКИ ОХРАНЫ
з/п от 1600 до 2300 руб. в сутки
ГРАФИКИ РАЗНЫЕ
Объекты МО. Пушкино, Мытищи, Королев
Сергей
т.8-916-101-42-08

В новое кафе завода Синтезкаучук СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ:
УПАКОВЩИК КОМПЛЕКСНЫХ ОБЕДОВ,
МОЙЩИК ПОСУДЫ
Сменность: день/ночь
Соцпакет, бесплатные обеды
+7 920-211-30-40
+7 473-300-48-17

Мостострой
РАБОТА ВАХТОЙ
ВОРОНЕЖСКАЯ И ТАМБОВСКАЯ ОБЛАСТЬ
ВСЕМУ НАУЧИМ
з/п от 30 000 РУБ.
8 (980) 781-29-08

НА ПРОИЗВОДСТВО В ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ:
✓ СЛЕСАРИ-СБОРЩИКИ МК
з/п от 86 000 руб в месяц
✓ СТРОПАЛЬЩИКИ
з/п от 70 000 руб в месяц
ПРОЖИВАНИЕ ПРЕДОСТАВЛЯМ! СПЕЦОДЕЖДОЙ ОБЕСПЕЧИМ! МЕДОСМОТР ЗА НАШ СЧЕТ!
ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНОМ:
8-922-508-64-17

РАБОТА / ПОДРАБОТКА
Грузчики
Разнорабочие
Трактористы
разные районы города
8-903-651-45-11

ТРЕБУЮТСЯ СОТРУДНИКИ ОХРАНЫ
ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА ОТ 1800 Т.Р.
8(903)030-53-35

Воронеж, Воронежская область
ТРЕБУЕТСЯ СЛЕСАРЬ
опыт работы от трёх лет включительно
з/п 25 000 - 45 000 руб.
• бесплатное проживание
• бесплатное питание
8 (473) 251-45-99

РЕКЛАМНОМУ АГЕНТСТВУ ТРЕБУЕТСЯ
ОФИС-МЕНЕДЖЕР
Работа в центре города.
Дружный коллектив
ГИБКИЙ ГРАФИК. Доход от 25 000 Р.
Обучение. Коммуникабельность.
Ведение клиентской базы.
+7(473)210-48-38

Охранник на вахту
ЧОП прямой работодатель
приглашает на работу на должность
«сотрудник охраны»
Вахта: 15/15, 30/15, 45/15
Заработка плата за смену
1900 - 2200 рублей чистыми на руки
Проживание рядом с объектом
8-952-103-52-76

ДЕНЬ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА



Ежегодно 4 ноября в России отмечается День народного единства. Традиция относительно молодая – официальным праздником этот день стал лишь в 2005 году. Однако историческим событиям, лежащим в его основе, уже больше четырёх столетий...

Из истории праздника

День народного единства появился у нас как память о событиях 1612 года, когда Москва была освобождена от польских интервентов. В этот день второе Нижегородское земское ополчение во главе с выборным посадским человеком Кузьмой Мининым и князем Дмитрием Пожарским, после изнурительного сражения и изгнания большей части армии польских оккупантов, сумело взять штурмом Китай-город и изгнать оставшихся поляков из Москвы.

Эта победа послужила мощным толчком для возрождения российского государства. После изгнания поляков из Москвы, в ноябре 1612 года, руководители ополчения разослали по городам грамоты о созыве Земского собора. В конце февраля 1613 года Земский собор избрал новым царем молодого Михаила Романова – первого русского царя из династии Романовых.

Позже, по указу царя Алексея Михайловича, правившего в 1645–1676 годах, день 4 ноября был провозглашен днем благодарности Пресвятой Богородице за ее помощь в освобождении России от поляков в 1612 году. В церковный же календарь этот день вошел как День Казанской иконы Божией Матери, находившейся в ополчении и

ставшей его главным символом. Эта дата стала православно-государственным праздником Московской Руси и отмечалась вплоть до 1917 года.

Идея возродить в памяти людей празднование окончания Смутного времени и образа Казанской Богоматери, была высказана Межрелигиозным советом России в сентябре 2004 года. После внесения поправок в Трудовой кодекс Государственная Дума постановила, что 4 ноября будет признано Днем народного единства.

Традиционно в этот день в Кремле Президент России вручает государственные награды выдающимся деятелям науки и искусства, а также иностранным гражданам за большой вклад в укреплении дружбы и развития культурных связей с Россией. В российских городах проходят митинги, шествия и демонстрации.

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

Традиционно центром празднования считается Нижний Новгород, поскольку именно он является родиной народного ополчения. Праздник 4 ноября в Нижнем Новгороде проходит с большим размахом.

Отношение к празднику в обществе

После введения поправки к Трудовому кодексу и появления нового праздника в обществе разгорелась бурная дискуссия, высказывались мнения, что празд-

ник 4 ноября не имеет никакой исторической связи с описанными выше событиями, приводились рассуждения о способе датирования старых праздников в новом стиле. И все эти мнения сводились к тому, что новая дата праздника была избрана в целях отмены советского праздника Великой Октябрьской социалистической революции.

До сих пор не утихают споры вокруг праздника. Однако следует помнить, что Межрелигиозный совет России поддержал инициативу введения нового праздника. Соответствующее обращение вместе с текстом заявления было распространено в Думе накануне принятия поправок в Трудовой кодекс РФ, связанных с пересмотром праздничных дат.

«Мы полагаем, что день трагического разделения России – 7 ноября – не стал днем примирения и согласия», – говорилось в том обращении. Члены Межрелигиозного совета России утверждали, что последовавшие за ним события «привели к гибели миллионов наших сограждан, в то время как освобождение Москвы от иноземных захватчиков в 1612 году объединило народ и прекратило братоубийственное кровопролитие».

О выборном человеке Минине и князе Пожарском

Кузьма Минин вместе с Дмитрием Трубецким (ме-

нее известный сегодня руководитель первого народного ополчения, более года стойко державший осаду поляков в Москве) и Дмитрием Пожарским управлял великой российской державой до созыва Земского собора, так как после объединения Советов всей земли Первого и Второго ополчений в результате взятия Москвы и окончательного объединения ополчений Совет всей земли он не собирался. На другой день после венчания на царство (12 июля 1613) царь Михаил Фёдорович поклонялся Минину чин думского дворянину и вотчине. Заседая с тех пор постоянно в думе и живя в царском дворце, Минин пользовался большим доверием царя и получал важнейшие задания.

Умер он в 1616 году, «во время розысков» в «казахских местах» (там, где население бывшего Казанского ханства несло казачью службу провозглашённой великой российской державе) по случаю восстания местного населения. Прах Кузьмы Минина был перенесён на территорию Нижегородского кремля.

Подвиг Пожарского в 1612–1613 гг. поражает не только воинской доблести, сколько смиренением. Князь был военным вождем второго – победного – народного ополчения. Его вклад в освобождение Москвы от поляков, литовцев и их приспешников оказался решающим – и это признавали даже недруги.

Но после триумфальной победы он отстранился от борьбы за власть, хотя его имя звучало в длинном перечне претендентов на престол. Изначально Пожарский не поддерживал кандидатуру юного Михаила Романова, но впоследствии служил ему верно, занимая важные, но вовсе не «диктаторские» посты. Да и к чрезмерному богатству не стремился. Эти качества добавили блеска к посмертной славе князя.

Князь умер на 65-м году своей жизни, и прах его покоятся в родовой усыпальнице в сузальском Спасо-Евфимовском монастыре.

«Может быть, время со-
крушит эту бронзу, но свя-
щенные имена их не ис-
чезнут в океане вечности...
Они всегда будут воспла-
менять любовь к Родине в
сердцах своих потомков.
Завидный удел! Счастливая
участь!» – писал о них Вис-
сарион Белинский.

Важны все дни побед и великих свершений, но день 4 ноября – своеобразный праздник выученных уроков русской истории, единственный в своем роде. Смута, нестроения, ослабление государства, бессмысленное кровопролитие – и, наконец, созревает объединяющая идея.

Владислав Комаров

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ

За качество жизни

✓ Работы любой сложности
✓ Контроль механического управления ✓ Замена освещения

+7(920)408-47-96

5 лет ГАРАНТИИ

•ПЕЧИ• •ДЛЯ БАНЬ•

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ
ТВЕРДОТОПЛИВНЫЕ КОТЛЫ
ПЕЧИ БАННЫЕ КАМЕНКИ

КПД 90%

+7-903-651-61-77

рекламная
СОРОКА
БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР ПО РЕКЛАМЕ

8-903-651-61-77

ул. Моисеева, 10, 3 этаж
info@soroka.ru

Работа
для Души

Можно без опыта работы
Заработка плата от 30 000 руб.

Условия:

- ⌚ обучение
- ⌚ телефония за счет компании
- ⌚ водитель
- ⌚ тестовая неделя оплачивается как рабочая
- ⌚ заработка плата: оклад + агентское вознаграждение 30%
- ⌚ работа в офисе
- ⌚ новый офис в центре города
- ⌚ официальное трудоустройство, выплаты з/п 2 раза/месяц

Обязанности:

- ⌚ поиск и сопровождение клиентов (газета, полиграфия)
- ⌚ холодные звонки, встречи
- ⌚ ведение клиентской базы в программе «Битрикс»

Если вы:

- ⌚ не боитесь холодных звонков
- ⌚ любите живое общение, работу в офисе
- ⌚ хотите приобрести навыки делового общения – то Вам к нам!

Верхняя планка дохода не ограничена

ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ЧЕРНОЗЕМЬЮ



Ноябрьские праздники в этом году проходят на фоне пандемии и сопряжены с разнообразными ограничениями. И, тем не менее, люди находят варианты отдохнуть — преимущественно, это становится возможным при поездках по родному краю в кругу семьи, без посещения массовых мероприятий и закрытых на время пандемии мест отдыха. Поэтому, планируя маршрут, нужно в первую очередь проверять, что можно посетить, а что нельзя, и где какие ограничения установлены. Обычно вся информация есть на сайтах организаций.

Итак, если вы хотите в маленькой компании путешествовать по Черноземью, мы можем обратить ваше внимание на несколько интересных и удивительных мест. И если вы там ещё не бывали, то стоит задуматься над тем, не включить ли эти места в свой план путешествий...

В гости к лошадкам

Всего лишь в ста километрах от Воронежа, в Бобровском районе, находится родина знаменитых орловских рысаков. На звонах в Хреновом и Чесменке лошадей разводят

до сих пор. Желающие могут погладить прекрасного коня, прокатиться с ветерком и даже устроить выезд на пикник. А ещё можно посетить районный музей, где расскажут, как вязать веники и ваять валенки, зачем в молоко бросали лягушку, и какую роль в деревенской моде играли подзатыльники.

Бирюлькины люльки

К югу от Воронежа находится знаменитый музей-заповедник «Костенки» с небольшой, но уникальной экспозицией — остатками старейшей в Европе стоянки человека. Тут есть подлинное жилище из костей мамонта, построенное 20 тысяч лет назад, и чучело «мохнатого слона». Из Воронежа сюда можно менее чем за час добраться на машине и принять участие в экскурсии к археологическому раскопу.

На поиски выхухоли

Если вам отзываются прогулки по лесу, можно запланировать и совершить бюджетное путешествие на автобусе в Хопёрский заповедник. Там проживает даже реликтовая выхухоль. Это очень странный внешне и очень капризный зверь. Следы пребывания

выхухоли учёные фиксируют часто, а вот встретиться лично не могут уже много лет. В неволе же выхухоль размножаться не желает. Остается только рассматривать чучела и надеяться на случайную встречу...

Самая северная пустыня

Там, где Воронежская область граничит с Ростовской, находится самая северная пустыня в мире. От Воронежа это примерно 300 километров, причём дорогу придётся уточнять у местных жителей, потому, что наша пустыня — не туристический объект. К тому же не всякая машина осилит местные дороги.

Лес зубров

Любителям природы наверняка придется по душе вариант посетить единственный национальный парк в Черноземье — Орловское полесье в Орловской области. Хвойные и хвойно-широколиственные леса, перемежающиеся участками лесостепной растительности, придают ландшафту неповторимое своеобразие. Здесь можно пройти экотропой по специально разработанному маршруту и понаблюдать за зубрами.

Вечер на хуторе

Для любителей сельской романтики идеально подходит Ломовской природно-ландшафтный парк в Воробьевском районе Воронежской области. Здесь есть аутентичный хутор с тщательно воссозданным крестьянским бытом. Можно погулять среди инсталляций (ветряная мельница, деревянные качели, крестьянский амфитеатр), искупаться в чистом озере с песчаным пляжем и банией на берегу, посмотреть на бобровую плотину и пожить в домах или номе-рах со всеми необходимыми удобствами. Ещё здесь продают деревенские продукты — творог из молока местных коров, отжатое в реконструированной стариинной маслобойке масло и мёд с ломовских пасек.

Валерия Тихонова

8(903)651-45-99 ПЕРЕЕЗДЫ

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ
ГРУЗЧИКИ



ОКНА ПВХ

✓ МОНТАЖ
✓ ГАРАНТИЯ
✓ СЕРВИС

ОТРАЖЕНИЕ ЯРКИХ ЭМОЦИЙ
ЗАРУБЕЖНЫЕ И ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

+7(920)408-45-82

ПОЛИГРАФИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

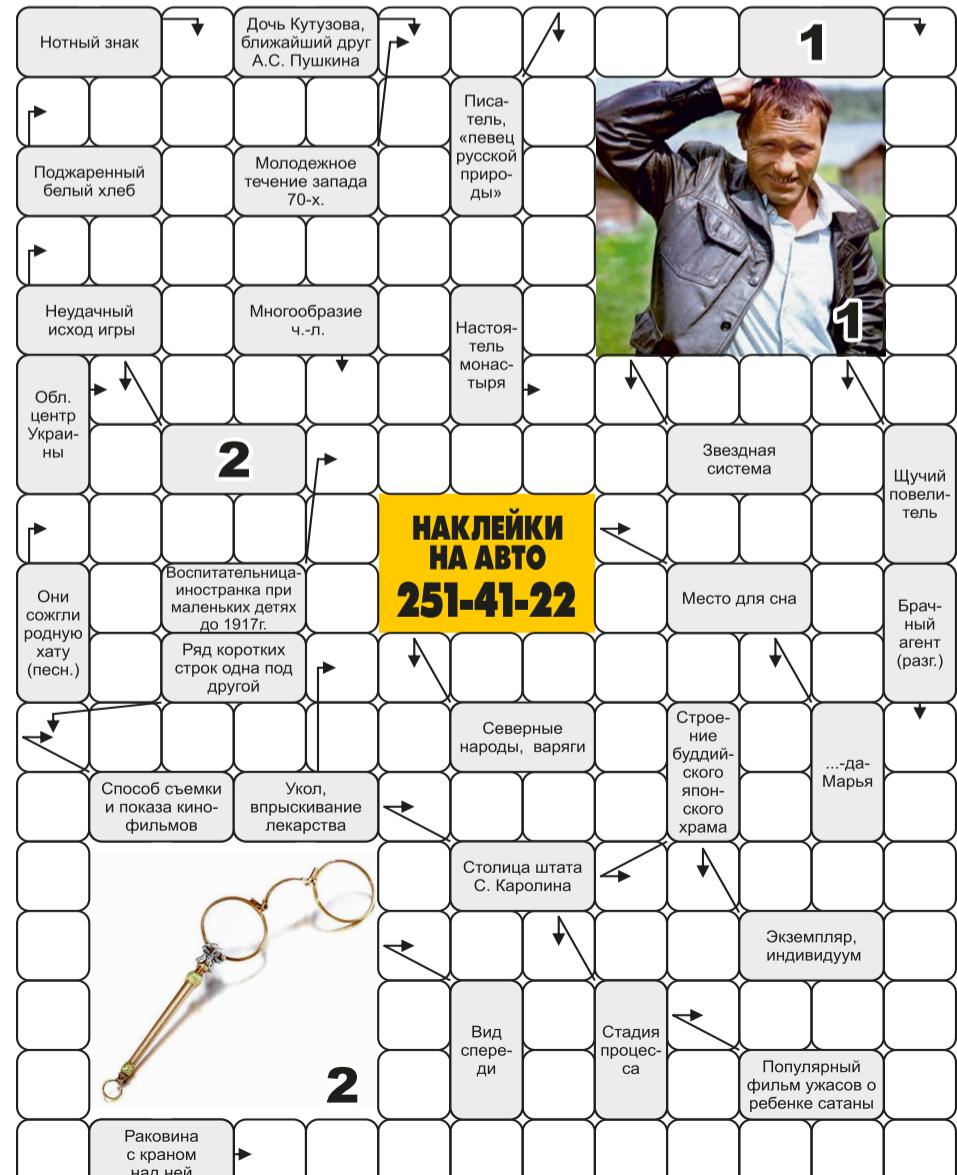
- ВИЗИТКИ
- ФЛАЕРЫ
- БУКЛЕТЫ
- ОТКРЫТКИ
- БЛАНКИ
- БЕЙДЖИ
- БИРКИ
- ЗНАЧКИ
- ШИЛЬДЫ
- СКАНИРОВАНИЕ
- ПЕРЕНОС НА ТКАНЬ

ПЕЧАТЬ
КОПИРОВАНИЕ

info@soroka.ru

8(903)651-41-22

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД опубликованный в №36



КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ
ИЗГОТОВЛЕНИЕ НА ЗАКАЗ

- ШКАФЫ-КУПЕ
- КУХНИ
- ГОСТИНЫЕ
- ПРИХОЖИЕ
- ДЕТСКИЕ
- ГАРДЕРОБНЫЕ

8-473-251-61-77

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

- МНОГОУРОВНЕВЫЕ
- С ФОТОПЕЧАТЬЮ
- ГЛЯНЦЕВЫЕ
- МАТОВЫЕ
- БОЛЬШОЙ ВЫБОР**
цветов и фактур

8-903-651-45-11

НЕВРОЗ: ЧТО ЭТО ТАКОЕ И КАК ЕГО ЛЕЧИТЬ?



Невроз – это такое состояние, про которое говорят: уже нездоров, но еще не болен. Это психогенное длительное расстройство, имеющее обратимый характер. На ранних стадиях болезнь легко поддается лечению. Но затягивание этого процесса может приводить к более серьезным последствиям.

Причины неврозов

Причины неврозов до конца не изучены, но большинство специалистов сходится во мнении, что главная роль в этом отводится стрессу, какой-то психотравмирующей ситуации. Причём большее значение имеет не сила или длительность стресса, а степень восприятия и отношение к нему человека. То есть, играет роль внутреннее состояние личности, особенности характера. Например, если человек сам по себе тревожный, мнительный, сентиментальный, то риск невроза выше.

Симптомы неврозов

Среди симптомов заболевания выделяют следующие:

- лабильность эмоционального фона, частые перепады настроения;
- проблемы со сном – бессонница, раннее просыпание или тяжело просыпаться утром;
- тревожность, страхи;
- панические атаки;
- сентиментальность, плаксивость, ранимость;

- повышенная раздражительность;
- снижение работоспособности и когнитивно-познавательных функций;
- фиксация на травмирующем факторе;
- свето-, звукочувствительность;
- повышенный или пониженный аппетит;
- пессимизм, отчаяние;
- принимаясь за какое-либо дело, топчутесь на одном месте и никуда не двигаетесь;
- занятие;
- физиологические симптомы – головные боли, головокружение, боли в сердце, пищеварительные расстройства, затрудненное дыхание и т.д.

Стадии неврозов

Все неврозы проходят в своем развитии три стадии. Первая длится месяц и характеризуется острой психической травмой. Если ее последствия не были вовремя замечены, то происходит развитие процесса, появление определенных реакций и осознание своего «ненормального» состояния. Когда расстройство длится от полугода до двух лет, говорят о второй стадии. И если на первых двух стадиях болезнь не искореняется, она переходит в статус хронического расстройства со стойкими изменениями структуры личности, – это уже

третья стадия.

Виды неврозов

Три самых распространенных вида невроза: неврастения, невроз навязчивых состояний и истерия.

Главные симптомы неврастении – истощение и повышенная утомляемость на фоне раздражительности и гипервозбудимости. Могут также присоединяться и другие симптомы: повышенная чувствительность к яркому свету, температурным скачкам, громким разговорам. Появляются и вегетативные расстройства: тахикардия, повышенная потливость, головные боли. Больному сложно сосредоточиться, настроиться на какую-либо деятельность.

Истерия – это разновидность невроза, которую прозвали великой симулянкой за разнообразие ее симптомов. Способствует ее развитию истерический тип характера.

Среди проявлений болезни выделяют приступы удушья, рыдания или смеха. Она может маскироваться под гипертонический или сердечный криз. Наблюдается временная обездвиженность и потеря чувствительности в конечностях. Редко проявляются невротическая глухота, слепота. Наверное, самым известным симптомом расстройства является приступ истерии. При нем человек падает в обморок, но, удивительно, очень удачно. Возможно появление, похожих на судорожные, приступов. Больные размахивают руками, «кубиваются» страданиями, их тело выгибается в дугу. Такой приступ носит демонстративный характер. Чаще им подвержены женщины. Несмотря на удручающие, мучительные симптомы, больные не стремятся избавиться от этого состояния. Наоборот, они искусно им манипулируют. При любых претензиях к ним они ссылаются на свою «тяжелую» болезнь. Как правило, такие личности демонстративны и эгоцентричны.

Невроз навязчивых состояний – еще одна форма заболевания, при которой определенные мысли, действия, страхи становятся настолько навязчивыми, что человек воспринимает их болезненно, они мешают привычному для него укладу жизни. Среди часто встречающихся фобий – страх смерти, смертельного заболевания, замкнутого пространства и другое. Страхи способны спровоцировать и навязчивые действия. Так, индивиды стремятся постоянно мыть руки, чтобы «не подхватить какую-нибудь заразу», дезинфицируют все вокруг, избегают общественных мест.

Лечение неврозов

Лечение неврозов, прежде всего, осуществляется с помощью психотерапии. Это главный инструмент в преодолении недуга, который нельзя заменить даже медикаментозными средствами.

Но изначально следует отменить воздействие психотравмирующего фактора. Это можно сделать двумя путями: первый вариант – устранить ситуацию; второй – как в поговорке: «Если вы не можете изменить ситуацию, то измените отношение к ней». Этим и занимается психотерапия.

Среди психотерапевтических методов лечения неврозов особое внимание уделяется когнитивно-поведенческой терапии. Применяют технику, которая провоцирует возникновение у клиента его навязчивых мыслей или действий. Считается, что таким образом человек привыкнет к ним, и они перестанут обладать пугающим характером. Кроме этого, такая методика позволяет отвлечься от навязчивостей.

Для устранения тревожности поведенческая терапия применяет способы, помогающие изменить неправильные установки, а также методы противостояния стрессовым ситуациям. Чтобы избавиться от фобий, человека намеренно погружают в устрашающую ситуацию. К примеру, если он боится публичных выступлений, то его принуждают выступить с лекцией или до-кладом для группы людей.

Применяют и другие виды психотерапии, в том числе, например, гипноз, аутогренинги, психоанализ и т.д. В любом случае всегда надежнее и безопаснее обратиться к специалисту, который назначит вам правильное лечение.

Екатерина Голубева



доктор
СЛУХОВ

Цифровые слуховые аппараты:
подбор, настройка, продажа!
Выезд специалиста на дом.

Успейте записаться!

ул. ДОМОСТРОИТЕЛЕЙ, 45
8(473)228-51-08

ИП Волобуева А.В. ОГРНП 321366800055470. Немедицинские услуги.

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

8-903-651-49-55

ЗДЕСЬ МОЖЕТ БЫТЬ
ВАША РЕКЛАМА

8-903-651-61-77



РЕШЕНИЕ СЕМЕЙНЫХ ПРОБЛЕМ

ГАДАНИЕ НА КАРТАХ,
НА КОФЕЙНОЙ ГУЩЕ

ВСЕГО ЗА 1 ДЕНЬ

+7(952)103-52-76



СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Здоровье Слуха –
Это просто!

Продажа и обслуживание
зарубежных и отечественных
слуховых аппаратов

+7(903)651-61-77



РЕШЕНИЕ СЕМЕЙНЫХ ПРОБЛЕМ
СИЛЬНЕЙШИЙ
ЛЮБОВНЫЙ ПРИВОРОТ

ВСЕГО ЗА 1 ДЕНЬ

+7(920)408-47-96

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ



ОВЕН (21.03 – 20.04)

Начало недели для некоторых из Овнов связано с проявлением иллюзий, мистификаций, выдвижением несбыточных гипотез. Возможно Овнам будет брошен вызов. В то же время, именно в это время будет немаловажно мнение со стороны, и придется пожалуй, стиснув зубы этот вызов принять.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

В понедельник Телец будет очень удачлив. И основная задача будет состоять в том, чтобы не ошибиться и не решить, что так будет всегда. Объедините финансовую ответственность и личную заинтересованность, а профессиональная дружба откроет прекрасные возможности для процветания.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

В начале недели в первую очередь зелёный свет загорится для Близнецов творческих профессий. Именно им грозит успех и всеобщее признание. Все ваши действия пройдут под девизом: как аукнется, так и откликнется. Настройтесь на позитивное отношение ко всему, и творите добрые дела.



РАК (22.06 – 23.07)

Ореол таинственности и загадочности на этой неделе Ракам не помешает, а только будет способствовать заинтересованности окружающих в общении. Отдайте старые долги и почувствуйте облегчение. Крупные суммы пока лучше не выкладывать, и с покупками рекомендуется повременить.



ЛЕВ (24.07 – 23.08)

Идея у некоторых из Львов в начале недели может оказаться больше, чем возможностей к их реализации. Впрочем, это не повод для расстройства – оставьте часть задуманного на будущее. Вы сможете с честью выйти практически из любого, сколь угодно трудного положения.



ДЕВА (24.08 – 21.09)

Неделя потребует от Девы немало сил и терпения, зато благоприятна для возвращения к нереализованным планам и идеям, а необходимая информация появится вовремя. Вот здесь стоит держать ушки на макушке и тщательно сортировать всё, что услышите или узнаете, чтобы избежать ошибок.



ВЕСЫ (22.09 – 23.10)

Во второй половине недели у некоторых из Весов возможен переворот в мироощущении: то, что еще недавно было таким важным и нужным, может вдруг показаться занудным и лишним. Но воздержитесь от резких движений – возможно, оно и в самом деле является важным и нужным.



СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

На понедельник Скорпионам желательно не планировать деловые переговоры – лучше перенести их на среду. А со среды Скорпионам следует быть максимально осторожным во всем, что связано с финансами. И если есть возможность, подобного рода дела лучше все отложить на потом.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Ловите удачный момент! На этой неделе возможны процветание в денежных и семейных делах, особенно связанных с недвижимостью, семейным бизнесом. Если трудовая деятельность Стрельцов связана с поездками за границу, обучению иностранным языкам, фортуна этому поспособствует.



КОЗЕРОГ (22.12 – 19.01)

Начало недели порадует Козерога денежными поступлениями. Все решения на этой неделе будут требовать новых знаний, способностей и умения сложить два плюс два, получая один и тот же ответ на вопрос, который вы возможно будете задавать разными путями.



ВОДОЛЕЙ (20.01 – 19.02)

Водолеи, возможно, испытывают приступы дурного настроения и будут склонны видеть все в чёрном свете. Попробуйте проверить старый метод лечения – посетите парикмахерскую. Если позволяет время, можно заняться своим здоровьем, даже операции пройдут более или менее успешно.



РЫБЫ (20.02 – 20.03)

Рыбам утром в понедельник можно обсудить с руководством ваши перспективы. И если у вас испорчены с ними отношения, то сейчас самое время поискать примирения. Благоприятна работа над новыми проектами, которые находятся только в стадии разработки и обсуждения: всё получится.

ВЫГЛЯДИТ ЛУЧШЕ



Как визуально увеличить пространство комнаты

Если увеличения жилплощади пока не предвидится, а квартира производит впечатление маленькой и тесной, то есть несколько способов изменить это восприятие и заодно поднять себе настроение полученным результатом.

Больше зеркал

Самый простой и очевидный способ зрительно увеличить любое помещение – широкие и большие зеркала. Это могут быть фасады шкафов, двери, целая стена или несколько отдельных высоких зеркал – результат один и тот же. А если грамотно скомпоновать их с освещением и учсть расположение окна, то можно заодно увеличить количество света в комнате без дополнительных усилий. Вуаля – и вот уже мы экономим на электроэнергии с помощью зеркал!

Светлые оттенки

Используйте в интерьере преимущественно светлые оттенки. Можно сделать бе-

льими и потолок, и обои – и комната сразу будет казаться больше. Но если белый цвет кажется вам слишком скучным, можно просто использовать светлые тона в оформлении: серый, бежевый, пастельную гамму. Красок и настроения легко добавить с помощью аксессуаров и декоративных вставок. Весь фокус в том, что основной фон должен быть светлым и нейтральным. Кстати, мебель из светлого дерева дает тот же эффект, что и светлые обои.

Геометрия

Вертикальные полосы визуально поднимают потолки, если грамотно использовать их на стенах. Но тут важно не переборщить с количеством полос и их толщиной: комнате достаточно пары контрастных акцентов умеренной толщины. Это могут быть во все и не полосы на обоях, а вертикальные вставки. Сильно полосатые обои на все стены могут дать обратный эффект и раздражать людей.

Горизонтальные же полосы раздвигают стены и

увеличивают комнату в ширину, но не в высоту. Некоторые считают, что горизонтальные полосы делают комнату ниже. В общем, используйте полосы на обоях, декоративные ленты или вытянутые горизонтальные полки по своему вкусу.

Глянцевые поверхности

Глянец дает примерно такой же эффект, как зеркала. Это может быть глянцевая обшивка стен, акриловые фасады, специальные коллекции обоев и любые другие покрытия. С помощью глянца можно не только визуально увеличить комнату, но и зрительно сместить границы между комнатами.

Мелкий принт

Визуально увеличить комнату в стиле «прованс» помогут обои с мелким цветочным принтом. А если подобрать к ним компаньона с похожим, но крупным рисунком на противоположную узкую стену – сможете зрительно увеличить расстояние ее ширины.

Крупное напольное покрытие

Выбирайте крупную плитку, ламинат или доску вместо мелкой мозаики или классической узкой «елочки». Чем меньше стыков и линий – тем больше кажется комнаты. Учитывайте направление укладки, если это длинные вытянутые доски.

Раздвижные двери

Раздвижные межкомнатные двери и двери шкафов отнимают очень много полезной площади. Но этот вопрос помогут решить современные раздвижные системы. Если это межкомнатная дверь, для ее установки понадобится неболь-

шой короб, который все равно займет несколько сантиметров, но на практике это гораздо меньше, чем занимает открытая распашная дверь.

Освещение

Чем больше света в комнате, тем просторнее она кажется. Лучше всего используйте многоуровневые системы: рассеянный потолочный свет, зональную настенную подсветку, торшеры, ночники и настольные лампы.

Высокие занавески

Хитрый прием, который поможет вытянуть стены и поднять потолки – высокие занавески. Подвесить такие занавески нужно как можно выше окон, почти под потолок, и они должны быть до самого пола.

Расстановка мебели

Если комната маленькая, мебель лучше расставлять вдоль стен, причем она должна быть высокой, в потолок.

Минимализм и крупный декор

Лучше отказаться от большого количества украшений, статуэток, ваз и декоративных мелочей в пользу одного крупного и выразительного элемента. Например, можно повесить на стену одну большую картину или постер. Или собрать большую композицию из любимых фотографий, рисунков или эскизов, только повесить их вплотную, возможно даже заходя друг на друга для целостности.

Роман Дежнёв

ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ


ДВЕРИ
МЕЖКОМНАТНЫЕ

ЗАМЕР БЕСПЛАТНО

КАЧЕСТВО, НАДЁЖНОСТЬ
+7(903)651-45-11

УСТАНОВКА


НАТЯЖНЫХ ПОТОЛКОВ

ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА
БОЛЬШОЙ ВЫБОР ФАКТУР И ЦВЕТОВ
ТЕЛЕФОН ДЛЯ СПРАВОК:
+7(903)651-45-11

РЕАЛИЗУЕМ МЕТАЛЛОПРОКАТ
ТРУБА, АРМАТУРА, УГОЛ, КРУГ, ЛИСТ

+7-920-408-47-96

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

от 3500 рублей
8-950-760-73-57 Игорь

ВРЕЗКА ЗАМКОВ, ТАМБУРА
КЛАДОВКИ НА ЭТАЖАХ, ЭЛЕКТРИКА, САНТЕХНИКА, СВАРОЧНЫЕ РАБОТЫ
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ
8-920-413-62-19
8-910-346-74-92

ПИЛОМАТЕРИАЛЫ

ТЕРМОДОСКА
БРУС/ДОСКА
ПОДГОТОВКА И ОПИЛ БЕСПЛАТНО
ДУБ, ЯСЕНЬ, ЛИСТВЕННИЦА
+7-903-651-61-77

ООО «ВЕРТЕКС 2000»
ДЕМОНТАЖ МЕТАЛЛОЛОМА
Вывоз от 100 кг.
Цена до 24 руб.
Закупка, поставки на завод металлолома
Работаем по всей Воронежской области
8(919)248-19-44
8(903)437-40-80

Лиц.ЛО-61-01-007627 от 04.03.20г.

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

Все виды работ, крыши, ворота, заборы, штукатурка, сайдинг и др.
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА*
8-903-651-61-77

*Действует постоянно. Подробности по тел.

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

Выезд и замер бесплатно
8-908-147-95-95

ОКНА «ДарПласт»


УСПЕЙ! КУПИТЬ!
КРАТЧАЙШИЕ СРОКИ ГАРАНТИЯ НА 6 ЛЕТ
ПРОФЕССИОНАЛЬНО РАССРОЧКА БЕЗ %
ПРЕДОСТАВЛЯЕМ СКИДКИ до 30%
Тел. 8-930-417-69-69

*Действует постоянно. Подробности по тел.

РЕМОНТ ОКОН И ДВЕРЕЙ ПВХ

ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ, 24/7, ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА
СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ 10%
8-960-139-05-36

*Действует постоянно. Подробности по тел.

СРУБЫ БАНИ

8(473) 251-45-11

Строительная бригада

выполняем все виды работ дома, крыши, заборы, тротуарные плиты
пенсионерам скидка
8-960-104-79-79 Борис

*Действует постоянно. Подробности по тел.

СТРОИТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ

Дома, бани, крыши, сайдинг, хоз.блоки, ремонт квартир, фундаменты, отмостки
Т. 8-966-167-06-66 Сергей

МОЩНЫЕ, СОВРЕМЕННЫЕ РАДИАТОРЫ

НОВЕЙШИЙ ДИЗАЙН ВЕРХНЕЙ ЧАСТИ С КОНВЕКТИВНЫМ ОКНОМ
НОВИНКИ В МИРЕ ОТОПЛЕНИЯ
+7(952)103-52-76

ОТДЕЛОЧНЫЕ РАБОТЫ


Делаем ремонт с радостью!
Работы любой сложности.
Шпаклевка, грунтовка, покраска.
Все виды работ из нашего материала.
+7(920)408-47-96

ЗНАКОМСТВА

Жен., 52, познакомится
89805370402

КУПЛЮАнтиквариат, коллекционирование

Книги, значки, медали, елоч. игрушки, статуэтки, иконы
89518697555

Бытовая и цифровая техника

Куплю любую аудиотехнику (колонки, усилители, проигрыватели, пластинки). тел.8-919-181-24-53

ПРОДАМ

Слуховые аппараты.
8-473-228-51-08

УСЛУГИКрасота

Суперпохудение.
т. (473)2409763

Строительство, ремонт

Врезка замков, тамбура. Кладовки на этажах, электрика, сантехника, сварочные работы любой сложности. тел.8-920-413-62-19, 8-910-346-74-92

Демонтаж металлолома. Вывоз от 100кг. Цена до 24руб. Закупка, поставки на завод металлолома. Работаем по всей Воронежской обл. тел.89192481944, 89034374080

Домашний мастер: сантехника, электрика, быстро, качественно, недорого! Тел. 8 952 959 17 08

Монтажно-строительные работы: отопление, водоснабжение и водоотведение. Работы любой сложности. Наши телефоны: 8-950-757-33-79, 8-903-652-92-81

Расчистка заросших дач. Вспашка земли. Покос травы. Корчевание пней. Спил деревьев. Демонтаж. Вывоз мусора и веток. Песок. Чернозем. Щебень.
тел.8-920-416-8195

Строительная бригада. Разные виды работ из нашего материала и материала заказчика. Кровля, заборы, фасад, фундамент, внутренняя отделка, бани и др. тел.8-960-104-79-79

Спиливание деревьев любой сложности т.89803446535

Установка заборов. Навесы. Ворота. тел.8(473)240-46-47, 8-920-404-40-48

Отделочные работы

Натяжные потолки 8-908-147-95-95

Натяжные потолки за один день, работа с пылесосом 89525434373

Натяжные потолки от 3500 рублей. 89507607357 Игорь

Окна, балконы

Окна в кратчайший срок. Гарантия на 6 лет. Профессионально. 8-930-417-69-69

Двери. Окна. Откосы.
тел.8-915-544-16-01

Регулировка окон, замена уплотнителей и ручек. 89155441601

Ремонт окон. Частный мастер без выходных. Качество. 89802459571

Ремонт пластиковых окон. Замена ручек, фурнитуры. Устранение продувания. Замена стеклопакетов и многое другое (любая сложность). Особые условия для льготной категории населения!!! тел.89525592526, 89038574357

Ремонт окон и дверей ПВХ. Любой сложности, 24/7, гарантия качества. Скидка пенсионерам 10%. (Дейст. пост. Подр. по тел.) тел.8-960-139-05-36

Транспортные

Газель. Вывоз мусора 291-34-91

Электрик

Электрик. Ремонт. Тел. 8-950-772-56-78

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

РЕМОНТМягкой мебели

Рем. и перетяжка мебели. тел.8-920-441-40-66

Бытовой техники

Телевизоров, СВЧ ремонт. Гарантия. тел.257-06-22

Ремонт стиральных машин. Опыт 15 лет. Без посредников. Недорого. тел.228-68-39

Ремонт на дому холодильников и стиральных машин, качество, гарантия, диагностика бесплатно, скидки до 30% (Действ. пост. Подр. по тел.). Василий тел.89066742128

Стиральных машин ремонт, кондиционеров, холодильников. Выезд и диагностика бесплатно. Пенсионерам скидка 30%. Ремонтирую после др. мастеров. тел.8-915-546-54-79

Андрей, без посредников

РАБОТА

Вахта в Москве - упаковщицы, грузчики. От 50 руб. в месяц. Бесплатное проживание. Питание. Авансы. Можно семейные. Оплата проезда!

Тел.: 89771289232 (+ Ватсап, Вайбер)

В «Столовую» требуется КУХОННЫЙ РАБОТНИК. Обязанности: чистка овощей, уборка помещений, опыт работы. Гр/раб 5/2 с 7:30 до 16:00 (сб., вс. - выходной + все праздники), з/п еженедельно, бесплатное питание, мед. книжка. тел.8-915-541-75-70

На постоянную работу требуются ОХРАННИКИ з/п 20000 руб., УБОРЩИЦЫ з/п от 20000 руб. тел.8(473)271-00-58

На постоянную работу «Воронежский тепличный комбинат» приглашает: рабочую по уходу за растениями, слесаря, слесаря-сантехника, грузчика, тракториста, оператора котельной, электрогазосварщика. В зимне-весенний период еженедельно овощные пайки, бесплатная доставка до места работы и обратно. Полный соцпакет, з/п 2 раза/мес. тел.234-54-12

Охранники от 1800. 8-903-030-53-35

Оформитель пропусков. 89236940997

Рабочие на мясокомбинат з/п 50 000 руб. 8-991-398-96-55

Сиделка на вахту. 8-985-549-53-31

Срочно требуются: упаковщик комплексных обедов, мойщики посуды 8-920211-30-40

Слесари-сборщики МК з/п от 86 000 руб., стропальщики з/п 70 000 руб. 8-922-508-64-17

Требуются приемщики заказов. До 32790 р. тел.8-952-958-76-45

Требуются на работу УБОРЩИКИ/-ЦЫ, ДВОРНИКИ, РАБОЧИЕ. Свободное время, з/п, все районы города, удобные графики работы, возможно вахта. тел.89003042449

Требуются ОХРАННИКИ, Курская и Белгородская обл. Вахта от 20 дней, з/п 21 000 руб.

тел.8-985-304-48-02

КОМПЛЕКТОВЩИЦЫ(-КИ) з/п от 65 000 руб. Стабильная з/п, указана за 30 смен! Проживание, питание, доставка, спецодежда - БЕСПЛАТНО. тел.8-996-824-17-25

Требуются на граждане РФ и иностранцы: РАБОЧИЕ з/п от 40000 руб., ОПЕРАТОРЫ ЛИНИИ з/п 48000 руб., УБОРЩИКИ з/п от 30000 руб. тел.8(473)210-73-43, 8-920-414-00-75

ВРЕЗКА ЗАМКОВ

Тамбуры,
Сварочные работы
ТЕЛЕФОН для СПРАВОК:
+7-903-651-45-11

**НАКЛЕЙКИ**

ЛЮБЫХ ЦВЕТОВ И РАЗМЕРОВ

◆ **плоттерная**
◆ **резка**
◆ **полноцветная**
печать

ТВОЙ СТИЛЬ
ИНТЕРЬЕРА
ТВОИ ПРАВИЛА

251-47-44

СОЗДАЁМ УЮТ

Двери

ВХОДНЫЕ / МЕЖКОМНАТНЫЕ

Замер
Выезд мастера
Установка

8-903-651-61-77

**УСЛУГИ САНТЕХНИКА**

РАБОТЫ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ:
ЗАМЕНА РАДИАТОРОВ,
РЕМОНТ ОБОРУДОВАНИЯ,
СТОЯКОВ ВОДЫ, ОТОПЛЕНИЕ,
САНФАЙНС, КАНАЛИЗАЦИЯ

звоните, договоримся
+7-920-408-47-96

рекламная
СОРОКА

БЕСПЛАТНАЯ РЕКЛАМНАЯ ГАЗЕТА

СТРОИТЕЛЬСТВО БАНЬ

под ключ

Гарантия 3 года

8-903-651-45-99

ЗДЕСЬ МОЖЕТ БЫТЬ ВАША РЕКЛАМА. 8-903-651-61-77

КУПОН БЕСПЛАТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ
только для поздравления, благодарности, некролога

Пишем, вырезаем, приносим в редакцию

Поздравление Благодарность Некролог*

ТЕКСТ ОБЪЯВЛЕНИЯ

Заполнять печатными буквами

* При подаче объявления в рубрику «Некролог» необходимо предоставить паспорт

**ОБЪЯВЛЕНИЯ ПРИНИМАЮТСЯ В ОФИСЕ РЕДАКЦИИ ГАЗЕТЫ «РЕКЛАМНАЯ СОРОКА»
по адресу: г. Воронеж, ул. Моисеева, д. 10, тел.: +7(473) 210-48-38**



Лестницы на заказ

изГОТОВИМ • достАВИМ • уСТАНОВИМ

звоните 8-903-651-45-11



РЕМОНТ 8 (473) 251-45-99 ПЕРЕТЯЖКА мягкой мебели



НИЗКИЕ ЦЕНЫ ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО

МЕБЕЛЬ НА ЗАКАЗ

Кухни • Шкафы-Купе • Гардеробные • Спальни • Детские и Др.

ЗАМЕР И ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО

251-61-77

ПОМИНАЛЬНЫЕ ОБЕДЫ

от 800 руб.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПОМИНАЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ГОДОВЩИН

+7-903-651-49-55

НЕСКОЛЬКО ЗАЛОВ ВМЕСТИМОСТЬЮ ОТ 100 И БОЛЕЕ ЧЕЛОВЕК

УДОБНОЕ МЕСТОРАСПЛОЖЕНИЕ

БОЛЬШОЙ СКЛАД КИРПИЧ ШЛАКОБЛОК

БОЛЬШОЙ ВЫБОР СТРОИТЕЛЬНОГО МАТЕРИАЛА

КИРПИЧ БЕЖЕВЫЙ КИРПИЧ КОРИЧНЕВЫЙ ЖЁЛТЫЙ КИРПИЧ БАВАРСКАЯ КЛАДКА

ВСЕГДА РАДЫ ВАШИМ ЗВОНКАМ +7(903)651-61-77

Наши Рецепты

Ингредиенты:

- Куриные бедрышки - 6 шт.
- Яблоки зеленые - 2 шт.
- или яблочный сок готовый - 1 стакан
- Соль - по вкусу
- Перец черный молотый - по вкусу

Курица, запеченная в яблочном соке

Приготовление:

- Яблоки помыть, порезать и отжать через соковыжималку сок.
- (Если сок покупной, то этот пункт пропустить.)
- Куриные бедрышки выложить в жароустойчивую форму, посолить и поперчить с обеих сторон.
- Залить курицу яблочным соком, чтобы лишь шкурка выглядывала из сока. Накрыть форму крышкой.
- Поставить форму в разогретую до 200 градусов духовку. Подождать, пока сок вскипит, а затем уменьшить температуру до 180 градусов. Готовить бедрышки под крышкой в духовке около 40 минут.
- Если верх не зажарился, то нужно снять крышку и готовить еще минут 10-15. Но т. к. шкурка выглядывала из сока, то она, скорее всего, и под крышкой хорошо подрумянится, а если слишком зажарится, то перед подачей шкурку можно просто снять.

По материалам сайта: russianfood.com

Приятного аппетита!

УСЛУГИ КУРЬЕРСКОЙ СЛУЖБЫ

Адресная доставка, распространение 8 (473) 210-48-38
рекламной продукции промоутерами
info@soroka.ru

Распространение газеты

рекламная СОРОКА

Осуществляется
по фирменным стойкам в МФЦ,
расположенным по адресам:

ул. Дружинников, д. 36
ул. Домостроителей, д. 24
Торговый центр «Лента»
ул. Ростовская, д. 34
ул. 20 Лет Октября, д. 123
Торговый центр «ЕВРОПА» у Цирка
Проспект революции, д. 336
Московский проспект, д. 129/1
Торговый центр «МП»
Семилуки. ул. Дзержинского, д. 9
Торговый центр «Олимп»

• Приятного чтения! •

ул. Моисеева, д 10, тел.: 8 (473) 210-48-38

КОПКА
КОЛОДЦЕВ
Бурение скважин.
Гарантия
8-473-251-45-11

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
+7 (473) 251-6177

для раздачи в оживленных местах города 8(473)210-48-38
ТРЕБУЮТСЯ РАСПРОСТРАНИТЕЛИ

ТРЕБУЮТСЯ
УБОРЩИКИ
ДВОРНИКИ
График 5/2 (8:00 до 17:00)
3/от 25 000 р.
Выплата два раза в месяц
+7(920)408-47-96

РЕСТАВРАЦИЯ
ПОДУШЕК
ВЫЕЗД НА ДОМ
чистая подушка –
здоровый сон
8-903-651-45-11

МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА ПРОФНАСТИЛ

Металлический штакетник
Водосточные системы
Кровельные комплектующие

251-61-77



ЧЕСТНЫЕ ПРОМОУТЕРЫ
РАЗДАДУТ ВАШИ
ЛИСТОВКИ

ПОМОЖЕМ ВАШЕМУ БИЗНЕСУ
ПРИВЛЕЧЬ НОВЫХ КЛИЕНТОВ

Телефон для справок:
+7(473)210-48-38