рекламная СОРОКА

Газета №1 по Воронежской области*

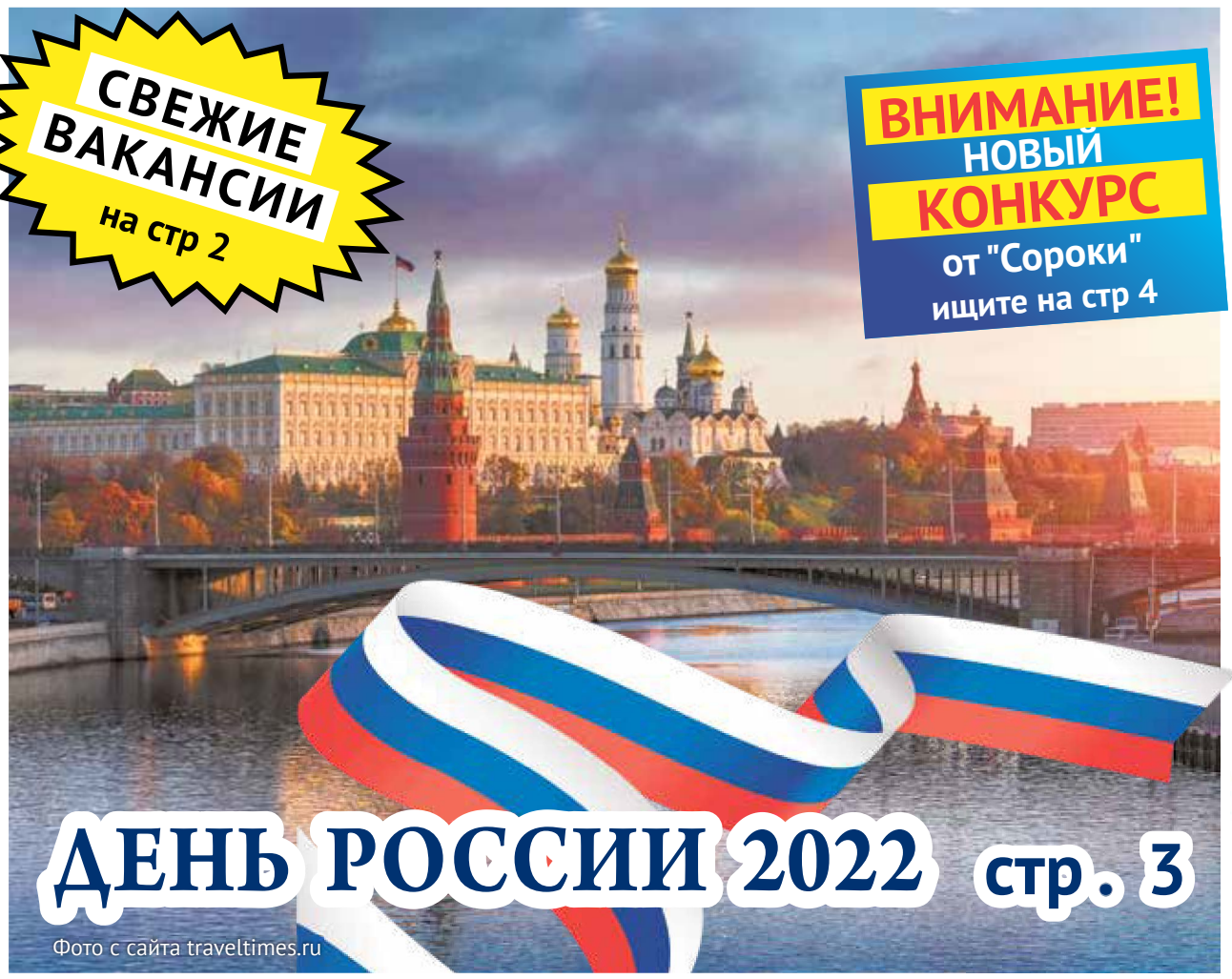
ТИРАЖ 250 000 экземпляров

№20 (65) от 06.06.2022 г.
Распространяется с 06.06 по 12.06.2022 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

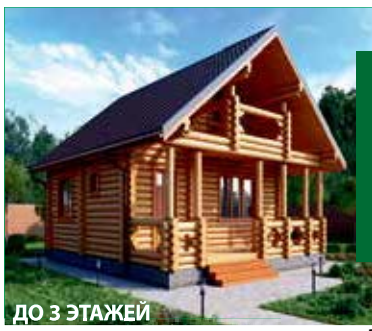
ЯЗЫК ЖЕСТОВ. КАК ПОНИМАТЬ ЛЮДЕЙ БЕЗ СЛОВ стр. 4

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



СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ВСЕ ВИДЫ СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ
Дома, бани, кровля, заборы, сайдинг, бетонные работы, фундамент, отмостка
Выезд и консультация БЕСПЛАТНО
8-960-112-5662 СКИДКА 20%
до 3-х этажей
*Действует постоянно. Подр. по тел.

МЕЖКОМНАТНЫЕ И ВХОДНЫЕ ДВЕРИ
Установка. Гарантия
8-903-651-45-11
Реклама для изучения спроса



СОЗДАЁМ ВМЕСТЕ
СТРОИТЕЛЬСТВО ДЕРЕВЯННЫХ ДОМОВ и БАНЬ
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
251-45-99
Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

До 3-х этажей
Реклама для изучения спроса

МЫ РАСПРОСТРАНЯЕМ РЕКЛАМНУЮ ПРОДУКЦИЮ ПО ПОЧТОВЫМ ЯЩИКАМ
Мы гордимся Своей Службой Распространения
тел: 210-48-38

Реклама для изучения спроса

СоцКомВклад
ВЛОЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ НА СУММУ ДО 1 400 000 РУБ.
до 22% годовых
СОХРАНИМ И ПРИУМНОЖИМ
Вложения застрахованы
СТРАХОВАНИЕ ИМУЩЕСТВА В ПОДАРОК*
15 лет вместе

КАЖДОМУ НОВОМУ КЛИЕНТУ ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ

Название	Срок (в днях)	Сумма	Годовая процентная ставка
Юбилейный +	548 дней	от 50 000 руб.	15,0 %
Удобный +	180 дней	от 5 000 руб.	20,0 %
	365 дней		22,0 %
Актуальный	91 день	от 5 000 руб.	19,0 %
Краткосрочный +	30 дней	от 30 000 руб.	17,0 %

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
ул. КОМИССАРЖЕВСКОЙ д. 5
(ВХОД С УЛИЦЫ ФРИДРИХА ЭНГЕЛЬСА)
8 (473) 206 64 99
ул. ПЛЕХАНОВСКАЯ д. 35
8 (473) 206 64 22
МОСКОВСКИЙ ПРОСПЕКТ д. 46
8 (473) 206 64 88
ул. 9 ЯНВАРЯ д. 170
8 (473) 206 64 00

*Данные условия доступны для членов потребительского кооператива. Членами кооператива могут стать юридические и физические лица (граждане России старше 18 лет). 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.

Что изменилось в жизни воронежцев с 1 июня

Представляем основные нововведения.

Индексация пенсий

С 1 июня пенсии неработающих пенсионеров проиндексированы на 10%. После индексации средний размер пенсии составил 19 360 руб. Выплаты в новом размере начали доставлять уже с 3 июня, перерасчёт происходит автоматически, никаких заявлений для этого подавать не нужно.

Повышение прожиточного минимума и МРОТ

На 10% также увеличился прожиточный минимум и минимальный размер оплаты труда (МРОТ), что привело к росту ряда пособий и выплат, которые устанавливаются исходя из его размера.

Так, МРОТ составил 15 279 руб. в месяц, а прожиточный минимум – для трудоспособных россиян 15 172 руб. Для пенсионеров он вырос до 11 970 руб., а для детей – 13 501 руб.

Увеличение периода выплат по потере кормильца

Теперь выплата по потере кормильца человеку старше 18 лет, окончившему школу и не поступившему в средние или высшие учебные заведения, продлевается до 1 сентября года, в котором завершено обучение.

Власти также гарантируют непрерывность получения пособий для поступивших в среднее или высшее учебное заведение.

Внедрение Fan ID

С 1 июня продажа билетов на спортивные мероприятия возможна при наличии паспорта болельщика, или Fan ID. Это карточка, которая нужна для идентификации человека на стадионе. Система позволит выявлять нарушителей порядка, аннулируя проход на трибуны. Список мероприятий, куда необходим паспорт болельщика, устанавливает правительство.

Необходимо направить заявление на оформление паспорта болельщика через портал «Госуслуги». Отказать в выдаче могут, например, если болельщик нарушал общественный порядок на спортивных мероприятиях. Решение об отказе можно обжаловать в суде.

Борьба с буйными пассажирами самолетов

Члены экипажа и сотрудники службы авиационной безопасности смогут использовать специальные средства сдерживания, если в салоне окажется буйный пассажир. Но такое возможно только по распоряжению командира судна. Список спецсредств и порядок действий экипажа установит правительство РФ.

Ужесточение контроля над оборотом оружия

С 29 июня купить оружие не смогут россияне до 21 года, если они не прошли или не проходят службу в государственных военизированных организациях и их работа не связана с использованием оружия. Откажут и тем, кто не занимается стрелковым спортом или не является представителем коренных малочисленных народов, а также тем, у кого есть две и более судимости и кого поймали за рулем в нетрезвом состоянии.

Запретят переделку оружия и его основных частей для изменения технических характеристик, определяющих вид и категорию. Распространять информацию о такой модификации тоже нельзя.

Лечение детей препаратами офф-лейбл

В России разрешат лечить детей с онкологией, гематологическими и другими серьезными заболеваниями лекарствами, не упомянутыми в инструкции по применению – это так называемые препараты офф-лейбл. Но такое возможно только после обязательного информирования и согласия самого пациента или его представителя.

Штрафы за нарушение противопожарного режима

Заметно ужесточат наказание за нарушение противопожарных правил в лесах. Так, штрафы для физлиц вырастут в 15-20 раз и достигнут 15-30 тыс. руб., для компаний —от 100 тыс. до 400 тыс. руб.

Максимальный штраф за нарушение правил противопожарной безопасности, если это повлечет причинение тяжкого вреда здоровью или смерть человека, составит 2 млн руб.

Отказ от бумажных документов

С 29 июня Росреестр перейдёт на безбумажный оборот с многофункциональными центрами. Документы, поступившие в МФЦ для кадастрового учета или регистрации прав на недвижимость, сотрудник МФЦ будет сканировать и, заверив усиленной квалифицированной электронной подписью, направлять в Росреестр в электронном виде. Это должно сократить сроки оказания услуг.

По материалам сайта: vestivrn.ru

Дорогой читатель!
Какие темы тебе интересны?
О чем ты любишь читать?
Напиши на электронную почту: info@soroka.ru
или позвони в редакцию: 8 (473) 210-48-38

ПУТЕШЕСТВИЕ В АБХАЗИЮ по доступным ценам
shaptour.ru 8-908-135-46-66

Отдых на Ольхоне - вместе с нами!
БАЗА ОТДЫХА «ОЛЬХОН»
e-mail: olhon2006@yandex.ru
Т. (3952) 70 89 89
8 (950) 122 24 44

АВТОБУСОМ К МОРЮ от 8900 р. с проездом
Дивноморское-Лермонтово
Кабардинка-Геленджик
Бухта Инал-Архипо-Осиповка
ИЮНЬ: 18, 25
ИЮЛЬ: 02, 09, 16, 23, 30
АВГУСТ: 06, 13, 20, 27
Курочка у моря www.kmore.ru
8-952-958-5497, 244-69-32
Цена дана на момент публикации

АССОЦИАЦИЯ НЕДРОПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ЧЕРНОЗЕМЬЯ
В целях выявления нарушений в сфере разработки полезных ископаемых
ПРОСИТ ГРАЖДАН, ИМЕЮЩИХ СВЕДЕНИЯ О ВОЗМОЖНЫХ НАРУШЕНИЯХ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА О НЕДРАХ, СООБЩАТЬ
ПО ТЕЛ.: 8(910)249-77-53
ПО ЭЛ.ПОЧТЕ: anvo@nedravrn.ru
ОФИЦИАЛЬНЫЙ САЙТ АССОЦИАЦИИ nedravrn.ru

РЕМОНТ НА ДОМУ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
И ДР. ТЕХНИКИ
СБОРКА МЕБЕЛИ
САНТЕХНИКА + ЭЛЕКТРИКА
ТВ + КОМПЬЮТЕРЫ
Недорого, гарантия, выезд бесплатный
Городская служба ремонта
Звоните! И все уже сегодня заработает! 8-951-546-13-82

ВАКАНСИИ

В ТРАМВАЙНОЕ ДЕПО ТРЕБУЮТСЯ: МОЙЩИКИ(ЦЫ), СЛЕСАРИ
РАБОТА ВАХТОВЫМ МЕТОДОМ В ГОРОДЕ МОСКВА
БЕСПЛАТНОЕ ПРОЖИВАНИЕ, ПИТАНИЕ, СПЕЦОДЕЖДА
З/П ОТ 100 000 РУБЛЕЙ
АВАНС КАЖДЫЙ ПОНЕДЕЛЬНИК 2000 РУБ.
89124401561 АНАСТАСИЯ

ТРЕБУЕТСЯ РАБОЧИЙ НА ПРОИЗВОДСТВО
ОФОРМЛЕНИЕ ПО ДОГОВОРУ
ОПЛАТА ОТ 1500 РУБ/СМЕНА
АДРЕС ПРОИЗВОДСТВА: УЛ. ДИМИТРОВА 124 И
Т.8-910-342-04-43

Центрторг
ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦА-КАССИРА ПЕКАРЯ
ОФОРМЛЕНИЕ ПО ТК РФ
ОТДЕЛ КАДРОВ: Г.ВОРОНЕЖ, ПР.РЕВОЛЮЦИИ,58
Тел. 8-910-285-30-65, 253-25-83

ООО «ПЕЧАТЬ ЧЕРНОЗЕМЬЯ» ПРИГЛАШАЕТ
ПРОДАВЦОВ
Печатной продукции (книги, газеты, журналы) в киоски
Работа рядом с домом; своевременная оплата труда от 14 000 руб. за 2 недели; без возрастных ограничений.
+7 952 956-14-98
+7 473 277-27-00
График сменный: неделя/неделя; 2/2; 3/3

ТРЕБУЮТСЯ РАБОЧИЕ НА СБОР КЛУБНИКИ
НОВОУСМАНСКИЙ РАЙОН. З/П ОТ 30 000 Р.
ПРОЖИВАНИЕ В ОБЩЕЖИТИИ, ТРЕХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ.
+79204457113; +79601236492

ТРЕБУЮТСЯ СОТРУДНИКИ САДА
В ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ ЛЕБЕДЯНСКОГО РАЙОНА
ТРЕБОВАНИЯ: ОТ 18 ЛЕТ
ГРАФИК РАБОТЫ: С 8.00 ДО 17.00
ОПЛАТА ОТ 2000 Р. ДО 3500 Р. В ДЕНЬ
РАБОТА ВАХТОВЫМ МЕТОДОМ ДО ОКТЯБРЯ (ПО ВАШЕМУ ЖЕЛАНИЮ). РАЗЛИЧНЫЕ РАБОТЫ (ЗЕЛЕНЫЕ ОПЕРАЦИИ, ДАЛЕЕ СБОР ЯБЛОК).
ПИТАНИЕ, ПРОЖИВАНИЕ БЕСПЛАТНО!
ТЕЛ.:8-905-044-16-07

Премьер ШКОЛА
ТРЕБУЮТСЯ:
ПОВАР З/П 35 000 НА РУКИ
МОЙЩИК ПОСУДЫ З/П 20 000 НА РУКИ
8(473)271-00-58
АДРЕС МЕСТА РАБОТЫ: УЛ. БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦКОГО 51 А

КОМПЛЕКТОВЩИКИ
ЗП ОТ 35 000 РУБЛЕЙ
+7(900)308-80-64
Реклама для изучения спроса

ТРЕБУЮТСЯ УБОРЩИЦЫ(КИ)
ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ИНВЕНТАРЬ И СПЕЦИАЛЬНУЮ ОДЕЖДУ
8 965 597 33 43

НА КРУПНОЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ
СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ:
УБОРЩИКИ
ОПЕРАТОРЫ ПОЛОМОЕЧНЫХ МАШИН
ГРАФИК РАБОТЫ 5/2. ТОЛЬКО ГРАЖДАНЕ РФ.
8(951)546-92-42 ЛЮДМИЛА
Г. ВОРОНЕЖ, УЛ. ЦИОЛКОВСКОГО, 27

ОХРАННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ
4-ГО РАЗРЯДА. 60 000 Р. В МЕСЯЦ
ВАХТА В ГОРОДЕ АЛЕКСЕЕВКА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
З/П ОТ 32 ДО 50 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ В МЕСЯЦ
ОФОРМЛЕНИЕ ПО ТК РФ
БЕСПЛАТНО ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ:
- ПРОЕЗД - ПИТАНИЕ
- ОДЕЖДА - ПРОЖИВАНИЕ
8(960)620-43-88 АНДРЕЙ НИКОЛАЕВИЧ

Воронежский тепличный комбинат
ПРИГЛАШАЕТ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ
•Рабочих по уходу за растениями
•Слесаря
•Инженера по ремонту котельного оборудования
•Грузчика • Тракториста
•Оператора котельной
В зимне-весенний период еженедельно овощные пайки, бесплатная доставка до места работы и обратно
Полный соцпакет, з/п 2 раза/мес 234-54-12

ТРЕБУЮТСЯ:
ОХРАННИКИ З/П ОТ 1 850 РУБ./СМЕНА
УБОРЩИКИ (ЦЫ) З/П ОТ 19 000 РУБ.
ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИК З/П ОТ 38 000 РУБ.
ДОМРАБОТНИЦА С О/Р В КВАРТИРУ В ЦЕНТРЕ, 3 ДН./НЕД. З/П ОТ 30 000 РУБ.
8-900-963-96-59

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ
КОМПЛЕКТОВЩИКИ ДЛЯ РАБОТЫ НА СКЛАДЕ
З/П 1600 РУБ./СМЕНА
ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО
Тел.: 89687741132

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ
ГРАЖДАНЕ РФ И ИНОСТРАНЦЫ
РАБОЧИЕ З/П ОТ 40 000 РУБ
ЦВЕТОВОД З/П 30 000 РУБ
УБОРЩИКИ З/П 32 000 РУБ
8 (473) 210 73 43
8 (920) 414 00 75

ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ
г. Воронеж. Заработная плата по результатам собеседования
8(473)251-61-77
Реклама для изучения спроса

УБОРЩИЦА
з/п от 17 000 руб/мес.
бытовые услуги, помощь по дому
8-903-651-45-11
Реклама для изучения спроса

В редакцию газеты ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР ПО РЕКЛАМЕ
з/п по результатам собеседования
251-61-77
info@soroka.ru

ВАХТА Работа для вас
ВОРОНЕЖ, МОСКВА, СОЧИ, ГАГРА
КОМФОРТАБЕЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ТРУДА. ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ, ПРОЖИВАНИЕ - ЗА СЧЁТ РАБОТОДАТЕЛЯ
+7(473)251-45-11
Реклама для изучения спроса

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

ДЕНЬ РОССИИ – ПРАЗДНИК МОЛОДОЙ

Знаете ли вы историю такой даты, как День России, который отмечается 12 июня? Как он появился? Какие мероприятия проводятся в этот день и почему он празднуется именно 12 июня? Мы расскажем!

История праздничной даты началась в 1990 году. Ситуация в стране тогда была сложная. СССР был на грани распада – руководители союзных республик отказывались подчиняться центральному аппарату, начался «парад суверенитетов»: республики одна за другой провозглашали приоритетность своих законов над общесоюзными.

И тогда 12 июня 1990 года Съезд народных депутатов Российской Советской Федеративной Социалистической Республики (РСФСР, в составе СССР) принял Декларацию о государственном суверенитете РСФСР. Документ утверждал, что:

РСФСР пользуется всей полнотой власти;

Конституция и законы России стоят выше общесоюзных;

все граждане, политические партии и общественные организации имеют равные права;

должен соблюдаться принцип разделения законодательной, исполнительной и судебной властей;

необходимо существенно увеличить права регионов.

Также в Декларации говорилось о том, что она станет основой для разработки новой Конституции. Документ подписал Борис Ельцин, который на тот момент был председателем Верховного совета РСФСР.

Некоторые россияне негативно относятся к принятию этой судьбоносной для истории страны Декларации, полагая, что Россия подала отрицательный пример остальным союзным республикам – они тут же начали требовать дополнительных прав, их автономия все усиливалась, что в результате привело к распаду Советского Союза. На самом же деле в Декларации подчеркивалось, что страна остается в составе СССР, и получается, что принятие Беловежского соглашения нарушило принятую ранее Декларацию, а не наоборот.

Вспомним, как это было.

17 марта 1991 года в СССР прошел референдум о сохранении Союза. При явке в 79,5% (148,5 млн человек) единое государство поддержали 76,4% проголосовавших.

С марта по август 1991 года шёл так называемый Новоогаревский процесс, в ходе которого велась работа над новым союзным договором, который должен был заменить действующий, принятый в 1922 году. Одновременно нарастало противостояние союзного центра (президент СССР Михаил Горбачев) с руководством России (президент Борис Ельцин).

Затем, 19–22 августа в Москве случился августовский путч – неудачная попытка госпереворота. В результате ослабели позиции Горбачева, а подписание союзного договора, намеченное на 20 августа, было сорвано. С августа по ноябрь большинство союзных республик заявили о своей независимости и объявили даты президентских выборов.

В начале декабря лидеры Украины, Белоруссии и России анонсировали встречу в Минске, на которой стороны должны обсудить вопросы отношений между республиками. Президент СССР Михаил Горбачев активно призывал стороны как можно скорее подписать новый союзный договор. Но вместо этого трое глав союзных республик: Борис Ельцин (РСФСР), Леонид Кравчук (Украинская ССР) и Станислав Шушкевич (Белорусская ССР) собрались в белорусском городке Вискули 7 декабря 1991 года и на следующий день подписали документ под названием «Соглашение о создании Содружества независимых государств», больше известный как Беловежские соглашения, в котором стороны заявили о том, что «Союз ССР как субъект международного права и геополитическая реальность прекращает свое существование».

12 июня 1991 года Ельцин одержал победу на первых президентских выборах РСФСР, набрав 57% голосов. Затем, в 1992 году, Верховный совет РФ постановил присвоить дате 12 июня статус праздника и нерабочего дня. И Борис Ельцин подписал указ о том, чтобы сделать 12 июня государственным праздником.

Одно время 12 июня – подражая американскому празднику – стали даже называть «Днём независимости», но название не прижилось в народе. Людям было неясно, от кого или от чего они стали независимы 12 июня. И действительно, День России нельзя назвать Днем независимости хотя бы потому, что независимость России не имеет определенной даты. В силу исторических обстоятельств, Россия уже давно является независимым государством и была таковым задолго до принятия декларации о государственном суверенитете.

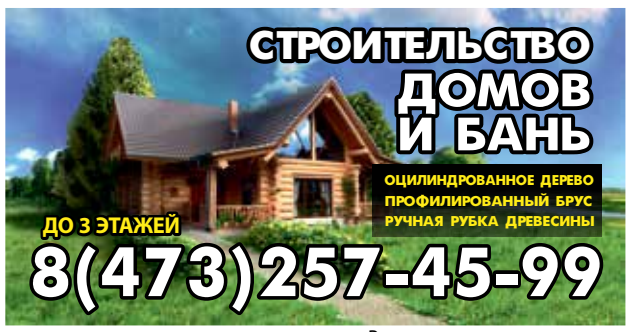
В День России проводятся праздничные концерты и мероприятия в разных городах России и, конечно же, в столице. Улицы украшаются национальными флагами и российской символикой. Президент Российской Федерации в этот день вручает Государственные премии и выступает перед народом. На Красной площади проходят официальные и праздничные мероприятия, которые по обыкновению завершаются праздничным салютом.

Любопытно, что 12 июня также отмечается День города в Уфе, Великом Новгороде, Ижевске, Кемерове, Перми, Димитровграде, Комсомольске-на-Амуре, Нижнем Новгороде, Пензе, Саранске, Сургуте, Сыктывкаре, Тамбове, Ульяновске. А Русская Православная церковь отмечает день памяти святого благоверного Александра Невского, великого князя Владимирского, Новгородского и Киевского.

Праздничная программа в День России пройдёт и в Воронеже. Отчасти она будет вписана в канву юбилея императора Петра Первого. Однако будут и отдельные мероприятия, посвящённые государственному празднику.

Например, бесплатная праздничная программа «Наша Родина–Россия» в клубе «Краснолесье» (ул. Генерала Лохматикова, д. 13) предполагает, что ведущими праздника станут славянские девушки в стилизованных народных костюмах, которые расскажут историю праздника и поздравят население микрорайона Краснолесный. Откроет концертную программу вокальный ансамбль «Альтаир» с песней о России. Далее прозвучат музыкальные композиции в исполнении ансамбля казачьей песни «Казачий край», далее программу продолжит блок детских коллективов, которые разбавят чтецы из театра миниатюр «Зеркало». В заключении прозвучит песня о родном Воронеже.

Олеся Иванова



Реклама для изучения спроса

ТРЕБУЮТСЯ РАСПРОСТРАНИТЕЛИ для раздачи газет на оживленных транспортных перекрестках г. Воронежа
8 (473) 210-48-38

рекламная СОРОКА

ВСЁ ПОНЯТНО БЕЗ СЛОВ

Язык жестов — это наш предатель. Мы порой сами не понимаем, насколько мы открыты для наблюдательного собеседника, когда общаемся. Опытный человек может понять о нас то, что мы вовсе не готовы никому сообщать…

Лжёт или не договаривает

Очень распространённый жест в детстве — когда ребёнок говорит неправду или случайно неправильно отвечает на вопрос — он прикрывает рот рукой. Взрослый человек редко поступает так же, даже когда нагло врёт перед большой аудиторией, но, тем не менее, выдающий обманщиков жест часто сохраняется в стёртой, незавершённой форме. Например, выступающий человек не закрывает рот рукой, а просто дотрагивается до лица (до носа или до мочки уха, например). Или рука человека начинает движение к лицу, но не завершает его, возвращаясь на своё место.

В широком смысле слова прикосновение к лицу означает неуверенность человека в том, что он говорит. Возможно, он и не врёт, но он как минимум не договаривает, не знает точно или сомневается в уже сказанном. Прикосновения к лицу для некоторых людей — способ успокоения и отвлечения от стрессовой ситуации.

Не уверен

Когда человек притрагивается к шее или потирает её, это может означать, что он не уверен или сомневается в том, что слышит. Причём, собеседники часто считывают этот жест. Поэтому, чтобы без слов выразить несогласие с позицией собеседника, можно прибегнуть к такому жесту.

Хочет возразить / не согласен

Когда человек, например, сидит и слушает, его указательный палец показывает вертикально вверх щеке, а большой поддерживает подборок, это говорит о том, что слушатель настроен критически или даже негативно оценивает ваши слова. Весьма вероятно, ему есть что возразить.

Также плохо для консенсуса в переговорах, когда у собеседника скрещены ноги. Скрещённые ноги зачастую являются признаком сопротивления и пониженной восприимчивости.

Заинтересованно слушает

Когда человек также подпирает голову, но его ладонь полностью прислонена к щеке — он, наоборот, выражает заинтересованность в беседе.

Недоволен или лжёт

Данный жест можно воспринимать двояко — в зависимости от ситуации, в которой он используется. Например, когда вам сообщили неприятные новости, которые вас злят, оттягивание воротничка будет демонстрировать ваше недовольство и раздражение. В ином случае это же движение свидетельствует о вранье. Если вы заметили, что руки вашего собеседника тянутся к воротничку — высока вероятность того, что он соврал и боится, что вы догадываетесь об обмане.

Устал и не хочет разговаривать

Посмотрите, как держит руки собеседник в начале разговора — человек потирает лоб или виски, если устал и не настроен разговаривать в данный момент. В такой ситуации лучше продолжить беседу позже.

Хочет высказаться

Этот жест говорит о том, что собеседник уже выслушал вашу позицию и хочет высказаться сам. Заметив почесывание уха, стоит перестать говорить и дать возможность выразить свои мысли другому.

Не заинтересован

Если слушатель подпирает голову кулаком — он не настроен на восприятие информации, он витает в собственных мыслях. Ещё хуже, когда голова собеседника полностью лежит на ладонях — это демонстрирует полное отсутствие интереса к происходящему.

Тянет время

Если собеседник носит очки и во время разговора часто снимает их, затем надевает свой аксессуар или трогает дужки — он тянет время. Скорее всего, стоит дать ему время на раздумье и не торопить.

Размышляет

Жест, который обозначает размышление, — поглаживание подбородка. Так слушатель анализирует полученную информацию и думает о предмете разговора. Скорее всего, человек увлечён беседой.

Скучает

Если ваш собеседник начал стучать пальцами по столу — он просто заскучал. Можете быть в этом уверены.

Симпатизирует

Притяжение к другому человеку демонстрируется не только одним сигналом, но целым комплексом таких признаков. Например, если женщина после зрительного контакта с мужчиной смотрит слегка вниз, поправляет свои волосы, затем снова смотрит на мужчину, пока её подбородок всё ещё под наклоном, то он ей симпатичен.

Тревожится

Трясущаяся нога сигнализирует о шатком внутреннем состоянии — о тревожности, раздражённости или о том и том одновременно.

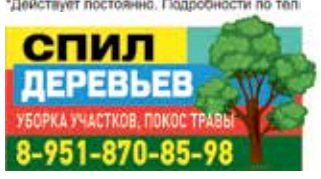
Обольщает

Лёгкая улыбка с прямым зрительным контактом может быть попыткой обольщения. Существует специфический тип человеческой улыбки, которая используется для попыток соблазнительного поведения. В таких случаях люди демонстрируют позитивные сигналы — обычно это лёгкая улыбка, которая сопровождается прямым зрительным контактом, с лёгкой беглостью взгляда, но всё ещё стойкой улыбкой. Что интересно, соблазнительная улыбка может сопровождаться покорным поведением (наклон головы вниз) или властным поведением – гордый и неспешный взгляд.

Екатерина Голубева

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса



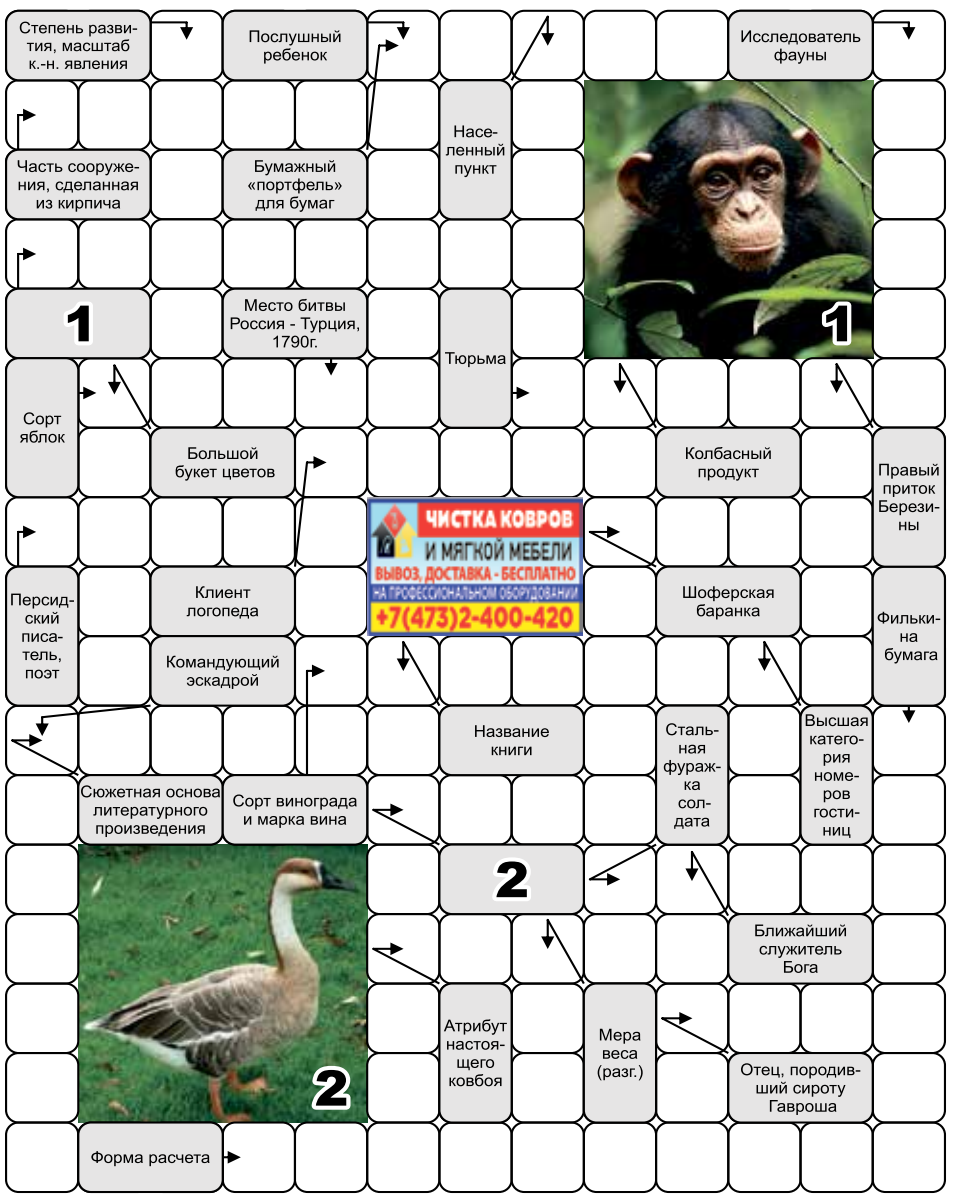
Немедицинские услуги

НАКЛЕЙКИ НА АВТО
251-41-22

КУХНИ на заказ
ПО ВАШИМ РАЗМЕРАМ
Вызов мастера и замер БЕСПЛАТНО
8 (473) 251-49-55
Реклама для изучения спроса

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД опубликованный в №18

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД опубликованный в №19



КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ХРАПА?

Человек может даже и не думать, что храп — это проблема, пока ему не скажут, что он храпит и мешает спать другим. Храп сильно отравляет жизнь окружающим. Но и для самого храпуна он вреден, потому что сигнализирует о неполадках в организме.

Многие храпуны, осознав наличие проблемы, стараются избавиться от храпа. И тут есть разные способы, причём неизвестно, какой из них поможет. В данной статье мы перечислим основные из них.

1. Откажитесь от курения, алкоголя и снотворного. Смолы и вредные вещества, выделяемые в процессе курения, вызывают воспаление и отёк слизистой дыхательных путей, из-за чего труднее дышать, это способствует храпу. (Если не можете бросить курить, то хотя бы не курите за два часа до сна.) Спиртное расслабляет мышцы; у выпившего человека мозг плохо реагирует на кислородное голодание, поэтому часто происходит нарушение дыхания — апноэ. Снотворное и транквилизаторы дают практически тот же эффект, что и алкоголь.

2. Выберите удобную подушку. Подушка не должна быть слишком низкой — в этой ситуации у спящего на спине голова запрокидывается, язык западает и храп утяжеляется. Но и слишком высокой подушка быть не должна, иначе шея будет в неестественном положении и храп, опять же, усилится. В идеале лучше использовать анатомическую контурную подушку с утолщением под шеей. Она обеспечивает наилучшее положение головы по отношению к туловищу, и если к ней привыкнуть, храп уменьшится.

3. Попробуйте спать на боку. Часто храп возникает или усиливается в положении на спине. Это же относится и к апноэ сна. Если вы не можете избавиться от привычки спать на спине, пришейте к пижаме сзади карман и кладите туда какой-нибудь твёрдый предмет — теннисный мячик, например — который будет мешать спать на спине.

4. Постарайтесь избавиться от лишнего веса. Лишний вес — самая частая причина храпа и обструктивного апноэ. Жировые отложения скапливаются вокруг глотки и сдавливают её, уменьшая просвет. Апноэ, в свою очередь, способствует ожирению, так как нарушает структуру сна, во время которого вырабатываются нужные для нормального функционирования организма гормоны. Получается замкнутый круг, так что надо одновременно и худеть, и лечить апноэ.

Снижение массы тела облегчает ночное дыхание. Похудение на 10 килограмм уменьшает тяжесть храпа и апноэ вдвое. Часто бывает, что человеку достаточно сбросить 5-7 килограмм, и он перестаёт храпеть.

5. Тренируйте мышцы языка, мягкого неба и глотки. Один из механизмов развития храпа — ослабление тонуса мышц глотки. Чтобы вернуть тонус, нужно делать упражнения. В основном они предполагают движения языком. Например, можно выдвинуть язык вперёд и вниз насколько возможно и удерживать его в таком положении 1-2 секунды, повторять это упражнение 30 раз утром и вечером.

6. Попробуйте браслет от храпа. Этот прибор надевается на запястье и улавливает звуки, исходящие от спящего. При появлении храпа устройство генерирует слабый электрический импульс и подаёт его на поверхность кожи. Это слегка будит человека, он поворачивается на бок и перестаёт храпеть.

7. Узнайте, нужны ли вам внутриротовые приспособления. Иногда храп вызван неправильным строением челюстей. В этом случае можно по назначению врача изготовить специальную капу и вставлять её в рот перед сном.

8. Облегчите носовое дыхание. Если воздух плохо проходит через нос, это тоже может быть причиной храпа. Обратитесь к отоларингологу, он посоветует средства от хронической заложенности носа.

9. Попробуйте народные средства. При обычном (неосложнённом заболеваниями) храпе можно попробовать два народных средства.

Во-первых, можно перед сном закапать в нос несколько капель облепихового масла. Оно смазывает носоглотку, препятствует слипанию стенок, сухости. Иногда помогает.

Во-вторых, можно принимать отвары и настои (например, лимонника, женьшеня или элеутерококка). Они оказывают тонизирующее действие на мышцы, не позволяют им чрезмерно расслабляться. Некоторые люди после приёма такого отвара храпят меньше, а некоторые вообще не могут уснуть и, соответственно, тоже не храпят.

Однако лучше всего не заниматься самолечением и обратиться к специалисту.

10. Купите домочадцам беруши. Если вы не только о себе думаете, но и заботитесь о близких, обеспечьте их сон. Ведь неизвестно, чем кончится ваша борьба с храпом, а ваши близкие в любом случае не должны страдать, пока вы боретесь. Они тоже имеют право на здоровый сон.

Валерия Тихонова

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Звёзды предвещают благоприятный период для формирования новых идей, внедрения новых начинаний и благополучный исход любого начатого дела. Нужные средства и поддержка придут Овнам вовремя, а при должном подходе, даже некоторые препятствия окажутся полезными.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Начало этой недели неблагоприятно для заключения брака, зачатия ребенка. Желательно вообще больше общаться и посещать какие-то общественные мероприятия. А вот чем больше будете забивать свою голову чужими проблемами, тем выше вероятность того, что именно она вас и подведёт.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Важные дела желательно намечать на четверг, возможны перспективные предложения. Любите себя, не корите за мелкие недостатки и промахи. Любое встреченное противодействие будет Близнецами преодолено, времени и энергии хватит, чтобы произвести желаемые изменения в своей жизни.

РАК (22.06 – 23.07)
С начала недели сядьте на финансовую диету, чтобы удовлетворить прихоти любимых. Жадничать опасно! Пожалеете монет - себе навредите. Не обеднеете, потом всё вернётся сторицей. В это время Ракам не грозят никакие катаклизмы, сможете расслабиться, и привести в порядок личные дела.

ЛЕВ (24.07 – 23.08)
Жизненная энергия Львов может находиться в неустойчивом состоянии. Не рекомендуется расширять сферу деятельности, заниматься новыми делами или давать советы. В конце недели у некоторых из Львов могут возникнуть небольшие, но ощутимые семейные проблемы. Лучше никуда не спешить.

ДЕВА (24.08 – 21.09)
Понедельник - не лучший день с точки зрения дисциплины и субординации, зато он может оказаться очень плодотворным днём по результатам. В середине этой недели для Девы вероятны небольшие денежные поступления, которые, впрочем, станут началом постоянного дохода.

ВЕСЫ (22.09 – 23.10)
Неделя достаточно стабильная и гармоничная сама по себе, но не стоит отвергать помощь интуиции, если она пожелает заявить о своём существовании, - особенно в понедельник. Весам рекомендуется предельная осмотрительность во взаимоотношениях - возможны конфликты с окружающими.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Ваше упорство в достижении цели не приветствуется. В пятницу Скорпионов может беспокоить общение с родственниками, из-за чего трудно чётко спланировать свой график. Но возможно участие в общественной жизни, неожиданные интересы в искусстве, активное светское общение.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
В начале недели проявите просто сверхактивность. Это время как нельзя более способствует творческим порывам и ведению активного образа жизни Стрельца. Возможно воскрешение к жизни дел давно минувших в виде мыслей, контактов, документов или в связи с законами.

КОЗЕРОГ (22.12 – 19.01)
В начале недели желательно ничего серьёзного не планировать и ограничить социальные контакты. К тому же возрастёт ваша активность и творческий потенциал. А вот романтическое настроение не позволит Козерогам решать конкретные задачи. Вероятно, что настроение придётся поменять.

ВОДОЛЕЙ (20.01 – 19.02)
Неделя символизирует прозрение, осознание собственных ошибок, заблуждений. Вероятно, что Водолеи смогут многое исправить, получить прощение, переоценить свои жизненные ценности. Энергия Планет усилит контакт с вашим подсознанием и внутренним миром, будет тянуть к неформальному.

РЫБЫ (20.02 – 20.03)
В начале недели у некоторых из Рыб повысится чувство ревности: будут ревновать вас, или вы будете ревновать – звёзды склоняют к тому, чтобы не дать этому чувству разрастись. Лучше всего отложить выяснения отношений на потом. В случае необходимости посоветуйтесь с бывалыми людьми.

НА ДАЧУ С ЮРИСТОМ

Новеллы законодательства 2022 года, о которых не помешает знать каждому дачнику

Новые правила продажи участков

С 1 марта 2022 члены садового товарищества должны заплатить, если намерены получить в собственность земельный участок на территории СНТ. Купить муниципальный земельный участок можно только через процедуру торгов. Однако есть категории россиян, которые могут покупать землю без торгов:

• дачник, который пользовался землей по договору аренды или безвозмездного пользования;

• член СНТ может приобрести участок в своём садовом товариществе;

• владелец дома или сооружения, построенного на участке.

Остальные покупатели обязаны участвовать в торгах. Торги проводит администрация поселения. Если на один участок претендует член СНТ и сторонний покупатель, преимущество будет у члена СНТ. Если член СНТ раньше арендовал эту землю у муниципалитета, он получит участок без торгов.

Сведения обо всех участках в государственной или муниципальной собственности, которые продают на аукционах, опубликованы в открытом доступе. Любой желающий может купить землю через ГИС ТОРГИ.

Стало проще подключиться к электросетям

Раньше, чтобы провести свет на дачу, нужно было подключаться к сетям садового некоммерческого товарищества (СНТ). А теперь владелец участка может заключить индивидуальный договор с ближайшим поставщиком электроэнергии. Например, на территории СНТ есть трансформаторная будка или мимо товарищества проложены линии электропередачи определенной сетевой компании — с ней и можно заключить договор. По новым правилам электричество к домику проведут в течение 30 дней (до октября 2021 года срок подключения составлял 4 месяца), если соблюдены требования:

• класс напряжения электросетей не более 0,4 кВ;

• расстояние от сетей до границ участка не более 15 м;

• владельцы участков, которые расположены между вашим участком и ЛЭП, не возражают против подключения;

• поставщику электроэнергии не нужно строить или реконструировать электросети.

Стоимость подключения не может превышать 550 ₽, если соблюдены условия:

• потребляемая мощность устройств — менее 15 кВт;

• расстояние до ЛЭП с уровнем напряжения до 20 кВт — не более 300 м (в городе) или 500 м (в селе).

Подать заявку на подключение можно в офисе или через личный кабинет сетевой компании. Правда, если в СНТ нет электричества, отдельный дачник не сможет подключить домик к электросетям.

Временные участки сняты с учёта

С 1 марта 2022 года участки с временным статусом исключили из Единого государственного реестра недвижимости. Чтобы определить статус участка, нужно заказать сведения из ЕГРН — электронную выписку можно получить бесплатно. Если в строке «Статус записи об объекте недвижимости» указан временный статус, значит, землю сняли с кадастрового учета.

Право собственности в таком случае сохраняется, но нельзя распорядиться участком — продать, подарить, передать по наследству. Чтобы полноценно распоряжаться садовым или огородным участком, его нужно заново поставить на кадастровый учет в ЕГРН и получить кадастровый номер.

Дачная амнистия продлена

Есть дачники, которые на участке построили дом, но не внесли его в ЕГРН и не платят налог. Им снова не стали выписывать штрафы и доначислять налог, а продлили дачную амнистию — упрощенный порядок регистрации дачных и садовых домов, хозяйственных построек на территории СНТ. Чтобы зарегистрировать имущество, владельцу не нужно получать разрешение на строительство и ввод в эксплуатацию, а легализация проходит без штрафов. Действие дачной амнистии продлили до 1 марта 2031 года.

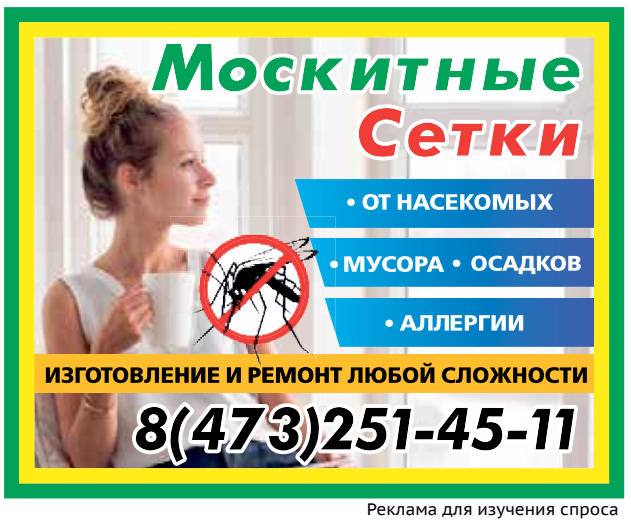
Отменили штрафы за дополнительную деятельность

До 2022 года дачники вносили в ЕГРН основные и вспомогательные виды землепользования. Например, если муниципалитет разрешает использовать участок для птицеводства, и владелец планировал разводить кур, он вносил птицеводство в сведения о своем участке в ЕГРН (в противном случае могли оштрафовать). С 2022 года необязательно вносить в ЕГРН сведения о вспомогательных видах дачной деятельности. Если местные власти разрешают использовать участок для птицеводства, но владелец не внес его в ЕГРН, штрафа не будет.

За нецелевое использование — лишение льготы и штраф

С 2022 года если проверяющие установят, что льготник использует землю не по назначению (например, если пенсионер открыл на дачном участке авторемонтную мастерскую), его оштрафуют, лишат льготной ставки и доначислят земельный налог. Например, вместо льготных 0,3% налог пересчитают по общей ставке 1,5%.

Роман Дежнёв



Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ДОМА, КРЫШИ, ЗАБОРЫ, САЙДИНГ, ТРОТУАРНЫЕ ПЛИТКИ, ОТДЕЛКА КВАРТИР
РАБОТАЕМ БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ЧЕК
89066781727; 89507507872
до 3 этажей

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
Ремонт квартир, домов, бани, хозблоки, ремонт крыш, заборы, фундамент и др.
Доставка материала
8-900-963-14-62
Пенсионерам СКИДКИ*
*Действуют постоянно. Подробности по тел.
до 3 этажей

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
все виды работ из нашего материала. ремонт крыш, дома под ключ, заборы. Доставка материала по городу - бесплатно.
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 10%
8-951-555-52-57
*Действует постоянно. Подробности по тел.
до 3 этажей

ПЕСОК, ЩЕБЕНЬ
ЕМАНСКИЙ КАРЬЕР. БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ
Т.89056574965

ДОСТАВКА ВОРОНЕЖ И ОБЛАСТЬ
•ПЕСОК•ЩЕБЕНЬ•КИРПИЧ
•КЕРАМЗИТ•ЧЕРНОЗЕМ•ИТД
НАЛИЧНАЯ И БЕЗНАЛИЧНАЯ ОПЛАТА
Т. 8-950-777-62-67

МОСКИТНЫЕ СЕТКИ
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ. ИЗГОТОВЛЕНИЕ, МОНТАЖ, РЕМОНТ.
СРОК - 1 ДЕНЬ
8(920)405-68-93

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ВЫПОЛНЯЕМ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
КРОВЛЯ, САЙДИНГ, ЗАБОРЫ, ОТМОСТКА И МНОГОЕ ДРУГОЕ
пенсионерам скидка
8-906-670-44-17
*Действует постоянно. Подробности по тел.
до 3 этажей

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ВЫПОЛНЯЕМ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ из нашего материала
кровля, заборы, фасады, ремонт старых домов и внутр. отделка
8-960-102-14-67 Пенсионерам скидка до 20% Леонид
*Действует постоянно. Подробности по тел.

ЕВРОСТРОЙ ГРУППА КОМПАНИЙ
"ЕВРОСТРОЙ" - ЭТО СТРОИТЕЛЬСТВО ДОМОВ И КОТТЕДЖЕЙ ПОД КЛЮЧ: КАЧЕСТВЕННО, НАДЕЖНО, СОБЛЮДАЯ СРОКИ.
МОНТАЖ КРОВЛИ; ФАСАДНЫЕ РАБОТЫ; МОНТАЖ ВНУТРЕННИХ И ВНЕШНИХ КОММУНИКАЦИЙ; ВЫПОЛНЕНИЕ МОНТАЖНЫХ И ОТДЕЛОЧНЫХ РАБОТ (ВНУТРЕННИЕ И ВНЕШНИЕ); БЛАГОУСТРОЙСТВО ТЕРРИТОРИИ.
+7(960)121-39-82

ООО «ВЕРТЕКС 2000»
ДЕМОНТАЖ МЕТАЛЛОЛОМА
Вывоз от 100 кг.
Цена до 30 руб.
Закупка, поставки на завод металлолома
Работаем по всей Воронежской области
8(900)951-13-25
8(920)412-93-73
Лиц.ЛО-61-01-007627 от 04.03.20г

БУРЕНИЕ СКВАЖИН ВОЗМОЖНА РАССРОЧКА
МОНТАЖ НАСОСНОГО ОБОРУДОВАНИЯ
Возможно бурение без заезда на участок
8 (473) 229-06-21 8-930-413-18-55
*Действует постоянно. Подробности по тел.

КУПЛЮ СТАРЫЕ ПЕРИНЫ, ПОДУШКИ, ПУХ-ПЕРО, ГАЗОВЫЕ КОЛОНКИ
Тел.:8(904)213-56-36
8(908)136-14-61

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА. КРОВЛЯ, ЗАБОРЫ, ФАСАД, ФУНДАМЕНТ, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА, ВОДООТВЕДЕНИЕ, ДЕМОНТАЖ ПЕРЕГОРОДОК, СУЩЕСТВУЮЩИХ ПОСТРОЕК
8(473)251-45-11
Реклама для изучения спроса

СЕПТИКИ ВЫГРЕБНЫЕ ЯМЫ ИЗ БЕТОННЫХ КОЛЕЦ
• СПИЛ ДЕРЕВЬЕВ • СНОС СТАРЫХ ДОМОВ
• ВЫВОЗ МУСОРА • КВАРТИРНЫЙ ПЕРЕЕЗД
• ВЫВОЗ СТАРОЙ МЕБЕЛИ • УСЛУГИ ГРУЗЧИКОВ
8 (961) 181-90-16

ШКАФЫ-КУПЕ
ПРИХОЖИЕ, КУХНИ, ГОРКИ И ДР.
ДИЗАЙН, ДОСТАВКА, СБОРКА
8-920-408-47-96
Реклама для изучения спроса

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

БЛОКИ ГАЗОСИЛИКАТНЫЕ
БЕЛЫЙ КИРПИЧ
ЛЮБЫЕ РАЗМЕРЫ, ЛЮБОЕ КОЛИЧЕСТВО
89092170535 АЛЕКСАНДР

•ОКНА • ДВЕРИ • БАЛКОНЫ
• НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ •
8-920-408-47-96
Реклама для изучения спроса

СКИДКА 2000 РУБЛЕЙ НА КАЖДОЕ ИЗДЕЛИЕ
ДВЕРИ, ОКНА, БАЛКОНЫ
РАССРОЧКА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
8(952)556-29-43
Подробности по телефону

ЩЕБЕНЬ
ПЕСОК, ГРАВИЙ, ПГС
ПОГРУЗКА, ДОСТАВКА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
СЕГОДНЯ ЩЕБЕНЬ ТЫ КУПИЛ, А ЗАВТРА ГОРЫ СВОРОТИЛ!
8-903-651-45-11
Реклама для изучения спроса

РЕКЛАМА НА ЭТОЙ ПОЛОСЕ
210-48-38

ПРОДАМ

- Мед, разнотравье 89056589007
- Костыли баруки ходунки 89081385050

КУПЛЮ

Антиквариат и коллекционирование

Книги, значки, медали, ел.игрушк, часы, монеты, фарфор.89518697555

Бытовая техника

- Любую аудиотех:ВМ12,колонки,усилители,проигр и др.89191812453
- Автовыкуп в любом состоянии.8-980-343-80-50
- Скупка стиральных машин в любом состоянии. 8-915-549-34-28

Прочее

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

Грузоперевозки

ПЕРЕЕЗДЫ ЗАКАЗ 3 ГРУЗЧИКОВ, ГАЗЕЛИ
МЫ КРУПНАЯ ФЕДЕРАЛЬНАЯ ТРАНСПОРТНАЯ КОМПАНИЯ!
-РАБОТАЕМ В ЛЮБОМ РАЙОНЕ -БЕЗ ПОЗТАЖНОЙ ОПЛАТЫ
-ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ ПО ВОРОНЕЖУ И ОБЛАСТИ
ТЕЛ.: 8-920-229-38-23

Грузчики, переезды.89601214278

- Грузоперевозки «Пчелка» грузовое такси. 8-473-251-76-51, 8-903-651-76-51

Прочее

- Путешествие в Абхазию по доступным ценам. 8-908-135-46-66
- Автобусом к морю. От 8900руб. с проездом 8-952-958-54-97, 244-69-32
- Отдых на Ольхоне. База отдыха Ольхон. (3954) 70 89 89, 8(950) 122 24 44
- Демонтаж металлолома. Вывоз от 100кг. Цена до 30руб. Закупка, поставки на завод металлолома. Работаем по всей Воронежской обл. тел.8(900)951-13-25, 8(920)412-93-73

Уборка

КЛИНИНГ 89038508523 Майя

- Чистка ковров и мягкой мебели. Вывоз доставка бесплатно. 8(473)2-400-420

УСЛУГИ

Расчистка заросших дач. Вспашка земли. Покос травы.Корчевание пней.Спил деревьев.Демонтаж.Вывоз мусора и веток.Песок. Чернозем.Щебень. 8 920 416 81 95

- Спил деревьев, уборка участков, покос травы. 8-951-870-85-98

Памятники

Изготовление памятников гранит мрамор т. 89529500300

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ
КРОВЛЯ, ФАСАДЫ И ДРУГИЕ ВИДЫ РАБОТ.
Материал строительной бригады.
8-960-114-44-77 Владимир Кузьмич
СКИДКА
*Действует постоянно. Подробности по тел.

Строительство, ремонт

- Септики, выгребные ямы из бетонных колец. Спил деревьев, снос старых домов, вывоз мусора, квартирный переезд, вывоз старой мебели, услуги грузчиков. 8-961-181-90-16
- Строительная бригада. Все виды работ: дома, бани, кровля, сайдинг, бетонные работы, полы. Выезд и консультация бесплатно. Пенсионерам скидка. 8-906-670-44-17
- Установка заборов. Навесы.Ворота. 8(473)240-46-47, 89204044048
- Асфальтирование т. 89192487026
- Туалеты,души дачные 89515553899
- Песок, щебень. Еманский карьер без посредников. 8-905-657-49-65
- Доставка Воронеж и область: песок, щебень, кирпич, керамзит, чернозем и т.д. т. 8-950-777-62-67
- Строительная бригада. Ремонт квартир, домов, бани, хозблоки, ремонт крыш, заборы, фундамент и др. Доставка материала. 8-900-963-14-62 Пенсионерам скидка.
- Строительная бригада. Все виды работ из нашего материала. Ремонт крыш, дома под ключ, заборы. Доставка материала по городу бесплатно. Пенсионерам скидка 10%. 8-951-555-52-57
- Бригада строителей. Кровля, фасад и другие виды работ.8-960-114-44-77 Владимир Кузьмич
- Строительная бригада, все виды строительных работ. Дома, бани, кровля забор, бетонные работы. Выезд и консультация бесплатно. Пенсионерам скидка 20% 8-960-112-56-62
- Евростроий группа компаний– строительство домов и коттеджей под ключ. Качественно, надежно, соблюдая сроки. Все виды строительных работ. 8-960-121-39-82
- Строительная бригада, выполняем все виды работ из нашего материала, кровля, заборы, фундамент, ремонт старых домов. Пенсионерам скидка. 8-960-102-14-67 Леонид.

Услуги электрика

- Электрик,ремонт т.89507725678
- Услуги электрика т.89601179776

Потолки

Натяжные потолки, работаем без посредников, адекватные цены, скидки 8-900-300-56-59

Окна, двери, балконы

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

- Москитные сетки любой сложности: изготовление, монтаж, ремонт, срок 1 день. 8-920-405-68-93
- Двери, окна, балконы. Скидка 2000 руб. на каждое изделие. 8-952-556-29-43

Ремонт пластиковых окон и дверей ПВХ. Любой сложности, 24/7, гарантия качества. Скидка пенсионерам 10%. 8-960-139-05-36.

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 телевизоров 89507740452**
- Телевизоров, свч ремонт. Гарантия 2570622

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

- Ремонт стиральных машин, холодильников, кондиционеров. Выезд и диагностика беспл. Пенсионерам скидка 30%. Ремонтирую после др.мастеров. Т. 8-915-546-54-79 Андрей, без посредников.
- Ремонт на дому холодильников, стиральных машин Недорого с гарантией, скидки 89066742128
- Ремонт на дому: стиральных машин, холодильников и др. техники. Сбор мебели, сантехник+электрик, тв+компьютер. 8-951-546-13-82
- Ремонт холодильников и стиральных машин. Гарантия качества. 8-900-932-17-14

ПРОЧЕЕ

Колодцы, скважины, столбы

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

РАЗНОЕ

Магия и гадание

- Таро. Ленорман. Снятие порчи, быстрая помощь в любой ситуации 89031449154
- Наташа. Гадаю по руке и фото. Загляну в прошлое, настоящее и будущее. Сниму порчу и венец безбрачия. Решу личные семейные проблемы. 8-906-585-99-08

ВАКАНСИИ

- 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
- 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
- ВАХТА Сочи: кух. рабочие и охранники з/п от 40 до 56 т.р.8-988-143-72-62
- Требуются уборщицы(ки). 8-965-597-33-43

Требуется менеджер, можно без опыта работы. З/п оклад + %. Официальное трудоустройство. Верхняя планка дохода не ограничена. 8-903-651-45-99, 8-903-651-49-55

- Срочно требуются комплектовщики для работы на складе, з/п 1600 руб. за смену. Доставка бесплатно. 8 968 774 11 32
- Требуются рабочие на сбор клубники в Новоусманский район. 8-920-445-71-13, 8-960-123-64-92
- Рабочий на производство. Оформление по договору. Оплата от 1500 руб. за смену. Адрес производства: ул. Димитрова 124 И 8-910-342-04-43
- Требуются: повар з/п 35 000 руб., мойщик посуды з/п 20 000 руб. 8(473)271-00-58
- На крупное производственное предприятие срочно требуются: уборщики, операторы поломоечных машин. З/п от 20 000 руб., график работы 5/2. 8(951)546-92-42
- ООО « Печать Черноземья» приглашает продавцов печатной продукции. График неделя/неделя ,2/2 и 3/3. +7 952 956 14 98, +7 473 277 27 00
- Центрторг приглашает на работу продавца-кассира, пекаря. Оформление по ТК РФ. 8-910-285-30-65, 253-25-83
- Охранной организации требуются охранники 6-го разряда з/п-60 000 руб. Вахта в г. Алексеевка Белгородской области, проезд, питание, проживание, одежда з/п от 32 000 до 50 000 руб.8-960-620-43-88
- Требуются сотрудники сада, в Липецкой области Лебедянского района. Оплата от 2000р. до 3500р. в день. Вахтовым методом до октября. Питание, проживание бесплатно. 8-905-044-16-07
- В трамвайное депо требуются: мойщики(цы), слесари. Вахта в Москву. З/п от 100 000 руб. 8-912-440-15-61
- Требуются охранники з/п 1 850 р. смена, уборщики(-цы) з/п от 19 000 р., электрогазосварщик з/п от 38 000 р., домработница з/п от 30 000 р. 8-900-963-96-59

Требуются швеи т.89515619701, 89529513056

Требуется водитель-контролер для развоза печатной продукции. С личным автомобилем. Оклад+ГСМ. 8(952)558-86-85

Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

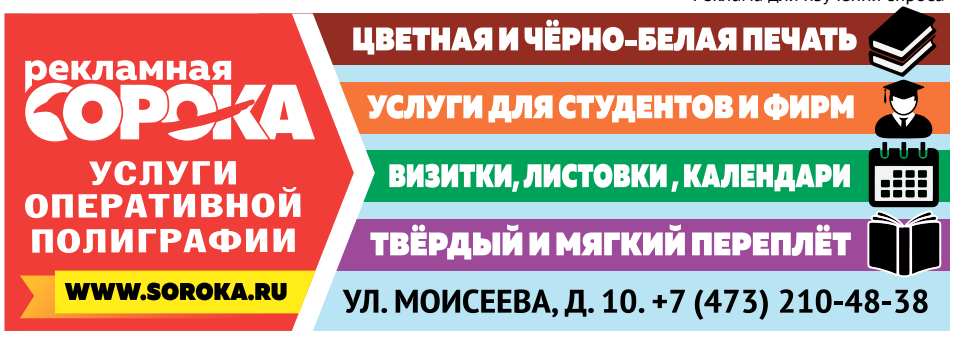
Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса

ПОДАТЬ СТРОЧНОЕ ОБЪЯВЛЕНИЕ ВЫ МОЖЕТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ:
8(473)251-45-99
г. Воронеж, ул. Моисеева 10, 3 этаж
info@soroka.ru

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
БОЛЬШОЙ ВЫБОР ЦВЕТОВ И ФАКТУР
Работы любой сложности 8(903)651-45-99
Реклама для изучения спроса

Реклама для изучения спроса



«Рекламная СОРОКА» №20 (65) 6 июня 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 - 03.06.2022 г. в 18.00
«Рекламная СОРОКА» №20 (65) 06.06.2022 г.
Заказ №4159

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+

РЕМОНТ БЫТОВОЙ ТЕХНИКИ
ПОДКЛЮЧЕНИЕ И ОБСЛУЖИВАНИЕ
ЗАМЕНА КОМПЛЕКТУЮЩИХ
ЛЮБАЯ СЛОЖНОСТЬ
НА ДОМУ И В МАСТЕРСКОЙ
+7(920)408-47-96
Диагностика высокого уровня
Реклама для изучения спроса

БУРЕНИЕ СКВАЖИН
• МОНТАЖ НАСОСНОГО ОБОРУДОВАНИЯ
• ПОДКЛЮЧЕНИЕ СКВАЖИН К ДОМУ
БЫСТРО, КАЧЕСТВЕННО, НЕДОРОГО
ТЕЛ.: +7(903)651-45-11
Реклама для изучения спроса

СТРОИТЕЛЬСТВО ИЗ СРУБА
251-45-99
ДОМА, БАНИ, БЕСЕДКИ ДО ТРЁХ ЭТАЖЕЙ
РАБОТЫ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ
Реклама для изучения спроса

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

Наши Рецепты

Ингредиенты:

Куриные крылышки – 900 г
Растительное масло – 50 мл
Мёд – 2 ст.л.
Паприка – 1 ч.л.
Карри – 1 ч.л.
Чесночный порошок – 1 ч.л.
Соль, черный перец – по вкусу

КРЫЛЫШКИ В МЕДОВОМ СОУСЕ

Приготовление:

1. Мёд берите жидкий. Если у вас мед застывший, засахаренный, то его можно немного погреть в микроволновой печи. Пропорции специй очень приблизительные. Вы всегда можете изменить их количество и состав.
2. Для маринада соедините жидкий мёд и растительное масло. Добавьте паприку, карри, чесночный порошок, соль и молотый перец. Все ингредиенты перемешайте.
3. У каждого куриного крылышка удалите самую маленькую часть. В ней практически нет мяса и при запекании она начнет подгорать. Поэтому она нам не понадобится.
4. Все подготовленные крылышки выложите в чашу с маринадом, и все хорошо перемешайте. Маринад должен равномерно покрывать крылышки со всех сторон. Оставьте крылья на 1-2 часа постоять, промариноваться.
5. Для запекания можно взять любую жаропрочную форму или противень. Выложите на противень крылышки вместе с маринадом и поставьте в духовку, предварительно разогретую до 180 градусов, на 1 час. При запекании ориентируйтесь по своей духовке.
6. Готовые крылышки станут аппетитного золотистого цвета и хорошо подрумянятся. Извлеките противень из духовки, переложите крылья на тарелку и подавайте к столу в горячем виде.

По материалам сайта: 1000.menu

Приятного Аппетита

Тираж – 250 000 Экземпляров
В неделю. По городу Воронежу и области
рекламная СОРОКА
БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА
РАЗМЕЩЕНИЕ ВАШЕЙ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТЕ
СКИДКА 7% ПО КОДОВОМУ СЛОВУ «СОРОКА»
Полиграфия
Полный перечень услуг
Фирменные сувениры
Брендирование вашей продукции
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ КЛИЕНТУ
ул. Моисеева, д. 10
+7 (473) 210-48-38
WWW.SOROKA.RU

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

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ НА ИЮНЬ 2022 ГОДА

ИЮНЬ

ПН		6	13	20	27
ВТ		7	14	21	28
СР	1	8	15	22	29
ЧТ	2	9	16	23	30
ПТ	3	10	17	24	
СБ	4	11	18	25	
ВС	5	12	19	26	

Великие и двунадесятые праздники
Сплошные седмицы
Пост
Строгий пост
Дни особого поминовения усопших

ПРАЗДНИКИ И ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ

02.06 ВОЗНЕСЕНИЕ ГОСПОДНЕ
03.06 Владимирской иконы Божией Матери
07.06 3-е обретение главы Иоанна Предтечи
11.06 Троицкая родительская суббота. Поминовение усопших. Иконы Божией Матери "Споручница грешных"
12.06 ДЕНЬ СВЯТОЙ ТРОИЦЫ. ПЯТИДЕСЯТНИЦА
13.06 День Святого Духа
13.06–19.06 Троицкая седмица
19.06 Неделя 1-я по Пятидесятнице. Всех святых
20.06–11.07 Петров пост
24.06 Апп. Варфоломея и Варнавы. Иконы Пр. Бцы. "Достойно Есть"

ОТКРЫТА ВАКАНСИЯ
ГРУЗЧИК
НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ ТРЕБУЕТСЯ
✓ ГИБКИЙ ГРАФИК
✓ ЗП ОТ 25 000 РУБ.
+7(903)651-49-55
Реклама для изучения спроса

ТРЕБУЕТСЯ ПОЧТАЛЬОН
8-473-210-48-38