

рекламная СОРОКА

Газета №1
по Воронежской
области*



ТИРАЖ
250 000
экземпляров

№41 (86) от 31.10.2022 г.
Распространяется с 31.10 по 06.11.2022 г.
*По сравнению с тиражами других еженедельных
бесплатно распространяемых газет Воронежской области.
Издаётся с 15.02.2021 г.

БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

+7 (473) 210-48-38

16+

WWW.SOROKA.RU



О ПОЛЬЗЕ ВОДЫ стр. 4

НОВОСТИ

2

ТЕМА НЕДЕЛИ

3

РАЗГОВОР О...

4

ЗДОРОВЬЕ

5

РЕМОНТ

6

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

7



**СВЕЖИЕ
ВАКАНСИИ**
на стр 2

**БЕЗОПАСНОСТЬ
НАЧИНАЕТСЯ С СЕБЯ** стр. 3

Фото с сайта ausura.su

*Вместе Мы Сила.
Победа За Нами!*

**Уважаемые жители г. Воронежа
и Воронежской области!**

Просим всех неравнодушных принять участие в сборе гуманитарной помощи для поддержки военнослужащих, находящихся в зоне проведения спецоперации на территории ЛНР, ДНР, Херсонской и Запорожской областей, а также наших защитников, которые в данный момент находятся на лечении в медицинских учреждениях Министерства обороны Российской Федерации на территории г. Воронежа.

ОТКРЫТ СПЕЦИАЛЬНЫЙ СЧЁТ ДЛЯ ПОЖЕРТВОВАНИЙ:

Номер счёта:
40702810502940013980
Валюта: Российский рубль
ИНН: 3665812520
КПП: 366501001
Банк: АО "АЛЬФА-БАНК"
Кор. счёт:
30101810200000000593
БИК: 044525593
Назначение платежа: «Благотворительное пожертвование в помощь военнослужащим РФ».

Поддержи наших!

ПО ВСЕМ ВОПРОСАМ, СВЯЗАННЫМ С ФОРМИРОВАНИЕМ ГУМАНИТАРНОЙ ПОМОЩИ, ПРОСИМ ОБРАЩАТЬСЯ В РЕДАКЦИЮ «РЕКЛАМНАЯ СОРОКА».

ул. Моисеева, д.10
+7(473)210-48-38

СТРОИТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ
**ВСЕ ВИДЫ УСЛУГ ИЗ
НАШЕГО МАТЕРИАЛА**
РЕМОНТ СТАРЫХ ДОМОВ
КАЧЕСТВО ГАРАНТИРУЕМ
+7(920)408-47-96

Знаем о ремонте всё

**БУРЕНИЕ
СКВАЖИН**
ВОЗМОЖНА
РАССРОЧКА
**МОНТАЖ
НАСОСНОГО
ОБОРУДОВАНИЯ**
**БУРЕНИЕ БЕЗ ЗАЕЗДА
НА УЧАСТОК**
8 (473) 229-06-21
8 (930) 413-18-55

ОПТОВОЙ ФИРМЕ ТРЕБУЮТСЯ:
ГРУЗЧИКИ, КЛАДОВЩИКИ,
КОМПЛЕКТОВЩИКИ, ФАСОВЩИКИ
ОПЛАТА ОТ 150 РУБ/ЧАС, ПОСЛЕ КАЖДОЙ СМЕНЫ,
ЛЕВЫЙ БЕРЕГ, РАЙОН ОБЛТАИ
8-930-414-86-44 звонить с 10 до 18

КРУПНОЙ ОПТОВОЙ ФИРМЕ ТРЕБУЮТСЯ
ВОДИТЕЛИ КАТЕГОРИИ «Е»
МЕЖДУНАРОДНЫЕ, МЕЖДИСТРИКТНЫЕ ПОЖЕЛОЗИ,
КАРТЫ БУТЛ СКАН, МЕДИЦИНСКАЯ, ОБЛАДА СЕРТИФИКАТОМ
7 Р/км + доп.выплаты
8(930)414-86-45

СоцКомВклад
ВЛОЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ НА СУММУ ДО 1 400 000 РУБ.

**до 17%
ГODOVЫХ**

Вложения застрахованы
Система Страхования Вложений

**Каждому клиенту
ценные подарки!***

| Название | Срок (в днях) | Сумма | Годовая процентная ставка |
|-------------------------|---------------|---------------------------------|---------------------------|
| Экспресс | 30 дней | от 30 000 руб. | 8,0 % |
| Гарантированный процент | 365 дней | от 30 000 руб. | 6,0 % |
| Осенний | 91 день | от 5 000 руб. | 10,0 % |
| Предел | 180 дней | от 5 000 руб. | 12,0 % |
| | 365 дней | | 14,0 % |
| Абсолют | 180 дней | от 30 000 руб. до 200 000 руб. | 12,0 % |
| | | от 200 001 руб. до 400 000 руб. | 12,5 % |
| | | от 400 001 руб. до 500 000 руб. | 13,0 % |
| | | от 500 001 руб. и выше | 13,5 % |
| Абсолют + | 365 дней | от 30 000 руб. до 200 000 руб. | 14,0 % |
| | | от 200 001 руб. до 400 000 руб. | 14,5 % |
| | | от 400 001 руб. до 500 000 руб. | 15,0 % |
| | | от 500 001 руб. и выше | 15,5 % |
| Юбилейный 17 | 548 дней | от 50 000 руб. | 17,0 % |

**АДРЕСА НАШИХ ОФИСОВ:
г. ВОРОНЕЖ**

ул. 20 ЛЕТ ОКТЯБРЯ д. 80
ОСТАНОВКА «СТРОИТЕЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ»
8 (473) 206 64 33

ул. КОЛЬЦОВСКАЯ д. 7
ОСТАНОВКА «ВОКЗАЛ ВОРОНЕЖ-1»
8 (473) 206 64 11

ЛЕНИНСКИЙ ПРОСПЕКТ д. 18
ОСТАНОВКА «ГИПРОКАУЧУК»
8 (473) 206 64 55

ЛЕНИНСКИЙ ПРОСПЕКТ д. 99
ОСТАНОВКА «ИЛЬИЧА»
8 (473) 206 64 92

БУЛЬВАР ПИОНЕРОВ д. 24
ОСТАНОВКА «УЛИЦА ДОМОСТРОИТЕЛЕЙ»
8 (473) 206 64 99

ул. ГЕРОЕВ СИБИРЯКОВ д.67
ОСТАНОВКА «ЮГО-ЗАПАДНЫЙ РЫНОК»
8 (473) 206 64 83

ул. ГЕНЕРАЛА ЛИЗИУКОВА д. 61
ОСТАНОВКА «УЛИЦА 60-Й АРМИИ»
8 (473) 206 64 66

ул. ГЕНЕРАЛА ЛИЗИУКОВА д. 85
ОСТАНОВКА «УЛИЦА ВЛАДИМИРА НЕВСКОГО»
8 (473) 206 64 85

ул. ПЛЕХАНОВСКАЯ д. 35
ОСТАНОВКА «КОЛЬЦОВСКАЯ УЛИЦА»
8 (473) 206 64 22

МОСКОВСКИЙ ПРОСПЕКТ д. 46
ОСТАНОВКА «УЛИЦА 45-Й СТРЕЛКОВОЙ ДИВИЗИИ»
8 (473) 206 64 88

ул. 9 ЯНВАРЯ д. 170
ОСТАНОВКА «УЛИЦА ТОРПЕДО»
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.soccom.ru

График работы офиса: с 9:00 до 19:30 без перерыва.
Суббота, воскресенье - выходные дни.



Воронежский цирк закроют на реконструкцию в 2023 году

Ремонт займет 2 года

Работы по реконструкции здания Воронежского цирка начнутся в 2023 году.

В начале июля отметили, что до конца 2022 года планируется получить положительное заключение экспертизы и начать строительство-монтажные работы на объекте.

Во время работ планируется обновить конструкции здания, что позволит выполнить современные требования по пожарной безопасности и содержанию животных. Также планируется заменить техническое оборудование, что сделает представления цирка более зрелищными и современными.



С площади Ленина в Воронеже уберут бесплатный каток

Пространство используют для пешеходных прогулок

В Воронеже перенесут бесплатный каток, который ежегодно устанавливали на площади Ленина. В этом году его планируют оборудовать в Центральном парке, а на площади расширить территорию для пешеходных прогулок.

В департаменте отметили, что сейчас прорабатывается вопрос подключения катка к инженерным сетям. На новом месте лед останется бесплатным для посетителей со своими коньками. Будет работать зона проката инвентаря.



Льготу по транспортному налогу распространят на все многодетные семьи в Воронежской области

Речь о владельцах автомобилей мощностью до 150 лошадиных сил

Теперь право на освобождение от транспортного налога есть у всех многодетных семей в Воронежской области, имеющих легковые автомобили с мощностью двигателя до 150 лошадиных сил включительно и другие самоходные транспортные средства, машины и механизмы на пневматическом и гусеничном ходу с мощностью двигателя до 100 лошадиных сил включительно. Соответствующие поправки в региональный закон депутаты областной думы одобрили 25 октября.

Председатель Воронежской областной думы Владимир Нетесов пояснил, что ранее льгота распространялась на многодетные семьи, воспитывающие пять и более несовершеннолетних детей.

В настоящий момент на территории региона многодетной признается семья, воспитывающая трех и более детей в возрасте до 18 лет. В целях социальной поддержки многодетных семей и усиления их защищенности было принято решение распространить льготу в виде освобождения от уплаты транспортного налога на все такие семьи. Действие закона касается правоотношений, возникших с 1 января 2022 года, – прокомментировал спикер регионального парламента.

Освобождение от уплаты налога предоставят в отношении одного автомобиля на усмотрение владельца. Потенциальными получателями льготы могут стать около 20 тыс. многодетных семей Воронежской области.

Также депутаты облдумы одобрили поправки в закон, направленные на поддержку детей-сирот, достигших возраста 23 лет. Их освободили от внесения платы за пользование специализированным жилым помещением по договору найма.



Мэрия Воронежа актуализировала список пунктов размещения при угрозе возникновения ЧС

В перечень вошли 198 ПВР

Мэрия Воронежа опубликовала актуализированный перечень пунктов временного размещения горожан при угрозе возникновения ЧС. Соответствующий документ, подписанный главой города Вадимом Кстениным, разместили на сайте городской администрации voronezh-city.ru 25 октября.

Напомним, что обстановка в Воронеже является спокойной и управляемой, однако те или иные чрезвычайные ситуации – например, пожары, аварии на инженерных сетях – могут произойти. Большинство указанных в нем учреждений являются пунктами временного размещения уже много лет, – отметили в муниципалитете.

Всего в перечень вошли 198 пунктов, общая вместимость которых составляет 38 тыс. человек. Пункты временного размещения находятся на базе школ, детских лагерей, баз отдыха, учреждений культуры и других.

По материалам сайта: riavrn.ru

ТРЕБУЕТСЯ ПОЧТАЛЬОН
для распространения газет по почтовым ящикам
☎ 8 (473) 251-47-44 info@soroka.ru

ИЩЕТЕ СОТРУДНИКОВ?
Ищите их среди наших читателей!
ПОПУЛЯРНАЯ ПОЛОСА
ВАКАНСИИ
Актуальная рубрика и все преимущества газеты «Рекламная СОРОКА»
• тираж 250 000 экземпляров
• распространение по почтовым ящикам и на оживленных перекрестках Воронежа
Тел.: 8 (473) 251-61-77

Производственной Рекламной Компании
ТРЕБУЕТСЯ ПОЛИГРАФИСТ
Работа в центре города
Режим работы с 9:00 до 18:00
Дружный коллектив
Работа для Вас!
info@soroka.ru
☎ +7(473)210-48-38

ВАКАНСИИ

ООО «ПЕЧАТЬ ЧЕРНОЗЕМЬЯ»
ПРИГЛАШАЕТ
ПРОДАВЦОВ
Печатной продукции (книжки, 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
ИНН: 3665812520

ТРЕБУЮТСЯ ШВЕИ
СОПКОМ И БЕЗ
3/П 33500-40000 Р.
ПОШИВ БИГ-53ГОВ
ЕСТЬ КОРПОРАТИВНЫЙ ТРАНСПОРТ
☎ +7(930)426-24-38

ГРУЗЧИКИ
3П ОТ 25 000 РУБЛЕЙ
☎ +7(903)651-49-55
Реклама для изучения спроса

ТРЕБУЕТСЯ УБОРЩИЦА (К)
ДЛЯ УБОРКИ МАГАЗИНА
В ВАШЕМ РАЙОНЕ ГОРОДА.
ОФИЦИАЛЬНОЕ ТРУДОУСТРОЙСТВО, ПОЛНЫЙ СОЦПАКЕТ, ВЫСОКАЯ З.П.
☎ 8(952)547-48-03
☎ 8(950)778-67-54

В СТАБИЛЬНУЮ КОМПАНИЮ
ТРЕБУЮТСЯ УБОРЩИКИ
3/П 20-30000 Р.
ОПЕРАТОР ПОЛОМОЧНОЙ МАШИНЫ 3/П 22-30000 Р.
ГРАФИК 5/2, ОФОРМЛЕНИЕ ПО ТК РФ.
☎ 8(951)546-92-42
УЛ. ЦИОЛКОВСКОГО, 27
ИНН: 7708398399

ТРАНСПОРТНОЙ КОМПАНИИ ТРЕБУЮТСЯ
ВОДИТЕЛИ КАТЕГОРИИ «В», «С»
3/П ОТ 70 000 РУБ./МЕС.
ВЫПЛАТЫ ПОСЛЕ КАЖДОГО РЕЙСА
☎ 8(930)402-91-30 ИГОРЬ
ИНН: 112106224229

ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ
Г. МОСКВА, ВАХТА 15/15, 30/30
☎ 8 916 172 27 82
ИНН: 7729508123

ТРЕБУЮТСЯ РАСПРОСТРАНТЕЛИ
☎ 8 (473) 210-48-38

ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ НА ВАХТУ Г. АЛЕКСЕЕВКА
ПРОЖИВАНИЕ, 3-Х РАЗОВОЕ ПИТАНИЕ, ПРОЕЗД И ОБМУНДИРОВАНИЕ ЗА СЧЕТ ПРЕДПРИЯТИЯ
ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА ОТ 20000 РУБЛЕЙ
ЗА ВАХТУ 15 ДНЕЙ ПО 12 ЧАСОВ
6-И РАЗРЯД ОТ 30000
☎ 8(915)563-20-33
ВЛАДИМИР АЛЕКСЕЕВИЧ

ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ С ЛИЧНЫМ А/М
8903 651 4599
Реклама для изучения спроса

На ферму КРС **требуются:**
РАБОЧИЙ ПО УХОДУ ЗА ЖИВОТНЫМИ
ЗООТЕХНИК ПО КОРМЛЕНИЮ (МОЖНО БЕЗ ОПЫТА)
ВЕТЕРИНАРНЫЙ ВРАЧ (ФЕЛЬДШЕР, МОЖНО БЕЗ ОПЫТА)
МЕХАНИЗАТОР (ТРАКТОРИСТ)
СВАРЩИК
ЖИЛЬЕ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ (МОЖНО СЕМЬИ). ГОТОВЫ ПРИВЕЗТИ СВОИМ ТРАНСПОРТОМ.
☎ 8(960)550-53-53
ИНН: 3201002363

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ ГРАЖДАНЕ РФ И ИНОСТРАНЦЫ
РАБОЧИЕ
3/П ОТ 45 000 РУБ
МОЙЩИК ТАРЫ
3/П 32 000 РУБ
УПАКОВЩИКИ
3/П 45 000 РУБ
☎ 8 (473) 210 73 43
☎ 8 (920) 414 00 75
ИНН: 3665057179

РАБОТА В ТЕПЛИЧНОМ КОМПЛЕКСЕ. В Г. БОБРОВ ТРЕБУЮТСЯ
3/П ОТ 48600 Р. В МЕСЯЦ **Овощеводы**
РАБОТА ВАХТОЙ. КОМФОРТАБЕЛЬНОЕ ЖИЛЬЕ ПРЕДОСТАВЛЯЕМ. КОМПЕНСАЦИЯ ПИТАНИЯ. КОМПЕНСАЦИЯ ДОРОГИ. КАЖДЫЕ 2 НЕДЕЛИ ВЫПЛАТЫ.
ВСЕ ВОПРОСЫ ПО ТЕЛЕФОНУ:
8(800)700-78-98
ИНН: 5260485910

ТРЕБУЕТСЯ В МБОУ СОШ №14
УЛ. ЧЕРНЯКОВСКОГО, Д. 2
УЧИТЕЛЬ МАТЕМАТИКИ
В.О. ЖЕЛАТЕЛЬНО, ОПЫТ РАБОТЫ.
3/П: 35 000 Р.
ТЕЛ: 2-362-978
ИНН: 3664044177

ТРЕБУЮТСЯ УБОРЩИЦЫ(КИ)
ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ИНВЕНТАРЬ И СПЕЦОДЕЖДУ
☎ 8 965 597 33 43
ИНН: 6455055847

ТМГ
ОАО «ТЯЖМЕХПРЕСС»
требуются
• ТОКАРЬ
• СЛЕСАРЬ-СВАРЩИК
• СТРОПАЛЬЩИК
• ИНЖЕНЕР-КОНСТРУКТОР
• ИНЖЕНЕР-ТЕХНОЛОГ
УЛ. СОЛНЕЧНАЯ, 31
☎ 8(473)220-43-13,
☎ 8(473) 239-38-46
ИНН: 3662118923

На объекты России требуются
• СВАРЩИК
• МОНТАЖНИК
• СТРОПАЛЬЩИК
• АРМАТУРЩИК-ПЛОТНИК
• ДОРОЖНЫЙ РАБОЧИЙ
• РАЗНОРАБОЧИЙ
ОФИЦИАЛЬНОЕ ТРУДОУСТРОЙСТВО. ПРОЕЗД, ПРОЖИВАНИЕ, ГОРЯЧИЕ ОБЕДЫ, СПЕЦОДЕЖДА ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ. ВАХТА 60/30
3/П ОТ 80000 РУБ.
☎ 8(982)720-04-97
ИНН: 5905048544

АО «ВОРОНЕЖСКОЙ ХЛЕБНОЙ БАЗЕ» ТРЕБУЮТСЯ
• СЛЕСАРИ-РЕМОНТНИКИ,
• АППАРАТЧИКИ ОБРАБОТКИ ЗЕРНА,
• ГРУЗЧИКИ
230-93-57,
230-97-69, 237-09-21
ИНН: 3663001413

УВАЖАЕМЫЕ КЛИЕНТЫ
ТЕПЕРЬ ВЫ МОЖЕТЕ ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ НА НАШЕМ САЙТЕ
☎ +7 (473) 210-48-38
soroka.ru

ВАХТОВЫЙ МЕТОД РАБОТЫ, 60/30
Проживание, питание, билеты, медкомиссия - за наш счет.
Работа в Мариуполе на реконструкции города
ПЛОТНИКИ, САНТЕХНИКИ 105.000 руб./мес.,
МОНТАЖНИКИ ЖБК 115.000 руб./мес.,
МАЛЯРЫ-ШТУКАТУРЫ 110.000 руб./мес.
Удостоверения обязательны.
☎ 8-913-840-25-93, 8-918-072-53-72
ИНН: 7707467057

РАБОТА НА ВАХТЕ ПО ТК РФ
3П от 50.000 р/мес
Монтажники, ЭЭС, Дорожники, Подсобники, Укладчики-упаковщики
Бесплатно: проживание, питание, спецодежда, медосмотр, проезд до объекта и обратно!
☎ 8(982)990-67-49 Ольга
ИНН: 1831176654

ПРОИЗВОДСТВЕННОМУ ПРЕДПРИЯТИЮ ТРЕБУЮТСЯ
СЛЕСАРЬ СЛЕСАРЬ-ЭЛЕКТРИК
по ремонту: оборудования, станков, печей, кранового оборудования.
Оплата по итогу собеседования
☎ +7(910)749-08-98
ИНН: 3666108098

БЕЗОПАСНОСТЬ НАЧИНАЕТСЯ С СЕБЯ



В наше время необходимо быть особенно наблюдательными и бдительными. Только вы способны своевременно обезопасить себя в чрезвычайный момент, а также помочь избежать опасности своим детям и пожилым родственникам. Надеемся, что вы не оставите без внимания представленные в данной статье рекомендации.

Если обнаружили подозрительный предмет

Подозрение должны вызывать (по рекомендациям ФСБ и МЧС):

- Любые бесхозные сумки, пакеты, коробки, игрушки, предметы одежды, телефоны в транспорте, общественных местах или подъездах домов;

- В особенности сумки, пакеты и другие предметы, из которых раздаются звуки (к примеру, ткань) и торчат провода, антенны, веревки, скотч;

- Специфически пахнущие вещи.

Схема действий:

- Ни в коем случае не подходите к предмету и не трогайте его;

- Ни в коем случае не курите рядом с подозрительным предметом и не пользуйтесь мобильным;

- Спросите у окружающих, не их ли это предмет;

- Если вещь действительно бесхозная, отойдите от нее как минимум на сто метров (и уведите с собой окружающих);

- Запомните или запишите время, когда вы нашли предмет;

- Немедленно сообщите о подозрительном предмете. Если это транспорт - водителю, кондуктору или машинисту, полицейским на станции метро. В других случаях необходимо позвонить в экстренные службы по единому номеру 112 или в полицию по номеру 102;

- Не сообщайте об угрозе никому, кроме полиции и тех, кто находится рядом с вами, не допускайте действий, которые могут спровоцировать панику.

Расскажите своим детям о взрывных устройствах. Научите своих детей мерам безопасности: не разговаривать с посторонними на улице и не открывать

дверь незнакомым, не подбирать бесхозные игрушки, не прикасаться к находкам и т.п.

Что делать, если объявлена эвакуация

Эвакуировать людей из дома, офиса, торгового центра, школы, больницы или других мест могут, если поступило сообщение о бомбе или начался пожар.

Схема действий будет примерно одинакова:

- Возьмите самое важное - документы, деньги, ценности, которые легко унести;

- Отключите газ, свет и воду;

- Помогите эвакуироваться детям, пожилым людям, людям с ограниченными возможностями;

- Если успеваете - закройте входную дверь на замок.

- При эвакуации, скорее всего, соберется толпа - на выходе из здания или вблизи места происшествия.

Правила поведения на этот случай:

- Если вы в стороне от места происшествия, не приближайтесь к толпе;

- Если вы оказались в толпе, позвольте ей нести вас, не идите против течения;

- Разведите локти в стороны, чтобы не позволять окружающим сдавливать грудную клетку;

- Не передвигайтесь на цыпочках, шагайте, ставя ногу на полную стопу;

- Держитесь дальше от высоких и крупных людей;

- Не допускайте падения;

- Если вы все же упали, свернитесь клубком, защитите голову руками, закройте ладонями затылок;

- Если началась давка, избегайте от вещей, которые могут помешать вам двигаться - длинного шарфа или большой сумки;

- Если началась паника, ни в коем случае не бегите;

- Если вы что-то уронили, не пытайтесь поднять.

Как выявить террориста

Террористы, как правило, действуют скрытно, стараясь не попадаться на глаза ни правоохранительным органам, ни простым гражданам. Но их деятельность вполне может показаться необычной или подозрительной. Если признаки странного поведения не находят естественного объяснения, немедленно сообщите об этом в правоохранительные органы.

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы этих людей, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д. Не пытайтесь их останавливать сами, иначе вы можете стать их первой жертвой.

Необходимо обращать внимание:

- На подозрительные лиц,

иногда нарочито неприметных, не выделяющихся, но чем-либо странных;

- На небольшие группы людей, собравшихся с определенной целью, возможно, агрессивно настроенных;

- На сдаваемые или снимаемые квартиры, подвалы, подсобные помещения, склады, вокруг которых наблюдается странная активность;

- На подозрительные телефонные разговоры.

При возможной находке взрывного устройства категорически запрещается:

- пользоваться незнакомыми предметами, найденными на месте работы;

- сдвигать с места, перекатывать взрывоопасные предметы с места на место, брать в руки;

- ударять один боеприпас о другой или бить любыми предметами по корпусу и взрывателю;

- поднимать переносить, класть в карманы, портфели, сумки и т.п.;

- помещать боеприпасы в костер или разводить огонь над ними;

- собирать, и сдавать боеприпасы в качестве металлолома;

- закапывать в землю или бросать их в водоемы;

- наступать или наезжать на боеприпасы;

- обрывать или тянуть отходящие от предметов проволоки или провода, предпринимать попытки их обезвредить.

Также необходимо помнить, что внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. На наличие взрывного устройства, других опасных предметов могут указывать следующие признаки:

- Присутствие проводов, небольших антенн, изолянт, шпагата, веревки, скотча в пакете, либо торчащие из пакета.

- Шум из обнаруженных подозрительных предметов (пакетов, сумок и др.). Это может быть тиканье часов, щелчки и т.п.

- Наличие на найденном подозрительном предмете элементов питания (батареек).

- Растяжки из проволоки, веревок, шпагата, лески;

- Необычное размещение предмета;

- Наличие предмета, несвойственного для данной местности;

- Специфический запах, несвойственный для данной местности.

Также жителям города Воронежа и Воронежской области напомнили номера, по которым можно сообщить информацию о возникающих террористических угрозах и других чрезвычайных ситуациях:

группа дежурных УФСБ по телефону

8 (473) 255 04 44;

дежурная часть ГУ МВД по телефону

8 (473) 251 12 16;

дежурная часть ЮВ ЛУ МВД по телефону

8 (473) 265 68 74;

дежурная служба УФСВНГ по телефону

8 (473) 253 26 62;

центр управления в кризисных ситуациях ГУ МЧС по телефонам

8 (473) 255 91 88,

8 (473) 269 81 68;

правительство области через приемную губернатора области по телефону

8 (473) 255 27 37.

Олеся Иванова

Крупному предприятию в Воронежской области
ТРЕБУЕТСЯ ТРАКТОРИСТ
8 (473) 251-61-77

Реклама для изучения спроса

ВЫКУП АВТО
в любом состоянии
ЭВАКУАТОР БЕСПЛАТНО
РАСЧЕТ НА МЕСТЕ
АВТО-МОТО-ВЫКУП-36.РФ
ТЕЛ: 8-980-343-80-50

УСЛУГИ ПО УСТАНОВКЕ ВИДЕОНАБЛЮДЕНИЯ
PROINTERNET.RU
ПОДБОР ОБОРУДОВАНИЯ С ГАРАНТИЕЙ И КАЧЕСТВЕННЫЙ МОНТАЖ.
+7(985)456-71-04

ПРЕДОСТАВЛЯЕМ УСЛУГИ В ОФОРМЛЕНИИ
ДОКУМЕНТОВ
по временной и постоянной прописке граждан РФ и иностранных граждан
8(920)451-72-83

СКУПАЕМ СТИРАЛЬНЫЕ МАШИНЫ
в любом состоянии
8-915-549-34-28

рекламная **СОРОКА** ул. Моисеева, 10, 3 этаж info@soroka.ru
ХОТИТЕ УВИДЕТЬ ВАШУ РЕКЛАМУ В НАШЕЙ ГАЗЕТЕ? ЗВОНИТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ
8(903)651-61-77

Любовники
ЖАНР КОМЕДИЯ
У ЭТИХ ПАРНЕЙ ЕСТЬ ТРАДИЦИЯ: ХОДИТЬ В БАНИЮ... И МСТИТЬ! ПАВЕЛ ПРИЛУЧНЫЙ, РОМАН КУРЦЫН И АЛЕКСЕЙ ЗОЛОТОВИЦКИЙ В КОМЕДИИ «ЛЮБОВНИКИ».
В КИНО С 3 НОЯБРЯ

МАКСИМИР КИНО
ЛЕНИНСКИЙ пр-т 174п
MAXI-MIR-KINO.RU
+7 (473) 2-333-777

ПЕТР I
ПОСЛЕДНИЙ ЦАРЬ И ПЕРВЫЙ ИМПЕРАТОР
ЖАНР ИСТОРИЧЕСКИЙ
УНИКАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ-РЕКОНСТРУКЦИЯ, СОЗДАННЫЙ ДЛЯ СЕМЕЙНОЙ АУДИТОРИИ О СТАНОВЛЕНИИ И ПРАВЛЕНИИ ИМПЕРАТОРА ПЕТРА ВЕЛИКОГО.
В КИНО С 3 НОЯБРЯ

О ПОЛЬЗЕ ВОДЫ



Если на неизвестной планете нашли воду, значит там есть жизнь. Без воды человек не может прожить и десяти дней, без еды – даже месяц. Уже одни эти понятия говорят о важности воды в природе и нашей жизни.

Каждый день в организм человека попадает много жидкости с любой пищей: овощами, фруктами, соками, супами и чаем. Но большую пользу оказывает чистая вода без каких-либо примесей. Ее нужно пить, по рекомендации врачей, каждый день в расчете 30 мл на 1 кг веса человека. Для взрослого человека необходимое количество воды составляет примерно 2 л. В жаркую погоду потребность в воде увеличивается, поэтому летом ее пьют больше.

Действие воды на различные органы в организме человека

С давних времен люди знают, что вода помогает вылечить многие заболевания. Это становится более понятным, если подробнее изучить процессы, происходящие в организме человека. Ведь и он состоит большей частью из воды:

- в кровеносной системе – 92 % воды;
- в мозге – 75 % воды;
- в мышцах – 75 % воды;
- в скелете – 22 % воды.

Печень защищает организм от продуктов распада, консервантов и красителей, микробов и вирусов. Вместе с водой эти вредные вещества выводятся из организма. При нормальном водном балансе они не задерживаются в организме, и не происходит развития заболеваний.

Почки являются своеобразным фильтром для всех жидкостей. Если вода в достаточном количестве, вся лишняя жидкость

с вредными компонентами выводится с мочой. Если же воды мало, почки ее экономят, и это мешает их нормальной работе.

Лимфа переносит мертвые клетки и другие отходы из крови к лимфоузлам, затем направляет для переработки в почки и печень, и здесь ей также помогает вода.

Малое количество воды вредно и для суставов, внутри которых вода играет роль смазки. При постоянном недостатке воды суставы стираются, и это приводит к артрозу, который мучает многих людей.

Если вы собираетесь заняться фитнесом, надо не забывать брать с собой бутылку чистой воды, так как при большом потоотделении ее требуется больше. Пить надо до, после и во время занятий. Отсутствие влаги в организме приводит к мышечным спазмам.

Польза воды

1. Вода благотворно действует на кожу. Если ее пить в достаточном количестве, можно не пользоваться дорогостоящими увлажняющими кремами.

2. Вода не только выводит вредные вещества из организма после переработки человеческими органами, но и доставляет клеткам витамины и минералы, необходимые для жизнедеятельности человека.

3. Вода регулирует обменные процессы и стимулирует работу пищеварительных органов. Есть мнение, что во время еды нельзя пить воду. Это неправильно. Если выпить не пол литра, а небольшое количество, оно помогает пищеварению. Вода утоляет голод, и если выпить за 20 минут до еды стакан воды, то съесть можно меньше.

4. Вода регулирует температурный обмен. Когда у человека поднимается температура, врачи первым делом рекомендуют пить как можно больше воды.

5. Вода – источник энергии. Врачи считают, что 5 стаканов воды в день защищают от сердечного приступа. Достаточное потребление воды помогает бороться с ожирением и респираторными заболеваниями. Употребляя воду в нужном количестве, человек приобретает иммунитет от инфекционных болезней.

Какую воду пить и как ее пить правильно?

Вода должна быть чистой. Самая полезная вода – родниковая из минерального источника.

Вода из крана содержит хлор в допустимом количестве, поэтому она не считается вредной для организма, но ее желательно пить в кипяченом виде. Для очистки такой воды рекомендуют использовать бытовые фильтры.

Нельзя кипятить одну и ту же воду несколько раз, так как увеличивается процент вредных веществ.

Два литра воды необходимо распределить на весь день. Пить надо небольшими глотками. Один стакан воды натощак полезен для работы желудочно-пищеварительного тракта. Его нужно выпить за 30 минут до завтрака. Вода натощак каждый день также является профилактикой против простуд и воспалений.

Вред избыточного и недостаточного употребления воды

Если пить мало воды, человек начинает чувствовать слабость, недомогание, головную боль, усталость. Кроме того, у него начнутся проблемы с почками, боли в спине и суставах.

Избыточное количество жидкости также вредно, особенно на ночь. Оно провоцирует нагрузку на почки и способствует развитию отеков. Людям с гипертонической болезнью и сердечной недостаточностью необходимо уменьшить употребление воды и соли. Постоянная жажда может

быть предвестником сахарного диабета, поэтому при первом подозрении нужно проверить кровь на сахар.

Как заставить себя пить воду, если не хочется

Если вы знаете свою норму и понимаете, что всё равно пьёте недостаточно воды, попробуйте один из этих способов.

- Установите ежедневный обязательный уровень потребления воды в день. Например, выпивать 1 литр жидкости в день. Конкретная цель мотивирует и повышает вероятность употребления необходимого потребления воды ежедневно.

- Носите с собой бутылку воды. Если вы будете иметь воду под рукой – будете её пить. При этом неважно, где находитесь: в путешествии, дома, на работе, на тренировке, в походе.

- Установите напоминания в приложении на телефоне. Звуковой сигнал напомнит, когда и сколько нужно выпить воды.

- Замените газированные напитки и сок на обычную воду. Многие газированные и негазированные напитки содержат в своем составе добавленный сахар, который вреден для здоровья.

- Выпивайте стакан тёплой воды перед каждым приёмом пищи. Это поможет выработать привычку употреблять жидкость регулярно.

Екатерина Голубева

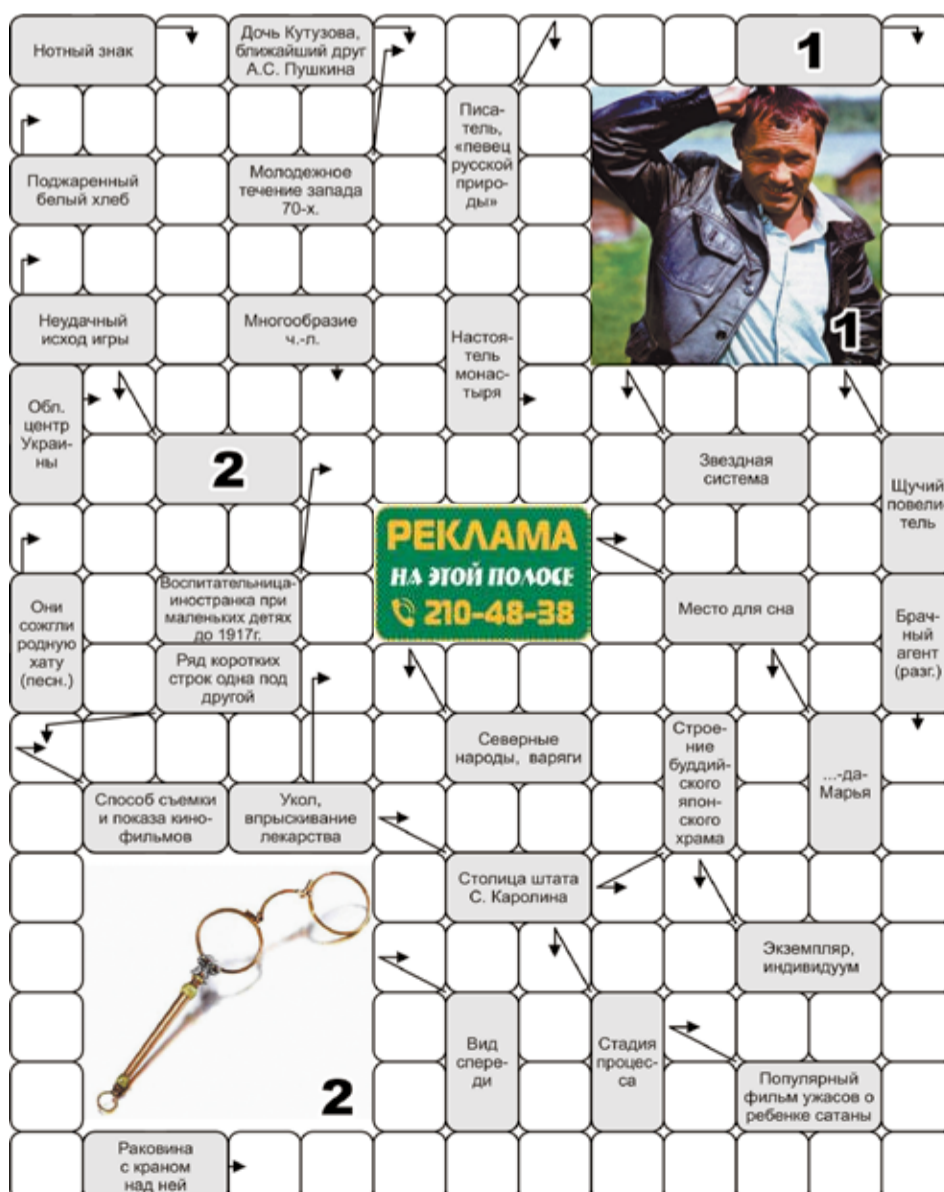
РЕКЛАМА В ЛИФТАХ

50 СТЕНДОВ В ПОДАРОК

Русмедиа
рекламная компания

8-473-251-41-88

Условия акции уточняйте на сайте rus-media.pro



ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ЗРЕНИЯ



По данным ВОЗ за последнее десятилетие резко возросло число россиян, у которых диагностированы различные патологии органов зрения. Медики говорят о том, что при сохранении негативной динамики, еще через 10 лет до 70% жителей нашей страны столкнутся с заболеваниями глаз. Этому в значительной мере способствуют возрастные зрительные нагрузки, излучение от мониторов и мобильных гаджетов, неправильный рацион, гиподинамия, стрессы. Особенно часто страдают дети. Уже сейчас до 50% выпускников вузов имеют проблемы со зрением.

Офтальмологи подтверждают, что здоровье глаз можно сохранить или замедлить развитие нарушений. Вот несколько рекомендаций, которые помогут в профилактике.

Контроль зрительных нагрузок. Чтобы сохранить зрение, необходимо контролировать нагрузки на глаза. Особенно важно это для тех, кто работает за компьютером, и для детей. Если постоянно смотреть с фиксированного расстояния на монитор, мышцы, управляющие работой хрусталика, спазмируются. Из-за спазма глазу становится сложно фокусироваться на других расстояниях, снижается острота зрения, повышается утомляемость, начинаются дегенеративные процессы. Поэтому желательно ограничить необязательные нагрузки – просмотр телеви-

зора, компьютерные игры, серфинг в Интернете. Детям нужно лимитировать время общения с гаджетами. Суммарно оно не должно превышать 1,5 часов в день для младших школьников и 3 часов для подростков.

Защита от излучений. Солнечный свет и излучение от мониторов также ухудшают здоровье глаз. Облучение ультрафиолетом может стать катализатором развития макулярной дегенерации и катаракты. Излучение экранов также может вызвать поражение сетчатки и другие патологии. Эффективное средство от УФ-излучения на улице – солнцезащитные очки с фильтром от А и В волн. Если вы носите очки для коррекции – то желательно заказывать линзы с ультрафиолетовым фильтром. Для работы за компьютером выпускаются очки с покрытием, пропускающим часть синего спектра. Избыток этого цвета заставляет глаз переутомляться, снижает качество изображения.

Витамины для зрения. Для поддержания здоровья глаз необходимо достаточное поступление в организм витаминов. Исследования показали, что при регулярном употреблении витаминных комплексов, состояние зрительного аппарата улучшается на 7-20% в зависимости от патологии. Кроме того, это отличная профилактика. Поэтому желательными являются: витамины А, Е, С, В1, В2, В6, В12, РР, D. Также по-

лезны комплексы с таурином, селеном, цинком, магнием (перед приемом каких-либо витаминных комплексов/БАДов следует проконсультироваться со специалистом).

Гимнастика и массаж для глаз. Регулярные упражнения помогают снять статическое напряжение в мышцах, улучшить кровообращение и питание сетчатки. Желательно уделять время гимнастике не менее 2-х раз в день. Существуют различные комплексы упражнений. Самыми эффективными считаются методики Бейтса, Норбекова, Жданова, Аветисова. Также при постоянной работе за компьютером каждые 20-30 минут необходимо переводить взгляд на отдаленные предметы (на расстоянии 5-6 метров) и обратно 10-15 раз.

Быстро снять напряжение и поддержать здоровье глаз помогает массаж. Точечное воздействие усиливает ток крови и лимфы, что улучшает питание тканей. Самая простая техника – движение подушечками пальцев вдоль век от внутреннего уголка глаза к внешнему и круговые движения по векам. Движения можно чередовать по 20 секунд в течение 5-7 минут. Процедуру можно повторять 3 раза в день.

Вредные привычки. Курение и алкоголь негативно влияют на состояние глаз. Никотин ускоряет развитие катаракты, повышает вероятность дегенерации желтого пятна. Курение вызывает спазм сосудов, что особенно отражается на мелких капиллярах, которые питают сетчатку. Алкоголь ведет к обезвоживанию – появляется синдром сухого глаза, сосуды становятся хрупкими. И никотин, и спиртное ведут к дефициту витаминов и микроэлементов.

Защита и безопасность. Нарушение зрения может возникнуть при травмах или падении инородного тела. Поэтому нельзя забывать о безопасности. Если работа связана с появлением брызг, ще-

пок, пыли, искр – необходимо использовать защитные очки. То же справедливо и при езде на велосипеде, катании на лыжах, сноуборде, плавании и в любой другой ситуации, когда есть риск повредить глаз.

Регулярные обследования. Некоторые заболевания глаз на начальном этапе можно не заметить. Поэтому всем рекомендуется посещать офтальмолога не реже одного раза в год.

Кроме того, необходимо контролировать давление, уровень холестерина и глюкозы крови. Повышенное давление способствует развитию гипертонической ретинопатии. Атеросклеротические бляшки могут вызвать инсульт центральной артерии сетчатки и слепоту. Высокая концентрация глюкозы лишает сосуды эластичности, ухудшает их проходимость, развивается диабетическая ретинопатия, катаракта.

Полезные советы

– Если вы любите читать и предпочитаете цифровые версии книг, то снизьте нагрузку на глаза поможет электронная книга. В отличие от смартфона или планшета, она работает в отраженном свете, что значительно лучше.

– Многие современные компьютерные мониторы имеют специальные режимы чтения. Он подходит для длительной работы с документами и помогает уменьшить напряжение глаз за счет фильтрации синего спектра.

– Хорошей профилактикой здоровья органов зрения являются игры с мячом, бадминтон, теннис.

– Не пользуйтесь старой косметикой. В жидких и кремовых средствах для макияжа глаз быстро появляются бактерии, которые могут нанести вред глазам. Использовать открытые средства нужно в течение 3 месяцев. Не пользуйтесь косметикой с истекшим сроком годности.

Валерия Тихонова

ЖЕЛАЕТЕ БРОСИТЬ ПИТЬ?
АНОНИМНЫЕ АЛКОГОЛИКИ
ПОМОГУТ БЕСПЛАТНО
aavrn.ru
+7(473)2-934-931
ИНН: 7725139531

МАГИЯ
ГАДАНИЕ, ОБРЯДЫ,
ЗАГОВОРЫ, ПРИВОРОТЫ,
ГАДАНИЕ ПО КАРТАМ ТАРО,
КОРОЛЕВА МАГИИ - ВЕРА!
8-903-651-61-77
НЕМЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ

Реклама для изучения спроса

БОЖИЙ ДАР
В ПОМОЩЬ КАЖДОМУ!
С помощью дара, данного мне свыше, помогу избавиться от порчи, сглаза, зависти, приворожу, верну любимого(ую), а также обладаю более чем 22 обрядами!
С вашей оверой мои силы гарантированы на сто процентов!
8(977)442-28-17
Селена

Немедицинские услуги

РЕКЛАМА
НА ЭТОЙ ПОЛОСЕ
210-48-38

ГРИБЫ В ГОРШОЧКЕ С СЫРОМ

Наша Рецепты

Ингредиенты:
Грибы (любые) – 300 г Мука – 1 ст.л.
Сметана – 80 мл Растительное масло – 50 мл
Твердый сыр – 30 г Перец, соль – по вкусу

Приготовление:

1. Грибы аккуратно промойте от загрязнений. Не мочите их слишком сильно – напитавшись влагой, они становятся водянистыми и не вкусными. Чистые грибы обсушите бумажными полотенцами. Нарезьте их крупными кусочками, так как при термической обработки грибы сильно уменьшаются в размере. Лесные грибы после очистки отварите в зависимости от сорта.
2. Разогрейте на среднем огне сковороду, налейте на нее растительное масло (вместо растительного вы можете взять сливочное). Выложите грибы, посолите их. Обжаривайте шампиньоны, помешивая, 10 минут. Лесные грибы обжаривайте дольше, в зависимости от сорта.
3. Пока жарятся грибы, приготовьте сметанный соус. Смешайте муку со сметаной до однородности. Разбавьте полученную смесь кипятком, вливая его понемногу, до нужной консистенции (как тесто для блинов). Посолите соус по вкусу.
4. Возьмите горшочек для запекания (примерно 0,5л). Переложите в него грибы из сковороды. Поперчите. Залейте сметанным соусом. Накройте крышечкой. Поставьте горшочек в духовку, предварительно разогрев до 180°C, на 10 минут. В это время натрите на крупной терке сыр.
5. Спустя 10 минут достаньте горшочек, но духовку не выключайте. Крышечку уберите, посыпьте блюдо сверху сыром. Снова поставьте горшочек в духовку. Дождитесь расплавления сыра. На это уйдет еще минут 7-10. После чего достаньте блюдо и немного остудите. Подавайте к столу.

По материалам сайта: 1000.menu

Приятного Аппетита

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ



ОВЕН (21.03 – 20.04)

Начало недели для некоторых из Овнов связано с проявлением иллюзий, мистификаций, выдвиганием несбыточных гипотез. Возможно Овнам будет брошен вызов. В то же время, именно в это время, будет немало важно 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 зарваться 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)

Идей 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 уши 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 ещё 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 вообще отложить на потом.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Ловите удачный момент! На этой неделе возможно процветание в денежных и семейных делах, особенно связанных с недвижимостью, семейным бизнесом. Если трудовая деятельность Стрельцов связана с поездками за границу, обучением 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, испытают 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 с утра 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.

ИНВЕСТИРОВАТЬ ЛИ В СТРОИТЕЛЬСТВО И СТРОЙМАТЕРИАЛЫ



Данный вид инвестирования имеет довольно высокую эффективность, ведь строительство не прекращается даже во времена кризиса, особой популярностью в настоящее время пользуется жилье из экологически чистых материалов. Причем, как правило, такие дома возводятся с учетом самых современных технологий, что дает возможность получить не только экологически чистый дом, но и сделать его комфортным и уютным.

Именно по этой причине такое жилье пользуется повышенным спросом у покупателя, и имеет тенденцию к постоянному увеличению стоимости.

Наиболее привлекательным видом инвестирования собственного капитала является даже не вложение средств в недвижимость, обычно это требует солидных сумм, а инвестирование в стройматериалы.

Спрос, на которые не только не снижается, а еще и постоянно растет, что позволяет получать стабильную прибыль от вложенных денег. Особо привлекательными в этом направлении являются вложения в производство материалов для теплоизоляции и продажу сыпучих материалов, таких как щебень, песок.

Главное, чтобы купленные материалы не имели срока годности, так как в этом случае несмотря на их подорожание с каждым днем все тяжелее вернуть вложенные деньги. Поэтому желательны вкладываться в то, что постоянно дорожает - дерево и пиломатериалы, щебень, песок, натуральный камень.

Именно такие вложения дают самый высокий показатель прибыльности, который иногда составляет для инвестора более 80-100% в год.

Главное требование к данной группе стройматериалов - это ее экологическая чистота, покупатель должен быть уверен, что данный продукт не принесет вреда его здоровью.

В России и на территории стран СНГ подобные производства находятся на стадии зарождения, в основном это небольшие заводы или фирмы. Для того, чтобы вложиться в подобный бизнес самостоятельно, требуется крупная сумма денег. А также транспорт и место под складирование.

Что касается инвестиций в жилую недвижимость, можно выделить несколько способов. Именно от выбранного способа, а также от наличия свободного капитала зависит - выбирать ее для инвестиций или нет.

1. Покупаешь дешевле, продаешь дороже

Этот способ еще называют спекулятивным, то

есть инвестиции в недвижимость с целью ее как можно дороже продать. В данном случае цикл сделки небольшой, в среднем - от месяца до года. Спекулятивные инвестиции в жилую недвижимость возможны в нескольких вариантах:

Покупка на одном этапе строительства, продажа на другом. Цена недвижимости на разных этапах строительства может сильно отличаться. Приобретать ее на этапе котлована и продавать на последующих всегда намного выгоднее. Однако в нынешней ситуации, когда высоки цены на строительные материалы, есть большой риск, что недвижимость будет недостроенная, или сдачу проекта придется ждать дольше запланированного.

Разница в цене при естественном росте цен на недвижимость. В момент покупки готового жилья цена может быть одна, а уже через 6 месяцев или через год она увеличится. Однако в нынешних условиях лучше не ориентироваться на естественный рост, так как вполне вероятно, наоборот, снижение цен на недвижимость в ближайшем будущем. Это может произойти из-за снижения спроса в связи с высокими процентными ставками по ипотеке.

Варианты недвижимости с ценами ниже рыночных. Если обладать специальными знаниями, можно найти выгодный вариант по цене ниже общерыночной. Но для поиска такого жилья может потребоваться

много времени, к тому же высок риск наткнуться на непорядочных продавцов, которые умалчат о неприятных нюансах. Поэтому, если встретится заманчивое предложение, следует проверить объект несколько раз.

Если в целом говорить об этом способе - в нынешних условиях лучше не вкладываться в готовую недвижимость с целью спекулятивных инвестиций. В худшем случае можно потерять деньги (что сейчас вполне вероятно), в лучшем - заработать, но не так много, как хотелось бы.

2. Сдача в аренду

Еще один способ инвестиций в жилую недвижимость - сдача в аренду либо ипотечного жилья, либо того, которое находится в собственности. В первом варианте недвижимость отдадут в аренду с целью погашения ипотеки, хотя бы частично. И это действительно хороший способ сэкономить бюджет, а на выходе получить свое жилье. Во втором случае мы получаем пассивный доход, что для многих является еще более привлекательным вариантом.

Но в ближайшем будущем цены на аренду скорее снизятся, так как реальные доходы населения уменьшаются, и включается режим экономии. Люди будут стараться выбирать варианты попроще, а кто-то и вовсе откажется от арендованного жилья. Одновременно с этим ставки на ипотеку еще слишком высокие, а значит, если поку-

пать жилье с целью последующей сдачи в аренду - расходов будет больше. Лучше подождать снижения процентных ставок.

3. Долгосрочные инвестиции

Инвестиции на долгий срок являются консервативным, но в то же время достаточно выгодным способом вложений в недвижимость. Со временем, возможно через 5-20 лет, цены на жилье в любом случае будут выше нынешних. Купить сейчас, чтобы через несколько лет продать намного дороже, - хороший инвестиционный план. Но и тут нужно учитывать некоторые особенности. Ликвидным и наиболее выгодным с точки зрения инвестиций будет жилье элитного класса или расположенное в перспективных районах. Но этот вариант подходит тем, у кого на данный момент времени есть наличные деньги.

Подводя итог, стоит еще раз сказать, что покупать недвижимость с целью инвестиций стоит, но только в двух случаях: в правильно подобранном месте или с целью долгосрочных инвестиций (с учетом, что имеется наличная сумма для покупки). Оба способа требуют внушительных денежных средств, но в нынешних ситуациях это лучшие варианты. Брать ипотечное жилье или пытаться спекулировать в данное время не стоит.

Владислав Комаров

СТРОИТЕЛЬСТВО

ДВЕРИ/ОКНА

- Входные
- Межкомнатные
- Балконы

Работа по договору.
ГАРАНТИЯ

Бесплатный выезд специалиста на замер

8(952)556-29-43

ИНН: 325205731844

ПЕСОК, ЩЕБЕНЬ, ЧЕРНОЗЕМ, ДРОВА

ДОСТАВКА - ЗИЛ, КАМАЗ. ВЫВОЗ МУСОРА

T.8-952-108-00-35

БЕЗ ВЫХОДНЫХ

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

ФК «ПЛАСТ»

ОСЕННИЙ ЦЕНОПАД

СКИДКИ!!!

8(915)544-92-77

Алексей

*Подробности по телефону.

ОКНА/ДВЕРИ

ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ

8(950)768-13-20,
8(920)444-37-87

ИНН: 380103564799

КРОВЛЯ

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ СВОЕГО МАТЕРИАЛА

Пенсионерам скидка

8-920-211-81-96

НИКОЛАЙ ИВАНОВИЧ

*Действует постоянно. Подробности по тел.

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.

СТРОИТЕЛЬСТВО

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ С НАШИМ МАТЕРИАЛОМ

ВЫЕЗД НА МЕСТО БЕСПЛАТНО

Пенсионерам скидка

251-49-55

Реклама для изучения спроса

КРОВЛЯ

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА

МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА

МЯГКАЯ КРОВЛЯ

ПРОФНАСТИЛ

ДОСТАВКА, МОНТАЖ

8 (903) 651-49-55

Реклама для изучения спроса

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ

ВЫПОЛНЯЕТ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА

- ДОМА И БАНИ
- ФУНДАМЕНТ
- ФАСАДЫ
- САЙДИНГ
- КРОВЛЯ
- ЗАБОРЫ
- ВНУТРЕННИЕ РАБОТЫ
- и многое другое

РАБОТЫ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ. КАЧЕСТВЕННО. БЫСТРО.

8(920)408-47-96

Реклама для изучения спроса

В Москву и Московскую область требуются:

АВТОСЛЕСАРЬ

ЭЛЕКТРОМОНТЕР

КУХОННЫЕ РАБОЧИЕ

ТРАКТОРИСТЫ

Вахта 15/15, 30/30, 15/45

Условия и зарплата по телефону.

Прямой работодатель.

8(903)651-61-77

Реклама для изучения спроса

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

ОТ 350 РУБ. КВ. М.

Тел. 8-980-532-81-01

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ В НАШЕЙ ГАЗЕТЕ

210-48-38

БУРЕНИЕ СКВАЖИН

- МОНТАЖ НАСОСНОГО ОБОРУДОВАНИЯ
- ПОДКЛЮЧЕНИЕ СКВАЖИН К ДОМУ

БЫСТРО, КАЧЕСТВЕННО, НЕДОРОГО

ТЕЛ.: +7(903)651-45-11

Реклама для изучения спроса

КУПЛЮ

Куплю нерабочие микроволновые печи. 8-919-239-11-36
Куплю аудиотехнику 89191812453
Стиральные машинки в любом состоянии 8-915-549-34-28

Антиквариат и коллекционирование

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

ПРОДАМ

1/2 дома в р.п. Таловая, ул. Чапаева, д. 6. Все удобства, гараж, времянка с погребом 8-951-559-15-10

НЕДВИЖИМОСТЬ

Сдается нежилое помещение под любой вид деятельности 37,5 кв.м, 2-х эт. здание, ост. Торпедо 30 000 руб. 8-915-582-77-05

УСЛУГИ

Шапки шубы пошив ремонт одежды тонировка меха 89155452628
Стирка: плед, одеяло, куртка в течение часа за 450р. Прачечная самообслуживания 89192341269
СТИРАЛКИН: Стирка белья. Химчистка одежды. Аквачистка ковров. Быстро и чисто! т. 22-99-249

Грузоперевозки

Грузчики, переезды 89601214278

Уборка

Клининг 89038508523 Майя

СТРОИТЕЛЬСТВО

Поклейка обоев 89103451297 Оля

Шпатлевка, обои. Большой опыт. 8-905-659-05-41 Нина

Клею обои, быстро, качественно. Люба 8-920-888-66-84

Строительная бригада, все виды работ: сайдинг, отмостка, заборы, кровля. Пенсионерам скидка. 8-906-670-44-17

Строительная бригада: кровля, фасады и другие виды работ. Пенсионерам скидка. 8-960-114-44-77

Кровля, строительство, все виды работ из нашего материала. Пенсионерам скидка. 8-920-211-81-96

Бурение скважин. 8(473) 229-06-21, 8-930-413-18-55

Натяжные потолки

Натяжные потолки. 8-980-532-81-01

Натяжные потолки, осенние скидки! 8-915-544-92-77

Услуги электрика

Электрик, ремонт 89507725678

Электрик 8-960-117-97-76

Услуги сантехника

Сантехник. Отопление, водопровод, канализация 8-951-876-5577

Сантехнические работы, без выходов, недорого 89678949363

Окна, двери, балконы

Входные и межкомнатные двери на заказ 8-919-258-07-06 СКИДКИ!

Двери.Окна.Откосы. 89155441601

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

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

Ремонт окон. Частный мастер. Без выходов. Качество 89802459571

Окна ПВХ. Остекление и отделка балконов под ключ. Замер бесплатно. Скидки 10%. Без выходов. 8-980-341-44-21

МЕБЕЛЬ

Ремонт и перетяжка мебели

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

Рем.и перетяжка мебели 89204414066

РЕМОНТ

Бытовой техники

Ремонт стиральных машин, холодильников. Опыт 22 г. Частный мастер. 8-919-180-10-50 Роман

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

Телевизоров, СВЧ ремонт. Гарантия 2570622

Ремонт телевизоров 89507740452

Ремонт телевизоров у Вас на дому. Вызов по городу бесплатный. Выезжаю за город. Порядочность. Олег 89066749779

Ремонт бытовой техники. 8-920-404-26-25

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

Ремонт стиральных машин, холодильников и др., недорого. Пенсионерам скидки до 30%. 89521019324 Иван

Ремонт холодильников на дому. Качество. Низкие цены. Гарантия. 8-906-674-21-28

РАЗНОЕ

Магия и гадание

Таро Астролог Маг 89529595830

Елена ворожея, магия, гадание, реальная помощь 89204160066

ВАКАНСИИ

Требуется врач УЗИ, Левый берег 8-961-613-33-57

Требуется врач функциональной диагностики 8-961-613-33-57

Требуется: электронщики и слесари. 8-952-958-88-90

Уборщица вход групп.89805598639

Требуется сотрудник в отдел полиграфии 8-906-651-45-99

Требуется охранники 4 и 6 разряда, своевременная оплата, социальный пакет 89081378221, 89204076860

ВАХТА Сочи: кух. рабочие и охранники з/п от 40 до 56 т.р. 8-988-143-72-62

Приемщик заказов до 38000 руб. 8-952-547-56-55

Требуется курьер г. Москва. Тел. 8-987-397-98-46

Требуется охранники: сутки, день, ночь, вахты 3/п от 16 до 40 т.р., без задержек. 8-952-557-00-82

Требуется агроном-садовник 8-951-553-64-59

Работа на полдня 89204235587

Требуется уборщицы(ки) 8-965-597-33-43

Требуется распространители по почтовым ящикам. Выплата еженедельные + оплата проезда. 8(952)558-86-85

Требуется уборщицы в магазин. 8-952-547-48-03

Требуется уборщицы и операторы поломочных машин. 8-951-546-92-42

Требуется охранники на вахту в г. Алексеевка. 8-915-563-20-33

Водители категории «В», «С», з/п от 70 000 руб. в мес. 8-930-402-91-30

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

Требуется продавцы печатной продукции. График: неделя/неделя ,2/2 и 3/3. +7 952 956 14 98, +7 473 277 27 00

Требуется охранники, г. Москва, вахта 15/15, 30/30. 8-916-172-27-82

Требуется разнорабочие и фасовщики(цы). 8-960-127-37-76, 8-960-127-37-86

Требуется учитель математики 2-362-978

Производственному предприятию требуются: слесари и слесари-электрики по ремонту оборудования. 8-910-749-08-98

Требуется швеи. 8-930-426-24-38

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

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

ПЕРЕЕЗДЫ ЗАКАЗ ГРУЗЧИКОВ, ТАЛЛИ
МЫ КРУПНАЯ ФЕДЕРАЛЬНАЯ
ТРАНСПОРТНАЯ КОМПАНИЯ!
РАБОТАЕМ В ЛЮБОМ РАЙОНЕ. БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ
ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ ПО ВОРОНЕЖУ И ОБЛАСТИ
ТЕЛ.: 8-920-229-38-23
ИНН: 112106224229

РЕКЛАМА
НА ЭТОЙ ПОЛОСЕ
☎ 210-48-38

РЕМОНТ
- СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
- ПОСУДОМОЕЧНЫХ МАШИН
- ХОЛОДИЛЬНИКОВ
- ДРУГОЙ БЫТОВОЙ ТЕХНИКИ
РЕМОНТ НА ДОМУ
СИСТЕМА СКИДОК
ГАРАНТИЯ ОТ 1 ГОДА
☎ 8(920)404-26-20
*Действует постоянно. Подробности по тел

СТРОИТЕЛЬСТВО
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

- ДОМА
- БАНИ
- КРОВЛЯ
- САЙДИНГ
- ЗАБОРЫ
- ФАСАДЫ
- БЕСЕДКИ

☎ 8(903)651-49-55

Реклама для изучения спроса

БУРЕНИЕ СКВАЖИН

☎ 8-903-651-45-99

Реклама для изучения спроса

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД
опубликованный в №40

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

СТРОИТЕЛЬСТВО

- кровельные работы
- сайдинг, отмостка
- тротуарная плитка
- дома под ключ
- заборы
- фундаментные работы
- хозблок, террасы
- душ, бани
- внутренняя отделка

До 3 этажей также
РЕМОНТ КВАРТИР
ВЫЕЗД и КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА БЕСПЛАТНО
☎ 251-45-99; 251-49-55

Реклама для изучения спроса

ГОТОВИМСЯ ВСТРЕЧАТЬ НОВЫЙ ГОД рекламная СОРОКА

ЁЛОЧНЫЕ ИГРУШКИ
БРЕНДИРОВАНИЕ ПРОДУКЦИИ

ПАМЯТНЫЕ СУВЕНИРЫ
ОПЕРАТИВНОЕ ИЗГОТОВЛЕНИЕ

КАЧЕСТВЕННАЯ СУБЛИМАЦИЯ
КРУЖКИ И МАЙКИ С НАНЕСЕНИЕМ

ул. Моисеева, д. 10
+7 (473) 251-41-22
polygraf@soroka.ru

WWW.SOROKA.RU

рекламная СОРОКА

УСЛУГИ ОПЕРАТИВНОЙ ПОЛИГРАФИИ

WWW.SOROKA.RU

ЦВЕТНАЯ И ЧЁРНО-БЕЛАЯ ПЕЧАТЬ

УСЛУГИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ И ФИРМ

ВИЗИТКИ, ЛИСТОВКИ, КАЛЕНДАРИ

ПЕРЕПЛЁТ ПРУЖИНОЙ И СКОБОЙ

УЛ. МОИСЕЕВА, Д. 10. +7 (473) 210-48-38



ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ НА НОЯБРЬ 2022 ГОДА

| | | НОЯБРЬ | | | | | ПРАЗДНИКИ И ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ | |
|----|---|--------|----|----|----|-------|---|--|
| ПН | | 7 | 14 | 21 | 28 | 04.11 | Казанской иконы Божией Матери | |
| ВТ | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | 05.11 | Димитриевская родительская суббота. Поминование усопших | |
| СР | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | 06.11 | Иконы Божией Матери "Всех скорбящих Радость" | |
| ЧТ | 3 | 10 | 17 | 24 | | 08.11 | Дмитрия Солунского | |
| ПТ | 4 | 11 | 18 | 25 | | 21.11 | Собор Архистратига Михаила и всех Небесных сил Бесплотных | |
| СБ | 5 | 12 | 19 | 26 | | 22.11 | Иконы Божией Матери "Скоропослушница" | |
| ВС | 6 | 13 | 20 | 27 | | 26.11 | Свт. Иоанна Златоуста | |
| | | | | | | 27.11 | Апостола Филиппа. Заговенье на Рождественский пост | |
| | | | | | | 28.11 | Начало Рождественского поста | |
| | | | | | | 29.11 | Ап. и евангелиста Матфея | |

Великие и двунадесятые праздники
 Пост
 Для особого поминовения усопших
 Служебные седмицы
 Строгий пост

Юрий Вячеславович!
Дорогой мой папочка!

Крепко обнимаю.
С днем твоего рождения
сердечно поздравляю!
Будь счастливым. Не грусти.
За оплошности — прости.

Я желаю не болеть,
Улыбаться, не стареть,
Много дел, грузей, побед
И прожить еще сто лет!

Юлия

С днем рождения!

Любимую сестру
Конonenко Татьяну Анатольевну
Поздравляю с юбилеем!!!

Желаю крепкого здоровья,
счастья и всех благ,
Пусть сбудутся все самые
заветные желания!

Брат, Болотов Роман.

рекламная
СОРОКА

СУВЕНИРНАЯ ПРОДУКЦИЯ

ФУТБОЛКИ КРУЖКИ
МАГНИТЫ ПАКЕТЫ
РУЧКИ

polygraf@soroka.ru
8-903-651-41-22

Поздравляем Григорьеву
Геннадия с днем рождения.
Желаем счастья, здоровья,
гармонии и радости.

Все мы.

С Днём рождения
поздравляю любимую
бабушку **Удогову**
Валентину Максимовну!

Желаю крепкого здоровья,
Хорошего настроения,
Благополучия, спокойствия,
и всегда оставаться юной душой.
Спасибо тебе за твою любовь,
заботу и мудрые советы.

**Твой внук,
Максим**

рекламная
СОРОКАВместе Мы Сила.
Победа За Нами!

Рекламная СОРОКА совместно с Свято-Успенским Дивногорским мужским монастырем объявляет сбор гуманитарной помощи!

Уважаемые жители г. Воронежа и Воронежской области!
Просим всех неравнодушных принять участие в сборе гуманитарной помощи для поддержки военнослужащих, находящихся в зоне проведения спецоперации на территории ЛНР и ДНР, а также наших защитников, которые в данный момент находятся на лечении в медицинских учреждениях Министерства обороны Российской Федерации на территории г. Воронежа.

Перечень предметов, необходимых для помощи военнослужащим:

- Вода минеральная питьевая (емкость 1,5 л.)
- Конфеты/печенье/вафли
- Чай, пакетированный/кофе растворимый
- Фрукты
- Все виды консервов
- Крупы
- Макароны
- Сгущенное молоко
- Сахар
- Масло растительное
- Зубная паста
- Щетки зубные
- Станки для бритвы одноразовые
- Крем для бритья
- Лосьон после бритья
- Туалетная бумага
- Салфетки влажные
- Мыло туалетное
- Носки
- Крем для рук (нежирный)
- Термобелье
- Перчатки
- Нижнее белье
- Эластичные бинты
- Лейкопластырь

www.soroka.ru
info@soroka.ru



ПО ВСЕМ ВОПРОСАМ, СВЯЗАННЫМ С ФОРМИРОВАНИЕМ ГУМАНИТАРНОЙ ПОМОЩИ, ПРОСИМ ОБРАЩАТЬСЯ В РЕДАКЦИЮ «РЕКЛАМНАЯ СОРОКА».

ул. Моисеева, д.10.

+7(473)210-48-38