

рекламная СОРОКА

Газета №1
по Воронежской
области*



ТИРАЖ
250 000
экземпляров

№40 (40) от 22.11.2021 г.
Распространяется с 22.11 по 28.11.2021 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



БЕЗОПАСНЫЕ ИНТЕРНЕТ - ПОКУПКИ стр. 4

НОВОСТИ

2

ТЕМА НЕДЕЛИ

3

РАЗГОВОР О...

4

ЗДОРОВЬЕ

5

СТРОИТЕЛЬСТВО

6

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

7

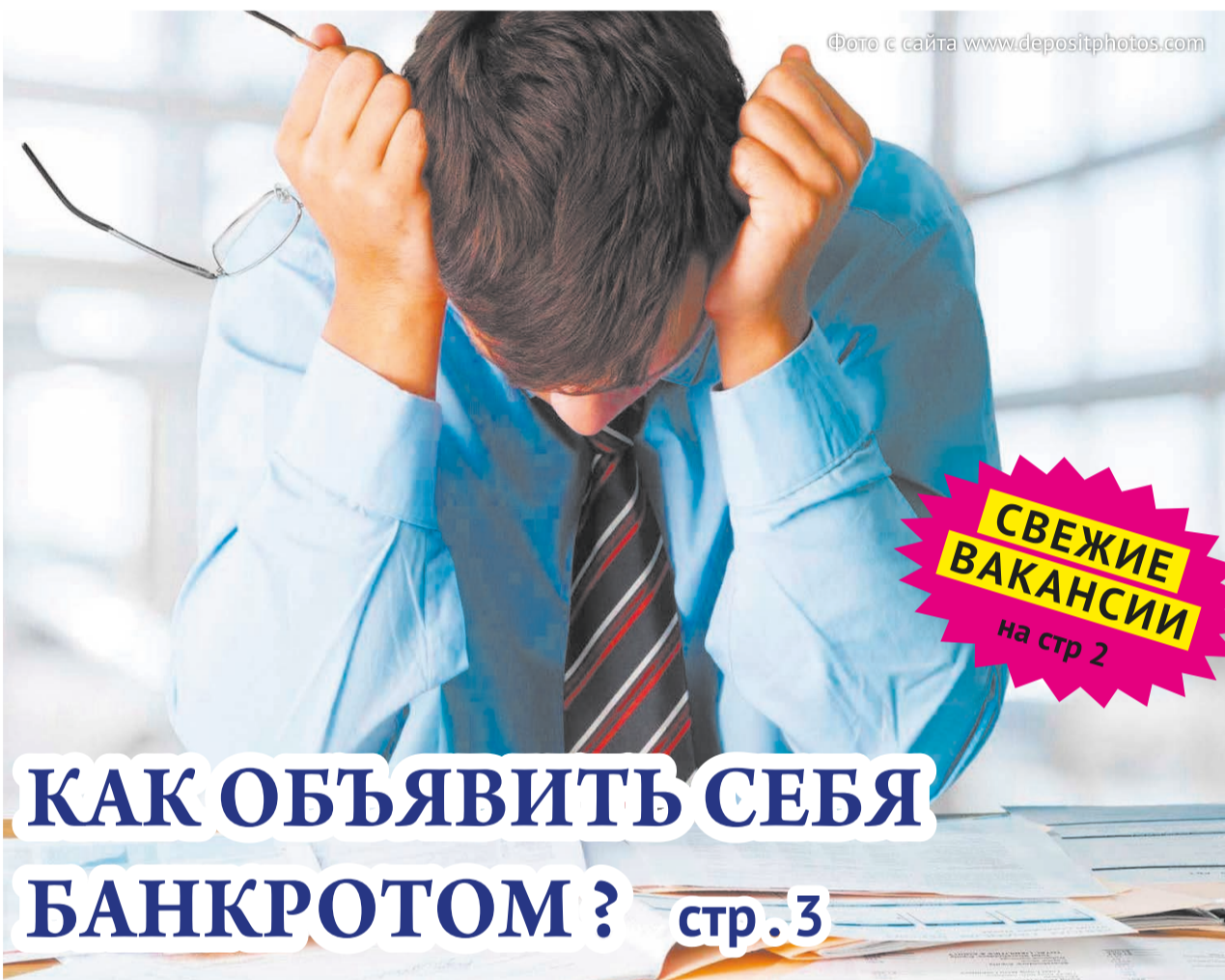


Фото с сайта www.depositphotos.com

**СВЕЖИЕ
ВАКАНСИИ**
на стр 2

**КАК ОБЪЯВИТЬ СЕБЯ
БАНКРОТОМ ?** стр. 3

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
любой сложности!

ЕВРОПЕЙСКОЕ КАЧЕСТВО

- ГЛЯНЕЦ, МАТ, САТИН
- ШИРОКАЯ ЦВЕТОВАЯ ГАММА
- ГАРАНТИЯ 10 ЛЕТ
- ДОСТУПНЫЕ ЦЕНЫ

+7(920)408-47-96

МОНТАЖ
ЛЮСТРЫ
БЕСПЛАТНО!

**СТРОИТЕЛЬНАЯ
БРИГАДА**

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА

ДОМА, БАНИ, ТЕПЛИЦЫ,
ЗАБОРЫ, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА
РАБОТАЕМ НА СОВЕСТЬ

8(952)103-52-76

ОКНА из ПВХ

Балконные рамы ПВХ
**СОБСТВЕННАЯ
РАССРОЧКА**

+7(903)651-45-99
+7(903)651-61-77
+7(920)408-47-96

БЕЗ ПРОЦЕНТОВ и ПРЕДОПЛАТ

СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО

**ЧАСТНЫЙ
КОМПЬЮТЕРНЫЙ
МАСТЕР**

**НАСТРОЙКА
БЕЗ ПРОБЛЕМ**

**ЗАБОТА ОБ
ЭЛЕКТРОНИКЕ**

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

+7(903)651-61-77

**РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ**

За качество жизни

- ✓ Работы любой сложности
- ✓ Контроль механического управления
- ✓ Замена освещения

+7(920)408-47-96

СоцКомВклад
ВЛОЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ НА СУММУ ДО 1 400 000 РУБ.

до **11%**
ГОДОВЫХ

Вложения застрахованы
Система Страхования Вложений

КАЖДОМУ
КЛИЕНТУ
ЦЕННЫЕ
ПОДАРКИ

14 лет
вместе

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

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

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

г. Воронеж, ул. 20 лет Октября, д. 80 / ул. Кольцовская, д.2
Ленинский проспект, д.18 / ул. Генерала Лизюкова, д.61

8 (473) 206 64 00

Заболевшим после прививки от коронавируса уменьшат срок действия QR-кода

Замена кода о вакцинации на код о перенесенном заболевании

R-код переболевшего сменит QR-код о вакцинации от коронавируса в случае, если человек заболел инфекцией после завершения иммунизации. Новые данные отразят в медицинском сертификате. Документ также регулирует форму справки о вакцинации или наличии противопоказаний.

– В левом верхнем углу отображается QR-код и указывается номер медицинского сертификата. QR-код содержит информацию о завершении, в соответствии с инструкцией по применению лекарственного препарата вакцины против новой коронавирусной инфекции, или факте перенесенного заболевания, вызванного новой коронавирусной инфекцией, с наиболее поздней датой наступления события, а также срок действия QR-кода, – отражено в нормативном акте.

Таким образом, срок действия QR-кода для переболевшего после прививания уменьшится. Если для вакцинированного действие сертификата длится год, то для выздоровевшего – полгода.

Воронежских школьников поощрят бесплатными билетами в цирк

Поучаствовать в акции могут ученики с 1 по 7 класс

За окончание первого и второго полугодий на одни «пятерки» воронежские школьники 1–7 классов смогут бесплатно попасть на цирковые представления.

Для участия в акции руководству образовательных учреждений необходимо отправить в Воронежский цирк заявку со списком учащихся, закончивших полугодие на высшие оценки. Заявки с пометкой «Цирк – отличникам» принимаются по электронной почте voronezh@circus.ru. Регистрация участников первого учебного полугодия пройдет с 16 по 31 декабря, итоги подведут в период с 10 по 31 января 2022 года. Победителей второго полугодия определят до 30 июня 2022 года.

В обоих турах все отличники получат по два приглашения на текущее представление.

Возможная отмена техосмотра. Будем ли optimistic?

Смысл нововведения

Госдума РФ приняла в первом чтении законопроект, отменяющий обязательный техосмотр (ТО) для легковых машин и мотоциклов. Автовладельцы должны будут проходить ТО, только если используют машину для коммерческих перевозок или имеют подержанный автомобиль старше четырех лет. Рассмотрим подробнее планируемое новшество, которое – если получит статус закона – может вступить в силу с 1 марта 2022 года.

По мнению авторов законопроекта, техосмотр стоит отменить по нескольким причинам. Основные можно сформулировать так:

- техосмотр в России – зачастую обычная формальность, его не делают качественно или не смотрят машину вообще;

- ДТП происходят из-за неисправного транспорта только в 1–2% случаев;

- владельцы новых машин и без того проходят обслуживание у дилера по гарантии;

- автовладельцы по закону сами следят за состоянием машин: если машина неисправна, их могут оштрафовать.

Если новый законопроект пройдет все три чтения в Госдуме, то техосмотр станет необязательным для физических лиц – владельцев легковых машин и мотоциклов, которые не участвуют в коммерческих перевозках пассажиров и грузов. При этом ТО остается обязательным для всех, кто занимается коммерческими перевозками на грузовиках, автобусах, такси; для тех, кто купил подержанный автомобиль или мотоцикл старше четырех лет и перерегистрирует его на себя; а также для тех автовладельцев, которые вносят изменения в конструкцию авто – например переводят двигатель на газ.

Штрафы за неисправный автомобиль варьируются от 500 рублей до 20 тыс. рублей.

По материалам сайта: rjavrn.ru

ДОРОГОЙ ЧИТАТЕЛЬ!
РАССКАЖИ, КАКИЕ ТЕМЫ ТЕБЕ ИНТЕРЕСНЫ?
НАМ ВАЖЕН ТВОЙ ВЗГЛЯД

НАПИШИ НА ЭЛЕКТРОННУЮ ПОЧТУ:
или ПОЗВОНИ В НАШУ РЕДАКЦИЮ:
info@soroka.ru
+7(473)210-48-38

ТРЕБУЕТСЯ КОНТРОЛЕР
ДЛЯ ПРОВЕРКИ РАБОТЫ ПОЧТАЛьОНОВ

8(473) 210-48-38

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

ТРЕБУЮТСЯ ПОЧТАЛьОНЫ
Сдельная заработная плата

Телефон для справок:
+7(473)210-48-38

ВАКАНСИИ

В столовую завода Синтезлаучук ТРЕБУЮТСЯ:
СРОЧНО@СРОЧНО@СРОЧНО:
УПАКОВЩИК КОМПЛЕКСНЫХ ОБЕДОВ, (3/3 С 8-00 - 21-00),
МОЙЩИК ПОСУДЫ, (ДНЕВНАЯ/ НОЧНАЯ СМЕНА)
ПОВАР-УНИВЕРСАЛ (5/2 С 6-30 ДО 15-30)
Зав. производством, Соцпакет, бесплатные обеды
+7 920-211-30-40
+7 473-300-48-17

ЦДМ
НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ ТРЕБУЮТСЯ
ОХРАННИКИ, 3/П 20 000 РУБ.
УБОРЩИЦЫ 3/П ОТ 20 000 РУБ.
ул. УРИЦКОГО, 70
8(473) 271-00-58

Московская компания с 20-летним стажем
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ ВАХТОВЫМ МЕТОДОМ:
КОМПЛЕКТОВЩИЦЫ КОМПЛЕКТОВЩИКИ 3/п от 65 000 руб.
Стабильная з/п, указана за 30 смен! Проживание, питание, доставка, спецодежда – БЕСПЛАТНО
Телефоны представительства:
8 (996) 824-17-25

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ
ГРАЖДАНЕ РФ И ИНОСТРАНЦЫ
РАБОЧИЕ 3/П ОТ 40 000 РУБ
ОПЕРАТОРЫ ЛИНИИ 3/П 48 000 РУБ
УБОРЩИКИ 3/П ОТ 30 000 РУБ
8 (473) 210 73 43
8 (920) 414 00 75

ВАША РЕКЛАМА ВО ВСЕХ ГАЗЕТАХ ГОРОДА
8-903-651-61-77

IMPERIAL
ТРЕБУЮТСЯ
✓ **ГРУЗЧИК**
8(904)210-44-58
✓ **ШВЕИ**
8(906)583-70-59
✓ **СБОРЩИК КАРКАСОВ ДЛЯ МЯГКОЙ МЕБЕЛИ**
8(904)213-07-03

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ
уборщИКИ/-цы дворники рабочие
своевременная з/п все районы города удобные графики работы возможна вахта
т. 8-900-304-24-49

ФАСОВЩИКИ (щы) УПАКОВЩИКИ (щы)
з/п от 35 тыс. руб.
8-903-651-61-77

ООО Байкал
Работа для мужчин и женщин
• Грузчики
• Комплектовщики
• Упаковщики
з/п от 70 000 руб. Работа до 90 000 т.р. на Севере
Проезд, проживание, питание, трудоустройство бесплатно
т.8(917)799-22-38

ФАСОВЩИКИ (щы) УПАКОВЩИКИ (щы)
з/п от 35 тыс. руб.
8-903-651-61-77

ПРИГЛАШАЕТ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ
• Рабочую по уходу за растениями
• Слесаря
• Слесаря-сантехника
• Грузчика • Тракториста
• Оператора котельной
• Электрогазосварщик
В зимне-весенний период еженедельно овощные планки, бесплатная доставка до места работы и обратно
Полный соцпакет, з/п 2 раза/мес **234-54-12**

ФАСОВЩИКИ (щы) УПАКОВЩИКИ (щы)
з/п от 35 тыс. руб.
8-903-651-61-77

ООО СБ ПРОФИ ТРЕБУЕТСЯ ОХРАННИК РАБОТА ВАХТОВЫМ МЕТОДОМ 45/15
Предусмотрены авансы для вновь устроившихся сотрудников. Проживание, комплексные обеды за счёт работодателя.
+7-925-584-66-23

Производственной компании
ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР ПО ПОЛИГРАФИИ
Работа в центре города
Режим работы с 9:00 до 18:00
Дружный коллектив
+7 (473) 210-48-38

ТРЕБУЮТСЯ ДВОРНИКИ УБОРЩИКИ
ГРАФИК 5/2 3/п от 25000 РУБ. ВЫПЛАТЫ 2 РАЗА В МЕСЯЦ
8(903)651-45-11

ТРЕБУЮТСЯ ОХРАННИКИ
МОСКВА, МО. ВАХТА ПРОЖИВАНИЕ ПИТАНИЕ
8(968)917-12-60
ватцап **8(926)642-98-31**

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

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

РАБОТА РАСКЛЕЙЩИКА
объявлений
с 29.11 по 20.12 1 рубль штука
График работы 13:00-18:00
Выплата ЗП до 30.12
8(950)770-23-55

Требуются ОХРАННИКИ
КУРСКАЯ И БЕЛГОРОДСКАЯ ОБЛ. ВАХТА ОТ 20 ДНЕЙ. З/П 21 000 РУБ.
8-985-304-48-02

Ростелеком
ТРЕБУЮТСЯ СПЕЦИАЛИСТЫ ПО ПОДКЛЮЧЕНИЮ АБОНЕНТОВ ГИБКИЙ ГРАФИК РАБОТЫ З/ПЛАТА ОТ 55 000 РУБ.
Тел. 8-991-408-94-34

Требуются ОХРАННИКИ
3/П от 40 000 руб.
• Вахта 15/15, 30/15, от 2800 руб за смену
• Работа в центре Москвы, Оформление по ТК
• Наличие УЛЧО приветствуется
• Проживание и форма бесплатно
8(495)788-43-46
8(926)902-40-90

В РЕДАКЦИЮ ГАЗЕТЫ ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР ПО РЕКЛАМЕ
3/П ПО РЕЗУЛЬТАТАМ СОБЕСЕДОВАНИЯ
т. 8-473-251-61-77

КАК ОБЪЯВИТЬ СЕБЯ БАНКРОТОМ ЧЕРЕЗ МФЦ ДЛЯ ФИЗИЦА



В наше время любой человек может легко и просто объявить себя банкротом, и можно часто видеть рекламу фирм, которые предлагают помочь запутавшимся в долгах людям объявить себя банкротами и, образно выражаясь, начать новую жизнь с чистого листа. Но так ли это на самом деле? Давайте разбираться, как объявить себя банкротом, как проходит эта малоприятная процедура и что будет после неё.

Кто может стать банкротом

Итак, долг от 50 до 500 тысяч рублей можно списать, объявив себя банкротом. В эту сумму включаются все имеющиеся у человека долги (в том числе те, срок погашения которых еще не наступил), в частности долги по алиментам, налогам, ЖКХ, платежи в счет возмещения вреда, а также банковские кредиты и займы, взятые у физлиц по договору или по расписке. А вот неустойка, различные штрафы,

пени, проценты за просрочку платежа не учитываются при подсчете совокупного долга.

Каждый гражданин России может законно освободиться от просроченных кредитов, если объявит себя банкротом и судебные приставы не найдут у него деньги имущества, которыми можно было бы погасить долг. При этом банкротом может объявить себя не любой должник, а только тот, в отношении которого все исполнительные производства судебными приставами уже окончены. Это значит, что кредиторы подавали на должника в суд, а приставы потом возбуждали исполнительные дела, но впоследствии прекратили их на том основании, что не смогли обнаружить у должника ни доходов, ни имущества, которыми можно было бы погасить долги.

Как происходит оформление банкротства

Процедура оформления банкротства про-

ста. Должник с паспортом идет в МФЦ по месту жительства и с помощью сотрудника центра заполняет заявление о признании гражданина банкротом во внесудебном порядке. При этом он обязан представить список всех известных ему кредиторов с указанием их названий или ф. и. о., адресов и сумм долга. Для такого списка в МФЦ тоже есть утвержденная форма. Кредиторы, которых должник случайно или намеренно не включит в список или которым занизит размер задолженности, вправе обратиться в суд, чтобы признать должника банкротом уже не через МФЦ, а по стандартной процедуре, и тогда процесс займёт намного больше времени.

Рассмотрение заявления о банкротстве в МФЦ осуществляется бесплатно, при этом никаких исправлений в заявлении делать нельзя - они автоматически станут причиной отказа в его принятии. Если с заявлением и списком все нормально, сотрудник МФЦ принимает у должника заявление и выдает ему расписку об этом.

Затем МФЦ в течение суток сделает запросы приставам об окончании исполнительных производств, и если выяснится, что исполнительное производство еще не закрыто или закрыто, но не по нужному основанию (должно быть указано основание: «отсутствие имущества») то МФЦ в течение трёх рабочих дней вернет должнику его заявление с указанием причины возврата. И придется ждать еще месяц, чтобы повторно подать заявление.

Если же все указанные в заявлении сведения под-

твердятся, то МФЦ в трехдневный срок внесет сведения о возбуждении процедуры внесудебного банкротства гражданина на Единый федеральный реестр сведений о банкротстве (ЕФРСБ). Он размещен на портале bankrot.fedresurs.ru. Уведомления об этом будут разосланы в налоговую инспекцию, приставам, в банки, где есть счета должника. Кредиторов при этом уведомлять никто не будет: считается, что они сами должны отслеживать публикации реестра сведений о банкротстве.

Шестимесячный мораторий

Со дня включения сведений о должнике в реестр банкротств начинается отсчитываться полугодовой период, когда действуют мораторий на удовлетворение требований по денежным обязательствам и об уплате обязательных платежей. За исключением требований кредиторов, которых гражданин не указал в своем заявлении о внесудебном банкротстве, а также требований о выплате алиментов, о возмещении вреда жизни и здоровью, о выплате зарплаты или выходного пособия (если, к примеру, должник является индивидуальным предпринимателем и у него есть работники).

В эти полгода по указанным в заявлении долгам не начисляются штрафные проценты, пени и неустойки по просроченным платежам. То есть долг не растет. А судебные приставы, представители кредиторов и коллекторы не вправе взаимодействовать с должником.

Кредиторы в этот пери-

од могут подавать запросы в различные госорганы о сделках и имуществе должника, чтобы найти что-то, на что можно обратить взыскание. Считается, что объявивший себя банкротом человек дал свое согласие на предоставление такой информации о своем имуществе.

А ещё должник в течение шести месяцев не имеет права получать займы и кредиты, выступать поручителем, заключать иные обеспечительные сделки. В противном случае внесудебное банкротство будет отменено.

Последствия банкротства

Если в период шести месяцев у должника вдруг улучшится материальное положение (например, если он получит в дар или унаследует имущество, продажей которого можно покрыть весь долг или большую его часть), он должен в течение пяти рабочих дней уведомить об этом МФЦ. И тогда тот внесет сведения о прекращении процедуры банкротства.

Если же за эти месяцы материальное положение должника не изменится, а кредиторы не найдут сокрытых активов и не подадут в арбитражный суд, человек признается банкротом. Запись об этом опубликуют в федеральном реестре, и все долги, указанные в списке кредиторов, приложенном к заявлению должника, будут признаны безнадежными и списаны. При этом задолженности, которые не были указаны в списке, поданном МФЦ, останутся.

Но статус банкрота это совсем не здорово. Он не

только затруднит получение новых кредитов или организацию собственного дела, но и создаст препятствия, например, при трудоустройстве на ответственные должности.

Признание судом гражданина банкротом влечет для него следующие последствия:

1) в течение пяти лет нельзя взять кредит/займ без указания на факт своего банкротства, а также повторно заявить о возбуждении дела о признании его банкротом;

2) нельзя занимать должности в органах управления юридического лица или иным образом участвовать в его управлении в течение следующих периодов: десять лет — в отношении кредитной организации; пять лет — в отношении страховой организации, НПФ, управляющей компании инвестиционного фонда, паевого инвестиционного фонда и НПФ или микрофинансовой компании; три года — в отношении иных организаций.

Сроки исчисляются со дня завершения процедуры, а повторно подать на внесудебное банкротство можно только через 10 лет.

В целом банкротство для любого гражданина неприятно, но не смертельно, так что относиться к этому нужно спокойно. Старайтесь грамотно распоряжаться деньгами. Если же, несмотря на все старания, дело дойдет до банкротства, вы знаете, какими будут последствия.

Олеся Иванова

**ПРИЁМ
МАКУЛАТУРЫ**

- Уничтожение документов
- Приём вторсырья
- Картон и бумага

8(473)251-45-11

Конец ноября – Новый год не за горами! Творчески готовимся к самому волшебному празднику года.

ЗАПУСКАЕМ КОНКУРС ДЛЯ НАШИХ МАЛЕНЬКИХ ЧИТАТЕЛЕЙ «МОЙ ДОМАШНИЙ ТИГР»,

КОТОРЫЙ БУДЕТ ПРОХОДИТЬ С 22.11.2021 ПО 26.11.2021. ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ?

- 1) Мастерим ёлочную игрушку (символ наступающего года) Материал - любой, главное условие - она должна соответствовать символу года. Семейное творчество (помощь) приветствуется.
- 2) Подписаться на нашу страницу в ВК
- 3) Прислать фото поделки в ВК с именем автора работы

Имена победителей будут опубликованы 29.11.2021 г. в Газете 41.

Им будут вручены памятные призы от редакции газеты «Рекламная Сорока».

рекламная СОРОКА

рекламная
СОРОКА
БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

**ТРЕБУЕТСЯ
МЕНЕДЖЕР
ПО РЕКЛАМЕ**

8-903-651-61-77
ул. Моисеева, 10, 3 этаж
info@soroka.ru

Работа для Души

**Можно без опыта работы
Зарплатная плата от 30 000 руб.**

Условия:	Обязанности:
<ul style="list-style-type: none"> обучение телефония за счет компании водитель тестовая неделя оплачивается как рабочая зарплатная плата: оклад + агентское вознаграждение 30% работа в офисе новый офис в центре города официальное трудоустройство, выплаты з/п 2 раза/месяц 	<ul style="list-style-type: none"> поиск и сопровождение клиентов (газета, полиграфия) холодные звонки, встречи ведение клиентской базы в программе «Битрикс»

Если вы:

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

Верхняя планка дохода не ограничена

НОВОГОДНИЙ ФРУКТ



О пользе и вреде мандаринов

Для нас запах мандаринов давно уже стал таким же признаком Нового года, как запах еловой хвои и снег за окном. Так уж получилось — мандарины созревают в ноябре-декабре, и в нашей стране в большом количестве продавались в канун новогодних праздников... Кстати, из-за этой особенности в других странах мандарины тоже называют «рождественским апельсином».

Ну какой родитель не хочет купить детям мандарины в канун праздника? Конечно, все кто мог покупали и в итоге заложили новогоднюю традицию. Теперь у нас есть целые поколения людей, которые, покупая мандарины, ностальгируют по детству. И, между прочим, полезная ностальгия, потому что мандарины — богатый источник витаминов.

Что содержит мандарин?

Мандарины — богатый источник витаминов, антиоксидантов и других полезных веществ. А поскольку плоды растут на деревьях — в них нет тяжелых металлов и радионуклидов, которые могут накапливаться в почве.

Питательные вещества (на 100 г):

энергетическая ценность — 53 ккал

углеводы — 13 г

белки — 0,8 г

жиры — 0,3 г

вода — 85 г

Содержание витаминов (% от дневной нормы):

витамин А — 14%

витамин С — 44%

витамин В1 — 2%

витамин В3 — 2%

витамин В5 — 2%

витамин В6 — 4%

витамин В9 — 4%

кальций — 4%

магний — 3%

калий — 5%

Мандарины полезны, потому что они:

- содержат много витамина С, который необходим для укрепления иммунитета, особенно зимой и в сезон вирусов;

- помогают при простуде: белые прожилки мандарина содержат флавоноид нобилетин, который обладает выраженным противовоспалительным эффектом;

- нормализуют работу кишечника, поскольку содержат клетчатку, которая

стимулирует рост полезных бактерий;

- низкокалорийны и способствуют снижению веса. Калий и кальций в их составе улучшают обмен веществ, а клетчатка вызывает ощущение сытости и надолго утоляет голод;

- снижают риск новообразований, так как содержат антиоксиданты, которые могут подавлять рост раковых клеток. Причем полезна не столько мякоть, сколько кожура;

- ускоряют заживление ран и борются с признаками старения: морщинами, сухостью, снижением эластичности кожи;

- снижают риск образования камней в почках;

- нормализуют артериальное давление, укрепляют сердечную мышцу, делают стенки сосудов прочными и эластичными;

- защищают нервную систему и мягко успокаивают;

- улучшают зрение: повышает остроту зрения, укрепляет роговицу, помогает лучше видеть в темноте, улучшает кровоснабжение зрительных органов, снижает глазное давление и сокращает риск развития катаракты.

В то же время мандарины могут причинить вред, но связано это либо с умеренным поеданием их, либо с индивидуальными особенностями и заболеваниями человека.

Цитрусы вредны:

- когда у человека есть такие заболевания, как острый нефрит, гепатит, холестерин, язва желудка или двенадцатиперстной кишки, энтерит, колит и гастрит с повышенной кислотностью (тем более не надо есть мандарины натощак, если есть такие заболевания);

- когда у человека есть

аллергия. Мандарины, как и другие цитрусовые — сильный аллерген. Они могут вызвать сыпь, отек рта и даже анафилактическую реакцию;

- когда у человека диагностирован сахарный диабет. Мякоть мандаринов содержит большое количество сахаров, поэтому людям с диабетом лучше убрать их из рациона или сильно ограничить потребление;

- потому что из-за обилия клетчатки могут вызвать вздутие живота и метеоризм;

- когда их дают детям до трех лет (педиатры не рекомендуют цитрусовые в столь раннем возрасте);

- когда их потребляют в большом количестве. Здоровому взрослому человеку, по словам диетологов, в день не следует съедать не более пяти плодов. При этом надо после употребления полоскать рот водой, чтобы не страдал кислотно-щелочной баланс.

ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

Родиной цитруса считается Китай. Именно там возникла традиция отмечать зимние праздники с мандаринами. Кроме других новогодних подарков, каждый гость обязательно преподносит хозяевам дома два мандарина — в знак пожелания финансового благополучия. На китайском языке словосочетание «пара мандаринов» даже звучит почти так же, как слово «золото».

В мире насчитывается около двухсот разновидностей и гибридов этого фрукта. В Россию цитрусовые привозят в основном из Китая, Марокко, Египта, Турции, Алжира, Ирана, Абхазии и Азербайджана.

Валерия Тихонова

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

- ПОДБОР • ПРОДАЖА • РЕМОНТ

пр-кт Патриотов, 53а
Московский пр-кт, 36
234-38-80, 231-86-55,
8-903-858-98-60

мелфон®

Распространение газеты

рекламная СОРОКА

Осуществляется по фирменным стойкам в МФЦ, расположенным по адресам:

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

• Приятного чтения! •

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

ПОЛИГРАФИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

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

ПЕЧАТЬ • КОПИРОВАНИЕ

КАЧЕСТВО ДЛЯ ВАС

ДОБАВЬ В ЖИЗНЬ ЦВЕТА **info@soroka.ru**
8(903)651-41-22

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ



ОВЕН (21.03 – 20.04)

Овнам придётся искать дополнительные ресурсы внутри себя. И с середины недели Овны станут более последовательными в своей работе, ответственными, за что, возможно, получат разовую премию или постоянную прибавку к зарплате. И Овны будут чувствовать подъём и бодрость.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Новые поездки, знакомства и новые друзья составят основу вашей жизни. Усилятся аура Тельцов и их способность влиять на окружающих. Если они сумеют выдержать экзамен на зрелость, то смогут трезво переосмыслить прошлое, продумать предстоящие действия, обрести мир и покой.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

К Близнецам будут стекаться разнообразные слухи - в том числе и не самые приятные. Звёзды рекомендуют не доверять сплетням и не ссориться с друзьями из-за непроверенной информации. А в воскресный вечер Близнецов ожидает яркая и эмоциональная жизнь, бурные увлечения.



РАК (22.06 – 23.07)

Информация, которую вы получите, может затронуть партнёрские отношения. Будьте к этому готовы и старайтесь искать компромиссное решение. Рак сможет получить хорошую прибыль в совместном бизнесе, однако временами личные и деловые связи будут развиваться в ущерб друг другу.



ЛЕВ (24.07 – 23.08)

Львам необходимо проявить терпение и сдержанность в проявлении эмоций - тогда не возникнет ситуаций, препятствующих раскрытию вашего творческого потенциала. В выходные получите поддержку и сочувствие со стороны друзей, обстоятельств, и собственной семьи.



ДЕВА (24.08 – 21.09)

В понедельник будьте осмотрительнее при решении финансовых вопросов - высок риск материальных потерь. В среду возможны денежные поступления. Но Девы нуждаются в чётком мышлении и осторожности в соединении с честным и беспристрастным советом человека, которому можете доверять.



ВЕСЫ (22.09 – 23.10)

На этой неделе вы можете увлечься построением стратегических планов, но лучше заняться решением насущных проблем. Большое значение для Весов может приобрести учёба и приобретение всевозможных навыков. Вы можете часто отвлекаться или помогать другим, жертвуя собственными планами.



СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Эта неделя принесет Скорпиону много новых контактов, и интересных знакомств. Действия Планет принесёт поддержку и быстрое развитие в делах, хотя все они будут весьма разнородны. Одни требуют развития, другие - дополнения, третьи - реанимации. Сил должно хватить на всё.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

В среду и четверг у Стрельца появится возможность решить давний и сложный вопрос, объясниться с партнёром, разрешить сексуальные противоречия. Некоторым же из Стрельцов придётся ответить за взятые на себя обязательства. Вполне вероятно, что наилучшей схемой будет спонтанность.



КОЗЕРОГ (22.12 – 19.01)

В общении с друзьями старайтесь не давать непродуманных обещаний и помогать, в основном, словами и нужной информацией. Полезно расширить знания и навыки на каких-нибудь курсах. Вы привлекаете к себе внимание окружающих. А в пятницу Козерога ожидает очень веское предложение.



ВОДОЛЕЙ (20.01 – 19.02)

Неделя крайне неблагоприятна для общения. Вы будете чувствовать высокую интеллектуальную активность, которая поможет довести до конца все необходимые дела. Но Водолея ожидает не только признание партнёров, но и много радости в личной жизни. Важнейший день для удачи - понедельник.



РЫБЫ (20.02 – 20.03)

Рыбам в начале недели не рекомендуется быть столь обидчивыми, ведь вам предстоит столкнуться с ситуацией, где нужен будет трезвый подход и холодный расчёт. Интересные события сложатся в сфере личного образования - вы выработаете новые схемы, пригодные для собственного обучения.

НОВАЯ МЕБЕЛЬ СВОИМИ РУКАМИ



Каждый может дать вторую жизнь старому советскому шкафу, столу или дверям

У многих, наверно, осталась мебель советских, а может и более ранних времён. Или постсоветских девяностых годов. А кто-то, может быть, мечтает о старинных дверях в гостиную... Хорошая новость: всё это вы можете сделать сами. Правда, придётся потратить много времени, но зато это творчество.

Старая мебель порой не отличается красотой, но всё ещё надёжная и крепкая. Выбрасывать её жаль, и некоторые бережливые люди, действительно, не выбрасывают старые предметы интерьера, а ремонтируют и обновляют их, придавая самой обычной мебели красоту, новое звучание и современный вид. Это можно назвать такой любительской реконструкцией мебели. Ведь переделка мебели, особенно корпусного типа, может быть и не очень сложной: есть материалы, которые позволяют небольшими усилиями кардинально изменить внешний вид. Самое очевидное решение — поменять цвет и фурнитуру. С фурнитурой все по-

рокими шляпками. Под них делаем небольшое углубление, а после того, как саморез закручен, дырочку замазываем шпаклевкой. Стараемся, чтобы шпаклевка сразу легла идеально (подправить можно мокрым пальцем), так как счищать засохшую проблематично.

Шаг 3. Все обрабатываем грунтовкой. Можно использовать разведенный водой в соотношении 1:2 клей ПВА. После того, как грунтовка просохнет, красим (два слоя). Подойдет акриловая краска на водной основе.

Шаг 4. Для декорирования выбираем обои, у которых покрытие выполнено в технике шелкографии. Вырезаем куски по размерам внутренней части рамок из молдингов, приклеиваем на ПВА. После высыхания клея весь комод дважды покрываем лаком на водной основе.

Шаг 5. В финале на обновлённый комод устанавливаем новые ножки (или мебельные колёсики) и ручки.

Самостоятельная реставрация мебели — несложный, но долгий процесс.

Пройдёмся ещё раз по этапам работы домашнего реставратора старой корпусной мебели (и не только, кстати — реставрировать можно многое, например, старое окно). Основных немногих: зачистка старой поверхности, грунтовка и шпаклёвка, окраска, нанесение лака и декорирование.

Зачистка поверхности

Старую краску можно не только сколоть или снять наждачкой, но и смыть специальными смывками, которые продаются в строительных магазинах. Но после смывки всё равно надо пройти по поверхности шлифовальной машиной с мягким диском или наждачной бумагой. Цель — получить чистую и немного шероховатую поверхность.

Грунтовка и шпаклёвка

Надо обезжирить всю по-

нятно — подберете то, что больше подходит по стилю, а цвет меняется двумя способами — покрасить или оклеить поверхность мебели плёнкой или обоями.

У домашних «реставраторов-любителей» много секретов: как обрабатывать старую поверхность под покраску, под лак, под оклейку; как добавлять декоративные детали; как клеить плёнку, а как — обои, чтобы не было пузырей; как укреплять фурнитуру и т.д.

ПРИМЕР

Пять шагов обновления старого комода

Шаг 1. Снимаем фурнитуру, удаляем старое покрытие. Скоблём и шлифуем наждачной бумагой. Сколы замазываем шпаклевкой по дереву, ждём пока высохнет, и зачищаем всё наждачкой с мелким зерном.

Шаг 2. Аккуратно нарезаем и устанавливаем молдинги из полиуретана, углы запиливаем при этом под 45°. Выбирая молдинги, смотрим, чтобы они не были объемными: слишком толстые на небольшом комодике смотреться будут грубо. Приклеиваем молдинги на ПВА. Для надежности можно дополнительно закрепить на саморезы с ши-

верхность без пропусков любым спиртовым раствором. Затем взять валик или кисточку и загрунтовать её акриловой грунтовкой. Подождать высыхания и загрунтовать второй раз. И после этого нанести шпаклёвку (оптимально — резиновым шпателем). Нанести шпаклёвку, подождать пока высохнет, обработать наждачной бумагой. Затем снова нанести, подождать высыхания и обработать. И так пока поверхность не станет ровной и гладкой.

Окраска и нанесение лака

Перед покраской надо еще раз нанести на мебель тонкий слой грунтовки, чтобы краска держалась. Затем красить, обрабатывать наждачкой с мелким зерном и снова красить — до идеала.

После полного высыхания краски, надо в два или три тонких слоя нанести лак. Слои должны быть тонкими, а наносить их можно специальной кисточкой, валиком или распылителем.

Декорирование

Самый популярный способ декорирования старой мебели — декупаж, когда на подготовленную поверхность приклеивается верхний слой салфетки или обои. Ещё часто применяются трафарет или аппликация, рисунок и даже мозаика. А некоторым нравится создавать «трещины», которые старят отреставрированную мебель. Получить эффект старинной благородной мебели не так трудно, для этого применяется одношаговый кракелюр из магазинов для художников, который стимулирует растрескивание верхнего слоя краски, и сквозь эти трещины проявляется цвет «подложки». Получается эффект «псевдо-прованса», как будто эта мебель изрядно пожила.

Роман Дежнёв

ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ

ДВЕРИ
МЕЖКОМНАТНЫЕ

ЗАМЕР БЕСПЛАТНО

КАЧЕСТВО, НАДЕЖНОСТЬ

+7(903)651-45-11

УСЛУГИ САНТЕХНИКА

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

ЗВОНИТЕ, ДОГОВОРИМСЯ

+7-920-408-47-96

АКЦИЯ

Натяжные потолки

ШИРОКИЙ ВЫБОР

- МАТОВЫЕ
- ГЛЯНЦЕВЫЕ
- САТИНОВЫЕ
- ТЕКСТУРНЫЕ
- ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ
- ФОТО ПЕЧАТЬ

15 лет
Гарантия

150 цветов

+7(920)408-47-96

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ СВОЕГО МАТЕРИАЛА
дома, крыши, сайдинг,
полы, тротуарные плиты

Пенсионерам СКИДКА**

8-906-581-40-92 Максим

**Действ. постоянно, подробности по тел.

ВРЕЗКА ЗАМКОВ, ТАМБУРА

Кладовки на этажах, ЭЛЕКТРИКА,
САНТЕХНИКА, СВАРОЧНЫЕ РАБОТЫ
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

8-920-413-62-19
8-910-346-74-92

**РЕМОНТ ОКОН
И ДВЕРЕЙ ПВХ**

ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ, 24/7,
ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА

СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ 10%

8-960-139-05-36

СТЕНОВОЙ БЛОК

ОТГРУЗКА В ДЕНЬ ОПЛАТЫ

НЕ ТРЕБУЕТ УТЕПЛЕНИЯ
НИЗКАЯ 100% экологичен
ТЕПЛОПРОВОДНОСТЬ

БЫСТРОЕ
ВОЗВЕДЕНИЕ

+7(920)408-47-96

*Действует постоянно. Подробности по тел.

СТРОИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО
МАТЕРИАЛА. РЕМОНТ СТАРЫХ
ДОМОВ И КВАРТИР,
ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА

8-905-688-88-61 ПЕНСИОНЕРАМ И ИНВАЛИДАМ
СКИДКА 30%

*Действует постоянно. Подробности по тел.

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

Выезд и замер бесплатно

8-908-147-95-95

**ДВЕРИ
ОКНА
БАЛКОНЫ**

СКИДКА 2000
НА КАЖДОЕ ИЗДЕЛИЕ

РАССЧЕТ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

Подр. по тел: **8(952)556-29-43**

ООО «ВЕРТЕКС 2000»

**ДЕМОНТАЖ
МЕТАЛЛОЛОМА**

Вывоз от 100 кг.
Цена до 24 руб.
Закупка, поставка
на завод металлолома
Работаем по всей
Воронежской области

8(919)248-19-44
8(903)437-40-80

Лиц.ЛО-61-01-007627 от 04.03.20г.

**БУРЕНИЕ
СКВАЖИН**

8-903-651-45-11

ЩЕБЕНЬ
ПЕСОК, ГРАВИЙ, ПГС

ПОГРУЗКА, ДОСТАВКА
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

СЕГОДНЯ ЩЕБЕНЬ ТЫ КУПИЛ,
А ЗАВТРА ГОРЫ СВОРОТИЛ!

8-903-651-45-11

**МОЩНЫЕ, СОВРЕМЕННЫЕ
РАДИАТОРЫ**

НОВЕЙШИЙ ДИЗАЙН
ВЕРХНЕЙ ЧАСТИ С
КОНВЕКТИВНЫМ ОКНОМ

НОВИНКИ В МИРЕ ОТОПЛЕНИЯ

+7(952)103-52-76

Результаты конкурса
«Моя прекрасная Мама»

Поздравляем наших
маленьких художников с
участием в конкурсе «Моя
прекрасная Мама». Ждём
всех победителей в нашей
редакции по адресу ул.
Моисеева, д 10. 3 этаж
для получения памятных
призов от редакции газеты
«Рекламная Сорока» и
наших партнёров.

- Стазаева Ирина
- Скоморохова Мария
- Кузнецова Арина
- Кузнецова Виктория
- Помомарёва Дарья
- Иванов Иван
- Кочева Алёна
- Кремнева Полина

КУПЛЮ

Бытовая и цифровая техника

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

ПРОДАМ

Клас.гитара 30т.р. 89803441646

УСЛУГИ

ПЕРЕЕЗДЫ ЗАКАЗ ГРУЗЧИКОВ, ГАЗЕЛИ
МЫ КРУПНАЯ ФЕДЕРАЛЬНАЯ ТРАНСПОРТНАЯ КОМПАНИЯ!
РАБОТАЕМ В ЛЮБОМ РАЙОНЕ - БЕЗ ПОЗНАЖНОЙ ОПЛАТЫ
*ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ ПО ВОРОНЕЖУ И ОБЛАСТИ
ТЕЛ.: 8-900-299-00-15

Строительство, ремонт

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

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

Все виды строительных работ тел: 8 929-975-82-57

Строительные и отделочные работы 8 905-688-88-61

Потолки

*Натяжные потолки за один день работа с пылесосом 89525434373

Натяжные потолки 8-908-147-95-95

Окна, балконы

Двери.Окна.Откосы.8-915-544-16-01

Ремонт пласт.окон. 8-952-559-25-26

Регулировка окон,замена уплотнителей и ручек. 89155441601

Ремонт окон и дверей пвх любой сложности, 24/7, гарантия качества, скидка пенсионерам 10%. 8-960-139-05-36

Ремонт окон.Частный мастер без выходных.Качество.89802459571

Транспортные

ПЕРЕЕЗДЫ. Заказ грузчиков, газели. В любом районе, без поэтажной оплаты, грузоперевозки по Воронежской области. 8-900-299-00-15

Газель Вывоз мусора 291-34-91

РЕМОНТ

Мягкой мебели

Рем. и перетяжка мебели 89204414066

Бытовой техники

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

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

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

Телевизоров, СВЧ ремонт. Гарантия 257-06-22

ПРОЧЕЕ

Шапки шубы пошив ремонт одежды тонировка меха т. 89155452628

ПРИЕМ МАКУЛАТУРЫ и других видов вторсырья. Г. Воронеж ул. Ростовская д. 45к 8(800)101-80-84, 8(473)300-34-84

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

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

Спиливание деревьев любой сложности т.89803446535

ВАКАНСИИ

Вахта в Москве - упаковщицы, грузчики. От 50.000 руб. в месяц. Беспл. проживание. Питание. Авансы. Можно семейные. Оплата проезда! Тел.: 8 9771289232 (+ Ватсап, Вайбер)

В ООО СБ ПРОФИ требуется охранник без лицензии на вахту, вахта 45/15, официальное трудоустройство. Место работы г. Москва, ул. Краснопрудная, д.12. +7-925-584-66-23

В Ростелеком требуются специалисты по подключению абонентов, гибкий график работы, з/п от 55 000руб. Тел. 8-991-408-94-34

В столовую завода «Синтезкаучук» требуются упаковщик комплексных обедов (3/3 с 8-00 до 21-00), мойщик посуды (дневная/ночная смена), повар-универсал (5/2 с 7-30 до 15-30). Соцпакет, бесплатные обеды. +7 920-211-30-40

Для постоянной или временной работы. Требуются промоутеры-анкетеры. Индивидуальный график работы. З/п от 750 до 1700 р./день. Не раздача листовок. Тел. 8 (927) 519-85-43

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

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

Оформитель заявок. 89236940997

Охранник в офис 89968243658

Подработка 8(983)625-97-98

Требуется контролер для проверки работы почтальонов. Выплаты еженедельные + оплата проезда. 8(952)558 86 85

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

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

Требуются охранники. З/п от 40 000руб. вахта 15/15, 30/15, от 2800 руб. за смену, работа в центре Москвы, оформление по ТК, наличие УЛЧО приветствуется, проживание и форма бесплатно. 8(926)902-40-90

Требуются охранники. Москва, МО, вахта, проживание, питание 8(968)917-12-60

Требуются распространители по п/я. Выплаты еженедельные + оплата проезда. 8(952)558 86 85

Требуется специалист в архив. До 27000 р. тел.89964506701

Двери

ВХОДНЫЕ / МЕЖКОМНАТНЫЕ

Замер Выезд мастера Установка

8-903-651-61-77

РЕАЛИЗУЕМ МЕТАЛЛОПРОКАТ

ТРУБА, АРМАТУРА, УГОЛ, КРУГ, ЛИСТ

+7-920-408-47-96

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

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

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА **8-903-651-45-11**

ЧЕСТНЫЕ ПРОМОУТЕРЫ РАЗДАДУТ ВАШИ ЛИСТОВКИ

ПОМОЖЕМ ВАШЕМУ БИЗНЕСУ ПРИВЛЕЧЬ НОВЫХ КЛИЕНТОВ

Телефон для справок: **+7(473)210-48-38**

ВОРОНЕЖСКИЙ ЦЕНТР КРОВЛИ **ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ДОСТАВКА, МОНТАЖ**

КРОВЛЯ от производителя +7(903)651-61-77

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
КАЧЕСТВЕННО
ПРОФЕССИОНАЛЬНО
ДОСТУПНЫЕ ЦЕНЫ
ГАРАНТИЯ

ИЗДЕЛИЯ ПРЕМИУМ-КЛАССА!

РАБОТА ПО ДОСТУПНОЙ ЦЕНЕ! **+7(903)651-61-77**

КАФЕЛЬНАЯ ПЛИТКА

РЕМОНТ ВАННЫХ КОМНАТ под ключ
Быстро. Качественно. Гарантия.
8-920-227-35-37

РЕМОНТ СЛУХОВЫХ АППАРАТОВ НЕДОРОГО 251-45-11

ОТДЕЛОЧНЫЕ РАБОТЫ

Делаем ремонт с радостью!

Работы любой сложности. Шпаклёвка, грунтовка, покраска. Все виды работ из нашего материала.

+7(920)408-47-96

ПРИЕМ ЗАКАЗОВ НА РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ

Редакция газеты «Рекламная СОРОКА» ул. Моисеева, 10, 3 этаж **251-61-77** 8-903-651-61-77



ПОЗДРАВЛЯЕМ!

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

МЫ ОТКРЫЛИ РУБРИКУ БЕСПЛАТНЫХ ПОЗДРАВЛЕНИЙ!

ХОТИТЕ ПОЗДРАВИТЬ ДРУЗЕЙ ИЛИ РОДСТВЕННИКОВ
С ИМЕНИНАМИ, СВАДЬБОЙ, РОЖДЕНИЕМ ДЕТЕЙ И ДРУГИМИ
ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫМИ СОБЫТИЯМИ? ТОГДА ЗВОНИТЕ:

+7(473)210-48-38, ПРИСЫЛАЙТЕ ТЕКСТ ПОЗДРАВЛЕНИЯ

И ФОТО НА ПОЧТУ **INFO@SOROKA.RU**, ИЛИ ПРИНОСИТЕ

ПО АДРЕСУ Г.ВОРОНЕЖ, УЛ. МОИСЕЕВА, Д.10, 3 ЭТАЖ,
И О ВАШЕМ ПРАЗДНИКЕ УЗНАЕТ ВЕСЬ ГОРОД!

КАЖДУЮ НЕДЕЛЮ ТРИ ПОЗДРАВЛЕНИЯ
МЫ ПУБЛИКУЕМ БЕСПЛАТНО ПО ЗАПИСИ!

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

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

ПОЛИГРАФИЯ

ЦИФРОВАЯ И ОФСЕТНАЯ ПЕЧАТЬ

*Сделаем
Мир
Ярче*

info@soroka.ru

8(903)651-41-22

КЕРАМИЧЕСКАЯ ПЛИТКА КЕРАМОГРАНИТ

НАСТОЯЩИЙ
СТИЛЬ ТВОЕГО ДОМА

КАЧЕСТВО
ПО ДОСТУПНОЙ
ЦЕНЕ

+7(903)651-61-77

СТОЛЯРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ДЕРЕВЯННЫХ ЛЕСТНИЦ

МАССИВ ДУБА,
КЛЁН, ЯСЕНЬ

СОБСТВЕННАЯ МАСТЕРСКАЯ

БУДЕМ РАДЫ ВАШИМ ЗВОНКАМ

+7(920)408-47-96



ОКНА ПВХ

ДВЕРИ ВХОДНЫЕ,
МЕЖКОМНАТНЫЕ
ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ,
МОСКИТНЫЕ СЕТКИ

СКИДКА **2000** руб.
На каждое изделие

☎ **8(903)651-45-11**

рекламная СОРОКА

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ

Отдел полиграфии «Рекламной
Сороки» поздравляет Вас с
Наступающими праздниками.
И принимает заявки на
изготовление Новогодней
сувенирной продукции
(с Вашим фото или логотипом):

- Шарики ёлочные от 150 руб.
- Магнитики от 50 руб.
- Снежинки от 350 руб.
- Кружки от 250 руб.
- Сфера (со снегом) от 350 руб.
- Календари от 50 руб.
- Блокнот от 100 руб.
- Брелок от 50 руб.
- Подарочные пакеты от 80 руб.
- Футболки от 1200 руб.
- Подарочные Сертификаты

Будем рады видеть Вас в числе
наших клиентов!

С уважением к Вам, редакция
газеты «Рекламная Сорока»

+7(473)210-48-38
info@soroka.ru
www.soroka.ru

394006, г. Воронеж
ул. Моисеева, 10
3 этаж



Наша Рецепты

Ингредиенты:

Перец болгарский - 4 шт.
Кабачок - 1 шт.
Баклажаны - 3 шт.
Лук репчатый - 2 шт.
Помидоры - 2 шт.
Перец острый стручковый - 1 шт.
Чеснок - 4 зубчика
Укроп свежий - 1 пучок + для подачи
Соус соевый - 4 ст. ложки
Уксус яблочный - 2 ст. ложки
Масло растительное - 4 ст. ложки
Перец чёрный молотый - по вкусу
Соль - по вкусу

Запечённые овощи в чесночном маринаде

Приготовление:

1. Чеснок почистить и измельчить. Укроп мелко нарезать, добавить к чесноку. Туда же влить растительное масло, яблочный уксус и соевый соус. Всё тщательно перемешать. Маринад для овощей готов.
 2. Лук и кабачки очистить. Сладкий и острый перец очистить от семян. Баклажаны, болгарский перец, кабачки и помидоры нарезать крупными кусочками. Лук нарезать полукольцами. Острый перец нарезать колечками.
 3. Все овощи выложить в глубокий противень. Залить приготовленным маринадом. Поперчить, посолить по вкусу и хорошо перемешать. Противень с овощами затянуть пищевой пленкой и оставить овощи мариноваться на 1 час.
 4. Запекать овощи в духовке, разогретой до 180°C, в течение 30-40 минут.
- Готовые запечённые овощи выложить на блюдо, посыпать мелко нарезанной свежей зеленью и подавать к столу.

По материалам сайта: russianfood.com

Приятного Аппетита

*Несём
Поздравки
в Ваш Дом*

