



**Данное издание оцифровано
в Воронежской областной
универсальной научной библиотеке
им. И.С. Никитина**

394018, г. Воронеж, пл. Ленина, 2 / ул. Орджоникидзе, 36

Понедельник– четверг 9.00-20.00

Суббота, воскресенье 12.00-20.00

Пятница -выходной

<http://vrnlib.ru>

<http://vk.com/vounb>

e-mail: vounb@mail.ru

+7 (473) 255-05-91

КОММУНАЛЬЩИК

№ 50 16 декабря 2015 г.

16+

Коротко

■ Губернатор Алексей Гордеев провел совещание по вопросу сохранения пристройки к основному корпусу Воронежского художественного училища. Контракт на проведение проектных работ по восстановлению пристройки основного корпуса Воронежского художественного училища заключен в 2014 году с ООО «Институт комплексного проектирования и градостроительства». Однако весеннее обследование здания подтвердило наличие серьезных повреждений стен и перекрытий.

■ Губернатор Алексей Гордеев провел совещание по вопросу организации платных парковок (парковочных мест) на территории Воронежа. Глава региона подчеркнул: вопрос организации платных парковок в Воронеже, а точнее – в центральной его части, уже давно и очень активно поднимают жители города, но пока система платных парковочных мест не создана. Речь идет о парковочных местах в самом центре города (районы цирка, ВГУ, площади имени Ленина, Кольцовского сквера и проспекта Революции). Определены максимальный тариф, на уровне 40 рублей за час, парковки и размер штрафа за неправильную парковку – 1500 рублей.

■ Открытие современного фельдшерско-акушерского пункта состоялось в селе Смаглева Кантемировского района Воронежской области. В здании есть приемная, процедурная и прививочная, смотровая, санузел. Здание газифицировано. Кабинеты оснащены по современным требованиям. Первичная медико-санитарная помощь жителям будет оказываться тремя медицинскими сотрудниками. ФАП построен благодаря участию в Государственной программе Воронежской области «Развитие здравоохранения». Это второй современный ФАП в Кантемировском районе, построенный на средства этой целевой госпрограммы.

■ Более тысячи специалистов автобронетанковой службы подготовил в течение года Острогжский учебный центр (Воронежская область) в интересах Сухопутных войск, Военно-морского флота, Воздушно-космических сил и Ракетных войск стратегического назначения, сообщает пресс-служба ЗВО. В течение пяти месяцев молодые водители и механики-водители изучали тактико-технические характеристики автомобильной, бронетанковой и специальной техники, Правила дорожного движения, осваивали экстремальное вождение боевых машин в сложных метеословиях и ночное время, а также особенности управления колесной, гусеничной и многоосной техникой с учетом её предназначения.

■ Директор Фонда капитального ремонта многоквартирных домов Воронежской области Андрей Слесарев покидает свой пост и уже 23 декабря займёт должность помощника главы Крыма Сергея Аксёнова по ЖКХ. Сорокадвухлетний чиновник удаётся вывести Воронежскую область на девятое место среди субъектов РФ по уровню выполнения региональных программ капремонта. Средневзвешенный уровень собираемости взносов на капремонт в регионе по итогам 11 месяцев составил 80 процентов, что выше общероссийского показателя.

Мастерство

Творчество живёт в душе

Евгению Ткаченко из села Старая Криуша удалось увлечь полтора десятка школьников резьбой по дереву и столярным делом



Фото Михаила Вязового.

Слева направо: Владислав Давыдов, Алексей Гнездилов, учитель Евгений Стефанович Ткаченко, Антон Степовой.

Мастерская средней школы села Старая Криуша в Петропавловском районе наполнена мальчишескими голосами. Каждый из них занят своим делом. Любимым. Заставляющим забыть о школьных уроках и домашних заданиях. Три года подряд, несколько раз в неделю они приходят сюда, чтобы строгать, пилить, клеить, лакировать, внимая каждому слову своего наставника Евгения Ткаченко. Именно он создал здесь кружок резьбы по дереву и «заразил» своей страстью полтора десятка пацанов разного возраста.

– Мой дед, а затем отец занимались и столярным, и слесарным делом, – рассказывает Евгений Стефанович. – Постепенно приучили и меня. В своё время трудился в совхозе «Старокриушанский» в столярке, затем токарем. Сейчас работаю школьным завхозом и педагогом дополнительного образования. Если человек умеет что-то делать своими руками, то он не пропадет. Главное – не бояться, тогда всё получится.

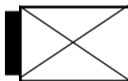
У десятиклассника Алексея Гнездилова интерес к дереву появился еще на уроках труда. Начинать с толкушек и скалок, потом перешёл на подсвечники, матрешки, пасхальные яйца, подставки для цветов, табуреты.

– Занимаюсь в кружке с седьмого класса, – говорит он. – Интересно наблюдать, как из простой, неприметной дощечки получается какой-нибудь предмет. Научился различать древесину по сортам. К примеру, вяз трудно расколоть, у него структура волнистая. А дуб, напротив, легче поддается, хотя он считается крепче вяза.

Владислав Давыдов мастерит шахматные фигуры. Станет ли это увлечение его профессией, ещё не задумывался.

На большом столе – резной трафарет. Оказалось, вскоре его очертания перенесут на доску. После умелых рук Евгения Стефановича и его подопечных она превратится в наличник необыкновенной красоты, который украсит одно из школьных окон.

Тамара ГАШИМОВА.



Отвечаем на ваши письма

Подайте заявление

Как выбрать управляющую компанию или негосударственный Пенсионный фонд для перевода пенсионных накоплений?

Гражданам 1967 года рождения и моложе, формирующим пенсионные накопления в системе обязательного пенсионного страхования, в 2014 и 2015 годах предоставлена возможность выбрать тариф страхового взноса на накопительную часть трудовой пенсии.

Они могут либо оставить 6%, либо отказаться от дальнейшего формирования накопительной части пенсии, тем самым, напавив все страховые взносы, которые за них уплачивают работодатели, на формирование страховой части пенсии.

Важно отметить, что в любом случае все ранее сформированные пенсионные накопления граждан будут по-прежнему инвестироваться. Они будут выплачены в полном объеме, когда граждане получат право выйти на пенсию и обратиться за ее назначением.

Если граждане, которые никогда не подавали заявление о выборе управляющей компании, включая «Внешэкономбанк», или негосударственного Пенсионного фонда, так называемые «молчуны», желают, чтобы и в последующие годы по-прежнему направлялись на формирование накопительной части трудовой пенсии страховые взносы в размере 6% тарифа, им следует подать заявление о выборе УК либо НПФ. При этом, как и раньше, при переводе пенсионных накоплений в негосударственный Пенсионный фонд гражданину необходимо заключить с выбранным НПФ соответствующий договор об обязательном пенсионном страховании.

Таким образом, выбор 6% тарифа накопительной части пенсии в любом случае сопря-

жен с выбором управляющей компании или негосударственного Пенсионного фонда.

С 01.01.2015 г. вступили в силу изменения в Федеральный закон от 28.12.2013 г. № 410-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О негосударственных пенсионных фондах» и отдельные законодательные акты Российской Федерации».

Данный закон вводит понятия «заявление застрахованного лица о переходе», «заявление застрахованного лица о досрочном переходе», «уведомление о замене».

Заявление застрахованного лица о переходе – документ, на основании которого переход застрахованного лица в негосударственный Пенсионный фонд или в Пенсионный фонд Российской Федерации осуществляется в году, следующем за годом, в котором истекает пятилетний срок с года подачи такого заявления, в случае, если после его подачи не подано иное заявление застрахованного лица.

Заявление застрахованного лица о досрочном переходе – документ, на основании которого переход застрахованного лица в негосударственный Пенсионный фонд или в Пенсионный фонд Российской Федерации осуществляется в году, следующем за годом подачи такого заявления, в случае, если после его подачи не подано иное заявление застрахованного лица.

Уведомление о замене – документ, на основании которого застрахованное лицо уведомляет ПФР о замене выбранного им страховщика по обязательному пенсионному страхованию, указанного в заявлении застрахованного лица о переходе либо в заявлении застрахованного лица о досрочном переходе.

Таким образом, с 01.01.2015 года застрахованное лицо при подаче заявления, связанного с формированием накопительной пенсии, должно определить, в каком году будет осуществлен перевод средств

пенсионных накоплений (через 5 лет после подачи заявления с учетом накопленного инвестиционного дохода или на следующий год после подачи заявления без инвестиционного дохода).

Пенсия без справки

Сейчас оформляю пенсию по старости. ПФР требует справку о зарплате за 60 месяцев подряд. Если я не представлю такую справку, то по какому принципу будут начислять? Стаж более 35 лет.

Размер пенсии всегда рассчитывался из двух показателей: размера заработной платы и стажа. При этом заработок имеет существенное значение для расчета. С 2002 года в размере пенсии учитывается сумма перечисленных страховых взносов. Получается, что 20 лет стажа заработаны вами до перехода на новый закон, и стоит запросить сведения из архивов, если нет возможности взять справку с предприятия.

Кроме того, для расчета используется и другой вариант: зарплата за два года: 2000-2001 годы. Размер получается расчетным путем, в нем будет учтен стаж по документам, страховые взносы, но без справки о зарплате – пенсия будет существенно меньше

Статус даёт льготы

Моя мать 1969г.р. имеет статус матери-героини. Родила девятых детей. Не работает. Полагаются ли ей какие-нибудь выплаты, льготы, пособия, пенсии?

Женщине, матери пятерых и более детей – пенсия назначается на 5 лет раньше общеустановленного возраста, то есть в 50 лет при наличии 15 лет стажа. Социальные льготы устанавливаются в каждом регионе отдельно. О них нужно получить консультацию в Управлении социальной защиты.

Консультируют специалисты Управления Пенсионного фонда РФ в г. Воронеже.

КОРОТКО
ОБО ВСЁМ
http://www.kommuna.ru
twitter.com/KommunaNews



Погода

Дата	СР 16.12	ЧТ 17.12	ПТ 18.12	СБ 19.12	ВС 20.12	ПН 21.12	ВТ 22.12
Осадки	небольшой снег	небольшой снег	небольшой снег	небольшой дождь	дождь со снегом	пасмурно	пасмурно
Днем	-1	0	-3	+2	+3	+1	+1
Ночью	-4	-7	-1	0	0	-1	0

Неблагоприятные дни

21 декабря
(с 16.00 до 18.00)

Цифры в скобках обозначают ограничение просмотра телепередач по возрасту: (6+) - просмотр не рекомендуется детям до 6 лет; (12+) - просмотр не рекомендуется детям до 12 лет; (16+) - просмотр не рекомендуется лицам моложе 16 лет; (18+) - просмотр не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'КУЛЬТУРА' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ДОМАШНИЙ' and 'ТВ-3' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'КУЛЬТУРА' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ДОМАШНИЙ' and 'ТВ-3' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'КУЛЬТУРА' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ДОМАШНИЙ' and 'ТВ-3' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'КУЛЬТУРА' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ДОМАШНИЙ' and 'ТВ-3' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'КУЛЬТУРА' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ДОМАШНИЙ' and 'ТВ-3' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'КУЛЬТУРА' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ДОМАШНИЙ' and 'ТВ-3' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'РОССИЯ-1' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ТВ ЦЕНТР' and 'КУЛЬТУРА' sections.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'ДОМАШНИЙ' and 'ТВ-3' sections.

Advertisement for 'Уважаемые жители города и области!' with contact information for 'Общественная приемная "Коммуны"'. Includes phone number 36 (with asterisk) and address 'г. Ленинград, ул. Гаврилова, 36'.

Advertisement for 'СРОКОВЫЕ' featuring a calendar for December 2020. Includes the date '20-02-084' and the website 'SPRAVKA.RU'. The calendar lists various events and dates.



1001 совет

Как отмыть плитку?

Проблема грязной плиты стара как мир: где-то вода выкипела, где-то молоко. Тут во все стороны стреляло масло, а тут и вовсе на плиту попала мука и сгорела.

Как отмыть разводы и пригоревшие пятна

Нам понадобятся: кальцинированная сода — 3 ст. ложки; любой стиральный порошок — половина ст. ложки; канцелярский клей («стеклянный», не ПВА) — 1 ст. ложка. Всё залить 1 стаканом холодной воды и взболтать.

Тонким слоем надо нанести смесь на поверхность плиты. Спустя 10-15 минут ожидания нужно хорошо смочить плитку водой — со смесью вместе сойдёт вся грязь без малейшего усилия.

Кстати, смесь можно долго хранить в стеклянной банке. Перед использованием надо лишь встряхнуть.

Чем отмыть жирные пятна

В последние годы становятся всё популярнее варочные панели из нержавеющей стали. Они выглядят эффектно, внушая доверие своей солидностью, чем отличаются от устаревшей эмали и закалённого стекла. Однако полированной металлической поверхности требуется особый уход, поскольку на ней хорошо заметны все разводы и брызги.

Капли от жира в домашних условиях проще отчистить, когда они свежие, потому плитку надо каждый вечер мыть. Если не пригорел жир, обычно хватает губки и любого средства для мытья посуды. Ещё можно плитку протереть лимонной долькой. Спустя полчаса понадобится лишь протереть чистой губкой металлическую поверхность и разводов не останется.

Другой вариант — применение традиционного мыльно-содового раствора. Данное средство отменно разъедает жир, потому тереть плитку не придётся. Надо раствор нанести на панель и спустя полчаса смыть.

Если есть в распоряжении пароочиститель, он будет идеальным вариантом для металлической поверхности. Горячий пар разрушает все потёки и брызги жира безо всякой химии, причём не оставляет следов.

Для отмытия эмалированной варочной панели не подходят чистящие средства с абразивами, ведь твёрдые частицы попросту поцарапают эмаль, испортят её внешний вид. По этой причине также недопустимо применение металлических щёток. Можно мыть эмаль лишь пенистой губкой.

От прокаленных старых жировых капель и от нагара на эмали избавиться можно при помощи соды. Соду надо смешать с водой, после чего полученной кашицей на губке вычистить устаревшие пятна. Потом плитку протереть спиртовым раствором в пропорции 1 ч. ложка нашатырного спирта к литру воды.

Если надо вместе с жиром устранить неприятный запах, нужно варочную панель обильно сбрызнуть уксусом из пульверизатора, а затем посыпать солью. Спустя 15 минут можно помыть плитку губкой с мыльной водой.

Варочной поверхности из стекла особый уход не требуется, она не чувствительна к едким составам и абразивам, потому чистить её можно всеми вышеуказанными способами.

Мир семьи

Что подарить?

Новый год – праздник, который ждут все. И, конечно же, все любят получать подарки. Что же подарить родным и близким на Новый год – чтобы одаряемому было приятно, а вам – по карману?

Умеете вязать спицами или крючком? Отлично! Ведь можно столько красивых и полезных подарков связать: варежки, шапку, шарф, носки, свитер, ажурную наволочку. А почему бы не сделать традиционным подарком каждому члену семьи маленький символ года, в 2016 году — это обезьянка. Эта малышка будет напоминать дорогим людям о вашей любви круглый год и за 12 лет они смогут собрать целую коллекцию животных по восточному календарю.

Как функциональной упаковкой, так и отдельным подарком может стать шкатулка. Вариантов создать её своими руками масса: распространённые в советские времена шкатулки из открыток; обвязанные, обшитые или обклеенные коробки; плетеные из бисера шкатулочки всевозможных форм; сейф для «зачапки» из пылящейся ненужной книги.

Представительницам женского пола придутся по душе качественно выполненные изделия из бисера: деревья или украшения. При внешней привлекательности эти работы не столь трудоемки и сложны в исполнении, плести из бисера увлекательно, самое главное — подберите гармонично сочетающиеся цвета и оттенки и работайте строго по схеме, тогда у вас все получится!

Симпатичными сувенирами в виде статуэток, панно, магнитов на холодильник, карандашниц или салфетниц могут стать поделки из соленого теста.

Зная вкусовые предпочтения одаряемых, вы сможете порадовать их ароматным самодельным мылом. При желании можно добавить люфу или придать мылу оригинальную форму.

Вспомнить самые приятные моменты своей жизни поможет фотокнига. Печатать фотографии стало модно, точнее непопулярно. Они хранятся в памяти компьютеров или гаджетов, но техника не вечна, и очень обидно, когда хорошие кадры стираются по ошибке. Выберите самые удачные фотографии, скиньте их на флешку и выберите подходящий стиль оформления фотокниги в фотосалоне. Также вы можете оформить фотокнигу самостоятельно онлайн и заказать в Интернете. Новый год — время радости, так почему бы не преподнести в качестве подарка к Новому, 2016 году приятные воспоминания?

Своих коллег по работе, друзей или родственников можно порадовать новогодним мультиком, в котором у всех персонажей их лица. Создать такой

мультфильм на Новый год своими руками можно, например, на сайте.

Хорошим подарком могут стать сладкие наборы. Для взрослого сладкий презент можно оформить в виде ананаса, елки, букета, ежика или, руководствуясь его увлечениями, в виде гитары, парусника, танка, руля. Для ребенка стало традиционным преподнести сладости в праздничных мешочках или коробках, однако есть варианты и поинтереснее, но подороже: жестяные сундучки, шкатулки, машинки, посылочная упаковка «подарок от Деда Мороза», плюшевые игрушки-рюкзаки, пластмассовые игрушки — символы года, наполненные конфетами.

2016 год по восточному календарю — Год Огненной обезьяны, этот символ можно использовать в подарках клиентам на Новый год, 2016. Логотипом вашей фирмы (не забудьте также указать телефон) можно украсить подарочные сувениры: новогодние шары; кружки; канцелярию (ручки, карандаши, маркеры, блокноты, папки); магнитики на холодильник; календари — по статистике самый полезный презент; часы; «елочки-воночки» в авто; объемные новогодние открытки с поздравлением.

Что подарить родителям? За свои годы всем самым необходимым они уже обзавелись, поэтому не стоит дарить очередной сервиз или сувенир, которые без надобности в скором времени переберутся в темный угол чулана. Почаще навещайте и общайтесь с родителями, интересуйтесь их жизнью: в процессе общения идеи подарков сами собой придут вам в голову.

Если отец увлекается рыбалкой или просто любит отдыхать на природе, почему бы не подарить ему удобное кресло для рыбалки, стол для пикника, гамак, а если средства позволяют — палатку.

Обратите внимание, в какой цветовой палитре верхняя одежда вашей мамы и выберите качественный палантин, шарф, зонтик, сумочку или перчатки (нужно знать размер). Гостеприимная мама частенько встречает гостей пышным пиром? Подарите красивую качественную скатерть.

Мама до сих пор вручную месит тесто и крутит мясо? Непременно облегчите ее труд эклектической мясорубкой, блендером, тестомешалкой, хлебопечкой или мультиваркой! Поинтересуйтесь, не «глючат» ли их старенькие телефоны, может, пришло время их обновить?

Хотите – верьте, хотите – нет

Новогодние приметы

Первый день Нового года важен для каждого человека. Встретить его нужно достойно, избавившись от всего старого, ненужного, тормозящего развитие.

1. Если у вас дома останутся подпорченные или надтреснутые предметы посуды, то удача не придет вместе с Годом Обезьяны. Это капризное животное, любящее роскошь. Мириться с бедностью оно не намерено. То же самое касается и одежды, давно вышедшей из моды. От всех этих предметов стоит, не раздумывая, избавиться еще до праздника.

2. Новое в жизни можно привлечь изменениями в обстановке квартиры, проведенными накануне празднования. Конечно, можно и мебель сменить, если есть средства и желание, но хватит новых покрывал, коврика или салфеток. Главное, чтобы общий вид помещения освежился.

3. Повезет тому, кто принимает в новогоднюю ночь гостей. Тем, кто отправляется встречать праздник на чужую территорию, следует задобрить Новый год хорошими подарками. Учтите, что Обезьяна – стойкий приверженец креатива.

4. Традиционная примета: чтобы год оказался щедрым, нужно повесить на елку денежные знаки, чем больше, тем лучше. Доход станет валить к вам в той валюте,

которой вы украсили дерево. Поэтому на елку вешают все, что есть. Не забудьте и про другие новогодние ритуалы на деньги.

5. Если утром 31 декабря первый встреченный человек был противоположного пола, то праздник обернется удачей. Если ващего – то не ходите в гости, будет скучно.

6. Разбить елочную игрушку 31 декабря – хорошая примета. Это к получению неожиданной денежной суммы.

7. Разбитый бокал предскажет ссоры в семье. Тарелка или чашка – приглашение на свадьбу в будущем году.

8. Если вам в подарок достанется предмет туалета – к новому поклоннику. Игрушки или другая мелочь – к успехам в деньгах.

9. Интересная примета. Обезьяна – животное всеядное, но больше всего любит тропические фрукты. Так вот, есть только фрукты за праздничным столом – к богатству. А только овощи и мясо – к хорошему здоровью.

Ответы на сканворд в №49

По горизонтали: Кузьман. Чекист. Кета. Кепи. Отряд. Урал. Босфор. Пежо. Единорог. Рига.

По вертикали: Тустеп. Клерк. Абрис. Поло. Скит. Спор. Мате. Рефери. Туя. Ожог. Нуга. Дорога.

Домашний психолог

Праздничная депрессия

Бок о бок с волшебным и удивительным праздником Новый год идет и она – новогодняя депрессия. Другое название у нее – праздничная, ибо возникнуть она может и в связи с другими праздниками.

Это время, когда можно отдохнуть, расслабиться или повеселиться в кругу своей семьи, или же друзей. Его ждут с нетерпением, мысленно считая дни и ожидая чего-то нового, невероятного и счастливого. Однако почти половина людей таких радостных ощущений не испытывают, напротив, их с головой накрывает усталость, изнеможение, хандра, ностальгия и полное отсутствие праздничного настроения.

В некоторых моментах возникновение депрессивных состояний вполне понятно, ведь сколько планов и ожиданий мы связываем со столь ярким событием. Казалось бы, самый обычный день, в котором дата меняется с 31 декабря на 1 января. Однако мы на него полагаем столько надежд, ждем чего-то особенного, важного и волшебного.

Но в целом-то ничего волшебного и не происходит. Вокруг одно и то же – бой курантов, тазик оливье, бодрое поздравление Президента и все остальные неперемные атрибуты празднования Нового года. Становится противно, тоскливо и хочется взять и отменить этот праздник. Острое несоответствие между ожиданиями главного праздника и реальностью, когда все нерешенные бытовые проблемы, так же как и неприятности личного характера, переходят в новый год и остаются такими же, являются основными причинами дискомфорта состояния тела и души.

Как избежать новогодней депрессии? Придерживайтесь следующих нехитрых советов и правил:

- Подведите итоги прошлого года, сделав акцент на достижениях, а разочарования и неудачи пусть останутся незамеченными. Заключившись на мелких недостатках прожитого года не стоит, лучше похвалите себя за все победы и достижения, даже самые маленькие. Это значительно повысит самооценку и заставит поверить в собственные возможности и силы;
 - Спешить с завершением всех текущих дел до Нового года не стоит, ведь большинство из них вполне могут подождать. Лучше выделить первостепенные дела и те, которые могут подождать немного позднего решения. Таким способом можно разгрузить свою голову от ненужных забот;
 - Ждать чудес от новогодней ночи не стоит, она в точности соответствует остальным ночам следующего года. Так что, такое ожидаемое чудо может свершиться в равной вероятности и через месяц, и через полгода, и даже через год. Лучше попробуйте создать волшебство собственными руками и одарите им близких людей. Как вариант, банальный «выпивон» и «закусон» можно заменить праздником близким людям, изобретательными и нестандартными новогодними подарками;
 - Суеты не нужно! Лучше не торопясь сделайте нужные покупки, закажите столик в ресторане или просто погуляйте по заснеженным улицам родного города;
 - Особенная праздничная обстановка дома – важный атрибут новогоднего праздника. Только не нужно переусердствовать с новогодней атрибутикой, без фанатизма подходите к выполнению этой задачи;
 - На следующее утро после праздника можно заняться чем-нибудь полезным, например, обработкой отснятых фото- и видеоматериалов и созданием на их основе коллажа или небольшого фильма. А еще можно всей семьей отправиться кататься на лыжах, коньках или поздравлять бабушек и дедушек.
- Впрочем, можно воспользоваться и таким вариантом – в новогоднюю ночь не праздновать, а лечь спокойно и уснуть. А драматизировать по этому поводу не стоит. Ведь нужно отдыхать так, как требует того душа, и тогда никакая новогодняя депрессия вам не страшна!

Громкая ссора					
Изыян, недостаток	Земледельец Древней Руси	Мафиозная "семейка"	"Отцы и..." у Тургенева	В тетради или на дереве	
				Задний план картины	
Двусторонняя шуба	Цвет, маскирующий воина	Подъемник в доме			
Слав меди с оловом			Музыкальный интервал	Сорт крепкой водки	
	Ваш покорный...	Реклама спектакля			
			Дождь в желоб	Импорт товаров	
	Неоправданный...				
	Зелень на дереве		Дерево для триумфальных венков		
	Лошадный "затылок"		Хрусталь для цветов		

Составил Андрей Ждан.