

Коротко

■ В Благовещенском кафедральном соборе в ночь с шестого на седьмое января собрались тысячи воронежцев. Светлый праздник Рождества Христова встретил в Благовещенском соборе и губернатор Алексей Гордеев вместе с внуком Василием. Торжественную службу в ознаменование Рождества Христова возглавил митрополит Воронежский и Лискинский Сергей.

■ Курсанты и студенты Воронежского института ФСИН России организовали и провели торжество, посвященное празднованию Нового года в социальном приюте для детей и подростков в Левобережном районе Воронежа. Для детей, которые остались без тепла родительских сердец, учащиеся института приготовили театрализованное представление с участием Деда Мороза, Снегурочки и других сказочных персонажей.

■ Митрополит Воронежский и Лискинский Сергей в светлый праздник Рождества Христова посетил родильный дом №2 г. Воронежа. Посещение Правящим Архиереем медицинских учреждений региона, чтобы поделиться с пациентами и медперсоналом радостью Рождества и благословить новорожденных, стало уже доброй традицией. В праздник Рождества Христова в этом роддоме появились на свет шесть мальчиков и три девочки.

■ По данным Управления Роспотребнадзора по Воронежской области, с 26.12.2016г. по 01.01.2017г. с острыми респираторными вирусными инфекциями и гриппом обратились к медикам 15575 заболевших, в том числе 8419 детей в возрасте до 14 лет. Это ниже на 6,5% уровня предыдущей недели, но в 2,3 раза выше эпидемического порога. Согласно результатам лабораторного мониторинга за циркуляцией респираторных вирусов, в структуре положительных находок 47% составляли вирусы гриппа, преимущественно – типа А(Н3N2).

■ В микрорайоне Шилово Воронежа в честь погибших сотрудников МВД – Героев России назовут улицы. Руководство ГУ МВД России по Воронежской области обратилось к главе городского округа г. Воронеж Александру Гусеву с предложением присвоить вновь образуемым улицам в областном центре имена четырех погибших при исполнении служебного долга сотрудников, удостоенных звания Героя России. Это – Олег Ключников, Виктор Буданцев, Вячеслав Шибилкин и Сергей Аникин.

■ Состоялась рабочая встреча губернатора Алексея Гордеева с депутатом Госдумы ФС РФ, членом Комитета по труду, социальной политике и делам ветеранов Татьяной Сапрыкиной. Парламентарий проинформировала Алексея Гордеева о результатах своей региональной недели в Воронежской области и в целом о работе в округе. В частности, Татьяна Сапрыкина сообщила, что ею была проведена отчетно-выборная конференция в Воронежской областной организации профсоюза работников здравоохранения РФ, председателем которой она является с 2009 года.

Культура

Искры радости и надежды

Раз в году в Воронежском цирке дают одно-единственное представление с участием юных акробатов

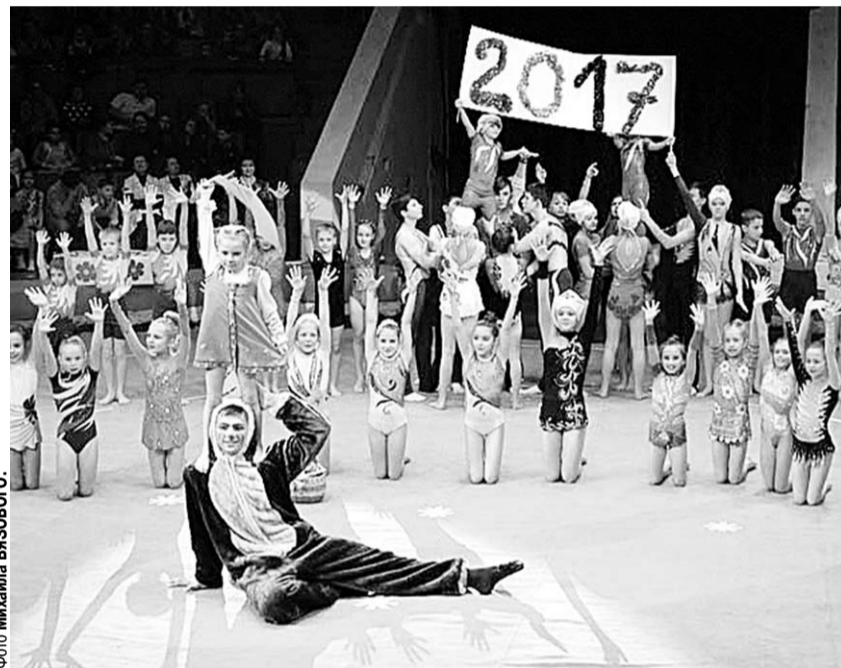


Фото Михаила ВЯЗОВИЧЕВА

На арене цирка дети – от шестилеток до подростков – выполняют сложные акробатические упражнения, органично соединяя их с танцами. В лучах прожекторов сверкают и переливаются эффектные костюмы. Музыка задаёт ритм и поддерживает общее настроение праздника. А в зрительных рядах – яблоку негде упасть. Так каждый год проходит подведение итогов работы Воронежской школы акробатики и прыжков на батуте №2 (МБУДО СДЮСШОР № 2).

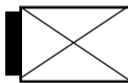
На 25-е, юбилейные, выступления воспитанников школы билетов было не достать. Впрочем, как и на все предыдущие праздники – неповторимые, тщательно подготовленные преподавателями и детьми.

Открылась программа парадом спортсменов, показавших лучшие результаты на соревнованиях как внутри страны, так и за её пределами. Победители и призеры чемпионатов мира, Европы, России с гордостью продемонстрировали заслуженные награды, поприветствовали зрителей. Вслед за своими воспитанниками на арену вышли руководители и тренеры школы, подготовившие за всю её историю 123 мастера спорта международного класса, 15 заслуженных мастеров спорта Советского Союза и России.

Сложные спортивные элементы, фантастическая пластичность, артистизм соединились в показательные номера необыкновенной красоты. Музыка русских и зарубежных классиков – Чайковского, Бородина, Рахманинова, Свиридова, Щедрина, Равеля – придавала композициям завершённый вид, превращая каждую в маленький шедевр. И массовые номера, в которых участвовали самые юные воспитанники школы, были сделаны красиво, со вкусом и выдумкой.

Выступления двоек, троек, четвёрок. Наконец, массовые композиции, в которых участвовали десятки детишек, заживавших зал, словно маленькие искорки. И вот кульминация шоу – выступление акробатов-батутистов, буквально взлетающих под купол цирка, выполнявших прыжки повышенной сложности, от которых замирало сердце.

Наталья СТОЛПОВСКАЯ.



Отвечаем на ваши письма

За выплатами – в Фонд

Работодатель признан банкротом. Ссылаться на отсутствие денежных средств, он не выплачивает пособие. Куда обратиться?

Обращайтесь напрямую в Фонд социального страхования РФ. За 11 месяцев 2016 года Воронежское отделение Фонда уже выплатило пособия работникам предприятий-банкротов на сумму более 4,7 млн рублей. Все эти граждане были официально трудоустроены (а значит, застрахованы в системе обязательного социального страхования), поэтому банкротство их работодателей не стало помехой для получения причитающихся им по закону пособий на случай болезни, беременности и родов, а также пособий по уходу за ребенком.

Напомним, в Воронежской области действует зачетный принцип: работодатель уплачивает в Фонд социального страхования РФ страховые взносы, уменьшенные на сумму выплаченных своим работникам пособий. Однако бывают случаи, когда этот отлаженный механизм нарушается: работодатель не может выплатить пособия из-за трудного финансового положения, становится банкротом или прекращает свою деятельность. Кроме того, есть и недобросовестные руководители, которые и вовсе исчезают со всеми документами и деньгами. Но даже в этих ситуациях есть выход!

Во-первых, если денег на выплату пособий не хватает, работодатель может получить финансирование в филиале регионального отделения Фонда.

Во-вторых, если все сроки уже прошли, а вам так и не выплатили пособия, обращайтесь в региональное отделение Фонда социального страхования РФ! Направить обращение можно через официальный сайт Воронежского отделения Фонда (www.fss.vrn.ru, раздел «Обращения и жалобы»).

Если работодатель был признан банкротом официально по решению суда и внесен в Единый федеральный реестр сведений о банкротстве (<http://bankrot.fedresurs.ru>), вы, как застрахованный гражданин, можете рассчитывать на получение положенных пособий непосредственно из Фонда социального страхования РФ. Для того чтобы воспользоваться своим правом, достаточно заполнить заявление на сайте Единого портала государственных и муниципальных услуг: www.gosuslugi.ru.

Право заменить функции работодателя по обеспечению сотрудников пособиями в случае, если в отношении организации проводятся процедуры, применяемые в деле о его банкротстве, было предоставлено Фонду социального страхования РФ в марте 2016 года. Ранее напрямую в Фонд также можно было обратиться за пособиями, если работодатель прекратил существование, либо в случае невозможности выплаты пособий работодателем в связи с недостаточностью денежных средств на счетах и применением очередности их списания, либо в случае невозможности установления местонахождения работодателя и его имущества (при наличии вступившего с силу решения суда).

Фальшивый больничный

Как отличить фальшивый больничный от настоящего?

Бланк листка нетрудоспособности или, как его принято называть, «больничный», является финансовым документом. При предоставлении этого документа по месту работы сотруднику взамен утраченного заработка выплачивается пособие по временной нетрудоспособности. В соответствии с законодательством первые три дня нетрудоспособности в случае заболевания или травмы оплачиваются работодателем. С четвертого дня выплаты производятся за счет средств Фонда социального страхования. И надо сказать, что средства эти немалые.

Ежегодно на выплаты пособий заболевшим воронежцам направляется около двух миллиардов рублей. То есть за этим листочком формата А4 стоят значительные государственные средства. И именно поэтому в соответствии с Приказом Минздравсоцразвития РФ листок нетрудоспособности относится к защищенной полиграфической продукции уровня «В», имеет многоуровневую защиту от подделок. Это и специальный цвет фона бланка и ячеек, наличие водяных знаков, использование в бумажной основе листка защитных волокон красного и синего цветов, а также наличие защитных микротекстов. При этом ширина настоящего бланка листка нетрудоспособности должна быть равна строго 210 мм.

Консультируют специалисты Воронежского регионального отделения ФСС РФ.

КОРОТКО
ОБО ВСЕМ
<http://www.kommuna.ru>
twitter.com/KommunaNews



Погода

Дата	СР 11.01	ЧТ 12.01	ПТ 13.01	СБ 14.01	ВС 15.01	ПН 16.01	ВТ 17.01
Осадки	облачно с прояснениями	небольшой снег	небольшой снег	небольшой снег	снег	небольшой снег	небольшой снег
Днем	-6	-4	-4	-2	0	-4	-8
Ночью	-10	-3	-7	-2	-5	-8	-11

Неблагоприятные дни

13 января (пятница)
(с 8.00 до 10.00)

Советы психолога

Ёлка, шампанское, мандарины... Выходить на работу после новогодних праздников не хочется никому, и нужны еще две недели для того, чтобы прийти в себя после новогодних праздников. Как ускорить этот процесс?

Сразу же хочется сказать, что чудес не бывает, и легкий дисконфорт после начала трудовых будней вполне возможен. Однако мы расскажем вам о том, как сделать его наименее выраженным. И так, настраиваемся на работу!

На самом деле, первый шаг к тому, чтобы настроиться на работу после праздников, нужно сделать еще до них, а именно – навести порядок на своем рабочем столе и в делах. Все мы знаем, что время перед Новым годом – авральное, и на голову каждого работника сваливается куча дел. Так вот, для того чтобы выйти на работу после долгих каникул в хорошем настроении, эти дела нужно обязательно доделать, а лучше постараться не накапливать их.

Старайтесь выполнять поручения начальства сразу же, не откладывая их в долгий ящик, чтобы у вас не накопилась неразгрываемая куча дел. Кроме того, не рекомендуется оставлять самые сложные ответственные дела «на потом», так как столкновение с ними после праздников вас отнюдь не обрадует. Перед каникулами обязательно наведите порядок на рабочем столе и в компьютере, ведь гораздо приятнее возвращаться в чистоту, нежели в бардак. Да и силы в будущем это сэкономит, ведь вам не придется думать над тем, что и где лежит.

Еще один вариант, который помогает уменьшить «вредоносное воздействие» от работы – составление плана. Можете сделать это в первый рабочий день или даже накануне – в качестве разминки перед входом в деловой ритм. Самое главное – рассортировать дела по степени важности, а также по содержанию. Учтите, что во всех организациях разный график выхода сотрудников на работу, поэтому какие-то совместные встречи или проекты вам будет сложно провести в начале и середине января.

Не стоит сразу же после каникул ожидать бурного всплеска активности и планировать целую кучу дел. Постарайтесь по возможности плавно войти в рабочее русло – именно так можно уменьшить стрессовую нагрузку от этого. Это нормально, если несколько дней у вас

Снова в строй

уйдут на раскачку, поэтому на первую неделю запланируйте не более одного важного дела в день и разбавьте свое расписание простыми занятиями, не требующими особой включенности.

Сразу же после праздников просто включитесь в дела, поэтому относитесь к себе с пониманием и не насыпайте себя. Если у вас что-то не получается – отложите и попробуйте выполнить это на следующий день. За каждое завершённое дело награждайте себя чем-нибудь милым и приятным – шоколадкой, теплой ванной, а может быть, даже приятной покупкой. На какое-то время это добавит вам позитива, а когда придете в себя, просто постепенно отмените эти маленькие радости.

Вообще, относитесь к себе с терпением и пониманием. Если что-то не получается сделать быстро и хорошо, то разрешите себе побыть немножко глупой и медлительной в этот непростой период своей жизни. Не требуйте от себя слишком многого, ведь быть одновременно лучшей работницей, мамой, женой, подругой, домохозяйкой и просто женщиной одновременно невозможно – скорее всего, где-то образуются «черные дыры». И это не страшно – просто правильно расставьте приоритеты и уделяйте внимание действительно важным вещам.

Очень важным и полезным является баланс. Это означает, что в вашей жизни в равной степени представлены самые важные ее сферы: семья, работа, друзья и ваши желания и потребности. Если в какую-то из этих сторон случится перекося, то вы ощутите грусть и подавленность, ведь чего-то из этого списка в вашей жизни будет не хватать.

Разумеется, перечень сфер может варьироваться, ведь для каждого в жизни важны свои вещи. Не забывайте, что внимание всему этому нужно уделять ежедневно, и особенно это касается первых дней после новогодних каникул, когда вам так нужны силы и хорошее настроение. Все это поможет вам справиться со стрессом, вызванным переходом от одного образа жизни к другому.

Это будет островком стабильности в океане перемен для вашего организма. Да, вам придется перестраиваться с отдыха на работу, и именно поэтому нельзя позволять себе сидеть у телевизора до поздней ночи или спать до обеда в выходные. Хорошо, если даже во время новогодних праздников вы сохраните у себя хотя бы подобие режима – тогда для вас не будет дополнительным стрессом его появление после окончания отпуска.

Помните о том, что режим должен быть по возможности физиологичным. Выясните, какая у вас норма сна, и обязательно позволяйте себе спать столько, сколько нужно. Если вы сова, то стоит свести утренние сборы к минимуму и постараться сделать все возможное с вечера: помыть голову, приготовить одежду, собраться – чтобы утром вам оставалось только умыться, одеться и пойти на работу. Ну, и, конечно же, никаких чрезмерных нагрузок и дел после Нового года – экономьте свои силы!

Общение с коллегами – отличный способ быстро включиться в рабочую атмосферу. Расспросите их о том, как они провели новогодние праздники и расскажите об этом сами. Постепенно от неформального общения можно перейти к обсуждению рабочих планов и каких-либо проектов. Согласитесь, что решать что-то вместе – проще и веселее, ведь в этом случае проблема не кажется настолько глобальной, да и много голов лучше, чем одна. Вполне вероятно, что кто-то из коллег также может подсказать вам что-то конкретное про какую-либо вашу рабочую проблему. Кроме этого, вам станет понятно, настроены ли члены вашего коллектива на работу, и вы сможете зарядиться энтузиазмом от того, кто чувствует себя пободрее.

В конце концов, начало рабочей недели – это не так уж плохо, особенно для тех, кто занят любимым делом. За длительные новогодние каникулы вы уже наверняка успели соскучиться по любимой работе: по достижению профессиональных целей, общению с коллегами, стенам родного офиса, в конце концов. Подумайте о том, что вам знакомо и привычно: о рабочем компьютере, о цветных папках, разложенных на рабочем столе, – все это ваши привычные и стабильные ориентиры в пространстве, в котором вы проводите большую часть дня.

В народе говорят

Году начало, зиме – середина

Название месяца января произошло от имени римского бога мира — Януса. «Должность» бога в чем-то созвучна народному имени января: «просинец» (просиявший, солнечный). В самом деле, в первом месяце года все чаще показывается солнце, стоит ясная погода с ярко-синим небом. Прибавляется день.

В январе много сосулек — урожай будет хороший. Холодные январь подряд не бывают. Коли в январе март — бойся в марте января. Если в январе частые метели, в июле — частые дожди.

В январе эхо далеко уходит — морозы будут крепчать. Застучал дятел по дереву в январе — к ранней весне. Ясные дни в Рождественский пост (28 ноября — 6 января) к хорошему урожаю.

Васильева ночь (на 13 января) звездиста — к урожаю ягод.

Богоявление (в ночь с 18 на 19 января) под полный месяц — к большому разливу.

На Богоявление (Крещение) (19 января) день теплый — хлеб будет темный (густой), на полдень синие облака — к урожаю.

На Богоявление снег хлопьями — к урожаю, ясный день — к неурожаю.

Когда прорубь полна воды, разлив будет большой. Звездистая ночь на Богоявление — урожай на горох и ягоду.

Коли на Омеляна (21 января) подует от Киева (с юга) — лето грозное.

На Григория Никийского (23 января) иней на стогах — к мокрому году.

Если холодный январь, значит, в июле будет жарко и сухо.

Если январь прошедшего года был теплым, то в этом году будет холодным.

Если зимой гром — к сильным морозам. Если снег пошел на Рождество, то урожайный год будет.

Если иней на Рождество, то хороший урожай хлеба будет.

Коли небо звездное на Рождество — год урожайный на горох будет.

Если частые метели, снегопады в январе, то июль будет богат на частые дожди.

Если в январе, как в марте, значит, в марте будет январь.

Если 5 января ветер подул — к урожаю.

Если 6 января снег падает хлопьями — к урожаю. Звезды на сочельник — к урожаю ягод, особенно черники, грибов и богатому приплоду скота. Сильные холода сулят надежный урожай.

Если 8 января день ясный — урожай огурцов, проса, а пасмурный — недород.

Если 17 января начинают спускаться утренние туманы — к урожаю яровых.

Много снега на деревьях, значит, будут хорошо роиться пчелы.

Если 24 января морозно — яровой посеешь поздно. День теплый, без снега и метели, то весна будет ранняя.

Живой уголок

Даже в голодный зимний период каждый вид пернатых предпочитает питаться определённым кормом. Кто прилетит к вашей кормушке?

Это будет зависеть от того, что туда насыпано. Орнитологи рекомендуют составлять смесь, семидесять пять процентов которой будет состоять из семян подсолнечника. В связи с высокой калорийностью этот продукт станет основным энергетическим источником для мелких пернатых. Семенами подсолнечника с удовольствием питаются зерноядные птицы и дятлы. Любят этот корм поползни, синицы и т. д. Выжить в условиях зимних холодов позволяет большое количество тех растительных жиров, которые содержатся внутри семян этой культуры.

Некоторые пернатые предпочитают овес, просо, рис и пшеницу. Зерноядные птицы непременно посетят вашу кормушку, если в нее будет насыпан овес, пшено. На эту трапезу слетятся щеглы, воробьи, зеленушки и другие пернатые. Зерна предпочитают клевать и голуби.

Семена лебеды с большой охотой поедаются многими птицами. Срезанные растения собирают в венки и так хранят до зимы. В холода лебеду втыкают около кормушки в снег. При желании сорняк можно обмолотить и сыпать его зерна птицам вместе с другими кормами. Синицы-лазоревки, а также большинство видов зерноядных пернатых любят семена крапивы. Семена лопуха являются основным кормом для щеглов. А вот снегири предпочитают другой корм. Они любят лакомиться семенами конского щавеля.

В качестве подкормки в голодный для пернатых период в меню можно

Покормите птиц

включать мясо, сало, а также говяжий или куриный жир. Эти продукты придутся по нраву синицам, поползням, а также некоторым другим видам пернатых. Однако следует иметь в виду, что мясо и сало должно быть несоленым. Сало или мясо следует разрезать на небольшие кусочки и нанизать их на бечевку. Затем продукты развешиваются на ветках деревьев или на кустарниках. Но для того, чтобы подкормка не досталась воронам, галкам, сорокам, собакам или кошкам, размещать кусочки следует подальше от земли. Повесить бечевку необходимо среди тонких веточек, на которые не смогут сесть тяжелые птицы. Зачем кормить птиц зимой этими продуктами? Дело в том, что в голодный период пернатым требуется калорийная пища. Жир животного происхождения, который находится в мягком состоянии, лучше смешивать с другими кормами, готовя своеобразный слоеный пирог. Помещают его в сетки из-под овощей и развешивают в доступных для пернатых местах.

Для синиц, дятлов, пикух и поползней лакомым кормом является конское, баранье, говяжье и свиное сало (обязательно несоленое). Расстопленным продуктом обливают ветки и стволы деревьев. Птицы поедают застывшие потеки.

Самых красивых посетителей кормушек – свиристелей, щуров и снегирей – привлекают ягоды боярышника и рябины. Плоды надо заготовить заранее, высушив осенний урожай.

Среди обычных городских насаждений часто встречаются ясени и клены. Семена этих деревьев называют крылатками. Осенью большая их часть осыпается на землю и для пернатых становится недоступной.

Если вы хотите разнообразить питание, которое кладете в кормушку для пернатых посетителей, то можете готовить маленьким гостям специальные смеси. В меню для птиц рекомендуется включить пятьдесят процентов семечек подсолнечника, тридцать пять – белого проса, пятнадцать – кукурузных зерен. Если вы решите подкормить пернатых калорийной пищей, то сделайте для них «пирог». В его состав должно войти три чашки размягченного маргарина или жира, такой же объем зерна или проса, а также одна чашка масла подсолнечника. В «птичий пирог» может быть добавлен геркулес, а также все что есть под рукой. Это могут быть яблочные очистки и любые семена, куриные яйца и ядра орехов, мед и сахар, а также сладкий сироп. Смесь следует хорошенько перемешать и выставить для затвердения на холод. Тесто можно отдать птицам сразу. Для этого его помещают в пластиковую чашку или картонную коробку. Емкости подвешиваются на деревьях.

Чем кормить уличных птиц зимой? Им можно класть в кормушку небольшие кусочки шкурки от бекона, а также консервированную еду, которая предназначена для домашних животных. С удовольствием пернатые будут клевать вареные яйца и картофель. Подойдет для них геркулес, но только в виде хлопьев, а не готовой каши. Охотно будут клевать птицы засушенных куколок, личинок и насекомых.

Составил Андрей ЖАДАН.

↙	Соединение с кислородом	Театральный холл			
	Оболочка яйца	Щит-символ покровительства	Курс с учетом ветра		Двойная картина
↘					
	Варенье-желе	Градоначальник	"Ухо" акустика		Сибирский безрогой олень
↙			Портрет святого на иконе		
Плодовое дерево	Подольный минерал	Важный период истории			
↘			День по календарю		Морозоустойчивый ку-пальщик
	Смесь из целебных трав	Приглашает на белый танец			
↙					
	Искусный поджигатель	Обсуждение цены на базаре			
	Травянистое огородное растение				

Ответы на сканворд в №1

По горизонтали: Кукла. Пародист. Вамп. Код. Оковы. Балл. Кода. Интриган. Пони. Старье.
По вертикали: Запев. Бридж. Гром. Лотос. Пол. Узда. Кипа. Косогор. Лескор. Дань. Дыхание.