

# КОММУНА ПЛЮС

№ 51 (1154) 20 декабря 2017 г.

16+

## ПОДПИСКА ПРОДОЛЖАЕТСЯ!

Оформить подписку можно по следующим ценам:

Индекс	«Коммуна плюс»	На дом	В аб. ящик
П7671	Для индивидуальных подписчиков	254,16 руб.	240,60 руб.
П5804	Подписка на год	503,14 руб.	476,51 руб.

Для ветеранов и участников Великой Отечественной войны, инвалидов I и II групп действует скидка в 20% на доставку издания. Для получения скидки необходимо предъявить соответствующие документы.

Подписаться на газету «Коммуна плюс» можно через Интернет, не посещая почтовое отделение. Для оформления онлайн-подписки необходимо зайти на сайт [podpiska.pochta.ru](http://podpiska.pochta.ru).

## КОРОТКО

Сенатор Сергей Лукин принял участие в 425-м заседании Совета Федерации. Особое внимание парламентарии уделили вопросу о назначении даты выборов Президента Российской Федерации. Дата их проведения — 18 марта 2018 года — была утверждена официально.

III Ольденбургские чтения состоялись во Дворце Ольденбургских в Рамони. Чтения были посвящены 135-летию со дня рождения великой княгини Ольги Александровны. Участниками встречи стали историки и краеведы, музейные работники и представители общественных организаций региона, а также сотрудники Гатчинского музея-заповедника и Объединения литературных музеев Пензенской области. На мероприятии присутствовали супруга губернатора Воронежской области Татьяна Гордеева и другие представительницы женсовета Гражданского собрания «Лидер».

Воронежская область заняла восьмое место в номинации «Минимальный риск» по результатам XXII рейтинга регионов — лидеров инвестиционной привлекательности. Исследование подготовлено рейтинговым агентством RAEX (Эксперт РА). Церемония награждения состоялась в Москве в рамках XV Российского регионального инвестиционного конгресса. В ней по поручению губернатора приняла участие заместитель председателя облправительства — руководитель Представительства Воронежской области при федеральных органах государственной власти Елена Фаддеева.

Губернатор Алексей Гордеев в ходе рабочей поездки в Борисоглебский городской округ встретился с представителями местных средств массовой информации. Одним из ключевых стал вопрос о судьбе детского сада на улице Дубровинская. Строительство остановилось на этапе закладки фундамента. Объект будет включен в план и достроен, сообщил журналистам Алексей Гордеев. Соответствующая задача поставлена перед департаментом строительной политики Воронежской области.

В Воронежском областном художественном музее имени И.Н. Крамского проходит фотовыставка «100 чудес света». Уникальная экспозиция объединила сто фотографий живой природы, выполненных более чем 70 авторами со всего мира. Один из самых добрых и увлекательных проектов Санкт-Петербургского «Арт-центра» за время своего существования получил самые высокие отзывы более 100 тысяч посетителей. В Воронеже выставка проработает до 25 февраля.

## АКТУАЛЬНО

# Зимнее волшебство

Воронеж посетил Дед Мороз из Великого Устюга



Фото voronezh-city.ru

Дед Мороз путешествует по городам России, чтобы исполнить заветные желани, и Воронеж не стал исключением. Наш город оказался 22-м по счету на путевой карте Деда Мороза.

Для начала зимний волшебник ответил на вопросы взрослых и детей. Их интересовало все: чем он занимается летом, как просчитывается хорошее поведение и кто дарил подарки Деду Морозу, когда он был маленьким.

— С самого лета у меня начинается масштабная подготовка к следующему Новому году: сортировка писем, приготовление подарков. К тому же весь год идет подсчет добрых дел, здесь, конечно, не всегда удается быть объективным, я стараюсь верить в доброту души. А вот когда я был маленький, на Новый год подарки не дарили, я решил взять на себя эту волшебную и ответственную миссию, — рассказал Дед Мороз.

Однако основная цель всероссийского путешествия — помочь тем, кому так важна встреча с Дедом Морозом: детям с особенностями развития и здоровья, ребятам, оставшимся без попечения родителей, а также взрослым, которые продолжают верить в чудеса.

В нашем городе зимний волшебник посетил Социальный приют для детей и подростков, «Детский дом города Воронежа», Дом ребенка №1, где поздравил детей с наступающим Новым годом, выслушал их заветные мечты, а также подарил подарки.

А завершился визит Деда Мороза в наш город большим и шумным праздником года во Дворце спорта «Юбилейный», который мог посетить каждый желающий. И, конечно, не обошлось без предновогодних чудес!

## СПРАВКА

Всего за 60 дней Дед Мороз навестит 29 городов и проедет тысячи километров в зелёном фургоне с тоннами подарков. Эта поездка охватит всю нашу огромную страну: Владивосток, Иркутск, Красноярск, Томск, Барнаул, Новосибирск, Омск, Тюмень, Челябинск, Пермь, Екатеринбург, Уфа, Самара, Волгоград, Краснодар, Ростов-на-Дону, Воронеж, Саратов, Казань, Нижний Новгород, Вологда, Санкт-Петербург, Калининград, Москва.

## ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ПИСЬМА

### Тонкости перерасчёта

**Кому следует обращаться за перерасчётом страховой пенсии за периоды ухода за детьми? В каких случаях он выгоден пенсионерам?**

С 01.01.2015 г. пенсионные права застрахованных лиц формируются из индивидуальных пенсионных коэффициентов (пенсионных баллов).

Действующее пенсионное законодательство позволяет при установлении страховых пенсий периоды трудовой деятельности заменять на «нестраховые» периоды. Именно заменить, а не добавить в стаж время нахождения женщины в декретном отпуске.

Это значит, что у женщин, которым страховая пенсия была назначена ранее 2015 года, из страхового стажа исключится период работы и заменится на время ухода за ребенком или детьми (если их несколько).

В страховой стаж наравне с периодами работы засчитывается, в том числе, период ухода за каждым ребенком до достижения им возраста полутора лет, но не более шести лет в общей сложности. Размеры коэффициентов за полный календарный год ухода за детьми составляют:

1,8 — в отношении периода ухода за первым ребенком;

3,6 — в отношении периода ухода за вторым ребенком;

5,4 — в отношении периода ухода за третьим и четвертым ребенком.

В случае совпадения по времени периодов работы и периодов ухода за детьми при исчислении страхового стажа учитывается один из таких периодов, который дает право на страховую пенсию в более высоком размере.

Расчет размера пенсии осуществляется в индивидуальном порядке, не каждому по-

лучателью пенсии в результате перерасчета он увеличится, так как одновременно с установлением баллов за периоды ухода за детьми уменьшается стаж, совпадающий с периодом ухода.

Кроме того, в случае зачета в стаж периода ухода за ребенком вместо работы не может учитываться заработок, имевший место с даты рождения ребенка до достижения им возраста полутора лет.

Гражданам, которым пенсия была впервые назначена после 01.01.2015 года, размер пенсии уже исчислен по выгодному для них варианту, поэтому им не следует обращаться в Управление ПФР за перерасчетом.

Граждане (женщины), которым страховая пенсия была назначена ранее 2015 года, могут обратиться за ее перерасчетом в связи с заменой ранее учтенного периода работы на период ухода за ребенком (детьми), если такая замена выгодна.

При обращении граждан (женщин) за перерасчетом органы Пенсионного фонда РФ заново определяют размер страховой пенсии по новому варианту, т.е. вместо периода работы учитывают период ухода за ребенком. В случае, если в результате замены размер пенсии не увеличивается или даже уменьшается, то такой перерасчет не осуществляется, страховая пенсия выплачивается в прежнем размере.

При осуществлении перерасчета, как правило, размер страховой пенсии не увеличивается:

\* если имеется только один ребенок;

\* если страховая пенсия выплачивается с учетом федеральной социальной доплаты (в Воронежской области это 8680 рублей), т. к. насколько увеличится размер пенсии при перерасчете, на такую же сумму умень-

шится и размер федеральной социальной доплаты;

\* если страховая пенсия рассчитана с учетом максимального отношения заработка 1,2.

### Сроки и документы

**В какой срок необходимо обратиться за перерасчётом «за детей»? Какие документы необходимы?**

Перерасчет страховой пенсии осуществляется с 1-го числа месяца, следующего за месяцем, в котором принято заявление. Никаких временных ограничений в подаче заявлений не установлено.

Период ухода за каждым ребенком до достижения им возраста полутора лет подтверждается документами, удостоверяющими рождение ребенка (свидетельством о рождении) и достижение им возраста полутора лет (например, паспорт или отметка о его выдаче в свидетельстве о рождении ребенка, свидетельство о браке, справки жилищных органов о совместном проживании до достижения ребенком возраста полутора лет). Все документы должны быть в подлинниках. Если указанные документы имеются в распоряжении территориального органа ПФР, то их повторно представлять не нужно.

Способы подачи заявлений на перерасчет:

\* при обращении в Управление ПФР по месту жительства,

\* через Многофункциональные центры «Мои Документы»

В целях сокращения времени ожидания в территориальных органах ПФР Воронежской области действует система предварительной записи на прием.

Отвечают специалисты Управления Пенсионного фонда РФ в г. Воронеже.

## ПОГОДА

Дата	СР 20.12	ЧТ 21.12	ПТ 22.12	СБ 23.12	ВС 24.12	ПН 25.12	ВТ 26.12
Осадки	небольшой снег	небольшой снег	небольшой снег	небольшой снег	небольшой снег	небольшой снег	небольшой снег
Днем	+1	0	-2	-2	-4	-2	+1
Ночью	-2	-3	-3	-4	-7	-1	0

## Неблагоприятные дни

22 декабря (пятница)  
(с 17.00 до 19.00)

Электронная версия газеты  
в Интернете по адресу:  
[www.kommuna.ru](http://www.kommuna.ru)



9 1772219 1845178

1 70 5 1

№51 (1154) 20 декабря 2017 г.

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'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '8.07, 8.35, 11.40, 14.40, 17.00, 20.05'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '13.25-Обзор. Чрезвычайное происшествие'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '1.00-Такое кино! 16+', '1.30 X/Ф-ЖУТКОГОРМКО И ЗАПРЕДЕЛЬНО БЛИЗКО-16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '9.55 X/Ф-МОЯ МОРЯЧКА-12+', '11.30, 14.30, 19.40, 22.00, 0.00-События'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '10.15, 17.35-«Наблюдатель» 12+', '12.05-«Мы - грамотей!» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '7.55-«По делам несовершеннолетних» 16+', '10.55-«Давай разведемся!» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '3.55 X/Ф-ПОТЕРПЕВШИЕ ПРЕТЕНЗИИ НЕ ИМЕЮТ-12+', '5.00, 9.00, 13.00, 22.00-«Известия» 16+'.

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

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '8.07, 8.35, 11.40, 14.40, 17.00, 20.05'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '13.25-Обзор. Чрезвычайное происшествие'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '5.00, 4.40-«Территория заблуждений» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '11.50 X/Ф-ГРАНЦЕСТЕР-16+', '13.30, 14.30, 19.40, 22.00, 0.00-События'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '13.05-«Невесомая жизнь» 12+', '13.30, 20.00-«История Древнего Египта» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '15.55-«Понять. Простить» 16+', '19.00-«Сериял «Нак Выйти Замуж За Миллионер» 2-16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '5.00, 9.00, 13.00, 22.00-«Известия» 16+', '5.10 X/Ф-НОРОВОГО ДЫХАНИЕ-16+'.

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

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '19.40-«Сериял «ЛЕНИНГРАД 46» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '6.00-«Документальный проект» 16+', '7.00-«С бодрым утром!» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '15.55 X/Ф-«ДВА ПЛЮС ДВА» 12+', '20.00 X/Ф-«НАСТОЯЩАЯ ЛЮБОВЬ» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '14.30-«Млечный путь Роальда Сагдеева» 12+', '15.10-«Терем-квартира» в Московском Доме музыки 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '15.55-«Понять. Простить» 16+', '19.00-«Сериял «Нак Выйти Замуж За Миллионер» 2-16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '18.00, 18.45, 19.35, 20.20, 21.15, 22.30', '3.10 X/Ф-ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ-12+'.

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

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '19.40-«Сериял «ЛЕНИНГРАД 46» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '6.00-«Документальный проект» 16+', '7.00-«С бодрым утром!» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '15.55 X/Ф-«ДВА ПЛЮС ДВА» 12+', '20.00 X/Ф-«НАСТОЯЩАЯ ЛЮБОВЬ» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '14.30-«Млечный путь Роальда Сагдеева» 12+', '15.10-«Терем-квартира» в Московском Доме музыки 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '15.55-«Понять. Простить» 16+', '19.00-«Сериял «Нак Выйти Замуж За Миллионер» 2-16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '18.00, 18.45, 19.35, 20.20, 21.15, 22.30', '4.25 X/Ф-ИНСПЕКТОР ГАИ-12+'.

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

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '9.55-«Самом главном» 12+', '12.00-«Сериял «ЛЮБОВЬ НА МИЛЛИОН» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '23.30-«Заказ Прилепин. Уроки русского» 12+', '9.00 Д/ф-«Носом наш» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '9.00 Д/ф-«Носом наш» 16+', '12.00, 16.00, 19.00-«112» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '0.05 X/Ф-«МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ» 16+', '1.50 X/Ф-«БЛЕФ» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '16.25-«Энигма. Риккардо Мутти» 12+', '17.05-«Звезда не умерет никогда» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '7.15 X/Ф-«СКАЗКА ПРО ВЛЮБЛЕННОГО МАЛЫША» 12+', '9.00, 13.00, 18.00, 23.00-«Известия» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '18.40-«Сериял «КАСИ» 12+', '21.15-«Сериял «НОСТИ» 12+'.

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

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '6.10 X/Ф-«КУБАНСКИЕ КАЗАКИ» 12+', '8.10 X/Ф-«ВСЕ СБУДЕТСЯ» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '11.00-«Еда живая и мертвая» 12+', '12.00-«Квартирный вопрос» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '5.00 Д/ф-«Медведи» 12+', '6.30, 17.00, 4.30-«Территория заблуждений» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '13.10, 14.45 X/Ф-«ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» 12+', '17.05 X/Ф-«ПЛОХАЯ ДОЧЬ» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '17.10-«Концерт Дмитрия Хворостовского» 12+', '19.30 X/Ф-«ФОРМУЛА ЛЮБВИ» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '7.30 X/Ф-«НА ЗЛАТОМ КРЫЛЬЦЕ СИДЕЛ» 12+', '9.00, 13.00, 18.00, 23.00-«Известия» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '9.15, 10.10, 10.55, 11.40, 12.25, 13.15, 14.05, 14.45, 15.45, 16.35, 17.25, 18.10, 19.00, 19.55, 21.00, 21.55, 23.00-«Сериял «СЛЕД» 16+'.

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

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '8.25-«Праздничный концерт-«Лучшие песни» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '13.00, 0.00-«Легенды-«Ретро-FM» 16+', '23.55-«Обращение Президента» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '2.35 X/Ф-«ЗОЛУШКА» 12+', '6.30-«Песня не прощается...» 1971-12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '6.30-«Песня не прощается...» 1971-12+', '7.15 X/Ф-«ВОЛГА-ВОЛГА» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '6.30, 5.30-«Жить вкусно» с Джейми Оливером 16+', '7.30, 18.00, 22.50, 5.20-«6 кадров» 16+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '12.05-«Секретная папка» 12+', '12.45, 13.15-«Легенды армии» 12+'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes '13.20-«Воспитание по советски» 12+', '14.15-«Работа по советски» 12+'.



twitter.com/KommunaNews

РЕМОНТ МЯГКОЙ МЕБЕЛИ. Бесплатная доставка. Лыжные категории - скидки. Тел.: 259-19-98.

ДЕЛАЕМ САЙТЫ! с посетителями. Недорого! 262-30-10.

ВАШ ДОМ

# Новогодние идеи

Новый год не за горами, а значит, пора украшать свой дом. К приходу года Собаки надо готовиться тщательно, этот знак не терпит суеты и не примет вашу наспех повешенную гирлянду

**Мишура**

Создать в комнате ощущение не реальности для этого Нового года вы сможете сами, просто превратите все внутреннее помещения здания в сказку – пусть летят над вашими головами ангелы, легкие птицы, и чем богаче будет украшен потолок в каждой комнате, тем больше удачи и хорошего настроения принесет вам будущий год. Никаких особенно дорогих украшений и не нужно – все эти мелочи и детали есть в каждом доме. Проявите фантазию и воспользуйтесь частичками детских игрушек, даже пуговицами или предметами быта – креативно, необычно, ярко.

Если развешиваются гирлянды, то можно прикрепить к ним крохотных птичек или ангелочков с пожеланиями – пригодится в проведении конкурсов. Украстье окна, натяните на них гирлянды.

Так как речь идет о подвесных украшениях к потолку, не стоит забывать и о люстрах – это уже готовая конструкция, к которой просто нужно прикрепить подготовленные гирлянды. Можно использовать люстру как основу для зимних ледяных природных кружев: инея и замерзших паутинок из бумаги, легкого пластика и белой мишуры. Добавьте к ним пару белых снежинок, немного фантазии – и ваш дом весь изнутри покроется холодным снежным инеем.

**Рисунки на окне**

Наклеивать на стекла бумажки и снежинки в этом году не будем, займемся росписью по стеклу, тем более что такие рисунки легко смываются, после них не нужно будет делать генеральной уборки помещений. Используем для рисования зубную пасту – можно воспользоваться трафаретами или

рисовать от руки – как у кого получится. Главное не бояться, ведь зубная паста прекрасно смывается со стекол и делает их после промывки еще прозрачнее. Нанесите на стекло слой зубной пасты, дайте просохнуть, а теперь тонкой палочкой выводите рисунки. Получаются прекрасные картины, такие снежные и чистые, что вам не захочется с ними расставаться. Чтобы рисунки стали немного ярче, по белому фону можно рисовать акварелью, купить золотую мишуру и крепить ее к фону, пока паста еще не совсем высохла.

**Картинки с пожеланиями**

Украшая стены вашей квартиры изнутри, не скупитесь на пожелания – сердечки, ангелочки, надписи можно сделать самостоятельно и развесить по всему дому. Пусть с каждой стены на вас смотрят милые рожицы, а под ними будут надписи про любовь, исполнение желаний, пожелания счастья. Совсем не нужно делать их громадными – даже в больших помещениях они смотрятся громоздко. Но маленькие рисунки и открытки – использовать можно сколько угодно таких милых непритязательных украшений. Какого цвета будут снежинки на стенах – зависит от того общего настроения, которое вы создаете в помещении. На слишком светлых обоях белые снежинки затеряются, но ведь всегда можно повесить как яркую основу синюю, зеленую или оранжевую занавеску, а к ней крепить легкие белые снежинки. Такая драпировка на стене смотрится празднично и ярко.

Использовать легкие рамочки для создания новогоднего настроения нужно обязательно. Вариантов создания оригинальных композиций бесконечно много. Займите в этой работе детей – им

очень понравится процесс созидаания, ведь появляются настоящие новогодние картины, собранные своими руками. В рамки картины можно заключать все, что угодно. Не только привычные традиционные шары, ленточки, мишуру и еловые лапы. Создавайте настоящие «живые картины», результат может получиться необычным и очень интересным.

Среди украшений интерьера обязательно должен быть символ года. Если в доме есть свой живой любимец, просто подготовьте для него специальный наряд, который и наденете к Новому году. И все же не стене или в углу комнаты стоит поставить украшение, говорящее о том, что ожидается год Собаки. В стиле «кантри» будет замечательно смотреться небольшая собачья конура, стоящая под елочкой. Кстати, если вы любите заниматься выпечкой, сделайте такую большую конуру из имбирного теста – потом печенье можно будет с удовольствием съесть.

**Стол и стулья**

Остается украсить стол и стулья, чтобы наконец пригласить гостей на празднование Нового года. Так как доминирующий цвет в этом году желтый, то лучше всего взять две скатерти контрастного цвета и застелить ими стол, чтобы были видны углы нижнего покрытия. Какого цвета будет ваша скатерть – зависит от общего убранства комнаты. Но так как Собака у нас Желтая, да еще и земляная, то придерживайтесь природных оттенков, пусть все напоминает деревню. Точно так же стоит украсить и стулья: бантами, веточками ели, красивыми салфетками. Создать единый стиль в комнате совсем нетрудно, нужно приложить минимум сил и максимум фантазии.

ВАШ КОШЕЛЕК

# Ничего лишнего!

Каждая хозяйка мечтает сэкономить на новогоднем столе, при этом не испортив праздник, сделав его обильным на аппетитные лакомства. Как это сделать?

- Перед походом в магазин обязательно составляйте список того, что нужно купить. Держитесь и не берите ничего лишнего, чего в списке нет.
- Возьмите с собой в магазин калькулятор (кстати, он есть на большинстве современных мобильных телефонов) и, после того, как положите продукт в корзину, заносите его стоимость в калькулятор. Так вы сможете контролировать расход денег в режиме он-лайн.
- Узнайте, есть ли в магазине, где вы планируете закупаться, часы дополнительных скидок. Часто они бывают в популярное время, к примеру, два часа с момента открытия магазина.
- В некоторых магазинах действуют скидки в зависимости от той суммы, на которую вы набрали товара. Поэтому часто, чем больше берешь, тем дешевле продукты будут стоить. Возможно, следует пойти в магазин за закупками к новогоднему столу вместе с подружкой или даже несколькими подружками.

Такой хитрый ход поможет сделать бюджетный новогодний стол, ни в чем себе не отказывая.

● Покупайте как можно раньше те продукты, которые можно долго хранить: консервированный горошек и кукурузу, крабовые палочки, мясо и рыбу. Все эти продукты отлично будут храниться в течение трех недель.

В канун нового года резко повышаются цены на свежие огурцы и помидоры, зелень. Помните о том, что **полезных веществ в овощах, которые выращивают в теплице, очень мало**. Возможно, что таким овощам вообще нет места на вашем праздничном столе. Продумайте, какие продукты вам точно нужны, а от каких можно легко отказаться.

**Это важно!** Много денег тратится на оформление и декорирование стола. Помните о том, что продавать мишуру и другие декоративные элементы для украшения новогоднего стола начинают

уже в ноябре. Купите все необходимое в самом начале продаж, это точно поможет сэкономить деньги перед самым новым годом.

Недорогие блюда на Новый год, а также напитки, **вы можете готовить сами**. К примеру, хорошие соки всегда стоят дорого, накануне праздника цена только растет. Так почему бы не заменить соки натуральными компотами из замороженных фруктов или сухофруктов? Такой ход принесет не только экономии бюджета, но и больше пользы для здоровья людям, которые эти напитки будут пить в праздничную ночь.

Если вы решили готовить какое-то экзотическое блюдо, в состав которого входят дорогие ингредиенты, то **не нужно готовить много экзотики**. Сделайте такое блюдо, которое каждый сможет попробовать понемногу. Велика вероятность, что не каждый гость оценит такую экзотику и уж тем более захочет скушать полную порцию.

ЗДОРОВЬЕ

# Полезный прополис

Прополис при простуде – действенное и эффективное средство. Пчелиный клей обладает противовоспалительными, бактерицидными, иммуномодулирующими свойствами, которые помогают справиться с респираторными заболеваниями, простудой и гриппом.

**Насморк.** Приготовьте настойку прополиса на спирту. Для ее приготовления используют медицинский спирт 96% и пчелиный клей в пропорциях 2:10.

Прополис помогает не только при обычном, простудном насморке, но и для лечения гайморита. Если заложен нос, нужно скатать небольшие ватные трубочки, смочить их в настойке прополиса и вставить в обе ноздри на 10-15 мин. В случае, когда лечение вызывает дискомфорт, можно применить смазывание. Опустите на несколько секунд ватную палочку в настойку, выньте и протрите ею пазухи носа. Лечение следует проводить 3 раза в день.

Раствором из 0,5 стакана кипяченой воды и 1 ст. ложки прополиса эффективно промывать нос. Делается это при помощи пипетки (закапывание по 3-5 капель в каждую ноздрю) или специальной назальной спринцовкой.

**Ангина и боль в горле.** Для того чтобы избавиться от боли в горле, достаточно несколько раз в день по 10 минут разжевывать кусочек «чистого» прополиса размером с ноготь. Использованный черный воск после применения выбрасывают и для следующей процедуры берут свежий.

Для полоскания горла к 0,5 стакана теплой кипяченой воды добавляют 40-60 капель настойки на спирту и перемешивают. Получившимся раствором обрабатывают или полощут горло 3 раза в день.

**Бронхит, кашель, пневмония.** Настойка прополиса при простуде помогает эффективно бороться с сухим и влажным кашлем. Если мокрота плохо отходит из бронхов, применяют компрессы с настойкой. Хлопчатобумажную ткань смачивают в растворе пчелиного клея и прикладывают с двух сторон на спину, как горчичники. Компресс следует накрыть пленкой и укрыть больного теплым одеялом. Процедуру проводят утром и вечером перед сном.

Также при кашле настойку прополиса употребляют внутрь. Для этого 20 капель средства разводят в 0,5 стакана молока и выпивают утром, днем и вечером после еды.

**Помните!** Лечение прополисом противопоказано тем людям, у кого есть индивидуальная непереносимость продуктов пчеловодства. Нельзя давать пчелиный воск детям первого года жизни. Малышей до 5 лет лечить прополисом можно, но при этом следует очень внимательно соблюдать дозировку. В этом возрасте для приема внутрь достаточно столько капель настойки пчелиного клея на 0,5 стакана воды или молока, сколько лет ребенку.

ЦВЕТОЧНЫЙ ГОРОСКОП

Эдельвейс (23 – 31 декабря)

Человек, рожденный под этим знаком, обладает всеми качествами хорошего друга. Прежде всего – это надежность. Спокойный темперамент, хотя в вихре событий иногда теряет самоконтроль. Живет на широкую ногу. Не переносит ограничений и предписаний. С такими качествами умудряется сделать карьеру, так как всегда трезво мыслит. Остер на язык. С возрастом становится более уравновешенным.

Ищет темпераментных партнеров, чтобы уравновесить их. Часто меняет место работы, но без денег не сидит. Семью заводит редко и очень поздно, после 30-35 лет. Склонен к гипертонии, головным болям.

Расшатанная у контурного					
Узор из золотой нити	Шестигранники в улье	Почтовый в подьезде	Боров или кабан		Замениватель сахара
	Новшество с претензией	Судорожное сокращение мышц			
			Душевная отзывчивость		Другой способ решения задачи
	Отсутствии одежды	Шлифовальный абразив	Чуждые восточных мифов		
	Орган зрения				
			Отвесная скала		Детали будущего платья
	Игра-поиск вслепую				
			Пять книг Моисея		
	Царство мертвых в Элладе				
	Малыри рас-творяет краску		Интернет-страница		

Составил Андрей ЖАДАН.

Ответы на сканворд в №50

**По горизонтали:** Аксиома. Карп. Регби. Раб. Пасека. Очаг. Лавина. Ось. Осот. Бистро. Кран.  
**По вертикали:** Проволока. Круг. Пальба. Брага. Инки. Воск. Регистр. Маршак. Нора. Блатон.

**ВСЕ НОВОСТИ**  
 Воронежской области  
 в режиме реального времени  
[WWW.COMMUNA.RU](http://www.kommuna.ru)

**КОРОТКО ОБО ВСЁМ**  
<http://www.kommuna.ru>  
[twitter.com/KommunaNews](https://twitter.com/KommunaNews)

**КЛИНИКА ДОКТОРА ШАТАЛОВА**  
 лечение **КАТАРАКТЫ**  
 - операция  
 - проживание в стационаре  
 - питание  
**ВСЁ БЕСПЛАТНО!**  
 Елец, Новоліпецкая, 38 8 (47467) 6-17-03  
 ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.