

ВНИМАНИЕ: ПОДПИСКА!



В любом почтовом отделении Воронежской области можно оформить подписку на газету «Коммуна плюс» на второе полугодие 2018 года. Почта России предоставляет 20-процентную скидку от стоимости услуг по подписке и доставке газет и журналов ветеранам, участникам Великой Отечественной войны, инвалидам I и II групп. Для получения скидки необходимо предъявить соответствующее удостоверение.

КОРОТКО

■ Церемония вручения паспортов Российской Федерации юным гражданам Воронежской области состоялась в День России в облправительстве. Александр Гусев поздравил участников церемонии с государственным праздником, а также с Днём образования Воронежской области, который отмечается 13 июня. Всего Александр Гусев вручил в День России паспорта девятнадцати юным гражданам Воронежской области.

■ В рамках Дней культуры муниципальных районов области в Зелёном театре Воронежского центрального парка с творческим отчётом выступил городской округ город Нововоронеж. Также прошла выставка-ярмарка декоративно-прикладного творчества и изобразительного искусства «Нас объединяет красота», где были представлены работы нововоронежских мастеров и художников и учеников детских творческих объединений. «Работали познавательные площадки — информационный «Атомный уголок Нововоронежской АЭС» и «Бегущая книга».

■ В Общероссийской акции по уборке водоёмов и их берегов «Вода России» — в рамках Международной акции «Чистый берег» — принял участие Воронеж. Акция «Вода России» была организована департаментом природных ресурсов и экологии Воронежской области. Около 150 человек от регионального Управления Росприроднадзора, общественных организаций, студентов и преподавателей ВГЛУ им. Морозова расчистили от захламлиев два участка — набережную в районе парка «Алые паруса» и прибрежную зону зоопитомника «Червлёный Яр».

■ Восьмого июня отмечался День социального работника. Торжественное мероприятие, посвященное вековому юбилею российской социальной службы, прошло в кинотеатре «Спартак». Состоялся праздничный концерт. Лучшим работникам социальной сферы вручили награды: почётные грамоты Министерства труда и социальной защиты РФ, правительства Воронежской области и облдумы.

■ Прокуратура Советского района проверила более тридцати управляющих организаций на предмет размещения информации о своей деятельности. Организации скрывали финансовую отчетность по многоквартирным домам. Выявлены и другие нарушения. Общим результатом прокурорской проверки стало привлечение тринадцати должностных лиц к дисциплинарной ответственности.

■ Приказом №96 от 23 мая департамента ЖКХ и энергетики Воронежской области внесены изменения в краткосрочный план реализации региональной программы капитального ремонта общего имущества в многоквартирных домах в 2017-2019 годах. В план включено ещё 37 домов, объём средств на проведение капремонта увеличен почти на один миллиард рублей.

12 ИЮНЯ – ДЕНЬ РОССИИ

Объединила дружба

В День России в областном центре прошёл Первый межнациональный фестиваль «Воронеж – город дружбы»



Фото Сергея ДОРОХОВА

На территории парка «Алые паруса» жители и гости столицы Черноземья могли ознакомиться с особенностями национальных костюмов, изучить народное творчество, а также отведать изысканные национальные блюда.

С утра на территории парка царил праздничная атмосфера. Залихватски играла гармонь, со сцены доносились знакомые мотивы старых добрых русских народных песен, реяли российские триколоры, витали в воздухе воздушные шары. Среди посетителей парка было немало молодых семей с маленькими детьми.

— Фестиваль «Воронеж – город дружбы» мы проводим первый раз. Это стало возможным благодаря средствам Фонда президентских грантов в рамках реализации проекта «Наш общий дом – Россия. Очень надеюсь, что в дальнейшем проводить этот фестиваль станет хорошей традицией, — рассказал заместитель председателя Национальной палаты при губернаторе Воронежской области Олег Сехниев.

У входа в «Алые паруса» развернулась выставка «Улица мастеров», где народные умельцы знакомили воронежцев со своим творчеством. Работали кухонные площадки, где воронежцы могли отведать азербайджанские, афганские, армянские, казачские и другие исконные блюда разных народов России.

Среди посетителей парка немало молодых людей, одетых в яркие красивые национальные костюмы.

В парке прошли соревнования по борьбе на поясах, гиревому спорту, стрельбе из лука, армрестлингу, тхэквондо, шахматам, нардам и другим видам.

— День России — наш общий большой праздник, который в действительности отмечает вся многонациональная страна, — говорит представитель общины афганцев Воронежской области Саид Саид Ака. — Я живу в Воронеже больше двадцати лет. За это время здесь у меня появилась большая и счастливая семья, а также близкие и надёжные друзья. Я горжусь тем, что Россия — это моя Родина.

Сергей ДОРОХОВ.

ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ПИСЬМА

Информация о накоплениях

Как узнать сумму перечисленных мне накоплений к пенсии?

Самый оперативный способ проверки своего персонального счета в системе обязательного пенсионного страхования — через электронный сервис «Личный кабинет гражданина» на официальном сайте Пенсионного фонда России <https://es.pfrf.ru/> в разделе «Формирование пенсионных прав». Здесь находится информация о периодах трудовой деятельности, местах работы, размере начисленных работодателями страховых взносов, количестве пенсионных баллов, длительности страхового стажа и многое другое. Доступ к сервису имеют все пользователи, зарегистрированные в Единой системе идентификации и аутентификации (ЕСИА) на портале www.gosuslugi.ru.

Все сведения, представленные в Личном кабинете, сформированы на основе данных, которые Пенсионный фонд России получил от работодателей. Если гражданин считает, что какие-либо сведения не учтены или учтены не в полном объеме, нужно обратиться к его работодателям, в территориальный орган ПФР по месту жительства для консультации или направить обращение в ПФР на официальном сайте ПФР. При обращении в ПФР необходимо представить подтверждающие документы о стаже (трудовую книжку, трудовые договоры, выписки из приказов и другие документы, подтверждающие ваш стаж). Специалисты ПФР проверят документы, дадут им оценку, разъяснят вопросы представления дополнительных документов и окажут содействие в направлении запросов для включения недостающих сведений.

Второй способ контроля своего персонального пенсионного счета — через Единый портал государственных и муниципальных

услуг (ЕПГУ) www.gosuslugi.ru после получения кода доступа к Личному кабинету.

Третий способ. Пенсионный фонд запустил мобильное приложение — аналог Личного кабинета гражданина. Оно доступно для платформ iOS и Android и дает возможность пользователям в максимально легкой и комфортной форме получить актуальную информацию о накопленных пенсионных баллах и стаже, запросить необходимую справку, записаться на прием и многое другое.

Четвертый способ — подать заявление лично или по почте в любой территориальный орган ПФР. Если по почте, то к заявлению прикладываются копии паспорта и СНИЛС, заверенные в установленном законодательством порядке; указывается, каким способом удобнее получить ответ (лично или по почте заказным письмом), полный почтовый адрес места жительства, по которому в течение 10 дней со дня обращения заказным письмом будут направлены сведения о состоянии индивидуального лицевого счета застрахованного лица.

Пятый способ — обратиться в Клиентскую службу Пенсионного фонда — по месту регистрации, в том числе временной, фактического проживания или в МФЦ. При себе необходимо иметь паспорт и страховое свидетельство. В случае обращения в МФЦ следует учесть, что в соответствии с законодательством информация индивидуального лицевого счета является конфиденциальной, поэтому сведения о его состоянии будут сформированы Управлением ПФР и направлены заказным письмом по адресу места жительства застрахованного лица, указанному им в запросе, поданном в МФЦ.

Кроме этого, законодательством предусмотрена обязанность работодателя передавать бесплатно каждому работнику, на которого начисляются страховые взносы,

копию сведений, представляемых в территориальные органы Пенсионного фонда.

Документы по списку

Какие документы необходимо предоставить в Пенсионный фонд заблаговременно для назначения пенсии?

На заблаговременную работу необходимо представить следующие документы в кадровую службу или лично в Клиентскую службу по месту жительства:

- удостоверяющие личность, возраст, место жительства, принадлежность к гражданству: паспорт гражданина РФ (для граждан РФ), вид на жительство (для иностранных граждан и лиц без гражданства) и иные документы, подтверждающие принадлежность к гражданству;
- трудовую книжку или другие документы, подтверждающие периоды работы до регистрации гражданина в качестве застрахованного лица в системе обязательного пенсионного страхования;
- справку о среднемесячном заработке за любые 60 месяцев подряд до 1 января 2002г. (при необходимости) — территориальные Управления Пенсионного фонда РФ оказывают содействие в запросе указанной справки;
- свидетельство об изменении фамилии;
- свидетельства о рождении детей;
- о нетрудоспособных членах семьи; документы, подтверждающие нахождение нетрудоспособных членов семьи на иждивении;
- подтверждающие стаж на соответствующих видах работ для досрочного назначения страховой пенсии;
- иные документы в зависимости от вида назначаемой пенсии.

Отвечают специалисты Управления Пенсионного фонда РФ в г. Воронеже.

ПОГОДА

Дата	ЧТ 14.06	ПТ 15.06	СБ 16.06	ВС 17.06	ПН 18.06	ВТ 19.06	СР 20.06
Осадки	облачно с прояснениями	облачно с прояснениями	облачно с прояснениями	малооблачно	пасмурно	малооблачно	малооблачно
Днем	+25	+23	+23	+25	+27	+28	+30
Ночью	+16	+12	+14	+14	+16	+17	+19

Неблагоприятные дни

15 июня (пятница)
(с 12.00 до 14.00)

Электронная версия газеты
в Интернете по адресу:
www.communaplus.ru



9 1772219 845185

1 8 0 2 4

Table with 4 columns: Channel, Program Name, Time, and Description. Includes sections for 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ', 'РОССИЯ-1', 'РЕН ТВ', 'ТВ ЦЕНТР', 'КУЛЬТУРА', and 'ДОМАШНИЙ'.

Table with 4 columns: Channel, Program Name, Time, and Description. Includes sections for 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ', 'РОССИЯ-1', 'РЕН ТВ', 'ТВ ЦЕНТР', 'КУЛЬТУРА', and 'ДОМАШНИЙ'.

Table with 4 columns: Channel, Program Name, Time, and Description. Includes sections for 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ', 'РОССИЯ-1', 'РЕН ТВ', 'ТВ ЦЕНТР', 'КУЛЬТУРА', and 'ДОМАШНИЙ'.

Table with 4 columns: Channel, Program Name, Time, and Description. Includes sections for 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ', 'РОССИЯ-1', 'РЕН ТВ', 'ТВ ЦЕНТР', 'КУЛЬТУРА', and 'ДОМАШНИЙ'.

Table with 4 columns: Channel, Program Name, Time, and Description. Includes sections for 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ', 'РОССИЯ-1', 'РЕН ТВ', 'ТВ ЦЕНТР', 'КУЛЬТУРА', and 'ДОМАШНИЙ'.

Table with 4 columns: Channel, Program Name, Time, and Description. Includes sections for 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ', 'РОССИЯ-1', 'РЕН ТВ', 'ТВ ЦЕНТР', 'КУЛЬТУРА', and 'ДОМАШНИЙ'.

Table with 4 columns: Channel, Program Name, Time, and Description. Includes sections for 'ПЕРВЫЙ КАНАЛ', 'РОССИЯ-1', 'РЕН ТВ', 'ТВ ЦЕНТР', 'КУЛЬТУРА', and 'ДОМАШНИЙ'.

Advertisement for 'УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ ГОРОДА И ОБЛАСТИ!' featuring 'ОБЩЕСТВЕННАЯ ПРИЁМНАЯ «КОММУНЫ»' and contact information.

Advertisement for 'Городская справочная' with a phone number 2000-700 and website www.077.ru.

Advertisement for 'НОВОСТИ' with a website link http://www.077.ru and social media handles.

ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Ребёнок в самолёте

Маленький ребёнок — не причина для отказа от дальних путешествий, особенно если до места отдыха можно добраться самолётом. Однако перед тем, как брать ребёнка в самолёт, стоит предусмотреть несколько важных моментов

Документы и сопровождение

Перед тем, как брать с собой в самолёт ребенка, необходимо убедиться, что все необходимые документы, подтверждающие возраст ребенка и разрешение на сопровождение, если малыш летит не с родителями, взяты с собой. До двух лет малыш может лететь только с родителями или законными опекунами.

С пяти лет ребенка может сопровождать другое совершеннолетнее лицо, если есть доверенности.

Оставлять ребенка в полете без присмотра нельзя. Выполняйте указания бортпроводников, касающиеся безопасности полета.

Если малыш до 2 лет находится на руках у взрослого, его необходимо пристегнуть отдельным детским ремнем безопасности, который прикрепляется к ремню взрослого пассажира.

Перелет с грудным ребенком тоже может пройти вполне комфортно при условии, что родители заранее учтут все необходимые моменты.

Большинство авиакомпаний предоставляют пассажирам с грудничками специальную детскую люльку, которая крепится на впереди стоящее сиденье. Люлька полагается детям до одного года, весом до 11 килограмм и ростом до 70 сантиметров. Важно, что о ее необходимости авиакомпанию следует уведомлять заранее, не менее чем за сутки до вылета.

Некоторые авиакомпании разрешают взять с собой до трапа или даже в салон самолета складную коляску, о такой

возможности и разрешенных габаритах необходимо узнавать в информационном бюро перевозчика.

Сотрудники рейса стараются идти навстречу родителям и предоставляют самые комфортные места. По правилам безопасности пассажиров с детьми нельзя сажать на места рядом с аварийными выходами. Места, где лучше сидеть с ребенком, располагаются в первом ряду или в других рядах с увеличенным пространством для ног.

Как правило, на один ряд нельзя сажать более одного ребенка без отдельного места из-за наличия кислородных масок. Если самолет не полностью заполнен, бортпроводники обязаны предоставить места позади пустых кресел.

Вещи для комфортного полёта

Собирая малыша в полет, нужно учитывать его индивидуальные особенности, но есть универсальный список необходимых в ручной клади вещей.

Самым привередливым малышам лучше взять детское питание с собой. Также заранее нужно узнать у стюардессы, сможет ли она его подогреть.

Необходимо запастись разного рода развлечениями и игрушками для ребенка, лучше, если это будет что-то совсем новое, чего он еще не видел, чтобы удивить и заинтересовать малыша.

Несмотря на наличие туалетов в салоне самолета, не будет лишним запастись специальными походными горшками, которые впитывают содержимое. На случай укачивания также лучше взять с

собой гигиенический пакет, хотя подобную вещь можно найти в большинстве самолетов в кармашке впереди стоящего сиденья. Незаменимой в полете вещь станут влажные салфетки.

Большую коляску необходимо сдать в багаж, но можно пользоваться ей до самого трапа и получить обратно при выходе из самолета, правда, придется подождать, чтобы ее принесли из багажного отделения.

Во время полета лучше всего постараться уложить спать малыша, для этого можно взять знакомую ему вещь, которая его успокоит и навеет сон. Также нелишней будет бутылочка с питьем или соска, главное, помнить о разрешенных объемах провоза жидкости. Детям постарше можно взять надувную подушку, надевающуюся на шею.

Чтобы ребенку не закладывало уши, подойдет соска или бутылочка с питьем, тем, кто постарше, — леденец или конфета на палочке. Маленьким детям лучше заблаговременно сменить подгузник перед началом полета, в каждом аэропорту есть комнаты матери и ребенка.

Очень важно правильно одеть ребенка в полет. Одежда должна быть удобной, не сковывающей движения ребенка, ему не должно быть жарко или холодно. Лучше предусмотреть сменную одежду. А если хочется соорудить небольшой полог, то можно взять с собой шарф и булавки и прикрепить его над сиденьями или сбоку от них. Это оградит малыша от света и поможет быстрее уснуть.

СЛАВЯНСКИЙ ГОРОСКОП

Додола (13 – 21 июня)

С 13 июня по 21 июня славяне славили Додолу. Додола у древнейших славян была богиней лета, как времени года и лета человеческой жизни — молодости. С особой любовью покровительствовала Додола молодым девицам, их забавам, играм, гаданиям, всем девичьим тайнам и секретам.

Под знаком Додолы наступает раннее, молодое лето. Стоят длинные жаркие дни и короткие светлые ночи. Травы наливаются соком и целебной силой. Единственная забота этого сезона — сенокос. В остальном можно ненадолго отдохнуть.

Человек ДОДОЛА вечно молод душой, он словно несет в себе дух свежести и прохлады, гармонию зеленых лугов, еще не вызревших на солнце. Дети ДОДОЛЫ наивны, даже инфантильны, ленивы, оттого что уверены: все и так делается само собой, зачем же тратить силы? Они нуждаются в некотором руководстве со стороны других людей. Им не помешает хороший наставник.

ДОДОЛЕ очень помогает жить его чистота и искренняя вера в чудеса. Жизнь для него игра, забава, ничего серьезного. Как ни странно, ему действительно везет. Все, что ДОДОЛЕ необходимо, появляется как бы само собой. Главное, довериться судьбе, не прикидываясь самым мудрым и всезнающим, и мир будет у ваших ног!

Время Додолы идеально для рождения здоровых детей. И дети ДОДОЛЫ несут в себе сильнейший энергетический заряд летнего солнцестояния. У них свои представления о любви и верности, поэтому их семейная жизнь может сложиться как угодно. Но иметь друга Додолу очень здорово! Он будет вам в жизни служить талисманом, делая с вами своим сказочным везением и удачей.

Что касается любви и семьи, то отношения в жизни людей ДОДОЛ могут складываться по-разному, поскольку их точка зрения на любовь и верность может сильно отличаться от общепринятой.

ЗДОРОВЬЕ

Полезные травы

В июне начинается активный сбор лекарственных дикорастущих растений, позволяющий сделать запасы для приготовления целебных сборов, домашних косметических средств и ароматного чая на целый год

В июне в центральной полосе России собирают листья, траву и цветки, а также корни некоторых растений.

В первой половине месяца еще продолжается сбор весенних растений и цветков. В этот период заготавливают **ландыш майский, цветки черемухи, боярышника, рябины, сирени, листья березы**. В течение всего месяца продолжают собирать листья **крупивы двудомной, мать-и-мачехи, брусники, подорожника, полыни, плауна, копытня европейского, смородины, цветки и листья первоцвета, одуванчика, толокнянки, пастушьей сумки, молодые облиственные веточки багульника болотного, «ёлочки» хвоща полевого, березовую чагу**.

Заготовку трав часто начинают в июне, когда они набирают наибольшее количество полезных веществ. В это время на полях зацветает **донник лекарственный**, распространяя приятный аромат. Для лекарственных целей собирают верхние части травы с цветками. Препараты из донника применяют как ранозаживляющее, болеутоляющее, противовоспалительное, мягчительное, отхаркивающее средство. В народной медицине донник используют при лечении заболеваний дыхательных органов, желудочно-кишечного тракта, почек и мочевого пузыря, гипертонии и атеросклероза, от головных болей и для увеличения количества молока у кормящих матерей. Наружно препараты из донника используют для лечения воспалений суставов, ран, нарывов, фурункулов.

Во второй половине июня начинают собирать листья и цветки **синего василька**. Имеется одна особенность: чтобы сохранить синий цвет сырья, цветки, выдернутые из цветочных корзинок, сушат в хорошо проветриваемом темном помещении. Листья применяют наружно в качестве ранозаживляющего и противоопухолевого средства. Цветки используют для приготовления мочегонных и желчегонных препаратов.

В первой половине июня собирают листья и цветки, а в конце месяца и ягоды **лесной земляники**. Сушеная земляника широко применяется в народной медицине. Настои и отвары земляники принимают при малокровии, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, почек, печени, желчевыводящих путей, атеросклерозе, гипертонической болезни, в качестве витаминного и общеукрепляющего средства при авитаминозе и депрессивных состояниях, для выведения из организма вредных веществ. Наружно землянику применяют для лечения ран, язв, экзем, кожных воспалений, с её помощью выводят веснушки и угри. Сушеные ягоды, цветки и листья добавляют в чай, делая его не только ароматным, но и полезным.

В течение всего июня собирают соцветия **лугового клевера**. Препараты из него обладают антисептическим, общеукрепляющим, мягчительным, отхаркивающим, потогонным и мочегонным действием. Их применяют при диабете, туберкулезе, простуде, кашле, бронхиальной астме, заболеваниях почек, женских болезнях, в качестве тонизирующего, общеукрепляющего и витаминного средства. Обычно из клевера готовят настои и отвары, заваривают из него чай.

Широкой популярностью у травников и любителей травяного чая пользуется **кипрей узколистный (иван-чай)**, листья которого собирают в период цветения растения. Из кипрея готовят препараты, обладающие успокаивающим, болеутоляющим, противовоспалительным, обволакивающим и противосудорожным действиями, которые применяют при головных болях, гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, простатите. Крепкий чай из листьев кипрея считается эффективным средством от мигрени.

Помните, перед началом применения любого травяного сбора следует проконсультироваться с врачом!

1000 + 1 СОВЕТ

Красна и ароматна

Все продавцы всегда говорят, что клубника у них самая вкусная, свежая и полезная. Но лучше не верить на слово, а проверить самостоятельно.

ЦВЕТ

Хорошая спелая клубника должна быть ярко-красного цвета.

Ягодка темно-красного цвета, скорее всего, уже начала портиться — приглядитесь внимательнее к её бочкам, и в большинстве случаев вы это заметите. Либо подобный цвет означает, что ягода росла на нитратах.

Разумеется, съев плоды с нитратами один раз, ничего страшного с вами не случится. Но если вы собираетесь взять большую партию, чтобы заморозить ягоды или сделать варенье — избегайте ягод темно-красного цвета.

Если же у клубники белый кончик, то она попросту не дозрела и будет кислить.

ХВОСТИК

Ещё один индикатор качества — хвостик.

Листики на хвостике ягоды должны быть зеленые и мясистые. Это означает, что клубнику недавно (как правило, не позже, чем день назад) сорвали с грядки.

Пожухлые хвостики — знак того, что ее собрали давно, и она несвежая.

Клубника без листиков, скорее всего, говорит о том, что вам также пытаются продать несвежий товар. Просто листики выдавали возраст и продавцы от них избавились — по другой причине отрывать хвостики у каждой ягоды не имеет смысла.

СЕМЕЧКИ

Обращайте внимание на семечки, которые находятся на поверхности ягоды.

Если семечки выпуклые, то она, скорее всего, не дозрела. А если они находятся в некотором углублении, то ягода максимально спелая.

АРОМАТ

Эту ягоду при покупке желательно понюхать — у хорошей спелой клубники должен быть сильный клубничный аромат. Как правило, он будет чувствоваться даже при приближении к прилавку.

А уж если идёте мимо и явно чувствуете запах — берите смело!

У недозревшей клубники запах слабый и невыразительный.

РАЗМЕР ЯГОДЫ

Вопреки распространённому мнению величина ягод зависит не от количества нитратов при их выращивании, а от сорта. Просто есть клубника крупных и мелких сортов, и последней стать огромной не помогут никакие нитраты.

Те. размер садовой земляники для её качества не имеет значения.

А вот для пользы ягоды размер важен. Удивительно, что мелкая ягода (спелая, конечно же) куда полезнее. Ведь клубника — это разросшееся цветоложе, и основная польза в семенах. А чем крупнее экземпляр, тем меньше питания приходится на каждое семечко, верно? Поэтому мелкие сорта более насыщены ценными веществами.

Выручка, подоспевшая вовремя					
Помутнение хрусталика глаза	Скандинавская столица	Чудесная невидаль	Металл самоваров		"В нашу ... заходили корабли"
	Рок-опера "Юнона" и ...	Сладкая добавка в чай		Ученый по стране Ганди	"Штаб" факультета
	Стариковские вздохи	"Пенал" с патронами	Река, начинающаяся в Тибете		
	Всегда ищет, где глубже			Ее грунт называют реголитом	Большие весы на складе
	Любовь из "Цирка"				
	Бильярдная "бита"		Легкий кавалерист		
	Нижнее морское животное		Камень долголетия		

Составил Андрей ЖАДАН.

Ответы на сканворд в №23

По горизонтали: Швыдкой. Плащ. Мокко. Рот. Мареву. Григ. Маклак. Ани. Рапа. Климат. Краша.
По вертикали: Иммигрант. Воск. Мимика. Крага. Дедо. Крик. Реклама. Очаков. Апаш. Токката.