

ПОДПИСКА-2019

В любом почтовом отделении Воронежской области можно оформить подписку на газету «Коммуна плюс» на первое полугодие 2019 года.

Индивидуальные подписчики смогут подписаться на газету «Коммуна плюс» по индексу П7671 – цена 251 рубль 58 копеек. По индексу П5804 вы сможете оформить подписку на весь 2019 год – цена подписки 487 рублей 16 копеек.

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

В Воронеже прошла межрегиональная конференция «Цифровые технологии в муниципальном управлении». Выступая перед участниками совещания, губернатор Александр Гусев подчеркнул важную роль цифровых технологий в муниципальном управлении.

С 26 ноября увеличен плановый выпуск автобусов на муниципальном маршруте №15а «Юго-Западный рынок – 17 к. СЖР (ост. «Школа»)». И в рабочие, и в выходные дни по маршруту будут следовать десять автобусов малого класса, в соответствии с ранее утвержденным режимом работы, информирует пресс-служба мэрии.

Губернатор Воронежской области дал поручение организовать в ближайшее время понтонную переправу на период ремонтно-восстановительных работ на месте произошедшего 21 ноября в Терновском районе обрушения пролёта старого автомобильного моста через реку Савалу. Правительство региона попросило командование Западного военного округа о содействии в организации понтонной переправы. Военные подтвердили, что готовы приступить к развешиванию переправы.

На Воронежском авиационном заводе началась сборка элементов планера первого широкофюзеляжного дальнемагистрального лайнера Ил-96-400М. «На завершающей стадии находятся работы по разработке конструкторской документации. Кроме того, идёт контрактация по комплектующим изделиям», – проинформировали в пресс-службе Авиационного комплекса им. С.В.Ильюшина.

Выставка, посвящённая столетию со дня рождения Александра Солженицына, открылась в Литературном музее имени И.С.Никитина. Посещению нобелевским лауреатом нашего города в 1994 году и воронежской родословной писателя посвящён отдельный раздел. Здесь можно увидеть, в частности, фотографии, на которых Солженицын запечатлён с местными писателями.

Воронежский Михайловский кадетский корпус отметил 25-летие со дня своего возрождения. На торжественном собрании директор кадетского корпуса полковник Валерий Авдеев отметил, что корпус вносит весомый вклад в военно-патриотическое воспитание, традиционно показывает высокий уровень спортивной подготовки, дисциплинированности и выучки.

Городская администрация объявила аукцион на проектно-изыскательные работы по благоустройству пр. Революции. Согласно сайту госзакупок, мэрия заплатит за проект реконструкции 5,5 миллиона рублей. Работы планируют начать в 2019 году.

25 НОЯБРЯ – ДЕНЬ МАТЕРИ

Нескучная семья

В Воронеже в библиотеке искусств имени А.С. Пушкина прошёл творческий вечер, приуроченный ко Дню матери. Его организовал клуб нескучных семей, работающий при Центре развития детей и юношества

Детский смех, искренние улыбки, материнская ласка и отцовская забота послужили украшением праздничной встречи участников и друзей клуба. В библиотечном зале 23 ноября собрались от мала до велика – бабушки, дедушки, родители, дети и внуки. «Пришли» даже совсем ещё крохи-малыши. Все они на праздничном вечере были не только зрителями, но и артистами, которые продемонстрировали на сцене свои творческие номера.

Со сцены звучали детские песни, исполнялись забавные и весёлые танцы, звучали слова признаний в любви.

– Мама... В это слово я хочу вложить всю свою любовь, – начала читать свой рассказ Нателла Петросова.

Вместе с дочерью Нателла работает в Центре дополнительного образования, а её сын, выпускник театральной студии «На Пушкинской», совсем недавно женился.

– В моих глазах ты всегда красива и молода. Вспоминая детство, мне хочется сказать, что ты всегда была для меня самым радостным и счастливым в моей жизни...

В этот же вечер членам клуба нескучных семей, который распахнул свои двери два года назад, вручили памятные значки. Если год назад в него входило около сорока семей, то сегодня количество его членов заметно возросло. В клубе, при котором, к слову, работают профессиональные психологи и педагоги, родители получают возможность вместе со своими детьми заниматься творчеством, готовить с ними творческие номера.



Фото Сергея ДОРОХОВА

– Родители становятся намного ближе к своим детям, когда они все вместе поют, рисуют, играют на сцене, – отметила директор Центра развития творчества детей и юношества Заслуженный учитель школ РФ

Татьяна Фалькович. – В каждом взрослом живет ребёнок, которого в обычной жизни приходится скрывать.

Сергей ДОРОХОВ.

ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ПИСЬМА

Исправить ошибку

Установил мобильное приложение ПФР на свой смартфон и с его помощью проверил индивидуальный лицевой счет в Пенсионном фонде. Оказалось, что данные о стаже за 2004 год расходятся с записями в трудовой книжке. Как можно исправить сведения о стаже?

При обнаружении на лицевом счете ошибок или не соответствий в стаже вам необходимо обратиться в Пенсионный фонд по месту жительства, который будет проводить работу по проверке вашего лицевого счета. Если организация, в которой вы работали в 2004 году, действующая, руководителю вручается уведомление об устранении ошибки и представлении в течение пяти рабочих дней уточненных сведений. В случае, если предприятие или организация ликвидированы, ПФР на основании представленной вами трудовой книжки направляет запрос в архивные учреждения для получения документов, которые смогут подтвердить ваш страховый стаж. На основании полученных документов ПФР принимает решение об уточнении лицевого счета в части сведений о стаже и не позднее семи рабочих дней сообщает вам о принятом решении.

Служба входит в стаж

Я запросил через «Личный кабинет гражданина» сведения о состоянии своего индивидуального лицевого счета, согласно которым моя трудовая деятельность начинается с 1984 года. Однако в период с 1981-го по 1983 годы я проходил срочную службу в армии, а эти сведения отсутствуют на моем лицевом счете. Будет ли учитываться в стаже время службы в армии?

Согласно действующему пенсионному законодательству период прохождения воен-

ной службы, а также другой приравненной к ней службы, в целях определения права на страховую пенсию, а также для определения ее размера засчитывается в стаж наравне с периодами работы.

Для включения данного периода в свой лицевой счет вам необходимо обратиться в клиентскую службу ПФР по месту жительства с соответствующим заявлением и документами, подтверждающими прохождение военной службы в армии, т.е. с военным билетом. В случае, если его нет, информация о службе будет запрошена специалистами ПФР.

Предоставьте договор

Получила в Пенсионном фонде данные, которые находятся на моем лицевом счете, там стаж по трудовой книжке учтен не полностью. При этом на руках имеется трудовой договор, по которому я работала с 1 сентября 1996 года по 17 октября 1997 года. Данный период работы отсутствует в сведениях. Каким образом можно внести запись о моей работе по договору на моем лицевом счете?

Периоды работы по договору гражданско-правового характера, предметом которого является выполнение работ или оказание услуг, подтверждаются указанным договором и документом территориального органа ПФР об уплате обязательных платежей.

Для добавления в индивидуальный лицевой счет периода работы с 1 сентября 1996 года по 17 октября 1997 года вам необходимо обратиться в территориальный орган ПФР с соответствующим заявлением, представив в качестве подтверждения договор и документ об уплате за этот период страховых взносов в Пенсионный фонд.

Пенсия онлайн

Как узнать о своей пенсии через «Личный кабинет» на сайте?

В «Личном кабинете гражданина» можно подать электронное заявление на выдачу сертификата на материнский капитал, на распоряжение его средствами, узнать об остатке маткапитала и заказать соответствующие справки. Всего на сайте ПФР доступно более 50 электронных сервисов, в числе которых все ключевые услуги Пенсионного фонда.

Наиболее популярными среди электронных услуг ПФР являются сервисы информирования о сформированных пенсионных правах, о состоянии своего лицевого счета в ПФР, которые позволяют следить за стажем и количеством начисленных пенсионных баллов, а также за отчислениями взносов работодателя.

Чтобы обратиться в ПФР онлайн, достаточно зарегистрироваться на Едином портале государственных услуг. Для удобства граждан во всех клиентских службах территориальных управлений Пенсионного фонда области можно пройти такую регистрацию и подтвердить учетную запись в Единой системе идентификации и аутентификации (ЕСИА). После регистрации на портале гражданину автоматически получают доступ к «Личному кабинету гражданина» на сайте ПФР. Дополнительной регистрации на сайте ПФР не требуется.

Отметим, что все электронные услуги, представленные в «Личном кабинете» на сайте Пенсионного фонда, доступны и через мобильное приложение ПФР. Установить его можно на смартфоны или планшеты, работающие на платформах iOS и Android.

Отвечают специалисты Управления Пенсионного фонда в г. Воронеже.

ПОГОДА

Дата	СР 28.11	ЧТ 29.11	ПТ 30.11	СБ 1.12	ВС 2.12	ПН 3.12	ВТ 4.12
Осадки	небольшой снег	небольшой снег	ясно	ясно	снег	небольшой снег	небольшой снег
Днем	-4	-7	-8	-7	-6	-3	-2
Ночью	-10	-13	-12	-10	-7	-4	-3

Неблагоприятные дни

29 ноября (четверг)
(с 4.00 до 6.00)

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



9 1772219 845185

1 804 8

Цифры в скобках обозначают ограничение просмотра телевизора 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.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00 Доброе утро
9.00 12.00, 15.00, 3.00 Новости
9.15 «Сегодня 3 декабря. День нач...

8.35, 11.25, 14.35, 17.00, 20.45-Местное время.
«Вести-Воронеж» 16+
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести» 16+

18.15, 19.40 Серии «ГОРИОНОВ» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

6.00, 15.00 «Документальный проект» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

13.40 Ток-шоу «Мой герой» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

14.00 «Липарские острова. Красота из огня и ветра» 12+
14.20 «Предки наши предки» 12+
15.10 «На этой неделе... 100 лет назад» 12+

7.30 «По делам несовершеннолетних» 16+
9.35 «Давай разведемся!» 16+
10.40 «Тест на отцовство» 16+

4.00 Х/ф «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ» 12+
5.20 «Москва-фронт» 12+
5 КАНАЛ
5.00, 9.00, 13.00, 22.00, 3.25 «Известия» 16+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00 Доброе утро
9.00 12.00, 15.00, 3.00 Новости
9.15 «Сегодня 4 декабря. День нач...

8.35, 11.25, 14.35, 17.00, 20.45-Местное время.
«Вести-Воронеж» 16+
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести» 16+

18.15, 19.40 Серии «ГОРИОНОВ» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

6.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

13.40 Ток-шоу «Мой герой» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.05 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

13.10, 0.10 «Расскрещенная история» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

10.45, 4.15 «Тест на отцовство» 16+
11.40 «Ромео и Джульетта» 12+
14.20 Х/ф «КАК ЗАВЕСТИ МИЛЛИОНЕР» 16+

5.25 «Хроника Победы» 12+
5 КАНАЛ
5.00, 9.00, 13.00, 22.00 «Известия» 16+
5.45, 6.25 Серии «САЙГЕР-2. ТНГУС» 16+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00 Доброе утро
9.00 12.00, 15.00, 3.00 Новости
9.15 «Сегодня 5 декабря. День нач...

8.35, 11.25, 14.35, 17.00, 20.45-Местное время.
«Вести-Воронеж» 16+
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести» 16+

18.15, 19.40 Серии «ГОРИОНОВ» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

6.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

13.40 Ток-шоу «Мой герой» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

13.10, 0.10 «Расскрещенная история» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

10.45, 4.15 «Тест на отцовство» 16+
11.40 «Ромео и Джульетта» 12+
14.20 Х/ф «КАК ЗАВЕСТИ МИЛЛИОНЕР» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 22.00, 3.50 «Известия» 16+
5.25, 13.25, 3.55 Серии «ГЛУХАРЬ» 16+
9.25 Серии «ПЛЕЧЕНАЗ-2» 16+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00 Доброе утро
9.00 12.00, 15.00, 3.00 Новости
9.15 «Сегодня 6 декабря. День нач...

8.35, 11.25, 14.35, 17.00, 20.45-Местное время.
«Вести-Воронеж» 16+
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести» 16+

18.15, 19.40 Серии «ГОРИОНОВ» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

6.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

13.40 Ток-шоу «Мой герой» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

13.10, 0.10 «Расскрещенная история» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

10.45, 4.15 «Тест на отцовство» 16+
11.40 «Ромео и Джульетта» 12+
14.20 Х/ф «КАК ЗАВЕСТИ МИЛЛИОНЕР» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 22.00, 3.50 «Известия» 16+
5.25, 13.25, 3.55 Серии «ГЛУХАРЬ» 16+
9.25 Серии «ПЛЕЧЕНАЗ-2» 16+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00 Доброе утро
9.00 12.00, 15.00, 3.00 Новости
9.15 «Сегодня 7 декабря. День нач...

8.35, 11.25, 14.35, 17.00, 20.45-Местное время.
«Вести-Воронеж» 16+
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести» 16+

18.15, 19.40 Серии «ГОРИОНОВ» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

6.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

13.40 Ток-шоу «Мой герой» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

13.10, 0.10 «Расскрещенная история» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

10.45, 4.15 «Тест на отцовство» 16+
11.40 «Ромео и Джульетта» 12+
14.20 Х/ф «КАК ЗАВЕСТИ МИЛЛИОНЕР» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 22.00, 3.50 «Известия» 16+
5.25, 13.25, 3.55 Серии «ГЛУХАРЬ» 16+
9.25 Серии «ПЛЕЧЕНАЗ-2» 16+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00 Доброе утро
9.00 12.00, 15.00, 3.00 Новости
9.15 «Сегодня 8 декабря. День нач...

8.35, 11.25, 14.35, 17.00, 20.45-Местное время.
«Вести-Воронеж» 16+
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести» 16+

18.15, 19.40 Серии «ГОРИОНОВ» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

6.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

13.40 Ток-шоу «Мой герой» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

13.10, 0.10 «Расскрещенная история» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

10.45, 4.15 «Тест на отцовство» 16+
11.40 «Ромео и Джульетта» 12+
14.20 Х/ф «КАК ЗАВЕСТИ МИЛЛИОНЕР» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 22.00, 3.50 «Известия» 16+
5.25, 13.25, 3.55 Серии «ГЛУХАРЬ» 16+
9.25 Серии «ПЛЕЧЕНАЗ-2» 16+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00 Доброе утро
9.00 12.00, 15.00, 3.00 Новости
9.15 «Сегодня 9 декабря. День нач...

8.35, 11.25, 14.35, 17.00, 20.45-Местное время.
«Вести-Воронеж» 16+
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести» 16+

18.15, 19.40 Серии «ГОРИОНОВ» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

6.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

13.40 Ток-шоу «Мой герой» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

13.10, 0.10 «Расскрещенная история» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

10.45, 4.15 «Тест на отцовство» 16+
11.40 «Ромео и Джульетта» 12+
14.20 Х/ф «КАК ЗАВЕСТИ МИЛЛИОНЕР» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 22.00, 3.50 «Известия» 16+
5.25, 13.25, 3.55 Серии «ГЛУХАРЬ» 16+
9.25 Серии «ПЛЕЧЕНАЗ-2» 16+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00 Доброе утро
9.00 12.00, 15.00, 3.00 Новости
9.15 «Сегодня 10 декабря. День нач...

8.35, 11.25, 14.35, 17.00, 20.45-Местное время.
«Вести-Воронеж» 16+
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 «Вести» 16+

18.15, 19.40 Серии «ГОРИОНОВ» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

6.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект» 16+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+

13.40 Ток-шоу «Мой герой» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

13.10, 0.10 «Расскрещенная история» 12+
14.50 «Бородина против Бузовой» 16+
15.05, 1.20 Серии «ПЯРО АГАТЫ КРИСТИ» 12+

10.45, 4.15 «Тест на отцовство» 16+
11.40 «Ромео и Джульетта» 12+
14.20 Х/ф «КАК ЗАВЕСТИ МИЛЛИОНЕР» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 22.00, 3.50 «Известия» 16+
5.25, 13.25, 3.55 Серии «ГЛУХАРЬ» 16+
9.25 Серии «ПЛЕЧЕНАЗ-2» 16+

Городская справка
www.077.ru
Звоните 2000-700

РЕМОНТ
МЯГКОЙ МЕБЕЛИ
БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА
Льготным категориям - скидки
ТЕЛ.: 259-19-98

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ
ГОРОДА И ОБЛАСТИ!
ОБЩЕСТВЕННАЯ
ПРИЁМНАЯ «КОММУНАЛЬ»
ждёт вас по средам
с 14 до 16 часов по адресу:
ул. Генерала Лизюкова, 36
(вход со стороны «Стоматологии»,
рядом магазин «Магнит», Аптека)

ПОСТНОЕ МЕНЮ

Котлеты из гречки

Полстакана гречневой крупы, одна морковка, 100 граммов грибов (можно шампиньоны), растительное масло 30-40 граммов, соль по вкусу, перец молотый, две столовые ложки муки.

Блюдо можно готовить в те постные дни, когда разрешена горячая пища с добавлением растительного масла. Гречку варить 30 минут, посолив предварительно воду. Морковь почистить, потереть на мелкой терке. Лук порезать кубиками. Грибы почистить, нарезать. Лук и грибочки жарить не более 10 минут. В отдельной таре соединить гречневую крупу, морковку, лук с грибами. Из полученной массы руками сформировать круглые котлетки, масса хорошо лепится. Затем котлетки присыпать мукой. Жарить котлетки на растительном масле 4-5 минут. Прожаривать с обеих сторон.

Салат из капусты «Пёстрый»

Капуста белокочанная – 0,5 кг, морковь – 1 крупная, яблоко сладкое или кисло-сладкое – 1 штука, перец болгарский – 1-2 штуки, лучше разноцветный, свежий огурчик – 1 небольшой, растительное масло, лучше пахучее, например, горчичное, соль, тмин, арахис, пряная зелень – по желанию.

Капусту тонко шинковать; морковку натереть на крупной или специальной терке. Подсолить и помять, растирая руками, пока она не даст обильно сок. Когда капуста и морковь дадут сок, отставить их на четверть часа и заняться приготвлением остальных ингредиентов. Болгарский перец тоненько шинковать, огурчик порезать тонкими полукружками, а яблоко – небольшими ломтиками.

Соединить все овощи, перемешать и заправить маслом. Значительно изменить вкус этого блюда помогут различные добавки. Можно, например, посыпать салат свежим укропом или кинзой, а можно – тмином или поджаренным и порубленным арахисом.

Салат «Вальдорфский»

Сельдерей черешковый – 5-6 штук, зелёные сладкие яблоки – 2 крупных плода, огурец – 1 небольшой, салат листовой по вкусу (кроме не подходящей для этого рукоты) – 2 хорошие горсти, ананас консервированный или свежий – 3-4 шайбы, сок ананаса (можно из банки) – пара ложек, лимон – ломтик, грецкие орехи – горсть, растительное масло – пара ложек, горчица, можно зерновая – полная чайная ложка.

Сельдерей хорошо промыть щеточкой и почистить от кожицы и грубых волокон. Нарезать тонкими ломтиками поперек черешков. Ананас порубить или мелко порезать. Яблоки очистить от кожицы и сердечки и потереть крупно, сразу же сбрызнуть лимоном. Огурец тонко порезать или тоже натереть. Салат порвать руками довольно мелко. Смешать масло с ананасовым соком и горчицей и заправить салат. Посыпать орехами.

«Оливье» с селёдкой

Отварной картофель – 6 средних клубней, морковь варёная – одна довольно крупная, огурцы маринованные – 2-3 крупных, огурец свежий – 1 средний, яблоко – одно среднего размера, салатный красный лук – 1 головка; можно заменить на стебель лука-порея, горошек зелёный – стакан, кукуруза консервированная – полстакана, по желанию, сельдь крупная – 1 штука, зелень по вкусу, лимон – ломтик, горчица, можно зерновая – 1 чайная ложка с верхом, растительное масло – 2 столовые ложки.

Картофель и морковь отварить в мундире до готовности, остудить в кожуре, затем почистить и порезать мелкими кубиками. Лук измельчить. Огурцы порезать мелкими кубиками, яблоко потереть мелко. Сельдь очистить и порезать тоже довольно мелко, стараясь избегать попадания в салат косточек. Соединить все ингредиенты в салатнике, посолить слегка (не забывайте, что селёдка соленая!). Масло хорошо взбить вилкой с горчицей, добавить несколько капель лимонного сока. Заправить этим соусом и дать ему настояться.

ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Снежные сугробы

Высыпал первый снег, а значит, пора идти на улицу с детьми и выдумывать полезные, весёлые и познавательные игры на свежем воздухе

Рисунки на снегу. Понадобятся палочка, штампы-силуэты животных и птиц. Ход игры. Выйдя на улицу, обратите внимание малыша на отпечатки, которые оставляют люди и животные на снегу. После чего предложите ему порисовать на снегу, оставив на нем отпечатки рук, ног, штампов, линии от палочки и т.д.

Снежные цветы. Для игры вам нужны мокрый снег, подкрашенная вода, формочки в виде цветов. Ход игры. Вспомните с малышом, как было красиво весной и летом, когда было много цветов. Но выпал снег, все стало белым. Расскажите ребенку, что это можно исправить, сделав разноцветные цветы из снега. С этой целью выставьте перед малышом миски с подкрашенной водой разного цвета (красного, синего, зеленого и др.). Поочередно в каждую емкость погрузите снег. После этого возьмите формочку, заполните ее поменявшимся цвет снегом и опрокиньте на доску. Получится снежный цветок. По аналогии создайте новые цветы и выставьте все ваши «шедевры» на улицу. Они будут радовать не только вас и вашего малыша, но и всех проходящих мимо людей.

Снежные скульптуры. Как часто мы лепим с малышом снежную бабу, но почему-то

забываем о том, что из снега можно создать практически все, что захочешь. Лепите из снега мишек, собачек, заек и т.д. Не беспокойтесь о том, что ваши снежные фигуры будут отличаться от реальных объектов. Главное – не забывать передавать их характерные особенности. Поверьте, такая игра принесет только наслаждение и удовлетворение.

Переправа для малышей. В снегу делается ямка-углубление. Размер может быть разным – в зависимости от возраста детей. Это – овраг, горное ущелье, лунный кратер – все, что подскажет ваша фантазия. Задача – помочь воображаемому герою (мышке, отважному путешественнику, космонавту) перебраться через это препятствие. Для этого надо, кидая с определенной точки, заполнить ямку снежками. Игру можно сделать и соревновательной (индивидуально или в командах) – кто быстрее выполнит задание.

«Снежный тир». Удобнее всего проводить игру около глухой стены или забора. На стене мелом рисуется мишень – три окружности одна в другой. За попадание в каждую мишень назначаются очки. Например, в центр – 10, во второй пояс – 5, в третий пояс – одно. Если игрок допускает промах, то у него вычитается

по одному очку. Эта игра будет не только способствовать развитию меткости и ловкости, но и станет хорошим тренажером в устном счете. Можно обойтись и без подсчета очков – просто нарисовать круги-мишени и соревноваться, кто быстрее сумеет полностью залепить снегом свой круг. Главное, чтобы снег был мокрым и «липкий». В таком варианте игру можно проводить командами. Кидать снежки игроки команд могут по очереди, или все вместе, «залпом» — как договоритесь.

Снежные буквы. Играют вдвоем. Один игрок – водящий. Он загадывает слово. Обычно, это должно быть имя существительное, нарицательное, в именительном падеже. Можно договориться, что это обязательно должен быть предмет, находящийся в поле зрения игроков. Затем выбирается мишень – например, дерево. Второй игрок бросает снежок в мишень. Если он попал, то водящий сообщает ему первую букву загаданного слова (можно записывать палочкой на снегу). За второе попадание – вторая буква и т.д. Игрок может попытаться угадать слово «досрочно», но ему предоставляется всего две попытки. Если игрок ошибся, то загадывается новое слово. Когда слово угадано, игрок и водящий меняются ролями.

ПРАВОСЛАВИЕ

Рождественский пост

Рождественский пост начинается 28 ноября. Он предваряет собою праздник Рождества Христова за сорок дней и называется также Филипповым постом, потому что начинается после дня памяти апостола Филиппа

Рождественский пост установлен для того, что мы ко дню Рождества Христова очистили себя покаянием, молитвой и постом, чтобы с чистым сердцем, душой и телом могли благоговейно встретить явившегося в мир Сына Божия и чтобы, кроме обычных даров и жертв, принести Ему наше чистое сердце и желание следовать Его учению.

Правила воздержания, предписанные Церковью в Рождественский пост, столь же строги, как и Петров пост.

Понятно, что во время поста запрещены мясо, сливочное масло, молоко, яйца, сыр. Кроме того, в понедельник, среду и пятницу Рождественского поста уставом запрещаются рыба, вино и елей и дозволяется принимать пищу без масла (сухоядение).

В остальные же дни — вторник, четверг, суббота и воскресенье — разрешено принимать пищу с растительным маслом.

Рыба во время Рождественского поста разрешается в субботние и воскресные дни и великие праздники, например, в праздник Введения во храм Пресвятой Богородицы, в храмовые праздники и во дни великих святых, если эти дни приходятся на вторник или четверг. Если же праздники приходятся на среду или пятницу, то разрешение поста положено только на вино и елей (масло). Со 2 января по 6 января пост усиливается, и в эти дни даже в субботу и воскресенье рыба не благословляется.

Существует пять степеней строгости поста:

- 1) полное воздержание от пищи;
- 2) сухоядение;
- 3) горячая пища без масла;
- 4) горячая пища с маслом (растительным);
- 5) вкушение рыбы.

В день вкушения рыбы разрешается и горячая пища с растительным маслом. В пра-

вославных календарях растительное масло обычно называется елеем. На соблюдение в определенные дни более строгой степени поста, чем определено, нужно взять благословение у священника.

Пост телесный, без поста духовного, ничего не приносит для спасения души, даже, наоборот, может быть и духовно вредным, если человек, воздерживаясь от пищи, проникается сознанием собственного превосходства. Истинный пост связан с молитвой, покаянием, с воздержанием от страстей и пороков, искоренением злых дел, прощением обид, с воздержанием от супружеской жизни, с исключением увеселительных и зрелищных мероприятий, просмотром телевизора. Пост не цель, а средство — средство смирить свою плоть и очиститься от грехов.

По материалам pravoslavie.ru.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

- 1 декабря – День памяти святого мученика Платона.
- 2 декабря – Иконы Божией Матери «В скорбях и печалях Утешение».
- 4 декабря – Введение во храм Пресвятой Богородицы. Иконы Божией Матери, именуемой «Вечная Надежда».
- 6 декабря – День памяти блгв. вел. кн. Александра Невского.
- 7 декабря – Вмц. Екатерины.
- 10 декабря – Иконы Божией Матери «Знамение».
- 13 декабря – Апостола Андрея Первозванного.
- 17 декабря – Вмц. Варвары. Прп. Иоанна Дамаскина.

В НАРОДЕ ГОВОРЯТ

Солнце – ярче, мороз – крепче

Декабрь — последний, двенадцатый месяц года — месяц весёлых и радостных праздников, но также и суровых, лютых морозов и обманчивых вьюг. На Руси раньше звался студнем, у поляков — «груздем», а у сербов — «волчьим месяцем». «Декабрь год заканчивает, и настоящую зиму открывает».

Если появились снегири только в декабре, то можно ожидать лютую зиму.

Бесснежный декабрь – признак сухой весны.

Если декабрь малоснежный, то ожидается засушливое лето.

Сильные снегопады в первых числах декабря предвещают ливни в начале июня.

Гром в декабре – примета лютот зимы.

Частые ветры в декабре – признак теплого марта.

Если декабрь выдался теплым, то зима будет затяжной, а весна будет холодной и поздно наступит.

Если в декабре нет оттепелей с дождями, то лето будет сухим.

Если закат солнца очень багряный, быть морозу.

Если вы облака плывут против ветра, ожидайте снегопад.

Если по земле стелется туман, будет оттепель.

Если с декабря началась настоящая зима со снегом – значит лето будет теплым.

Если на небе появилась белая радуга, будет сильный мороз.

Если в доме запотели окна, будет потепление.

Когда синички прячутся под крышу, ожидайте метель.

Когда кот царапает пол, будет ветер и вьюга.

Если кот ложится на спину, ждите оттепель.

Повтор рисунка на обоях						
Приурочивание кекса	Оперная египтянка Верди	Пенный напиток с градусами	Кукла-голышка			Руководитель общины в иудаизме
	Композитор периода романтизма	Один из вождей якубинцев				
			Самходка в цехе			Клубба вдоль дорожки
	Украинская валюта	Съедобный гриб	Целебная трава			
	Микроотверстие на коже					
			Ее в азбуке моет мама			Испанский сепаратист
	Ненасыщаемое брюхо					
			Боевой гарусник			
	Противоположенверху					
	Город булатной стали	Монументальные ворота				

Составил Андрей Жадан

Ответы на сканворд в №47

По горизонтали: Септима. Раса. Амвон. Чал. Полати. Улов. Москва. Обо. Киев. Сканер. Тара. По вертикали: Пахмутова. Ежов. Помост. Олово. Терн. Скат. Чайкина. Мускат. Веер. Литавра.