

ПОДПИСКА-2020

В любом почтовом отделении Воронежской области можно оформить подписку на газету «Коммуна плюс» на первое полугодие 2020 года. Подписаться на газету «Коммуна плюс» можно по индексу П7671 – цена 268,56 руб. По индексу П5804 вы сможете оформить подписку на весь 2020 год – цена подписки 507,23 руб. 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. Цена для льготников на полгода – 236,46 руб., на год – 441,78 рубля.

КОРОТКО

Ежегодный смотр-конкурс среди пожарных частей государственной областной противопожарной службы проводился на стадионе Хреновского сельского поселения, под Бобровом. Огнеборцы состязались в двух дисциплинах. На 100-метровой полосе препятствий за победу боролись 207 спасателей. Все победители и призёры смотр-конкурса профессионального мастерства награждены кубками, медалями и почётными грамотами, информирует пресс-служба ГУ МЧС России по Воронежской области.

В медорганизациях Воронежской области в течение сентября в тестовом режиме запустят первую систему искусственного интеллекта «Флюорография-DL». Используемая в программе технология нейронных сетей глубокого обучения позволяет сделать обоснованное заключение о состоянии пациента, с выдачей заключения «Болен/«Здоров», без непосредственного участия врача-рентгенолога. Целью тестирования является оценка качества работы компьютерной программы в распознавании признаков заболеваний на флюорографических изображениях грудной клетки, информирует департамент здравоохранения Воронежской области.

Воронежцев приглашают к участию во Второй фото-квест-игре «Ключ от города». Мероприятие будет проводиться 14 сентября. Для участия в игре необходимо собрать команду (от трёх до пяти ребят), вступить в группу воронежской Централизованной клубной системы в соцсети «ВКонтакте» (<https://vk.com/cksvrn/>), Instagram (http://instagram.com/cks_vrn), подписаться на оповещения. Затем зарегистрировать свою команду в «Обсуждениях» группы https://vk.com/topic-147391921_39729639 (название команды, количество участников, капитан, с указанием номера телефона капитана и ссылок на страницы участников). Сувенирный ключ с факсимиле мэра Воронежа торжественно вручат победителям 21 сентября, на праздновании Дня города.

Поздравления от Президента в сентябре получат 334 жителя Воронежской области – ветерана Великой Отечественной войны. Свой сотый день рождения в сентябре отметят шесть юбиляров. Это житель Воронежа и пять женщин – жительниц Аннинского, Бобровского, Верхнехавского, Новохопёрского и Семилукского районов области. Пресс-служба реготделения Пенсионного фонда России сообщила, что персональные поздравления от главы государства получил уже 28671 ветеран, проживающий в Воронежской области.

АКТУАЛЬНО

В добрый путь!

7 сентября на центральной площади Воронежа состоялась церемония приведения курсантов первого курса, зачисленных на обучение в Военно-воздушную академию имени профессора Н.Е.Жуковского и Ю.А.Гагарина, к военной присяге.

В ходе красивого воинского ритуала на верность Родине поклялись свыше тысячи трёхсот семидесяти парней, мечтающих об офицерских погонах и профессиональной службе в Воздушно-космических силах страны (ВКС). Одновременно торжественное обещание дали 39 воспитанников кадетского корпуса (инженерной школы) Военно-воздушной академии.

Среди первокурсников есть представители практически всех субъектов Российской Федерации, но значительная часть молодых людей, принимающих присягу, – это уроженцы Воронежской области (388 человек).

В рамках торжественной церемонии губернатор Александр Гусев вручил высокую государственную награду – медаль ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени – члену Воронежской региональной организации Общероссийской общественной организации «Российский Союз ветеранов Афганистана» генерал-майору в отставке Василию Андрееву. Как сказано в указе №337 от 17 июля 2019 года Президента РФ, «за заслуги в развитии ветеранского движения и активное участие в военно-патриотическом воспитании молодёжи».



Фото пресс-службы правительства Воронежской области.

Василий Викторович имеет самое непосредственное отношение к сегодняшнему событию – 65 лет назад он принял военную присягу, будучи курсантом ВАТУ.

– Вы выбрали хорошую профессию – служить Родине, быть офицером, – обратился к курсантам ветеран. – За 38 лет службы ни разу не пожалел, что выбрал эту профессию. Хотя пришлось служить и в степях Поволжья, на Дальнем Востоке и в Центральной Азии, выполнять боевые задачи в Афганистане. Учитесь, не ленитесь, если вы поставили задачу добиться высо-

кого служебного уровня. В добрый путь, здоровья вам и вашим родителям, для которых вы самые дорогие и любимые! Не подводите их.

Завершилась торжественная церемония плац-концертом, где перед курсантами, членами их семей и почётными гостями выступили вокальные и танцевальные коллективы, а также рота почётного караула ВУНЦ ВВС «Военно-воздушная академия имени профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина».

Валерий КАЗАНОВ.

ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ПИСЬМА

Пенсионные льготы

Есть ли льготы по выходу на пенсию для тех, у кого большой страховой стаж?

Федеральным законом от 03.10.2018 № 350-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ по вопросам назначения и выплаты пенсий», вступающим в силу с 1 января 2019 года, предусмотрена льгота, касающаяся граждан, имеющих большой страховой стаж.

Лицам, имеющим страховой стаж не менее 42 лет (для мужчин) и 37 лет (для женщин), страховая пенсия по старости назначается на 2 года ранее общеустановленного пенсионного возраста, но не ранее достижения 60 лет (для мужчин) и 55 лет (для женщин).

В соответствии с Федеральным законом от 28.12.2013 № 400-ФЗ «О страховых пенсиях» при исчислении страхового стажа – 37 лет для женщин и 42 года для мужчин – в него включаются следующие периоды:

– периоды работы и (или) иной деятельности, которые выполнялись на территории Российской Федерации при условии, что за эти периоды начислялись и уплачивались страховые взносы в Пенсионный фонд Российской Федерации;

– период получения пособия по обязательному социальному страхованию в период временной нетрудоспособности.

Так называемые «нестраховые» периоды – уход за детьми до 1,5 лет, уход за нетрудоспособными гражданами, служба в армии по призыву – в данном случае в страховой стаж, дающий право на назначение досрочной пенсии по новому основанию, не засчитываются.

Впервые два года переходного периода (2019-2020 гг.) лица, имеющие длительный

стаж, смогут оформить страховую пенсию по старости: женщины по достижении возраста 55 лет, мужчины – по достижении возраста 60 лет.

Стаж по трудовой

Трудовую деятельность осуществляю с 1992 года. Почему в выписке из индивидуального лицевого счета отображается стаж только с 1997 года?

В соответствии с Федеральным законом от 01.04.1996 № 27-ФЗ «Об индивидуальном (персонифицированном) учете в системе обязательного пенсионного страхования» органы ПФР, начиная с 01.01.1997, осуществляют сбор сведений о застрахованных лицах (в том числе о стаже, заработной плате, а также начисленных и уплаченных страховых взносах) и включение их в индивидуальные лицевые счета застрахованных лиц.

Вы зарегистрированы в системе обязательного пенсионного страхования с 12.10.1997.

Следовательно, стаж до даты регистрации в системе обязательного пенсионного страхования (до 12.10.1997) учитывается по сведениям трудовой книжки и иным документам, подтверждающим факт трудовой деятельности. В случае несогласия с данными, указанными в сведениях, вам необходимо обратиться в территориальный орган ПФР и представить оригиналы документов, подтверждающих периоды работы (трудовую книжку и другие документы о стаже).

Для уточнения (дополнения) вашего индивидуального лицевого счета после даты регистрации в системе обязательного пенсионного страхования (после 12.10.1997)

вам необходимо обратиться к своему страхователю (работодателю).

Проверьте накопления

Каким образом можно отследить свои пенсионные накопления?

Для получения полной информации о состоянии индивидуального лицевого счета, в том числе – кто является страховщиком и о размере переданных пенсионных накоплений, необходимо запросить извещение о состоянии индивидуального лицевого счета. Сегодня это можно сделать несколькими способами. Самый удобный и быстрый – в Личном кабинете гражданина на сайте Пенсионного фонда, на портале государственных услуг www.gosuslugi.ru, а также с помощью мобильного приложения «ПФР Электронные сервисы».

Чтобы воспользоваться сервисом «Личный кабинет гражданина», необходимо иметь подтвержденную учетную запись на Едином портале государственных услуг (gosuslugi.ru). Если вы уже зарегистрированы на портале, необходимо использовать логин и пароль, указанные при регистрации. Для удобства граждан во многих клиентских службах Пенсионного фонда РФ специалисты осуществляют подтверждение учетной записи гражданина, который прошел регистрацию на сайте портала госуслуг.

Заверенные подписью и печатью сведения о состоянии индивидуального лицевого счета застрахованного лица вы можете получить – обратившись с документом, удостоверяющим личность, в клиентскую службу Управления Пенсионного фонда по месту жительства.

Консультируют специалисты Управления Пенсионного фонда РФ в Воронеже.

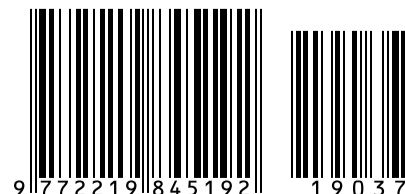
Неблагоприятные дни

14 сентября (суббота)
(с 3.00 до 5.00)

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

ПОГОДА

Дата	СР 11.09	ЧТ 12.09	ПТ 13.09	СБ 14.09	ВС 15.09	ПН 16.09	ВТ 17.09
Осадки	ясно	ясно	малооблачно	облачно с прояснениями	облачно с прояснениями	пасмурно	пасмурно
Днём	+26	+26	+26	+23	+20	+19	+20
Ночью	+12	+12	+15	+13	+11	+13	+11



ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Адаптация к детскому саду

Время, когда ребёнок идёт в детский сад, очень сложное и для него самого, и для его родителей. Первые дни, а то и недели в дошкольном учреждении – непростое испытание для всех членов семьи

Главное преимущество детского сада в том, что ребенок получает возможность **общаться со сверстниками**. Он не просто играет, он получает неоценимый опыт взаимодействия, сочувствия, сопереживания, коллективного творчества и сотрудничества. Именно в это время происходит формирование характера, закладываются основные жизненные принципы.

Кроме положительного опыта общения ребенок получает и **негативные модели поведения**: одни дети учатся ябедничать, подлизываться, другие – командовать и указывать, третьи – подчиняться. 8 часов предельного напряжения всех сил маленький человек просто не выдерживает. Он становится агрессивным, раздражительным, плаксивым. В результате такого перенапряжения ребенок заболевает. Частые простуды – неизбежный спутник детского сада.

Как подготовиться к первому походу в детский сад? Расскажите малышу о детском саде, о том, что там много ребят, новых игрушек, качелей и др. Если есть такая возможность, сходите туда, поиграйте на площадке, познакомьтесь с воспитателем. Создайте у малыша настроение радостного ожидания.

Придумайте свой ритуал прощания. В первые дни побудьте с ним некоторое время в детском саду, не уходите сразу. А расставаясь, обязательно скажите, что вернетесь за ним. Как правило, многие дети через несколько дней привыкают к новым условиям.

Разрешайте ребёнку взять с собой любимые игрушки: так он будет чувствовать связь с домом. Иногда помогает такая маленькая хитрость: пусть ребенка в сад отводит не кто-нибудь из родителей, а кто-то из других членов семьи. Тогда сам момент оставления в группе пройдет не так остро.

Средний срок адаптации к детскому саду, по мнению специалистов, составляет в ясельном возрасте 7-10 дней, в 3 года – 2-3 недели, в старшем дошкольном возрасте – 1 месяц. Наибольшие трудности в адаптации

испытывают дети с ослабленным здоровьем, быстро устающие от шума, с трудом засыпающие днём, имеющие плохой аппетит. Тяжело привыкают к детскому саду чрезмерно опекаемые дети, не имеющие навыков самообслуживания, тревожные.

Лучший способ избежать многочисленных простуд в период адаптации к детскому саду – **закаливание**. Приступать к закаливающим процедурам лучше всего летом. Сделать это проще всего: пусть малыш больше времени проводит на свежем воздухе, купается в природных водоёмах, бегает босиком. Важно, не забросить это «полезное дело», когда лето закончится. Пусть ребенок ходит дома босиком, моет посуду, играет с водой. Собираясь на прогулку, одевайте его по погоде. Замечательно, если вы организуете регулярные посещения бассейна.

Самыми распространенными причинами, по которым дети отказываются посещать дошкольное учреждение, это **страхи и повышенная эмоциональность**.

Избыток впечатлений или повышенная эмоциональность ребенка. Еще не до конца сформировавшаяся детская психика бывает неспособна справиться со шквалом новых эмоций и ощущений, которые обрушиваются на малыша с самых первых дней пребывания на новом месте. Часто это пугает ребенка и не дает ему адекватно оценить действительность.

Страх перед неизвестностью. Маленький человек растерян, он не знает, что его ожидает в дальнейшем. Новый распорядок дня, новые люди, к которым он не привык. Особенно тяжело адаптация происходит у тех детей, которые до детского сада практически постоянно воспитывались в семье. Дома гораздо снижен порог запретов, а в детском саду новые и новые «нелюзя» окружают его со всех сторон.

Строгость воспитателей часто резко контрастирует с доброжелательностью родителей, что нарушает прежние поведенческие модели ребенка.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Как хранить чеснок

Чеснок настолько неприхотлив, что сохранить его можно не только в специально оборудованных хранилищах, но и просто в квартире, погребе и подвале, на утепленном балконе или лоджии, в холодильнике

Погреб или **подвал** считаются оптимальными для хранения овощей, в том числе и чеснока. Чеснок собирают в плетёные косы – так головке обеспечивают умеренный доступ воздуха и занимают при хранении мало места. Можно хранить чеснок в капроновых чулках. Такая чесночная вязка может быть размещена на крючке, поэтому также не займёт много места. Чеснок хранят в фанерных или картонных коробках, ящиках, плетёных корзинках. При этом он должен быть уложен в ящик слоем, не превышающим 20 см.

Если температура в погребе не превышает +2 градуса, то чеснок в таких условиях хорошо сохранится.

В квартире лучше и дольше хранится **яровой чеснок**. Его также можно повесить в косах или капроновых чулках, разместить в коробках на кухонных полках. Но многие хозяйки используют для хранения стеклянные банки. Банки тщательно моют и просушивают, высушенный и отсортированный чеснок закладывают целыми головками или разобрав его на зубчики. Наполненные банки крышками не закрывают и ставят в сухое, лучше затемнённое место.

Уложенный в банки чеснок можно пересыпать **крупной солью**, которая выступает в роли антисептика и поглотителя влаги. В этом случае сначала на дно банки насыпают слой соли, затем укладывают слой чеснока, снова просыпают солью и так повторяют послойную укладку и просыпку до верха банки. Наполненные банки можно прикрыть бумажными или тканевыми салфетками и держать в темном месте.

Вместо соли некоторые огородники предпочитают пересыпать чеснок **мукой** или **золой**, которые очень хорошо поглощают избытки влаги и позволяют сохранить качественный урожай в течение 5–6 месяцев.

Чеснок хорошо сохранится в **полотняных мешочках**, если предварительно оку-

тать его в **левой раствор**, а после этого просушить. Пропитанная солью ткань является препятствием для болезнетворных бактерий, поэтому овощ будет храниться в такой упаковке без особых проблем около 5 месяцев.

Есть метод хранения чеснока в **парафине**. Парафиновые свечи растапливают на водяной бане, головку берут за обрезанный стебель, аккуратно окунают в расплавленный парафин. Излишки парафина дают стечь, а оставшийся на головке застывает, обволакивает чеснок защитной плёнкой, которая будет препятствовать испарению влаги и защищать зубчики от вредоносных организмов. Обработанный чеснок складывают в лотки или коробки. В парафиновой оболочке он без проблем может храниться в течение полугода.

Самая большая проблема, возникающая при хранении свежего чеснока в холодильнике – это **влажность воздуха**. Чаще всего овощ там сыро, поэтому максимальное время хранения в условиях холодильника – не более 2–3 месяцев. Чтобы предотвратить порчу зубчиков, просушенный чеснок складывают в бумажные или полотняные мешки и пересыпают головки солью или луковой шелухой. В качестве тары можно использовать плоскую стеклянную банку, которую лучше всего разместить на дверке холодильника.

Хранения в холодильнике требует и чеснок, залитый **маслом**: дольки очищают, банки моют и стерилизуют. Зубчики плотно укладывают в подготовленные банки, заливают растительным маслом – оливковым или подсолнечным. Заливка должна полностью покрывать чеснок. Банку плотно закрывают крышкой. Срок хранения чеснока, приготовленного таким способом – до 3 месяцев. При этом он не теряет своих свойств, а масло приобретает приятный аромат и может применяться для заправки различных блюд – супов, соусов и салатов.

ВАШ ДОМ

Правила стирки

Ассортимент средств для стирки белья настолько широк, что у современных хозяек разбегаются глаза

При покупке внимательно изучите **состав порошка**. В нем могут содержаться компоненты, которые способны вызвать аллергическую реакцию.

Не смешивайте стиральные средства разных типов. Это снижает эффективность каждого из них. Например, если смешать средство с ферментами, расщепляющими белки – оно сведет на нет свойства стирального средства, которое способствовало удалению жировых отложений.

Используйте для стирки белья стиральные средства, в которых содержатся **полифосфаты** – они смягчают воду. В противном случае, соли магния и кальция, содержащиеся в жесткой воде, вступая во взаимодействие со стиральным средством, создают нерастворимые соединения. Поэтому при стирке белое белье будет иметь желтоватый или серый оттенок.

Для замачивания сильно загрязненного белья используйте средства без поверхностно-активных веществ, в составе которых есть **щелочь** – например, кальцинированная сода и ТНФ (тринатрий фосфат).

При использовании **отбеливателей** соблюдайте большую осторожность: серосодержащие и хлорные отбеливатели содержат ядовитые пары. Необходимо развести их перед использованием в небольшом количестве воды и затем добавлять в воду для стирки; для отбеливания рекомендуется использовать кислотосодержащие отбеливатели

– перборат натрия, перекись водорода, перкарбонат натрия. Такие отбеливатели не разрушают красители, обладают дезинфицирующими свойствами, сохраняют структуру волокон и имеют высокие моющие свойства; некоторые из кислородосодержащих отбеливателей эффективны в теплой (30-40 градусов) воде, поэтому допускается применять их для стирки шелка и шерсти.

Порошок или гель? Каждое из средств используется для конкретной цели. Если нужно постирать тонкие виды ткани или освежить одежду, тогда лучше воспользоваться гелем. Он хорошо растворяется в воде, и со всех сторон будет воздействовать на изделие.

Жидкость для стирки не образует много пены, поэтому, переборщив с дозировкой, можно не волноваться, что одежда плохо вымоется.

Если в доме есть дети, то гелем пользоваться безопаснее, так как не будет порошковой пыли и бутылка будет всегда закрыта.

Чтобы справиться с сильными загрязнениями, лучше отдать предпочтение сыпучему стиральному порошку. Он отлично выводит пятна с льняных и хлопковых вещей. Содержащиеся кислородные компоненты хорошо справляются с грязью на белых тканях. Также в порошках присутствуют нейтрализаторы запахов. Это важно, если вы хотите отстирать вещь от пота или мочи.

Средства для стирки бывают натуральными и искусственными. **Синтетические средства** для стир-

ки – это высокая концентрация ПАВ, фосфатов, хлора, ароматизаторов, фталатов, что вызывает справедливые опасения. Частицы вредных веществ попадают в воздух при открывании упаковки, оседают в волокнах тканей при стирке, контактируют с кожей, попадают в дыхательные пути.

Однако средства для стирки с высоким содержанием ПАВ и фосфатов отличаются хорошим пенообразованием и способностью качественно отстирывать загрязнения. Поэтому производители не спешат снижать количество вредных веществ в средствах для стирки.

Бесфосфатные средства для стирки не всегда являются полностью натуральными. Однако отсутствие фосфатов в средствах для стирки влечет за собой существенное снижение концентрации ПАВ, отсутствие хлора и некоторых других небезопасных компонентов.

Бесфосфатные средства для стирки редко вызывают аллергию, не раздражают кожу, хорошо отстирывают вещи и вымываются при полоскании, не оставляют накипи на стиральных машинах.

Наиболее безопасный вид средств для стирки – **органические** стиральные порошки, изготовленные полностью из натуральных компонентов. Современные натуральные средства для стирки на основе мыла не вредят здоровью и окружающей среде, хорошо справляются с загрязнениями, берегут детали стиральных машин.

Корнеплод для носа Снеговика					
Кусок обуглившегося дерева	Молитва "... наш"	Народ древнего Перу	Библейский убийца	Космическая пустота	
	Огромный водоем	Режиссер ... Куросава		Летняя шапочка	Вручают имениннику
	Спорт-клуб Яшина	Право доступа к информации	Место для пирсинга		
	Взгляд очей				
	Шляпа для пляжа		Вербовка кадров	Нервовал героиню Раневской	
	Английский драматург	Водная граница с Китаем			
	Блестит в оконной раме	Морская сигнальная башня			

Составила Елена Тимошенко.

Ответы на сканворд в №36

По горизонтали: Ондатра. Июнь. Кляча. Хаб. Обжора. Зебу. Шкалик. Тыл. Дока. Атаман. Нары.
По вертикали: Аквизитор. Няня. Обшлаг. Чубук. Авиа. Адан. Хохлома. Ренуар. Икар. Балканы.