

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

■ Фельдшерско-акушерский пункт открылся в микрорайоне Семилукские Выселки Воронежа. Новый фельдшерско-акушерский пункт площадью в 71 кв.метр отвечает всем современным требованиям к лечебному учреждению. ФАП будет принимать более 700 человек, в том числе 169 детей, сообщили в областном департаменте здравоохранения. На строительство и оборудование ФАПа было выделено шесть миллионов рублей в рамках областной адресной инвестиционной программы.

■ Полигоны Западного военного округа, расположенные в Московской, Ленинградской, Калининградской, Воронежской, Нижегородской, Смоленской, Брянской, Белгородской, Тамбовской, Курской областях, будут оборудованы 24 вертодромами. Как пояснили в пресс-службе ЗВО, вертодромы будут обеспечивать боевую подготовку соединений и воинских частей Балтийского флота, общевойсковых армий и танковой в ходе взаимодействия авиационных и сухопутных подразделений.

■ Народная артистка РФ, заведующая отделением сольного народного пения Воронежского музыкального колледжа имени Ростроповичей принимала 12 сентября поздравления со своим 70-летием. С Екатериной Молодцовой в день её рождения встретился губернатор. Александр Гусев вручил Екатерине Михайловне знак отличия «За заслуги перед Воронежской областью» и пожелал ей здоровья и новых творческих успехов.

■ Вслед за Воронежем и Гамбургом в Вашингтоне установили памятник святому праведному Иоанну Кронштадтскому. Трёхметровый бронзовый памятник стоит у входа в храм во имя святого Иоанна Крестителя в столице США Вашингтоне. Пастырь изображён в богослужебном облачении, в левой руке он держит потир, а правой благословляющей рукой указывает на чашу. Инициатором создания памятника стал воронежский предприниматель и меценат.

■ Августовский минимальный набор продуктов обошёлся жителям Воронежской области в 3776 рублей. По сравнению с декабрьской 2018 года продуктовая «корзина» подорожала на 2,9 процента. Августовский минимальный набор продуктов обошёлся жителям Воронежской области в 3776 рублей. Индекс потребительских цен на товары и услуги за август составил 99,7 процента, что на 0,3 процентного пункта ниже, чем за аналогичный период прошлого года (АППГ), отметили в Воронежстате.

КУЛЬТУРА

В Воронеже побывало «Русское лето»

Открытие литературно-исторического фестиваля состоялось 14 сентября в Центральном парке Воронежа

В открытии «Русского лета» приняли участие губернатор Александр Гусев и президент фестиваля, писатель, литературный критик, актёр и музыкант Захар Прилепин, информирует пресс-служба облправительства.

– Глубинный смысл, который несёт в себе фестиваль, – российский традиции, культура, патриотизм, любовь к Родине, – на мой взгляд, на нынешнем этапе развития страны очень важен. И очень важно донести его в такой интересной и современной форме, прежде всего направленной на молодёжь, – подчеркнул Александр Гусев, выступая на церемонии открытия. – Мне кажется, идеи фестиваля, заложенные в нём мероприятия смогут добиться этого эффекта. Он уже вызвал дискуссию – это залог того, что мы вправе говорить об интересе воронежцев к этому мероприятию.

Затем выстрелом из пушки был дан старт началу фестивального парада. В колонне во главе с губернаторским эстрадно-духовым оркестром прошли по центральной аллее парка, от входа до пруда, реконструкторы и другие участники фестиваля.



Фото govvrn.ru

Александр Гусев и Захар Прилепин посетили тематические площадки фестиваля. Они пообщались с петровскими гвардейцами, дружинниками IX-XI веков, солдатами русской императорской армии и поиграли на старинных музыкальных инструментах.

На площадках фестиваля – в Зелёном театре, «Лекционном театре» и «Деревне

реконструкторов» – проходили дискуссии, концерты, спектакль, лекции, книжная ярмарка, презентации книг и автограф-сессии писателей, обучение древним ремёслам, реконструкции исторических событий, интерактивные спектакли для детей, кулинарная ярмарка.

Дарья ВЕТРОВА.

ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ПИСЬМА

Уточните границы

Какие нововведения ожидают собственников земельных участков в связи со вступлением в силу поправок в законы «О кадастровой деятельности» и «О государственной регистрации недвижимости»?

16 сентября вступают в силу изменения в законы «О кадастровой деятельности» и «О государственной регистрации недвижимости». Поправки упростят процедуру проведения комплексных кадастровых работ, заказчиками которых выступают муниципальные власти. Федеральный закон (150-ФЗ от 17.06.2019) устанавливает порядок уточнения границ земельных участков, фактическая площадь которых не соответствует площади, указанной в Едином государственном реестре недвижимости (ЕГРН).

Сбор и анализ данных в ходе комплексных кадастровых работ позволяют выявить и устранить случаи пересечения границ и, в определенных случаях, самозахвата земель, а также реестровые ошибки. Последнее – наиболее распространенная причина, по которой садоводы не могут поставить на кадастровый учет личные участки и земли общего пользования в соответствии с законодательством.

Одно из положений предоставляет возможность гражданам узаконить в рамках проведения комплексных кадастровых работ фактически используемые земельные участки, если их площадь превышает площадь, указанную в ЕГРН. Важно отметить, что узаконить фактически используемые «лишние» метры можно будет лишь в том случае, если участок используется в этих границах более 15 лет, на него нет посягательств со стороны соседей и претензий органов власти. Кроме того, площадь такого «увеличения» должна быть не больше предельного минимального размера участка,

установленного местной администрацией, а в случае, если такой минимальный размер не установлен – не более чем на 10% от площади, указанной в ЕГРН.

К поправкам нельзя относиться как к возможности быстро увеличить площадь своих земельных участков. Закон направлен на уточнение существующих участков и поддержку собственников, которые на протяжении многих лет использовали земли без уточненных границ.

Комплексные кадастровые работы (ККР) – это кадастровые работы, которые выполняются одновременно в отношении всех расположенных на территории одного кадастрового квартала или территории нескольких смежных кадастровых кварталов земельных участков, зданий, сооружений (за исключением линейных объектов), а также объектов незавершенного строительства. Такие работы проводятся за счет бюджета по заказу органов государственной власти (в Москве, Санкт-Петербурге, Севастополе) или местного самоуправления (в других регионах страны, муниципальных районах, городских округах).

Кадастровые работы проводятся для уточнения границ земельных участков, зданий, сооружений, объектов незавершенного строительства. Кроме того, они нужны для корректного представления земельных участков, на которых расположены здания, а также для исправления реестровых ошибок. Комплексные кадастровые работы не проводятся в отношении линейных объектов.

Информация о проведении таких работ публикуется в открытых источниках, в том числе на сайтах органов госвласти или местного самоуправления в течение 10 дней со дня заключения контракта на выполнение комплексных кадастровых работ. Кроме

того, о начале проведения работ в конкретном кадастровом квартале, где расположен объект, правообладателя должен известить непосредственный исполнитель работ – кадастровый инженер – по электронной или обычной почте, при наличии этих сведений в реестре недвижимости.

После внесения в ЕГРН сведений о земельных участках и местоположении зданий, сооружений, объектов незавершенного строительства, полученных в результате проведения комплексных кадастровых работ, у правообладателей таких объектов недвижимости имущества отпадает необходимость проводить кадастровые работы за свой счет. Комплексные кадастровые работы проводятся на бюджетные средства.

Помимо этого, с вступлением в силу 150-ФЗ появляется возможность проведения комплексных кадастровых работ без утвержденного проекта межевания территории, если в соответствии с Градостроительным кодексом Российской Федерации разработка и утверждение такого проекта не требуется. Согласно 150-ФЗ, заказчики ККР вправе использовать технические паспорта, оценочную и иную необходимую в работе документацию. Эта мера позволяет исключить дополнительные затраты и сэкономить местный бюджет.

Напомним, Федеральный закон №150-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О кадастровой деятельности» и Федеральный закон «О государственной регистрации недвижимости» подписал Президент России Владимир Путин 17 июня 2019 года. Закон вступает в силу 16 сентября, спустя 90 дней после дня его официального опубликования.

Консультирует замглавы
Федеральной кадастровой палаты
Марина СЕМЁНОВА.

ПОГОДА

Дата	СР 18.09	ЧТ 19.09	ПТ 20.09	СБ 21.09	ВС 22.09	ПН 23.09	ВТ 24.09
Осадки	небольшой дождь	небольшой дождь	небольшой дождь	дождь	небольшой дождь	небольшой дождь	ясно
Днём	+13	+14	+12	+11	+12	+15	+17
Ночью	+7	+7	+5	+4	+6	+7	+8

Неблагоприятные дни

24 сентября (вторник)
(с 17.00 до 19.00)

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



ЖИВОЙ УГОЛОК

Домашняя свинка

Морские свинки являются такими же популярными домашними животными, как крысы или хомяки

У них относительно спокойный нрав, они подстраиваются под человека и ведут дневной образ жизни. Поэтому не сложно освоить, как ухаживать за морской свинкой в домашних условиях.

Морские свинки крупнее многих домашних грызунов, в длину они достигают 22-28 сантиметров и весят от 850 до 1750 граммов.

Как выбрать морскую свинку?

Животных можно забирать от матери в возрасте 4 или 5 недель. Позже наступает половая зрелость, и нужно успеть отсадить мальчиков.

У здорового поросенка шерсть блестящая, без проплешин (может быть видно кожу за ушами и на обратной стороне лап), кожа розовая, не шелушится, поведение в основном активное, охотно берет угощения с рук хозяина.

Морские свинки являются животными социальными, в домашних условиях они живут однополыми парами или стайками. Самый лучший вариант – взять однополую пару из питомника. В ином случае к взрослой свинке подсаживают детеныша возрастом 2-3 месяца. Нельзя саживать подростков возрастом до 10 месяцев.

Дом для морской свинки

Свинки любят побегать, поэтому самое главное при выборе жилища – длина. Минимальные габариты составляют метр на 60 сантиметров для одной свинки или 120 сантиметров длины для двух свинок. Допускается держать одну свинку во время карантина в клетке с длиной 70-80 см.

Если сложно найти такую огромную клетку, подойдет вольер или стеллаж. Морским свинкам категорически не подходят дюны, аквариумы, контейнеры или террариумы.

Животных можно выгуливать по дому.

В клетке морских свинок должны быть:

1. Керамические миски для еды.
2. Ниппельная поилка большого объема (минимум 250 мл).
3. Железный сенник. Сенник-шар опасен для свинок и других грызунов и кроликов!
4. Наполнителем может выступить комбинация из крупных опилок, древесных гранул + впитывающие пеленки для животных или коврик ПВХ.
5. Широкие трубы (многие заводчики используют самые обычные сантехнические) или деревянные мостики.
6. Лежанки из любой мягкой ткани, свинки будут на них спать.
7. Можно сделать убежище в виде домика. Он должен быть вместительным и иметь два выхода на случай, если свинки начнут выяснять в нем отношения.

Еда для морских свинок

Пища морских свинок состоит из трех главных компонентов – вкусно пахнущее сено, овощи и зелень, правильно подобранный корм.

1. Сено в клетке должно быть всегда! Это необходимо для правильной работы пищеварительной системы и стачивания зубов. Переросшие зубы препятствуют потреблению пищи, задние зубы вырастают в верхнюю челюсть, свинка может умереть.
2. Овощной компонент составляет примерно 10-15% от веса животного и должен содержать минимум 5 видов, включая зелень.
3. Что касается дозировки магазинного корма, обычно это столовая ложка на свинку ежедневно. Хороший корм должен быть на травяной основе и не содержать злаков. Берите специализированные корма именно для морских свинок, так как они содержат нужную норму витамина С, который они получают только из пищи.

Как ухаживать?

Стричь свинку можно обычными ножницами, главное не натягивать шерсть, чтобы свинке не было больно. Некоторые заводчики коротко стригут длинношерстных свинок с помощью триммера. Этот метод не подходит для начинающих свиноводов.

Мыть в воде морских свинок нельзя. Даже если они испачкались. Устранение грязи в клетке и стрижка длинношерстных свинок решат этот вопрос. Исключением являются химические загрязнения, которыми животное может отравиться. Если есть возможность, отмойте свинку локально, в месте загрязнения.

Каждый хозяин свинки должен уметь стричь им когти. В природе когти стачиваются естественным путем. В домашних условиях, даже на любой жесткой поверхности невозможно достигнуть нужного эффекта. Поэтому не стоит мучать животное, а примерно раз в 3-4 недели проделывать данную процедуру.

Для этого понадобится источник света, чтобы подсветить коготок и найти сосуд, специальные кусачки для животных маленького размера и вкусняшки (например, плющенный горох), чтобы занять свинку. Постепенно животные перестают нервничать.

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

Осенняя депрессия

Вот и осень подкатила. А вместе с ней появились апатия, скука, уныние, быстрая утомляемость и депрессия. Как справиться с осенней депрессией самостоятельно, без лекарств?

Помните: осенняя депрессия — это не заболевание! Не путайте её с настоящей болезнью, помочь с которой могут только врачи. Осенняя депрессия — это просто неуравновешенное психическое состояние, которое связано с нормальным сезонным снижением жизненного тонуса.

Больше света

Одна из основных причин осенней депрессии – недостаток ярких красок в природе, а также солнца и света. Есть статистика, что осенью и зимой депрессия, хотя бы в легкой степени, возникает у каждого второго жителя Земли. В странах Скандинавии с ней предлагают бороться с помощью светотерапии, для которой используются специальные сверхмощные лампы. Кабинеты светотерапии (иногда ее еще называют фототерапией) стали появляться и в некоторых российских поликлиниках. Более доступная и простая альтернатива – дневные прогулки (особенно если на улице светит солнце). А вот от ночных просмотров телевизора или сидения за компьютером в полутемной комнате желающим сохранить бодрость и хорошее настроение следует отказаться: постоянное тусклое освещение, особенно в неурочное ночное время, вызывает десинхронизацию жизненных ритмов, а также стимулирует усиленную выработку меланина, вызывающего депрессивное состояние. Так что спите, как и положено, ночью, а утром и вечером старайтесь, чтобы освещение было достаточным.

Больше полезной еды

Помогают справиться с депрессией индейка, бананы, цельнозерновой хлеб и кисломолочные продукты (содержат аминокислоту триптофан – предшественник гормона хорошего настроения серотонина, также индейка богата аминокислотами, повышающими антистрессовую сопротивляемость организма); шпинат (хороший источник фолиевой кислоты, дефицит которой обнаруживается примерно у трети страдающих депрессией); курагу (она богата магнием, помогающим нам бороться со стрессом), шоколад и какао (они также способствуют выработке серотонина).

Не забывайте выпивать достаточное количество жидкости: страдающий от недостатка влаги организм не может быть в тонусе. И имейте в виду, что по наблюдениям диетологов депрессия может быть также спровоцирована невкусной и однообразной пищей.

Серотонин является важным биологически активным веществом и гормоном, он повышает двигательную активность и общительность, улучшает эмоциональный настрой. Помимо продуктов, богатых триптофаном, для синтеза серотонина необходимо определенное количество углеводов. Вот и получается, что любители сладостей (в разумных пределах) – более положительно настроенные люди, чем те, кто полностью избегает их употребления.

Высыпайтесь и расслабляйтесь

Здоровый полноценный сон бесценен в любое время года. Установите себе ре-

жим сна и бодрствования и старайтесь вовремя ложиться спать. Ложитесь до полуночи – это время самое полезное для восстановления организма.

Если вы мучаетесь ночным недосыпом, компенсируйте нехватку сна дневным отдыхом – попробуйте подремать после еды в обеденный перерыв или хотя бы несколько минут посидите с закрытыми глазами.

Всем известно, массаж – верное средство для поднятия настроения и улучшения самочувствия. В домашних условиях вы можете сделать самомассаж ушей и рук.

Поберегите свою психику, которая особенно чувствительна осенью. Постарайтесь сделать все, чтобы дистанцироваться от неприятных вам личностей. Если человек вам в дальнейшем не нужен – не раздувайте скандал, обособьтесь от грубости и поскорее забудьте неприятные моменты. Если с человеком вам предстоит общаться еще долгое время – разговаривайте с ним коротко и по делу, не подключайте эмоции, не рассказывайте ничего лишнего. Так вы сэкономите свою энергию и защитите себя от депрессивных мыслей.

Ничто не избавляет от депрессии, как приятные занятия. Мыловарение, продажа ненужных вещей через Интернет, съемка фильма о пылающих красках осеннего леса, редактирование летних фотографий, консервирование овощей и фруктов на зиму, поход в кино или покупка яркой осенней одежды – все пойдет вам на пользу, если приносит удовлетворение.

1000 + 1 ОТВЕТ

Правильное мясо

Мясо – важный продукт питания, который должен насыщать и служить источником энергии. Поэтому к выбору товара следует подойти ответственно и грамотно.

При выборе мяса на рынке или в магазине его свежесть и качество можно определить по таким параметрам, как внешний вид, цвет, запах, консистенция.

Внешний вид мяса должен быть сухим, а мясной сок, выделяемый в разрезе, – прозрачным.

Запах мяса вообще должен быть натуральным, без примесей и постороннего дурного оттенка.

Для того чтобы проверить **консистенцию** мяса, достаточно надавить на его поверхность, поверхность продукта должна быстро выровняться.

Если уж совсем основательно подходить к выбору, можно попросить **промокнуть поверхность мяса салфеткой**: если не осталось сильно заметных влажных отпечатков – значит мясо свежее. Также на салфетке не должно оставаться обильных следов крови – признак того, что мясо хорошо обескровлено. Консистенция жира должна быть плотной и не липкой.

Если выбираете охлажденное мясо, упакованное в пластиковый поддон и обернутое пленкой, следует посмотреть, нет ли потеков внутри упаковки – если они есть, мясо оттаяло и пустило мясной сок (вследствие нарушения целостности упаковки или неправильного хранения). Если же вы берете замороженное мясо, обратите внимание на кристаллики льда, если они розовые – это означает, что продукт заморожен повторно.

По данным признакам также можно определить, что продукт испорчен. Так, например, серый окрас может объяснить, что миоглобин, особое вещество, содержащееся в мясе, разрушился при нагревании.

Липкая слизь, появившаяся на поверхности продукта, влажность, мутность – показатель развития бактерий.

Серые и бордово-красные пятна, сгустки крови, пигментация свидетельствуют о плохой вентиляции, неправильном охлаждении продукта, залежке мяса и неправильном хранении.

Советуем внимательно осмотреть жир животного, так как недобропорядочные продавцы могут замачивать продукт в марганцовом растворе, что придает мясу свежий цвет. Марганцовка не оставляет запаха, а жир животного прокрашивается в розовый.

Размытые края любого мяса – признак того, что продукт вымачивали в уксусном растворе.



Трезубец рыба-лова					
Битье палками по пяткам	Бурный грязевой поток	Усиливает звук в гитаре	Процесс с повитухой	Ящерница, в пустыне обитающая	
	Горы в Европе	Крупа из проса			
			Гибкая пластинка для ЭВМ	Молочный сахар	
	Пуховой мешок на кровати	Речная рыба рода сивов	Впадина среди холмов		
	Блюющий знак Зодиака				
			Беспорядочная куча	Высокая скала	
	Отход в швейной мастерской				
			Президентское "Запрещают!"		
	Тургеневская барышня				
	Детская аллергия		Блестящее пятно на одежде		

Составила Елена ТИМОШЕНКО.

Ответы на сканворд в №37

По горизонтали: Морковь. Инки. Океан. Пуп. Динамо. Взор. Панама. Шоу. Амур. Стекло. Маяк.

По вертикали: Головешка. Отче. Допуск. Акира. Каин. Наем. Панама. Вакуум. Муля. Подарок.