

**Декада подписки продлена до 20 октября**

Во всех отделениях почтовой связи вы можете выписать газету «Коммуна плюс» на полгода по индексу П7671 за 233 рубля 64 копейки. Для ветеранов и участников Великой Отечественной войны, инвалидов I и II групп цена составит 206 рублей 34 копейки. Выписать газету на год можно по индексу П5804, цена – 411 рублей 76 копеек. Для ветеранов и участников Великой Отечественной войны, инвалидов I и II групп цена подписки на год – 361 рубль 81 копейка.



**КОРОТКО**

Крупнейший в стране смотр достижений сельского хозяйства открылся в Москве девятого октября. Свои аграрные достижения представила на «Золотой осени-2019» и Воронежская область. Воронежскую делегацию возглавил заместитель председателя правительства области Виктор Логвинов. По традиции в преддверии Дня работника сельского хозяйства и перерабатывающей промышленности Председатель Правительства РФ Дмитрий Медведев вручил государственные награды и присвоил почетные звания лучшим работникам отрасли.

Федеральный центр ставит перед регионами серьезные задачи по созданию инфраструктуры рынка газомоторного топлива, отметил губернатор Воронежской области Александр Гусев на совещании. В течение четырех лет необходимо построить на территории области больше двадцати заправок. Программа предполагает, что газомоторное топливо будет использоваться не только коммунальной техникой, пассажирским транспортом в пределах населенных пунктов, но и грузовой техникой.

В Воронежском опорном университете (ВГУ) десятого октября состоялось награждение бойцов студотрядов вуза. Всего на базе ВГУ действуют семнадцать студенческих отрядов, в их составе – более 300 человек. Представители студенческих отрядов, признанные в этом году лучшими, примут участие во Всероссийском слёте студенческих отрядов.

Райцентр Новохопёрск Воронежской области нуждается в новой школе, отметил глава Новохопёрского района Виктор Петров на встрече с губернатором Александром Гусевым. В настоящее время объект включен в проект областной адресной инвестиционной программы на 2020-2021 годы. Планируется возвести школу на 1101 место. Губернатор поддержал инициативу муниципалитета.

Жителям области и организациям предлагается поделиться с зоопарком имеющимися излишками сельхозпродукции. По 27 октября принимаются в дар тыква, яблоки, морковь, кабачки, свекла, капуста, огурцы, груши, брусника, красная и черноплодная рябина на ветках, облепиха, семечки, орехи, шиповник, боярышник, еловые шишки с семенами, жёлуди, мёд и другое. Подходят только целые, свежие и не испорченные овощи и фрукты урожая этого года. Оставить свои осенние дары можно со вторника по воскресенье, с 10.00 до 19.00, на кассе зоопарка (ул.Полины Осипенко, 6а) и с пятницы по воскресенье, с 10.00 до 17.00, на кассе зоопитомника (ул.Смородиновая, 2д).

**ПРИРОДА И МЫ**

## Осень в Усманском бору

В минувшую субботу в Воронежском государственном биосферном заповеднике имени В.М.Пескова побывала группа воронежских фотографов. Члены фотоклуба «Экспресс» Павел Насонов, Александр Куликовский и автор этих строк совершили неспешную пешую прогулку по малой экологической тропе.

Высокие сосны, столетние дубы, ольха и осеннее благоухание растительности в пойме Усманки сразу приковали наше внимание. Куда ни помотришь – везде очаровательные картинки. Сюжеты прямо-таки сами просятся в кадр: река Усманка, её живописные старицы, в которых, как в зеркале, отражаются ивы.

Тихая красота русской осени в пору поэтического бабьего лета очаровала не только фотографов. В этот день тишину Усманского бора нарушили голоса воронежских школьников и студентов географического факультета ВГУ. Если первые оживлённо рассматривали в вольерах косулю, маленьких волчат, то студенты чувствовали себя почти как на научно-практической конференции, посвященной сохранению природы нашего края.

Распахнули свои двери и два местных музея – мемориальный В.М.Пескова и му-



Фото Михаила ВЯЗОВОГО.

На экскурсии по экологической тропе.

зей природы. У входа в бобровый питомник образовалась даже очередь желающих познакомиться с этими удивительными обитателями наших водоёмов.

Если к полудню небо несколько прояснилось и были моменты, когда нас озаряли лучи осеннего солнца, то после обеда потемнело, похолодало, накрапывал дождь. Пора было собираться домой.

Воронежский фотоклуб «Экспресс», старейшее региональное творческое объединение фотографов, существует уже 55 лет. Последние годы он совместно с Воронежским Союзом фотохудожников России регулярно устраивает тематические фотосессии – пленэры, на которых, кроме ветеранов, к искусству светописа приобщается и молодёжь.

Михаил ВЯЗОВОЙ.

**ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ПИСЬМА**

### История квартиры

**Собираюсь купить квартиру, но боюсь стать жертвой мошенников. Можно ли узнать информацию о квартире?**

Приобретая квартиру, дом либо иную недвижимость, любое лицо может запросить информацию о том, кому принадлежит конкретный объект недвижимости и сколько раз этот объект был предметом сделок. Данную информацию можно узнать в выписке из Единого государственного реестра недвижимости о переходе прав.

Основным отличием выписки о переходе прав от остальных выписок из Единого государственного реестра недвижимости является то, что она содержит информацию обо всех собственниках объекта недвижимости, включая сведения об актуальных зарегистрированных правах, а также прекращенных правах. Стоит отметить, что данная выписка не содержит сведений об ограничениях и обременениях прав, судебных спорах и правопритязаниях.

История объекта недвижимости – очень важный критерий при его приобретении. Так, следует насторожиться, если переходы прав были очень частыми. Это может свидетельствовать о скрытых недостатках объекта, приобретении объекта путем мошеннических действий и т.д.

Для получения выписки о переходе прав заявитель может обратиться в любой офис Многофункционального центра (МФЦ) или направить запрос почтовым отправлением.

Также запросить сведения можно в виде электронного документа через официальный сайт Росреестра или при получении ключей доступа к информационному ресурсу ФГИС ЕГРН.

Кроме того, жители Воронежской области могут получить выписку о переходе прав за считанные минуты, используя новый сервис на сайте Федеральной Кадастровой палаты. Сервис позволяет получить сведения

на объекты недвижимости из 51 региона страны, в том числе и Воронежской области.

### Вернуть переплату

**Заказывал выписку из ЕГРН, ошибочно оплатил 2000 рублей. Как вернуть излишне оплаченные деньги?**

В соответствии с Порядком возврата платы за предоставление сведений, содержащихся в Едином государственном реестре недвижимости, возврат платы осуществляется на основании заявления, в котором указываются банковские реквизиты, необходимые для возврата платежа лицу, подавшему такое заявление и осуществившему данный платеж, а также почтовый адрес или адрес электронной почты.

К заявлению прикладываются оригинал или копия документа, подтверждающего перечисление платежа (копия заверяется расчетной организацией, осуществившей данный платеж).

В случае подачи заявления на возврат платы представителем заявителя к заявлению прикладываются документы, заверенные в установленном порядке, подтверждающие право представителя.

Заявление с приложением необходимых документов представляется в виде бумажного документа путем почтового отправления (по адресу: г.Воронеж, ул. Генерала Лизюкова, д. 2) или при личном обращении (г.Воронеж, ул. Генерала Лизюкова, д. 2, 4-й этаж, каб. 404).

График приема заявлений: понедельник – четверг с 9.00 до 18.00, пятница с 9.00 до 16.45. Перерыв с 13.00 до 13.45.

При себе необходимо иметь следующие документы: паспорт; СНИЛС; оригинал квитанции об оплате или надлежащим образом заверенная копия квитанции об оплате (заверяется банком); реквизиты лицевого счета банковской карты или сберегательной книжки, на который будет осуществлен возврат платы за предоставление сведений.

### Электронное письмо

**Проживаю в отдалённом районе Воронежской области, необходимо побыстрее направить письменное обращение в Кадастровую палату. Боюсь, что по почте будет идти долго. Существуют ли другие способы направления корреспонденции?**

Современные информационные технологии способствуют активному переходу общества от традиционного бумажного к электронному документообороту.

Помимо традиционных способов отправки почтовой корреспонденции, обращение в Кадастровую палату можно направить в форме электронного документа следующими способами:

- по электронной почте на официальный электронный адрес Кадастровой палаты filial@36.kadastr.ru;
- путем заполнения специальной формы на официальном сайте Росреестра, ФГБУ «ФКП Росреестра»;
- через Единый портал государственных и муниципальных услуг (www.gosuslugi.ru);
- через Ведомственный центр телефонного обслуживания Росреестра (8-800-100-34-34), где ответ на обращение будет предоставлен незамедлительно или, в зависимости от сложности поставленных вопросов, в течение четырех рабочих дней.

### Ответ на руки

**Для судебного заседания необходимо направить письменное обращение в Кадастровую палату. Могу ли я получить ответ на обращение лично, а не ждать его по почте?**

Да, при наличии в обращении письменной просьбы гражданина ответ на письменное обращение может быть выдан на руки.

Консультируют специалисты филиала ФГБУ «Федеральная кадастровая палата Росреестра» по Воронежской области.



**ПОГОДА**

Дата	СР 16.10	ЧТ 17.10	ПТ 18.10	СБ 19.10	ВС 20.10	ПН 21.10	ВТ 22.10
Осадки	ясно	малооблачно	облачно с прояснениями	облачно с прояснениями	облачно с прояснениями	ясно	пасмурно
Днём	+15	+19	+17	+14	+13	+14	+13
Ночью	+7	+10	+7	+5	+5	+6	+4

**Неблагоприятные дни**

17 октября (четверг)  
(с 6.00 до 8.00)

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

№42 (1249) 16 октября 2019 г.

Цифры в скобках обозначают ограничение просмотра телепередач по возрасту: (6+) - просмотр не рекомендуется детям до 6 лет; (12+) - просмотр не рекомендуется детям до 12 лет; (16+) - просмотр не рекомендуется лицам моложе 16 лет; (18+) - просмотр не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.25 «Доброе утро» 12+
8.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости 16+
9.55 «Модный приговор» 6+

12.50, 18.50 «60 минут» 12+
14.45 «Что против?» 12+
17.25 Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+

КРЫСА БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ» 16+
23.50 «Сегодня. Спорт» 12+
23.55 «Подозреваю» 16+

ТНТ
7.00, 7.30, 8.00, 8.30 «ТНТ. Gold» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

4.10 X/Ф «МАТРОС ЧИЖИК» 12+
5.30 «Хроника Победы» 12+

ПОНЕДЕЛЬНИК 21 ОКТЯБРЯ

5.00, 9.25 «Утро России» 12+
\*07.05, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Местное время»

12.50 «Вечер с Владимиром Соловьевым» 12+
2.00 Серия «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» 12+

8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Засекреченные списки» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.20 «Известия» 16+

5.25 Серия «СВОИ» 16+

ВТОРНИК 22 ОКТЯБРЯ

5.00, 9.25 «Утро России» 12+
\*07.05, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Местное время»

12.50 «Вечер с Владимиром Соловьевым» 12+
2.00 Серия «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» 12+

8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Засекреченные списки» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.25 «Известия» 16+

5.25 Серия «СВОИ» 16+

СРЕДА 23 ОКТЯБРЯ

5.00, 9.25 «Утро России» 12+
\*07.05, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Местное время»

12.50 «Вечер с Владимиром Соловьевым» 12+
2.00 Серия «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» 12+

8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Засекреченные списки» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.25 «Известия» 16+

5.25 Серия «СВОИ» 16+

ЧЕТВЕРГ 24 ОКТЯБРЯ

5.00, 9.25 «Утро России» 12+
\*07.05, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Местное время»

12.50 «Вечер с Владимиром Соловьевым» 12+
2.00 Серия «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» 12+

8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Засекреченные списки» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.25 «Известия» 16+

5.25 Серия «СВОИ» 16+

ПЯТНИЦА 25 ОКТЯБРЯ

5.00, 9.25 «Утро России» 12+
\*07.05, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.25, 14.25, 17.00, 20.45 «Местное время»

12.50 «Вечер с Владимиром Соловьевым» 12+
2.00 Серия «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» 12+

8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Засекреченные списки» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.25 «Известия» 16+

5.25 Серия «СВОИ» 16+

СУББОТА 26 ОКТЯБРЯ

5.30, 6.10 X/Ф «СТАРШИЙ СЫН» 12+
6.00, 10.00, 12.00 Новости 16+
8.10 «Играй, гармонь любимая!» 12+

12.50 «Вечер с Владимиром Соловьевым» 12+
2.00 Серия «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» 12+

8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Засекреченные списки» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.25 «Известия» 16+

5.25 Серия «СВОИ» 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ 27 ОКТЯБРЯ

6.00, 10.00, 12.00 Новости 16+
6.10 X/Ф «ВЫСТРЕЛ» 12+
7.40 «Часовой» 12+

12.50 «Вечер с Владимиром Соловьевым» 12+
2.00 Серия «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» 12+

8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Засекреченные списки» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.25 «Известия» 16+

5.25 Серия «СВОИ» 16+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.25 «Доброе утро» 12+
8.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости 16+
9.55 «Модный приговор» 6+

12.50, 18.50 «60 минут» 12+
14.45 «Что против?» 12+
17.25 Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+

КРЫСА БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ» 16+
23.50 «Сегодня. Спорт» 12+
23.55 «Подозреваю» 16+

ТНТ
7.00, 7.30, 8.00, 8.30 «ТНТ. Gold» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

4.10 X/Ф «МАТРОС ЧИЖИК» 12+
5.30 «Хроника Победы» 12+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.25 «Доброе утро» 12+
8.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости 16+
9.55 «Модный приговор» 6+

12.50, 18.50 «60 минут» 12+
14.45 «Что против?» 12+
17.25 Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+

КРЫСА БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ» 16+
23.50 «Сегодня. Спорт» 12+
23.55 «Подозреваю» 16+

ТНТ
7.00, 7.30, 8.00, 8.30 «ТНТ. Gold» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

4.10 X/Ф «МАТРОС ЧИЖИК» 12+
5.30 «Хроника Победы» 12+

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.25 «Доброе утро» 12+
8.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости 16+
9.55 «Модный приговор» 6+

12.50, 18.50 «60 минут» 12+
14.45 «Что против?» 12+
17.25 Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+

КРЫСА БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ» 16+
23.50 «Сегодня. Спорт» 12+
23.55 «Подозреваю» 16+

ТНТ
7.00, 7.30, 8.00, 8.30 «ТНТ. Gold» 16+

11.50, 0.55 Серия «НОЛОМБО» 12+
13.40 «Мой герой. Алексей Немов» 12+

13.10 «Алтайские жарки» 12+
15.00 «Линия жизни» 12+

14.30, 2.05 «Порча» 12+
15.00 Серия «СМЕНИЯ ХВАТИТ» 16+

4.10 X/Ф «МАТРОС ЧИЖИК» 12+
5.30 «Хроника Победы» 12+

СКИДКИ на товары и услуги
(473) 20-02-084
SPRAVKARN.RU
ЧТО-ГДЕ-ПОЧЕМ

НОВОСТИ ОДНОЙ СТРОКОЙ
twitter.com/KommunaNews

РЕМОНТ МЯГКОЙ МЕБЕЛИ
Бесплатная доставка
Льготным категориям - скидки
ТЕЛ.: 8(473)259-19-98

ВСЕ НОВОСТИ ВОРОНЕЖА И ОБЛАСТИ
http://www.kommuna.ru

РЕМОНТ МЯГКОЙ МЕБЕЛИ
Бесплатная доставка
Льготным категориям - скидки
ТЕЛ.: 8(473)259-19-98

ВСЕ НОВОСТИ ВОРОНЕЖА И ОБЛАСТИ
http://www.kommuna.ru

**ВКУСНО И ПРОСТО**

**Рагу из тыквы с кольраби**

**Тыква в очищенном виде — 300 г, капуста кольраби — 2 шт., перец (сладкий), морковь, лук — по 1 шт., чеснок — 5 зубчиков, масло (растительное), соль — по вкусу.**

Для приготовления рагу лучше использовать толстостенную кастрюлю. Все овощи — лук, морковь, тыкву, капусту и сладкий перец — нарезаем небольшими кубиками. Ставим посуду на огонь и наливаем масло. Когда масло нагреется, выкладываем овощи, начиная с лука. Закрываем кастрюлю крышкой и готовим на медленном огне, периодически помешивая, в течение 45 минут. В самом конце процесса, минут за десять до полной готовности, блюдо солим и добавляем измельченные зубчики чеснока. Состав ингредиентов рассчитан на четыре человека.

**Тыквенная пшённая каша**

**Тыква (небольшая) — 1 шт., пшено — 1,5 стакана, вода — 3 стакана, мёд, соль — по вкусу.**

Тыкву моем, удаляем семечки и кожуру. Нарезаем на небольшие кусочки. Крупу необходимо промыть и залить водой. Затем положить тыкву, мёд и соль. Довести массу до кипения, убавить огонь и далее варить, помешивая, в течение двадцати минут. Если пшено не размякло, а вода уже испарилась, добавляем ещё. Далее используем стандартный способ доведения каши до готовности: убираем кастрюлю с плиты, укутываем в полотенце или одеяло и оставляем на полчаса. Ну а подаём к столу кашу с маслом.

**Тыквенный суп-пюре**

**Тыква — 0,5 кг, картофель — 2 шт., сельдерей — 0,1 кг, лук, морковь — по 1 шт., масло растительное — 3 ст. ложки, вода (овощной бульон) — 0,5 л, соль, зелень, специи — по вкусу.**

Чтобы суп имел насыщенный вкус, перед варкой обжарим овощи в растительном масле. Нарезаем лук, морковь, сельдерей, тыкву, картофель достаточно мелкими кусочками. В разогретое масло сначала погружаем тыкву и оставляем минут на пять. Затем отправляем сельдерей и картофель. Мешаем массу, чтобы она не прилипла ко дну. В последнюю очередь к тушёным овощам добавляем морковь и лук,правляем всё специями и тушим в течение ещё нескольких минут.

Заливаем всё горячей водой или овощным бульоном, солим и закрываем крышкой. Варим суп до готовности овощей, примерно полчаса, проверить можно по моркови. После того, как суп остынет, перемещаем его в блендер или измельчаем прямо в кастрюле. Подаём суп-пюре с зеленью и гренками.

**Салат из тыквы**

**с яблоком и морковью**

**Тыква (мякоть) — 0,2 кг, морковь, яблоко — по 1 шт., масло оливковое — 30 мл, лимонный сок — 5 мл, сахар, соль, специи — по вкусу.**

Очистить тыкву от кожуры и семян, мякоть натереть на тёрке. Морковь и яблоко также натереть, но яблоко в последнюю очередь, так как фрукт быстро темнеет. Заправка для салата весьма проста: смешиваем лимонный сок и масло и добавляем к измельчённым ингредиентам. Полученную массу перемешаем и оставим минут на пятнадцать, чтобы салат хорошо пропитался. По желанию в блюдо добавляем сахар, соль или специи.

**Варенье из тыквы с лимоном**

**Тыква (мякоть) — 1 кг, сахар — 1 кг, вода — 1 стакан, лимон — 1 штука.**

Тыкву чистим, оставляем только мякоть, которую рубим на мелкие кусочки, лимон (с кожурой) также мелко нарезаем. Отправляем ингредиенты в эмалированный таз или кастрюлю. Добавляем стакан кипятка и варим на среднем огне около пятнадцати минут и лишь после того, как тыква станет мягкой, засыпаем сахар. Варим массу пять минут, чтобы исчезли кристаллы. Включаем огонь и измельчаем варенье блендером, а затем разливаем по банкам. Хранить продукт следует в холодильнике.

**Тыква в духовке**

**с мёдом и орехами**

**Тыква (очищенная) — 0,5 кг, орехи грецкие — 0,1 кг, мёд, сахар, масло сливочное — по 1 ст. ложке.**

Тыкву почистить и порезать на ломтики толщиной в 1 см. Разместить кусочки на противне и полить небольшим количеством воды (две столовые ложки). Покрывать лист фольгой и отправить запекаться в духовку. Оставить там на полчаса при температуре в 190 градусов. Наступило время приготовить сладкую смесь. Для этого необходимо измельчить орехи, растопить масло. Добавить мёд и сахар. По истечении указанного времени достать тыкву из духовки, убрать фольгу и полить сладкой орехово-медовой массой. Десерт снова поставить в духовку ещё на десять минут. Полезная сладость готова к подаче на стол.

**ЗДОРОВЬЕ**

**Лечим насморк**

**Некоторые народные средства лечения насморка в домашних условиях помогут быстро вылечить недуг за один-три дня без побочных эффектов, другие — облегчат общее самочувствие, снимут заложенность носа**

**Промывание носа.** Для лечения насморка нужно втягивать жидкость с ладони одной ноздрей, а выливать из другой ноздри или изо рта. После процедуры высморкаться, нос очищается мгновенно, вода смывает находящиеся в носу вирусы.

Это народное средство помогает вылечить насморк за один день, максимум за два дня. Промывать надо теплой водой с добавлением соли, лучше морской пищевой (на стакан воды 1 чайная ложка соли).

Повышает лечебные свойства такого промывания добавление в воду настойки прополиса, календулы или эвкалипта (0,5 ч. л. на стакан воды). Так же хорошо помогает промывание носа отваром свёклы. Если для профилактики промывать нос водой каждый день, то шанс получить насморк сводится к нулю.

Хронический затяжной насморк можно вылечить в домашних условиях с помощью промывания носа таким раствором: на 1 стакан воды — 1 ч. л. соли, 0,5 ч. л. соды и 5 капель йода — эти промывания помогают вылечить даже гайморит.

**Хозяйственное мыло.** Обильно намылить палец мылом и смазать нос изнутри — делать три раза в день. Если каждый день для профилактики в гриппозный период во время умывания промывать нос с мылом, то риск заболеть ринитом сведется к нулю.

**Лечение насморка горчицей.** Горчица широко используется в народных методах и рецептах лечения насморка: приложить горчичники к ступням и закрепить.

пить тканью или насыпать сухой горчицы в носки и ходить один-два дня.

Или ножные ванны: перед сном подержать ноги в горячей воде с добавлением горчицы. Хорошо очищает нос, улучшает общее самочувствие при простуде. Насморк — лечение ринита с помощью массажа.

Массажируют, растирают ноги спиртом, затем надеваются шерстяные носки, желательно после этого положить грелку на ноги.

**Лук и чеснок.** Во влажную салфетку завернуть тертый лук, положить на крылья носа, сверху прикрыть сухой тканью, полежать с этим компрессом 15 минут, повторить процедуру три—четыре раза в день.

Насморк с помощью лука можно вылечить очень быстро — за один день. Можно вставлять в нос марлевые турундочки, пропитанные соком лука. А можно разбавить луковый сок водой в соотношении 1:3 — 1:6 и закапывать эти капли в нос.

Домашнее лечение насморка **чесночным маслом.** Нагреть полстакана растительного масла на водяной бане 30 мин., добавив головку толченого чеснока. Настоять сутки. Смазывать ноздри два-три раза в день.

**Мед с соком свеклы** — популярный народный метод лечения насморка у детей. Взять жидкий мед, 1/3 чайной ложки, распустить в десертной ложке кипяченой воды и смешать с 1 столовой ложкой сока свеклы. Закапывать по семь капель через каждые два часа в подогретом

виде. Насморк удастся вылечить за один день.

Можно сок свеклы с кипяченой водой 1:1 и закапывать в нос по 4-5 капель несколько раз в день.

Тампоны из сырой свеклы при насморке очень хорошо очищают нос. Натереть свежей свеклы, положить на кусочек бинта и свернуть в трубочку, вставить в ноздри на 1-2 часа, делать несколько раз в день. Так же делают тампоны с чесноком, но перед введением чесночного тампона желательно смазать слизистую носа вазелином.

**Алоэ и каланхоэ** — замечательные народные средства лечения насморка. Нужно закапывать в нос 3—4 раза в день сок каланхоэ перистого или алоэ по 3—5 капель в каждую половину носа. Закапывание сока каланхоэ вызывает иногда сильное чихание, но вылечить ринит этим средством можно за один день.

**Сок калины с медом.** Смешать 1 стакан сока калины и 1 стакан меда, пить по 1 столовой ложке 3 раза в день. Хранить в холодильнике, пить теплым.

**Прогревания носа** — самое распространенное народное средство лечения насморка. Для прогревания носа в домашних условиях используются два вареных куриных яйца, завернутых в ткань, мешочек с горячим песком или солью.

Помните, перед применением народных средств следует проконсультироваться со своим лечащим врачом.

**ВАШ ДОМ**

**Готовим окна к зиме**

**Пластиковые окна будут служить зимой вам верой и правдой, если до наступления холодов правильно подготовить их к зиме.**

**Чистка и мойка окон.** Подготовка ваших окон к холодному периоду времени, как и любая отделка балконов и лоджий, должна начинаться с обычного мытья. Лучшее время для мытья окон — теплая осенняя погода.

После того, как вы помоете подоконник, профиль, створки, специальным средством почистите стекла, можете считать, что ваше окно готово к последующей обработке.

**Демонтаж москитной сетки.** Помните, что москитные сетки на ваших окнах могут повредиться, поэтому лучше в этот период времени их убрать.

**Проверка плотности прижима створки.** С помощью обычного белого листа бумаги можно проверить плотность прижатия створки к окну. Если лист при закрытой створке выходит слишком легко, тогда перед наступлением зимы потребуется перевести режим закрытия створки в «режим зимы», благодаря чему будет обеспечена более плотная стыковка. В случае его легкого извлечения можно делать вывод об отсутствии проблем. Как правило, фурнитура для перевода является роликовыми цапфами с разметкой и расположена обычно с торца окна.

Вставив шестигранный ключ в цапфу, надо прокручивать его до того времени, пока прижим не наберет максимума, — это необходимо для изменения режима перевода на зимний вариант.

Осуществив перевод, следует проверить работу фурнитуры, возможно, потребуется регулировка. Затем можно удостовериться в легкости закрывания окна.

**Чистка и смазка.** Следующим станет шаг приведения в порядок внутреннего устройства окна. Смазка уплотнителей и фурнитуры, обеспечивающая герметичность, используется для защиты домов от холодных сквозняков, которые могут просочиться даже в наименьшие щели. Хорошо протереть по всему периметру окна резинку уплотнителя, необходимо обработать сам уплотнитель каким-нибудь средством на основе глицерина, к примеру, специализированным карандашом для обработки. Не лишней будет смазка всех подвижных элементов фурнитуры.

**НОВОСТИ** одной строкой

Прокладка в обуви					
Участник Олимпиады	Длинный знак Морзе	Рудник Соломона		Номер для важных персон	Чулочная нить
	Штамповочная машина	Итальянская золотая монета			
				Любимчик королевы	Венесуэльская столица
	Дама на панели	Не стоящая внимания мелочь		Парус на мачте	
	И сизифов, и мартишкин				
				В руке у Эрато	Еврейский пасхальный хлеб
	Стебли после обмола				
				Его столица Багдад	
	Поражение на клетчатой доске				
	Недробленая гречка			"Смываемся!" на жаргоне	

Составила Елена ТИМОШЕНКО.

**Ответы на сканворд в №41**

**По горизонтали:** Потрава. Лясы. Распе. Кук. Палата. Ерик. Серьги. Еда. Омет. Ремарк. Арба.

**По вертикали:** Привереда. Опус. Писарь. Плаке. Реле. Рома. Кальмар. Висмут. Герб. Калитка.