

ОБЪЯВЛЕНИЯ • РЕКЛАМА • НЕДВИЖИМОСТЬ • РАБОТА • УСЛУГИ • ИНФОРМАЦИЯ

СТРАХОВАНИЕ

АВТО: ОСАГО, КАСКО
НЕДВИЖИМОСТЬ: КВАРТИРЫ,
ДОМА, ДАЧИ, ИПОТЕКА
ЖИЗНЬ: ДМС, ОТ НЕСЧАСТНЫХ
СЛУЧАЕВ

8-928-883-82-75



Познакомиться
с номерами
газеты
"Ярмарка"
можно
в библиотеках
с.Успенского
и с.Коноково.

www.газетаярмарка.рф
https://t.me/gazeta_yarmarka

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ БАРМЕН-ОФИЦИАНТ И ПОМОЩНИК ПОВАРА.

ТЕЛЕФОНЫ: 8-960-488-16-14, 8-928-66-57-152.



Реклама.

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, СТИРАЛЬНЫХ МАШИН.

Диагностика на дому – БЕСПЛАТНО.

Телефон 8-918-393-82-88.

Реклама.

ПОЕЗДКИ НА МОРЕ

С размещением в Архипо-Осиповке, Лермонтово, Джубге на 3, 4, 7 дней.
Стоимость от 4300 рублей с одного человека за проезд и проживание.

ОДИН ДЕНЬ НА МОРЕ – 2000 рублей с человека (без размещения).

ТУРЫ ВЫХОДНОГО ДНЯ:

Архыз, Домбай – 1400 рублей.

Кисловодск + водопады – 1500 рублей.

Парк Галицкого (г.Краснодар) – 1500 рублей.

Цена указана на одного человека за проезд и сопровождение.

Посещение экскурсионных объектов оплачивается отдельно.

Информация и запись по номеру 8-918-430-30-68.

Реклама.

Самовывоз, демонтаж, резка. Электронные весы.

ЗАКУПАЕМ ЛОМ ЦВЕТНЫХ И ЧЕРНЫХ МЕТАЛЛОВ

с.Успенское, ул.Советская, 57.

Телефон 8-918-179-41-42.

Реклама.

ОФОРМЛЕНИЕ

переоборудования автомобилей (газ, фаркоп и т.д.).

Телефон 8-989-822-97-72.

Реклама.

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

Отделочные работы.

Телефон 8-918-16-16-992.

Реклама.

Изготовление

печатей, штампов,
факсимиле. г.Армавир,
ул.Фрунзе, 7, оф. №117,
1-й этаж

(район центрального рынка).

Телефоны: 8-918-264-02-02.

8-918-171-17-01.

Реклама.

МАТРАСЫ Ортопедические, поролоновые, ватные.

ПЕНСИОНЕРАМ – СКИДКИ!

Телефон

8-918-456-98-54.

КУХНИ, ШКАФЫ-КУПЕ.

Перетяжка мебели.

Телефон

8-918-49-24-106.

Реклама.

Вашу рекламу товаров и услуг или объявления о купле-продаже
недвижимости прочитают жители г.Армавира, п.Заветного
и Успенского района, если вы разместите их в рекламной
информационной газете «Ярмарка».

Наши расценки – самые доступные в округе! Наша газета выходит с 2009 года.

Наша «ЯРМАРКА» – бесплатная для читателей. Сотрудничать с нами – ВЫГОДНО!

Контактный телефон 8-918-269-77-83.

РЕМОНТ ЖК ТЕЛЕВИЗОРОВ

Выезд.

Доставка.



Телефон 8-918-333-09-40.

Реклама.

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, СПЛИТ-СИСТЕМ.

Выезд на дом. Гарантия.

Телефон 8-961-850-30-93.

Реклама.

ДОСТАВКА:

песок (все виды), отсев, щебень
(любой фракции),
ПГС, земля, цемент.

Доставка от 0,5 куб.м и по
договоренности.

УСЛУГИ вышки, манипулятора,
ГАЗОНА, КАМАЗа.

К каждому клиенту –
индивидуальный подход. Работаем
без выходных.

Находимся в с.Успенском на территории
старого ГАИ. Телефон 8-918-439-439-6.

Реклама.

КРЫШИ:

ремонт, замена, монтаж.

Быстровозводимые

КАРКАСНЫЕ ДОМА.

Утепление.

Заборы, навесы, отопление.

Телефон 8-961-538-47-10.

Реклама.

УСЛУГИ ТРАКТОРА И МИНИ- ПОГРУЗЧИКА

- Погрузка зерновозов.
- Планировка участков.
- Засыпка цоколя.
- Вывоз строительного мусора.

Система оплаты любая.

Телефон

8-988-353-08-08



Реклама.

ПРИНИМАЕМ ЗАКАЗЫ НА ИЗГОТОВЛЕНИЕ ВИЗИТОК

Справки по телефону 8-918-269-77-83

ИЗ ПОЛИПРОПИЛЕНА НА ЗАКАЗ:

- бассейны,
- купели,
- емкости любого
размера.



Телефон 8-928-44-21-223.

Реклама.

В ближайший номер газеты «Ярмарка»
РЕКЛАМА и ОБЪЯВЛЕНИЯ принимаются
до пятницы включительно.
Телефон 8-918-269-77-83.



www.газетаярмарка.рф

Юридическая помощь ПОЛНОЕ СПИСАНИЕ ДОЛГОВ

В РАМКАХ ЗАКОНА.

Банкротство, отмена приказов,
возражения, рассрочка и другое.

ИП Удовенко Наталья Михайловна

Телефон

8-918-325-70-71.

Реклама.

ИЗГОТОВЛЕНИЕ САЙТА НА ЗАКАЗ

- * Сайт-визитка.
- * Интернет-магазин.
- * Многостраничный сайт.

Телефон 8-988-464-68-13.



Реклама.

АДРЕСНЫЕ ТАБЛИЧКИ НА МЕТАЛЛЕ

Тел.8-918-269-77-83.



В ближайший номер газеты «Ярмарка»
РЕКЛАМА и ОБЪЯВЛЕНИЯ принимаются
до пятницы включительно.
Телефон 8-918-269-77-83.

Познакомиться с номерами газеты
"Ярмарка" можно в библиотеках
с.Успенского и с.Коноково.

ОФИЦИАЛЬНО

Уважаемые жители Успенского сельского поселения
Успенского района!

Амброзия полыннолистная сегодня не только на полях, она растет в населенных пунктах, на обочинах дорог, на строительных площадках, на пустырях, вокруг школ и детских садов. В период цветения амброзия вызывает массовые аллергические заболевания (риниты, бронхиты, бронхиальную астму). Вдыхание цветочной пыльцы амброзии полыннолистной вызывает тяжелое воспаление слизистой оболочки верхних дыхательных путей и глаз, головную боль.

Задача сельскохозяйственных предприятий и хозяйств активно бороться с очагами амброзии полыннолистной на посевах, обочинах дорог, лесополос любым доступным способом (химическим, агротехническим, механическим).

Руководителям предприятий всех форм собственности и жителям района необходимо проводить работы по обследованию земельных угодий на выявление злостного сорняка и своевременно уничтожать его.

Уничтожив амброзию, вы улучшите экологическую обстановку территории поселения.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

Администрация Коноковского сельского поселения Успенского района информирует о принятии 25 августа 2022 года на 50-й сессии Совета Коноковского сельского поселения Успенского района решения № 155 «О внесении изменений в решение Совета Коноковского сельского поселения Успенского района от 9 декабря 2021 года № 120 «О бюджете Коноковского сельского поселения Успенского района на 2022 год».

С полным текстом Решения можно ознакомиться на официальном сайте администрации Коноковского сельского поселения Успенского района adm-konokovo.ru» и в местах, установленных для официального обнародования документов.

Торговля

Минпромторг планирует с 2023 года ввести
маркировку одежды

Товары легкой промышленности начнут маркировать в России с 1 июня 2023 года. Соответствующий проект постановления правительства подготовил Минпромторг, пишут «Известия».

Согласно документу, речь идет о спортивных костюмах, пиджаках, брюках, блузках, рубашках, а также верхней одежде: пальто, плащах, куртках, ветровках и продукции из искусственного меха.

В пресс-службе министерства обратили внимание на то, что отечественный

рынок сегодня сталкивается с проблемой незаконного оборота продукции легпрома, когда импортеры, например, ввозят натуральный мех под видом искусственного.

На сегодняшний день под маркировку попадают лишь шубы и обувь. Представители бизнеса уже поддерживали маркировку товаров легпрома. Ожидается, что метки позволят покупателям легко отличать оригинальную вещь от подделки.

www.aif.ru

Безопасность

В РФ протестируют систему, предупреждающую
водителей о препятствиях на дорогах

Специалисты инфраструктурного центра «Автонет» Национальной технологической инициативы (НТИ) протестируют в двух российских городах отечественную систему, которая способна по вибрации определить приближение автомобиля к пешеходам, дорожным препятствиям и другим транспортным средствам.

Такая разработка сможет предупреждать водителя об угрозе на дороге в темное время суток. Об этом рассказала агентству «ТАСС» директор центра Екатерина Кочергина в рамках форума «Технопром».

Такая система основана на технологии взаимодействия машины с дорожной инфраструктурой и другими участниками движения **V2X** (vehicle-to-everything, англ. «транспортное средство — ко всему»). Она определяет вибрационное воздействие от пешеходов, препятствий на дороге, открытых люков и других автомобилей, после чего передает полученные данные в бортовой компьютер машины.

По задумке разработчиков, такая система даст возможность снизить количество аварий на дорогах, особенно в темное время суток и при плохой видимости.

www.csn-tv.ru

Наука

Ученые выяснили, что употребление сладких
газированных напитков ухудшает работу мозга

Ученые из Бразилии провели эксперимент и выяснили, что у крыс, продолжительное употреблявших сладкие газированные напитки, появились нарушения в работе головного мозга. Результаты исследования опубликованы в журнале ScienceDirect.

В ходе эксперимента ученые разделили крыс на три возрастные группы, каждую из которых разделили на животных, которые пьют только воду, и тех, которые пили и воду, и газировку. Спустя 57 дней исследователи провели для грызунов несколько когнитивных тестов и обнаружили, что крыс, которые пили газировку, присутствуют нарушения памяти и

поведения.

Еще через 10 дней животных усыпили, чтобы изучить изменения в их головном мозге. У тех крыс, которые пили воду, нарушений обнаружено не было. У крыс, которые пили газировку, были серьезные нарушения в окислительной системе мозга: грызуны испытывали окислительный стресс, причем у молодых крыс он был более выраженным.

Исследователи пришли к выводу, что длительное употребление безалкогольных напитков приводит к ухудшению памяти и нарушению других когнитивных способностей.

www.gazeta.ru

Общество

В.Володин рассказал, что изменится
для россиян с 1 сентября

Председатель Госдумы Вячеслав Володин сообщил об изменениях в законодательстве, которые вступят в силу уже 1 сентября.

Первое изменение касается учителей. Педагогов освободят от части бумажной работы, что позволит им уделять больше внимания обучению детей.

«С 1 сентября учителей освободят от заполнения лишних документов. Важно, чтобы преподаватели могли посвящать обучению наших детей больше времени, а не тратили его на бумажную волокиту», — пишет Володин в своем телеграм-канале.

Второй закон касается защиты личных данных покупателей.

«Теперь покупателю не смогут отказать в услуге, если он не хочет предоставлять личную информацию. За нарушение закона будет грозить штраф до 50 тысяч рублей», — сообщает политик.

Так россиян уберегут от мошенничества и спама, говорит [Володин](https://www.fedpress.ru).

Еще на смартфонах теперь в обязательном порядке будет установлен российский магазин приложений. Это сделано потому, что иностранные магазины запретили россиянам скачивать часть приложений у них. Обо всем этом Вячеслав Володин рассказал у себя в телеграм-канале.

www.fedpress.ru

Актуально!

В России предложили отказаться
от пластиковой упаковки для букетов

Российский экологический оператор (РЭО) призвал отказаться от одноразовой пластиковой упаковки для букетов. Там считают, что начать следует с 1 сентября. Организация уже разослала свои рекомендации в региональные органы управления образованием, а также направила в «Деловую Россию». «Известия» ознакомились с копиями документов.

«Первое сентября — трепетный и важный день для многих граждан. Но также это один из самых популярных дней для цветочных магазинов. Букеты, как правило, оборачивают в пластиковую упаковку, сделанную из полипропилена», — рассказал глава РЭО Денис Буцаев.

По его словам, хотя этот материал теоретически можно и переработать, в реальности сделать это практически невозможно: упаковка перед тем, как ее отправят в бак для вторсырья, должна быть чистой и сухой. Загрязненная же она не подлежит переработке, пояснил Буцаев. А сроки разложения пластика исчисляются десятками лет, подчеркнул он.

«Пластиковая обертка для цветов — это то, что 100% идет на полигон. То есть букет простоит четыре дня, а упаковка

пролежит на свалке четыре сотни лет. Каждый покупатель должен решить для себя, стоит ли оно того», — поддержал инициативу исполнительный директор ассоциации «Чистая страна» Руслан Губайдуллин.

Сегодня в России образуется порядка 60 млн. т отходов, и большая часть — это именно упаковка, добавил он. Старт учебного года — отличное время, чтобы начать формировать у школьников и их родителей полезные привычки, считает эксперт.

Экологическую ответственность стоит начинать формировать с детства: значительную роль в этом играет не только семья, но и школа, а также общественное мнение, согласен член президиума всероссийской общественной организации «Союз отцов» Павел Скланчук.

www.iz.ru

Работа

Российские вузы обяжут заключать договоры
с преподавателями на срок от 3 лет

Российские высшие учебные заведения могут начать заключать договоры на преподавание от трех до пяти лет. Соответствующие поправки в Трудовой кодекс подготовило Минобрнауки России. Документ размещен на федеральном портале проектов нормативных правовых актов.

Поводом для этого послужило постановление Конституционного суда России.

Ранее вузы могли заключать с преподавателями краткосрочные контракты, временные рамки которых фактически

определял сам работодатель. Эту систему посчитали неудобной для педагогов, в связи с чем госорганам поручили найти решение проблемы.

Согласно документу, предлагается также при избрании сотрудника по конкурсу на замещение ранее занимаемой им по срочному трудовому договору должности продлевать действие договора по соглашению нанимателя и работника на неопределенный срок или на срок избрания на соответствующую должность.

www.gazeta.ru

Для души

Августу, с любовью



Со вкусом осени рассветы.
Со вкусом осени закат.
А август дарит мне букеты,
Как-будто в чём-то виноват.

В них столько солнца,
Столько света.
В них столько нежности, любви.
Что забываю, что у лета
Остались считанные дни.

Ирина Дельва.

ПРОФЕССИЯ

ШКОЛЬНИКИ РОССИИ ПОСЛЕ ДЕВЯТОГО КЛАССА СМОГУТ ИЗУЧАТЬ В КОЛЛЕДЖАХ ФЕЛЬДШЕРСКОЕ ДЕЛО

Соответствующий документ одобрен Минпросвещения России.

Школьники, которые собираются продолжить обучение после девятого класса в колледжах, смогут выучиться на фельдшеров. Раньше такую возможность имели только выпускники старших классов.

Как стало известно, Минпросвещения актуализировало федеральные государственные образовательные стандарты среднего профобразования по медицинским специальностям. В частности, изменились сроки обучения и требования к наличию среднего общего образования.

Как уточнили в пресс-службе ведомства, согласно новым правилам, выпускники девятых классов смогут освоить профессию фельдшера за четыре года учебы в колледже. Кроме того, некоторые образовательные стандарты дополнили новыми дисциплинами и предусмотрели возможность получения учащимися практических навыков.

Всего ведомство утвердило десять стандартов по медицинским специальностям, среди которых в том числе «Акушерское дело», «Лабораторная диагностика», «Медицинская оптика», «Стоматология ортопедическая», «Стоматология профилактическая», а также «Сестринское дело и «Массаж медицинский».

<https://runews24.ru>

Среда обитания

Роман Вильфанд сообщил, что уровень воды в ряде рек России понизился до опасных значений

Опасно низкий уровень воды фиксируется в реках в Нижегородской, Кировской, Ленинградской областях, Коми, Хакасии, Дагестане и Красноярском крае. Это будет препятствовать судоходству в ближайшие дни, сообщил ТАСС в четверг научный руководитель Гидрометцентра России Роман Вильфанд.

«Сейчас большая часть опасных гидрологических явлений связана с летней меженью (самый низкий уровень воды в реке, озере - прим. ТАСС). В Нижегородской области на реке Ветлуга, в Кировской области на Вятке, в Коми на реках Печора, Уса, Вычегда, в Ленинградской области на Неве уровень ниже опасно низкой отметки. Это препятствует судоходству», - сообщил он.

www.tass.ru

Кто я? Какой я?..

Эмоции и здоровье: как они взаимосвязаны

Знание о влиянии эмоций на здоровье существовало давно, и пришло оно из глубокой древности. Иначе откуда взялись такие поговорки как «Ржа ест железо, а печаль – сердце» или «Радость молодит, а горе старит». Их сложил народ на основе своих жизненных наблюдений. На уровне интуиции мы чувствуем, что связь между ними, конечно же, есть. А каждый из нас замечает их влияние в повседневной жизни и учится психической саморегуляции.

Уже получены научные доказательства о влиянии эмоций на здоровье человека. Английский нейрофизиолог Чарльз Шеррингтон определил следующую последовательность: сначала рождаются эмоции, а за ними следом случаются изменения в физическом теле. Американские ученые разрабатывают теорию, как предупредить болезни, исследуя эмоциональный фон человека. Они предлагают диагностировать людей по их настроению.

Что такое эмоция

Эмоция – это психический процесс, который возникает в виде субъективной реакции на ситуацию. Причем не только к реальному событию, которое происходит сейчас, а даже к ранее пережитому или воображаемому. Само название произошло от латинского слова *emoveo*, что означает «волнующую» или «потрясающую».

Эмоции могут отличаться между собой по интенсивности: чем они сильнее, тем мощнее влияние на здоровье. В зависимости от воздействия на активность, бывают стенические и астенические эмоции. К первым относятся энтузиазм, радость, и они побуждают к активным действиям. Вторые, наоборот, расслабляют или парализуют силы. Тогда ничего не хочется делать. К этому приводят тоска и грусть. Но в основном эмоции делят на две группы: положительные и отрицательные.

Как эмоции влияют на здоровье

Основные положительные эмоции — это радость, восторг, удовлетворение, удивление, интерес. Преобладание приподнятого настроения в жизни ведет к здоровью. У вас вырабатывается гормон радости, улучшается самочувствие. Это замечательное профилактическое средство: чем больше позитивных эмоций ощущает человек, тем меньше он болеет.

У негативных эмоций есть одно общее качество — это вредное влияние на здоровье человека. Исследования ученых показали, что 90% всех болезней начинались с эмоциональных нарушений. Например, ненависть и раздражение влияют на здоровье сердца, кишечник, печень. Есть риск возникновения диабета, артрита и даже инфаркта. Постоянное беспокойство может привести к проблемам с желудком, селезенкой. Излишнее волнение повышает давление, ослабляет иммунитет, ведет к преждевременному старению. Грусть, печаль и тоска могут вызвать приступ астмы. Страхи разрушают почки и репродуктивную систему.

А вы знаете, что отрицательные эмоции провоцируют раковые опухоли? Статистика показывает, что, перед тем как заболеть, люди пережили стресс, какое-то потрясение, или длительное время находились в подавленном состоянии. Бесспорно, рак – это психосоматическое заболевание, потому что после резкого переключения на такие радостные моменты как новая взаимная любовь, изменение образа жизни, оптимистический настрой, происходили случаи полного чудесного выздоровления.

Но вы часто даже не осознаете, что попали под власть вредной для здоровья эмоции. Важно отслеживать то, о чем вы думаете, потому что определенные мысли отражают эмоцию, в которой вы находитесь в данный момент:

- грусть – когда переживаете по поводу неудачи или потери;
- страх и беспокойство – если тревожитесь о будущем, боитесь чего-либо;
- чувство вины – если думаете, что подвели кого-то, причинили вред;
- гнев, раздражение – когда возмущены несправедливым отношением к себе;
- стыд – если вы чувствуете неловкость, смущение от неприятной критики.

Так что же делать с негативными эмоциями? Ответ один – учиться ими управлять!

Как правильно управлять эмоциями

Вы слышали выражение «Нужно держать себя в руках» или «Не надо поддаваться слабостям»? Но как приказать себе не реагировать? Единственное, что вы делаете – это подавляете эмоции или, проще говоря, загоняете их внутрь. Этим вы разрушаете себя. В большей степени этим страдают мужчины, которые вынуждены соблюдать правила поведения в социуме, быть сильными, сдержанными.

Американский психолог Роберт Холт доказал влияние подавленной эмоции на здоровье. Так, сдерживание гнева способствует развитию таких заболеваний как язва желудка, гипертония. Он рекомендует выражать свои чувства искренне, прямо и открыто, но держать под контролем их интенсивность. А если интенсивность эмоции высокая, это приводит к стрессу, независимо от того, какая она. Слишком долго длящиеся эмоции тоже утомляют организм, негативно влияют на здоровье

Эмоциями можно научиться управлять. Справиться помогает спорт и любая физическая активность. Любимое хобби или увлечения помогают отвлечься от грустных переживаний. Арт-терапия классно перекрывает неприятные чувства положительными. При необходимости используйте фитотерапию, травы с седативным эффектом. Но сначала найдите причины возникновения негативных эмоций и честно разберитесь со своими мыслями, ощущениями.

Как быть, если эмоций нет?

Иногда кажется, что вы совсем не испытываете эмоций. На самом деле, так не бывает. Но человеку свойственно замечать лишь сильные эмоциональные переживания. Часто вы не осознаете своих истинных ощущений. Чтобы научиться этому, можно воспользоваться определенными техниками. Например, начать вести дневник. Вечером, когда вспоминаете какую-либо ситуацию, случившуюся в течение дня, опишите ее словами, выражающими ваше внутреннее состояние. Если вы будете наблюдать за своими мыслями и чувствами, вы начнете лучше понимать себя, а значит, сможете, сохранить здоровье.

Вместо заключения

Без эмоций жизнь перестанет быть наполненной гаммой разнообразных переживаний. Она превратится в скучные и пресные будни. Яркие, глубокие эмоции – это здорово. Главное, чтобы они стали вашими помощниками. Научитесь управлять ими, тогда многие проблемы просто исчезнут из вашей жизни, а вашей наградой будет крепкое здоровье и прекрасное настроение.

www.4brain.ru

Урок экономии

Использование привычных средств до последней капли



Современное общество потребления каждый день отправляет на свалки такое количество мусора, которое не снислось «грязному» средневековью в самом фантазмагоричном сне. Конечно, у нас есть заводы по переработке отходов и прочие блага цивилизации. Но этого мало. Чтобы следующее поколение не утонуло в океане мусора, нужно пересмотреть собственные привычки уже сейчас. А начать можно с того, чтобы использовать привычные средства до последней капли.

Мы часто отправляем в мусорный бак продукты и косметические средства в твердой упаковке. И даже не потому, что в пачке уже пусто, а потому что остатки (даже значительные) ну никак не поддаются извлечению. Узнайте, как исправить это досадное недоразумение и использовать всё до последней капли.

1. Лосьоны, кремы и шампуни в пластиковых флаконах: подогреваем

Поместите закрытый флакон в миску с горячей водой. Подождите пару минут. Тепло растопит загустевшие остатки средства и его можно будет без труда выдавить.

2. Остатки арахисового масла, джема или мёда в стеклянной банке: превращаем в полезный завтрак

Остатки – сладки. Если вы уже исцарапали ложкой стенки банки, но там всё еще осталось достаточно вкусной субстанции, порадовать себя лакомством. Засыпьте в банку овсяные хлопья или любой другой сухой завтрак и налейте молока (1:1). Добавьте половинку мелко нарезанного банана, закройте, встряхните и отправьте в холодильник на ночь. А утром наслаждайтесь вкусным прохладным завтраком.

3. Оливковое масло: делаем соус

Осталось чуть оливкового масла в стеклянной бутылке? Добавьте туда же немного уксуса и сушёных трав, вроде тмина или базилика. Взболтайте. Универсальная заправка для любого салата готова.

4. Зубная паста: раскатываем

Чтобы извлечь остатки пасты из тюбика, предлагаем оригинальное решение: пройтись по нему... скалкой. Парочка «раскаток» от себя, и пасты хватит ещё на несколько применений.

5. Кетчуп: используем соломинку

Чтобы без проблем полить кетчупом вкусный ужин, вставьте в банку пластиковую соломинку. Ненадолго: пусть «трубочка» коснётся дна, и можно тут же извлекать её. Пары секунд хватит, чтобы образовался «воздушный карман» и соус мог спокойно покинуть контейнер.

6. Тушь для ресниц: аптечное решение

Если любимая тушь немного подсохла, это ещё не повод оправлять её в мусорное ведро. Добавьте в брасматик несколько капель раствора для контактных линз. Капли для глаз также подойдут. Встряхните флакон, и раз 5-6 выньте и отправьте назад щёточку, будто прочищая его. Тушь снова будет красить, как новенькая. Только не реанимируйте таким образом старое средство – всё же, тушь нужно менять чаще из соображений гигиены. И не используйте вместо выше описанных средств воду: рискуете окончательно испортить продукт.

www.sredaobitaniy.com

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ДОМА

ПРОДАЮ коттедж на х.Веселом.
Тел. 8-928-228-14-81.

АРЕНДА ЖИЛЬЯ

Студент, без вредных привычек, **СНИМЕТ** отдельное жилье в с.Успенском или г.Армавире на длительный срок. Порядок и своевременную оплату гарантирую.
Тел. 8-918-361-34-21.

ЗЕМЕЛЬНЫЕ УЧАСТКИ

КУПЛЮ земельные паи у жителей станицы Николаевской и хутора Веселого.
Тел. 8-928-849-89-08, 8-918-418-55-03.

ПРОДАМ земельный участок 0,6 га. Строений на участке нет.
Тел. 8-928-849-89-08, 8-918-418-55-03.

ТЕХНИКА

ПРОДАЮ: пилу дисковую (8000 руб.); тепловентилятор конвекторный (4500 руб.); электрообогревательный матрас (3500 руб.).
Тел. 8-928-228-14-81.

ПРОДАМ новую 2-горелочную настольную газовую плиту "Гефест". Цена 2500 руб.
Тел. 8-928-228-14-81.

ПРОДАЕТСЯ скоростной велосипед в хорошем состоянии.
Тел. 8-988-46-46-813.

ПРОДАЕТСЯ электросамокат Kugo S1.
Тел. 8-988-46-46-813.

РАЗНОЕ

ПРОДАЮ б/у: пианино «Кубань»; мебель разную; столб деревянный 7,2 м; рельсу 5,5 м; черепицу «Опал»; велосипеды разные.
Телефоны: 8-928-038-11-27, 8-961-970-76-00.

ПРОДАМ б\у: мешки разные, ремни приводов, олово, телевизоры, холодильники, мебель, газовую плиту, бордюрную плитку, электрокосилку.
Телефоны: 8-928-849-89-08, 8-918-418-55-03.

КУПЛЮ: неработающие холодильники, газовые плиты, швейные машинки, газовые колонки, б/у мебель, наковальню, тиски.
Тел. 8-918-418-55-03.

МЕБЕЛЬ

ПРОДАЕТСЯ детская односпальная кровать с матрасом в отличном состоянии.
Тел. 8-988-46-46-813.

ПРОДАЕТСЯ двуспальная кровать. Делали на заказ, не использовалась.
Тел. 8-988-46-46-813.

РАБОТА

В магазин «Золотая империя» **ТРЕБУЕТСЯ** продавец-консультант. Адрес: с.Успенское, ул.Ленина,112.
Тел. 8-988-144-93-63.

В сетевой продуктовый магазин «Баязет» **ТРЕБУЕТСЯ** продавец-консультант. Официальное трудоустройство. **Обращаться по адресу: с.Успенское, ул. Ленина,109. Тел. 8-918-988-38-20.**

Муниципальному унитарному предприятию «Сервис» Успенского сельского поселения **ТРЕБУЮТСЯ** рабочие зеленого хозяйства. **Обращаться в МУП «Сервис» или по телефону 8(86140)5-58-94.**

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ водители на КАМАЗ-зерновоз категории Е. Зарплата высокая.
Тел. 8-918-433-19-58.

ИЩЕМ помощницу-хозяйку по дому без вредных привычек на неполный рабочий день. Желательно с ночным пребыванием.
Тел. 8-952-833-78-31 (с.Успенское).

 https://t.me/gazeta_yarmarka

Неизвестное об известном

Бекон: чем полезен, свойства, применение



Польза и вред бекона сочетаются друг с другом. Продукт способен укрепить здоровье при умеренном употреблении, но в избыточных количествах часто провоцирует побочные эффекты.

Бекон — это продукт, изготовленный из бока молодой свиньи путем засолки или копчения. Состоит из слоев нежирного сочного мяса, чередующегося с ровными полосками белого сала. Обычно сырье берут с отрубов свиной грудинки и спины, а также с щековины. Разнообразием продукта существует много, но среди основных можно выделить: **канадский бекон** — производится из мяса с поясницы свиньи; **бекон из индейки** — продукт делают из белого филе птицы; **итальянский бекон** — известен также под названием панчетта.

Продукт делают не только из свинины и индейки, но и из козлятины, говядины, баранины и многих других разновидностей мяса.

Химический состав
Полезные свойства бекона обусловлены его химическим составом. В засоленном мясе свиньи содержатся: витамины группы В; насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты; ретинол; витамины Е и D; железо и цинк; холестерин; натуральные сахара; витамин РР; калий и медь; кальций и селен; глюкоза; трансжиры; марганец и магний; стеролы.

Продукт обладает высокой пищевой ценностью — в 100 г присутствует около 393 калорий. При этом белков в деликатесе содержится около 13,6 г, а жиров — примерно 37,1 г.

Чем полезен бекон
Если употреблять деликатес в небольших количествах, он окажется благотворное воздействие на организм. Мясной продукт: омолаживает кожу и замедляет процессы старения; нормализует работу нервной системы и помогает справиться со стрессом; укрепляет сердечно-сосудистую систему и препятствует развитию опасных заболеваний; улучшает работу печени; укрепляет кости и суставы, а также способствует наращиванию мышечной массы; снижает уровень холестерина в крови; улучшает состояние соединительной ткани; выравнивает гормональный фон; благотворно влияет на репродуктивную систему.

Польза бекона для женщин

Употреблять мясной деликатес женщинам полезно в первую очередь при гормональных сбоях, частых перепадах настроения и в период перестройки организма в начале менопаузы. Продукт положительно влияет на работу нервной системы, укрепляет кости и суставы, препятствует развитию остеопороза. Витамин В6 в составе мясного деликатеса способствует выработке гормонов, отвечающих за хорошее настроение. Несмотря на высокую калорийность, употреблять продукт в малых количествах рекомендуется на диете. Он ускоряет метаболизм, и если принимать вместе с деликатесом побольше воды, то лишние килограммы будут уходить быстрее.

Польза жареного бекона
Жареный продукт обладает хорошим вкусом, но его польза совсем невелика. При интенсивной термической обработке в нем не только распадаются витамины и органические кислоты, но и образуются канцерогенные вещества. Вместе с тем жарка позволяет надежно устранить из мясного изделия возможные патогенные бактерии. Свиной деликатес, обработанный на сковороде, не содержит паразитов и в этом отношении совершенно безопасен для организма.

Применение бекона
В кулинарии продукт используют в приготовлении горячих и холодных блюд. Его добавляют в салаты и нарезки, в яичницу и супы, кладут на бутерброды и применяют в качестве закуски к алкогольным напиткам. Мясной продукт используют в составе начинки для пиццы, добавляют в пироги и запеканки с луком и картофелем, в фаршированные рулеты. Противопоказания и возможный вред
Польза и вред жареного бекона сопровождают друг друга. Мясной деликатес обладает высокой калорийностью и

может провоцировать набор веса при чрезмерном употреблении. В составе продукта содержится очень много жиров, повышающих риск развития опасных заболеваний. Если есть его помногу или слишком часто, он приведет к возникновению сердечно-сосудистых нарушений, ухудшит состояние желудка и поджелудочной железы, нанесет ущерб печени.

Отказаться от употребления мясного деликатеса необходимо: при гастрите и язвенной болезни; при диабете; при обострении панкреатита; при наличии лишнего веса; при высоком уровне холестерина в крови; при хронических сердечно-сосудистых недугах; при тяжелых заболеваниях печени.

Вред яичницы с беконом
Яичница с беконом пользуется большой популярностью. Ее легко приготовить, на это не уходит много времени, блюдо получается сытным и питательным. Яйца насыщают организм ценным белком и хорошо утоляют утренний голод.

Бекон повышает сытность простого блюда и улучшает его вкус. Но полезные свойства при этом практически сходят на нет. Если добавлять мясной деликатес в утреннюю яичницу время от времени и понемногу, значительного вреда это не принесет. Но от ежедневного использования продукта следует отказаться.

Заключение
Польза и вред бекона сочетаются друг с другом — в небольших количествах мясной продукт улучшает самочувствие и даже способствует похудению. Но при чрезмерном употреблении он ухудшает работу сердца и может провоцировать онкологические процессы.

www.poleznii-site.ru

Технологии

В Краснодарском крае построят первый в России завод по производству лимонной кислоты

Инвестор намерен до конца года начать в Краснодарском крае проектирование первого в России завода по производству лимонной кислоты для импортозамещения с объемом инвестиций более 60 млрд. рублей. Об этом журналистам сообщил в среду губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев по итогам встречи с гендиректором ООО «Рустарк» Романом Козыревым. «Сейчас на территории промышленного парка в Армавире вы планируете запустить новое про-

изводство лимонной кислоты. Сегодня в России никто не выпускает такую продукцию, и рынок на 100% зависит от импорта. Со своей стороны мы готовы поддержать ваш проект», - приводит пресс-служба администрации Краснодарского края слова Кондратьева. Уточняется, что начать проектировать новый завод инвестор планирует до конца года, а приступить к строительству - в начале 2024 года. В реализацию проекта планируется вложить более

60 млрд. рублей, будут созданы почти 800 новых рабочих мест. Кроме лимонной кислоты, на предприятии будут выпускать крахмалопродукты. Предприятие ООО «Рустарк» ранее назвалось «Крахмальный завод Гулькевичский», оно работает на рынке 20 лет, в 2018 году завод в рамках импортозамещения первым в РФ начал выпускать мальтодекстрин.

www.tass.ru

 Главный редактор Быстрова Е.А. Учредитель ИП Быстрова Е.А. Издатель Быстрова Е.А. ИНН 235700624706	АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ: 352450, Краснодарский край, с.Успенское, ул.Дугинец, 170. Телефоны: 8 (918) 269-77-83, 8(86140)5-77-05. E-mail: reklama_usp@mail.ru.		Газета отпечатана в ООО "Редакция газеты" Армавирский собеседник". ИНН 2302048394 352900, г. Армавир, ул.Комсомольская, 123. Объем 1 п.л.	Тираж 1300 экз. Номер подписан в печать в 14-00. По графику - 14-00. Заказ №
	<i>Категория информационной продукции 16+.</i>	Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Южному Федеральному округу. Регистрационный номер ПИ № ТУ23-01401 от 29 декабря 2014 г.		