

ОБЪЯВЛЕНИЯ • РЕКЛАМА • НЕДВИЖИМОСТЬ • РАБОТА • УСЛУГИ • ИНФОРМАЦИЯ

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

для граждан и индивидуальных предпринимателей.

Алейникова Анна Сергеевна, адвокат.
Телефон 8-918-661-94-90.

Per. №23/7124, Адвокатская палата
Краснодарского края.

Реклама.

В ООО АГРОКОМПЛЕКС «Успенский» ТРЕБУЮТСЯ:

-агроном;
-весовщик;
-специалист по работе с пайщиками.

Обращаться по адресу: х.Веселый,
ул.Школьная, 2.
Телефоны: 8(86140)6-12-88,
8-928-432-20-05.

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.

ПРОЧИСТКА канализационных труб.

Телефон 8-918-418-18-62.

Реклама.

Изготовим уголки потребителей.

Цены - доступные.

Тел. 8-918-269-77-83.

РЕМОНТ ЖК ТЕЛЕВИЗОРОВ

Выезд.
Доставка.



Телефон 8-918-333-09-40.

Реклама.

ПАМЯТНИКИ

Изготовление и установка всех видов памятников. Низкие цены. Беспроцентная рассрочка платежа. Дополнительные скидки пенсионерам. Без установки скидки до 15 тыс. руб. В продаже – готовые площадки для установки. Бесплатное хранение. Оформление документов для ВМК. Гарантия.

с.Успенское, центральный вход на кладбище (справа). с.Коноково, ул.Красная, 33. с.Вольное, перед Урупским мостом – ЦЕХ. Телефон 8-918-37-38-399.

Реклама.

АДРЕСНЫЕ ТАБЛИЧКИ НА МЕТАЛЛЕ

Телефон 8-918-269-77-83.

МЯСНИЦКАЯ
улица

ТУРЫ ВЫХОДНОГО ДНЯ

ЭКСКУРСИИ из с.Успенского:

Архыз, Домбай, Эльбрус, Кисловодск, Пятигорск, Железноводск, Лаго-Наки, термальные источники и многое другое.

Телефон 8-918-430-30-68.

Телеграмм: <https://t.me/moemore7>

Реклама.

ОСАГО КАСКО

имущество, ипотека, здоровье.

Реклама.



с. Успенское, ул.Крупской, 24.

Телефон 8-928-883-82-75.

КРЫШИ:

ремонт, замена, монтаж.

Быстровозводимые
ПОКРАСКА КРЫШ.

Утепление.

Заборы, навесы, отопление.

Телефон 8-961-538-47-10.

Реклама.

РЕМОНТ

холодильников,

СТИРАЛЬНЫХ МАШИН,

СПЛИТ-СИСТЕМ.

Выезд на дом. Гарантия.

Телефон 8-961-850-30-93.

Реклама.

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.

КАШПО ИЗ РОТАНГА

12 л

18 л

24 л

8-918-092-19-34

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



https://t.me/gazeta_yarmarka

Реклама.

MPT: самое дешёвое - в Армавире!

Качественная томография на высшем уровне



Клиника «Мой Доктор» в Армавире запустила в работу новое оборудование – аппарат МРТ открытого типа. Это оборудование уникально для города и соседних районов. Основное отличие от аналогов в том, что на томографе в медицинском центре «Мой Доктор» можно провести обследование пациента любого веса. Аппарат МРТ находится в клинике по ул. Кирова, 57а. Запись на исследования открыта 8(989) 800-300-7. Работаем без выходных.

Если вам необходимо провести исследование МРТ ребёнку, который боится остаться один, МРТ открытого типа –

Клиника «Мой доктор» 8-989-800-300-7. г.Армавир, ул. Кирова, 57а.

Пн-вс: 8.00-20.00.

РАСЦЕНКИ НА ОБСЛЕДОВАНИЕ

МРТ одного сустава 3900 рублей (плечевой, локтевой, коленный, тазобедренный).

МРТ поясничного отдела позвоночника 3100 рублей.

МРТ головного мозга 3100 рублей.

МРТ женского таза (матка и придатки, мочевого пузыря) 3700 рублей.

И другие виды исследований!

Реклама.

ТРЕБУЮТСЯ:

бармен-официант и работники на кухню.

Телефон 8-928-66-57-152.

Реклама.

НОВЫЙ МАГАЗИН «БЫТОВАЯ ТЕХНИКА»

Низкие цены, кредит, рассрочка, доставка.

Холодильники,
морозильные камеры и лари,
стиральные машины,
сплит-системы, пылесосы,
микроволновые и электропечи,

телевизоры,
водонагреватели,
газовые и электроплиты,
мелкая бытовая техника,
любая техника под заказ.

Адрес: село Успенское, улица Крупской, 33-а (район ЦРБ, рядом с магазином «Компьютер маркет»). Телефон 8-928-261-19-79.

Реклама.

ТРЕБУЕТСЯ ПРОДАВЕЦ

в магазин
«Строитель» в селе
Успенском.

График работы: с 8.00 до 18.00 часов, 5/2.

Официальное
трудоустройство. Стабильный,
высокий заработок.

Телефон 8-928-847-38-42.

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.

ОФИЦИАЛЬНО

Уважаемые жители!

На территории Успенского сельского поселения Успенского района в западной части с.Успенского (промзона, бывшая бойня Мамсирова А.Ч.) организована площадка и установлены баки для сбора биологических отходов.

При падеже сельскохозяйственных животных и птиц вам необходимо обратиться на ветеринарный участок для получения заключения о причинах падежа. А также остатки биологических отходов вывезти самостоятельно к месту сбора.

Запрещается захоронение биологических отходов в землю, вывоз на свалки, сброс в бытовые мусорные контейнеры, поля, леса, овраги, водные объекты (приказ Министерства сельского хозяйства РФ от 26 октября 2020 г. N 626 «Об утверждении Ветеринарных правил перемещения, хранения, переработки и утилизации биологических отходов»).

ВНИМАНИЕ : ОСОБО ОПАСНЫЙ ВРЕДИТЕЛЬ! УГРОЗА ОТ КОРИЧНЕВОГО МРАМОРНОГО КЛОПА

В южных регионах Российской Федерации отмечается опасный карантинный вредитель - коричнево-мраморный клоп.

Зимуют взрослые клопы в сухих местах – внутри пней, стволов, в хозпостройках. Клопы проникают в дома через щели, под сайдинг, пережидая холодное время года.

В период зимовки клопы снижают свою активность. Весной при выходе клопа из мест зимовки очень важный способ борьбы с ним – ручной сбор (сгребание, сметание) и уничтожение насекомых. Это очень важно, ведь уничтожение одного клопа означает гибель последующих поколений. Один клоп за год теоретически может дать до 6,75 млн. штук потомства.

Необходимо на своем участке произвести тщательный осмотр всех укромных мест, щелей, провести очистку стволов деревьев от неживых слоев коры и прочее.

**Телефоны горячей линии
по борьбе с опасным вредителем:
«Россельхозцентр» 8(8614)5-84-96
и УСХ 8(86140) 5-58-68.**

Кипяток поможет быстро снять кожу с помидора

Возьмите глубокую миску, положите в нее томаты, залейте горячей водой, чтобы она полностью покрывала овощи, и оставьте их примерно на пять минут. По истечении времени достаньте помидоры и аккуратно, чтобы не обжечься, снимите с них шкурку с помощью ножа.

Морковь вернет себе свежесть, если замочить ее с картофелем

Возьмите глубокую миску, налейте в нее воды и поместите туда морковь вместе с несколькими кусочками сырого картофеля. Благодаря тому, что в овоще содержится большое количество влаги, он поможет моркови «вернуть форму», сохранит ее текстуру и вкус.

Вазелин защитит плиту от жира

Возьмите тюбик вазелина, выдавите небольшое количество на салфетку или бумажное полотенце и хорошо натрите плиту перед готовкой. После этого уберите остатки мази чистой тряпкой из микрофибры. Благодаря таким манипуляциям, на плите образуется тонкая

Актуально!

КОМПЬЮТЕРНЫЙ ЗРИТЕЛЬНЫЙ СИНДРОМ

Компьютерный зрительный синдром – это изменения в глазном яблоке, возникающие при длительной работе за компьютером. Клинические проявления характеризуются снижением остроты зрения, развитием привычно-избыточного нарушения аккомодации, возникновением чувства тяжести, ощущением инородного тела в области глаз, покраснением глазного яблока.

Для диагностики применяют наружный осмотр, определение остроты зрения и характера зрения, проводят тонометрию, компьютерную периметрию, авторефрактометрию, автокератометрию. Лечение только консервативное, заключается в назначении увлажняющих капель, корректировке режима труда и отдыха.

Компьютерный зрительный синдром – это симптомокомплекс, вызванный перенапряжением зрительной системы в результате продолжительной работы за компьютером. Термин «компьютерный зрительный синдром» был введен американскими врачами-офтальмологами в 1998 году в результате объединения особенностей изменений в глазном яблоке при использовании компьютера.

Согласно современным представлениям, сама по себе работа за компьютером не является источником серьезной органической патологии. Большинство проблем связано с функциональными изменениями в глазах, шее, спине, плечах и т. д. В процессе работы происходит постоянное перемещение взгляда с дисплея на клавиатуру, что значительно увеличивает нагрузку на глаза. Чаще всего патология встречается в возрасте от 18 до 45 лет у людей, постоянно работающих на компьютере. У женщин компьютерный синдром развивается быстрее, чем у мужчин.

Причины развития

Глаз человека в результате эволюционного развития адаптировался воспринимать предметы и тексты только в отраженном свете, он плохо приспособлен к восприятию информации с мониторов компьютера или планшета. Изображение на дисплеях компьютерной техники представлено в виде точек и светящихся пикселей, что значительно отличается от бумажного текста.

На мониторе компьютера линии букв менее контрастны и не имеют четких границ. Все это уменьшает точность аккомодационной фокусировки и приводит к формированию отставания аккомодации. Аккомодация — это способность хрусталика изменять свою



форму (становиться либо плоским, либо более выпуклым) для точной фокусировки на предметы, которые расположены на разном расстоянии от человеческого глаза.

При продолжительной работе за компьютером аккомодационный механизм глазного яблока находится в постоянном напряжении, что вызывает нарушения в фокусировке глаза. В результате происходят непроизвольные переключения взгляда с дисплея на так называемую точку покоя аккомодации, расположенную за экраном компьютера.

Такие переключения с фокуса на экране в точку покоя приводят к усталости и еще большему перенапряжению аккомодационного аппарата глаза. Кроме того, при работе происходит значительное снижение частоты морганий вследствие длительной фиксации взгляда на мониторе. Всё это способствует развитию компьютерного зрительного синдрома.

Симптомы и диагностика

Клинические проявления этого синдрома делятся на зрительные и глазные. К зрительным симптомам относят снижение остроты зрения, развитие привычно-избыточного нарушения аккомодации (пациент может предъявлять жалобы на расплывчатость предметов при переносе взгляда с экрана компьютера вдаль). Возможно появление диплопии, дискомфорта при чтении.

Также при компьютерном синдроме может

обнаруживаться эффект Мак-Калаха (при переносе взгляда с дисплея компьютера на стену появляется цветное пятно). При развитии глазной симптоматики пациенты предъявляют жалобы на чувство тяжести, инородного тела в области глаза. Визуально отмечается покраснение конъюнктивы. Возможно появление болезненности при движении глазами. Также болевой синдром может распространяться в надглазничную и лобную области. Из осложнений компьютерного синдрома выделяют развитие синдрома сухого глаза, миопии слабой степени, пареза аккомодации.

Диагностика компьютерного зрительного синдрома начинается со сбора анамнеза. Затем выполняется стандартный комплекс обследований.

Лечение и профилактика

Лечение компьютерного зрительного синдрома только консервативное, назначается при появлении глазной симптоматики. При таком диагнозе в офтальмологии применяют различные варианты увлажняющих капель или гелей для защиты роговицы от пересыхания и снижения дискомфорта при работе за компьютером. Профилактика является самым эффективным способом предотвращения развития компьютерного зрительного синдрома. Необходимо делать перерывы в работе за компьютером, желательно – каждый час.

При регулярной длительной работе с персональным компьютером желательно учитывать ряд правил для уменьшения симптомов компьютерного зрительного синдрома, правильно организовывать рабочую зону. Требуется достаточное освещение, компьютер с хорошим дисплеем и корректными настройками.

Размеры монитора по диагонали лучше выбирать от 50 см и выше, с обязательной защитой от мельканий. Следует поддерживать чистоту экрана от пыли. Устанавливать монитор необходимо на расстоянии примерно 70 сантиметров от глаз человека.

Для более комфортного восприятия из настроек рабочего стола лучше убрать сине-фиолетовые цвета, а предпочтение отдать зеленовато-коричневой гамме (более комфортно для зрительного анализатора). При постоянной работе за компьютером нужно регулярно посещать офтальмолога (желательно – 1 раз в 6 месяцев).

**Ю.Голубова,
врач-офтальмолог.**

Кухня

Лайфхаки для тех, кто любит готовить

защитная пленка, на которой жир не будет застывать, и вы его сможете с легкостью убрать. Обратите внимание, что натирать нужно исключительно пространство вокруг нагревательного элемента, а не его самого.

Мясо будет сочнее, если замариновать его в чайных листьях

Попробуйте замочить мясо в заварке из черного чая. Для этого залейте листья кипятком, дайте им настояться, после чего остудите. Добавьте измельченный чеснок, прованские или итальянские травы, соль, перец и другие любимые специи, хорошо перемешайте, после чего оставьте маринад примерно на час, чтобы он настоялся.

По истечении времени залейте мясо чаем со специями – оно должно мариноваться примерно два-три часа, в зависимости от того, что именно вы готовите (курицу, свинину или говядину). В результате получится невероятно сочное и ароматное блюдо, которое будет таять во рту. Кстати, готовить

можно любым способом: в духовке, на гриле или на сковороде.

Спирт придаст блеск посуде из нержавеющей стали

Если вы заметили, что ваши кастрюли выглядят так, будто им уже сто лет, не торопитесь покупать новые. Попробуйте протереть их спиртом. Смочите в нем ватный диск, а затем тщательно протрите дно и стенки посуды с внутренней и внешней стороны. Спирт помогает не только добиться блеска нержавеющей стали, но также устраняет жирные пятна, следы от воды и прочие загрязнения с поверхности.

Котлеты не будут расплываться на сковороде, если добавить минералку

На 700 граммов нужно примерно 100 миллилитров воды. После того, как вы хорошо вымешаете и отобьете фарш, оставьте его в холодильнике примерно на полтора-два часа, чтобы он настоялся. Кстати, благодаря минеральной воде котлеты не только станут сочными, но еще и хорошо держат

форму, не расплывутся по сковороде и получаются идеально ровными.

Пищевая сода заменит средство для мытья посуды

Возьмите губку, смочите водой и насыпьте небольшое количество порошка прямо на нее. После этого можете приступать к процессу мытья посуды. Сода хорошо пенится, а также прекрасно растворяет жир и прочие загрязнения. Кроме того, она идеально подходит хозяйкам, которые стараются избегать бытовой химии и переходят на натуральные средства для уборки и мытья посуды. Сода – экологически чистый продукт, который не содержит агрессивных химических компонентов, поэтому она является абсолютно безопасной.

Лавровый лист поможет избавиться от насекомых

Борьба с вредителями обычно сложная и длительная. Вам нужно всего лишь положить в пачку с крупной несколько лавровых листьев. Пряность содержит в себе эфирные масла, запах которых отпугивает насекомых, поэтому жучки вряд ли захотят еще раз прийти к вам в гости.

www.vashakuhnya.com

Представьте, что однажды вы подошли к зеркалу и увидели в нем изнеможенную женщину с ярким мейкапом, лишним весом, злым выражением лица и авоськой в руке. Примерно так выглядят тетка. Увы, ею можно стать не только в 50, но и в 35 лет. Всему виной не столько внешний вид, сколько образ жизни и состояние духа.

1. Не закикливайтесь на быте

Конечно, уважающая себя хозяйка должна содержать в чистоте дом, следить за тем, чтобы полотенца были чистыми, белье – свежим, а вещи – аккуратно сложенными и убранными по местам. Однако не стоит закикливаться на этих обязанностях и ежедневно полировать мебель, приобщая к этому членов семьи. Быт – это не культ, которому нужно поклоняться и отдавать все свое свободное время. Убирайтесь в квартире, когда это действительно необходимо, экономя свое личное время.

2. Забудьте о многозадачности

Многим знакома ситуация, когда приходится одновременно варить суп, стирать, мыть полы и помогать ребенку делать уроки. Для современных женщин многозадачность является даже не навыком, а необходимостью, которую очень сложно проигнорировать. Однако, если вы не хотите со стороны быть похожей на белку в колесе и постоянно выглядеть усталой, необходимо грамотно распределять свое время и выполнять одно дело за раз. Постарайтесь больше внимания уделять не дому и работе, а себе, ведь вы, в первую очередь, женщина, а потом уже хозяйка, сотрудник, жена и мама.

3. Перестаньте быть практичной

Купить вместо платья набор кастрюль? Легко. Поехать не в Венецию, а в Турцию, потому что это дешевле и лететь меньше? С удовольствием. Выбрать вместо красивой белой скатерти темную, потому что она менее маркая? Любим, умеем, практикуем. Вот она – женская практичность во всей красе. Возможно, это не так плохо, когда речь идет об экономии денег или времени, например. Однако всегда так поступать нельзя, иначе в жизни постепенно не останется никаких удовольствий, а будни станут серыми и ничем не примечательными. Нужно не избавиться полностью от здравого смысла, а время от времени давать себе передышку и позволять маленькие радости, чтобы жизнь не переставала быть яркой

КАК НЕ СТАТЬ ТЕТКОЙ В 35 ЛЕТ



и красочной. Принимайте ароматную ванну, а не душ, надевайте кружевной комплект белья, а не спортивный. В общем, делайте то, что стопроцентно принесет вам удовольствие (пускай это и не сильно практично).

4. Решайте проблемы мирным путем

Скандалы поджидают нас везде. Не только дома или на работе, но и в общественных местах. Однако очень важно уметь правильно реагировать на ситуации, поступки и слова окружающих людей. Если вам наступили на ногу в автобусе, нахамили в магазине, прошли без очереди к врачу, совсем не обязательно идти на поводу у эмоций, закатывать истерику и громко высказывать свою «Фе». Конечно, если день не задался с самого утра и фраза проходящего мимо мужчины «Куда прешь?» стала последней каплей, вы можете накричать на него, чтобы избавиться от негативных эмоций. Но постоянно это делать не нужно. Объясните спокойным тоном, что вам не понравилось и чем вы недовольны. Кроме того, не забывайте о таких женских качествах, как гибкость, хитрость и коварство. Их всегда можно пустить в ход.

5. Заведите хобби

В большинстве случаев у тетки миллион

важных дел и ноль интересов. А у элегантной, умной, красивой и уверенной в себе женщины обязательно есть любимое занятие (помимо работы). Это может быть спорт, танцы, изучение иностранного языка, рисование, чтение, кулинария... Продолжать список можно дальше. Обычно хобби настолько сильно увлекает и приносит ни с чем не сравнимое моральное удовлетворение, что для вечно недовольной тетки в голове и на лице просто не остается места.

6. Следите за выражением лица

Женщины, которые радуются жизни, получают удовольствие от работы и общения с людьми, практически всегда улыбаются. Они умеют ценить каждый свой день и считают, что тратить время, нервы и силы на обиды либо плохое настроение просто нет смысла. А вот тетки каждый день выглядят так, как будто вместо ароматного чая с лимоном выпили стакан уксуса. Увы, вечно недовольное выражение лица не спасет ничего: ни удачный макияж, ни модный гардероб, ни изысканные манеры. Расслабьте лицо, улыбнитесь, подмигните своему отражению и только тогда отправляйтесь на улицу. Поверьте, эти простые советы творят чудеса.

7. Ухаживайте за собой

Дома вы можете ходить в чем угодно – в пижаме, растянутой футболке или рваных джинсах. Прическа также может быть любой – гулька, неаккуратный хвост или обычный пучок. О макияже вообще молчим – редкая женщина красится, если не планирует в этот день никуда не выходить из дома. Все это допускается, но ровно до того момента, как вы собрались сходить в магазин, на прогулку, в гости к подруге, на маникюр и так далее. Любая вылазка из квартиры должна сопровождаться стильным нарядом, красивым макияжем и аккуратной прической. Это не значит, что нужно надевать обтягивающее платье, шпильки и красить губы яркой помадой. Модной можно быть и в обычных джинсах, в комплекте с рубашкой и грубыми ботинками. Только тетки считают, что нет никакого смысла выходить на улицу во всеоружии. Так что, долой подобное мировоззрение!

8. Слушайте себя

Обычно общество ставит нас в жесткие рамки: туда не ходи, это не делай, так не разговаривай, об этом не думай... И тетки слепо следуют данным установкам. Для них пойти против мнения большинства, значит совершить самую большую ошибку в своей жизни. Но, по сути, кто эти люди вокруг? Почему они позволяют себе указывать, что вам делать и как жить? Нельзя прислушиваться ко мнению всех подряд и стараться быть хорошим для всех – все равно не получится. Поступайте так, как считаете нужным. Если кто-то думает, что вы сделали неправильно – это его личное мнение, которое вас касаться не должно. Друзья и члены семьи – вот те люди, которые могут критиковать вас и советовать, как поступить в той или иной ситуации. Всем остальным указывайте на дверь.

9. Радуйтесь жизни

Если ваш стакан всегда наполовину полон, значит еще не все потеряно. Тетки живут в негативе и пытаются найти минусы во всем. Они не умеют благодарить жизнь за то, что она им подарила, предпочитая жаловаться на судьбу-злодейку. Не становитесь такими. Скажите «спасибо» за свою семью, друзей, работу (даже если она вам не сильно нравится), за то, что вы можете ходить, говорить, видеть мир во всех его красках. Будьте оптимистом и идите по жизни с гордо поднятой головой, наслаждаясь каждым ее моментом.

www.milubimzisl.com

Наше здоровье

ВОСПАЛЕНИЕ ПЕЧЕНИ...

Гепатит - воспаление печени, оно развивается при употреблении алкоголя, приеме некоторых лекарственных препаратов или инфицировании вирусами гепатита С и В и Д .

Укол грязной иглой долгое время ассоциировался с риском ВИЧ-инфицирования. Но заразиться таким образом вирусными гепатитами проще. И они тоже смертельно опасны.

Коварство гепатитов в том, что ярко заболевание проявляется, когда уже развивается цирроз или рак печени. Гепатит С - самый коварный среди гепатитов. В медицинских кругах он получил имя «ласковый убийца», и не зря. Яркая симптоматика для него - редкость, а проявления болезни обычно списывают на усталость. Это вялость, легкое подташнивание, беспричинная слабость, снижение аппетита и умственной активности. Кожа и склеры глаз часто не желтеют вовсе.

Если организм человека самостоятельно с ним не справился и вирус продолжает размножаться более 6 месяцев, значит заболевание перешло в хроническую форму, и человек об этом узнает совершенно случайно, спустя много лет, являясь при этом переносчиком заболевания.

Вирус находится в большом количестве в крови и других биологических жидкостях инфицированного человека. Заражение происходит, когда кровь такого человека попадает в кровь или на поврежденную кожу (слизистые оболочки) другого человека (при нанесении татуировок, пирсинга, косметологических процедур, маникюра, педикюра), если в салонах используются нестерильные иглы и инструменты.

Наиболее высокий риск инфицирования вирусом гепатита С у людей, употребляющих инъекционные наркотики.

В домашних условиях заразиться можно

при использовании общих бритв (с лезвиями), маникюрных принадлежностей, при незащищённом сексе.

Вирус гепатита С передается половым путем и от инфицированной матери ребенку во время беременности или родов.

Гепатит С уже многие годы является излечимым заболеванием. Приём курса специальных противовирусных препаратов приводит к полному удалению вируса из организма.

Человек, который успешно вылечился от гепатита С, других людей заразить не может. Гепатиты не передаются через укусы кровососущих насекомых.

С целью предупреждения заражения вирусными гепатитами достаточно соблюдать меры профилактики, своевременно прививаться и вовремя обращаться за медицинской помощью.

Отделение профилактики Успенской центральной районной больницы.

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



www.gazetayarmarka.rf

Самочувствие

«Многие здоровы без красоты, но никто не красив без здоровья»

Взаимосвязь работы ЖКТ с самочувствием и настроением даёт основание сделать вывод: приведение в порядок одной системы положительно повлияет на другую. Поэтому важно заботиться о биоте кишечника, так как здоровая микрофлора способна ослабить действие вирусов и «подселить» полезные бактерии.

Иными словами, красота начинается со здорового кишечника. И поддержать здоровье ЖКТ вполне реально.

Для этого обязательно нужно обращать внимание на полноценный рацион, исключающий сахар, молочные изделия и сдобу. Работать со стрессом, вести активный образ жизни. Движение — хорошая профилактика геморроя, запора, нарушения баланса микрофлоры.

Всё сводится к тому, что тело человека — это единая система, где помощь необходимо оказывать комплексно, чтобы все органы работали правильно и слаженно.

Начните, наконец, лечить ЖКТ комплексно. Здоровое пищеварение поможет разобраться с причинами внешнего и внутреннего дискомфорта, научит системному подходу к выздоровлению.

О.Помойнецкая,гастроэнтеролог.

Уважаемые читатели!

Мы рады быть вам полезными, поэтому сообщайте рекламодателям, что информацию об услуге, товаре, вакансии вы нашли в газете «Ярмарка». Спасибо!

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ДОМА

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

АРЕНДА ЖИЛЬЯ

СДАЕТСЯ 3-комн. кв. в с.Успенском (поселок сахарного завода).
Тел.8-918-140-13-42.

СДАМ для проживания семье на длительный срок дом в с.Успенском, ул.Комсомольская. Газ, свет, вода. Есть благоустроенная лет. кухня, гараж.
Тел. 8-928-841-86-94.

ЗЕМЕЛЬНЫЕ УЧАСТКИ

ПРОДАЕТСЯ земельный уч-к около 8 соток в с.Успенском. Угловой, пересечение улиц Чинакалова и Чечелева. Все коммуникации проходят рядом. **Тел. 8-929-82-31-392.**

ПРОДАЕТСЯ земельный уч-к в с.Успенском (район дач). Строений нет. Цена 400000 руб.
Тел. 8-918-154-55-38.

АВТО

КУПЛЮ автомобиль любой марки.
Телефон: 8-989-279-89-15.

РАЗНОЕ

ПРОДАЕТСЯ персональный компьютер с клавиатурой, мышкой и монитором в хорошем состоянии для работы в офисе и интернете. Недорого.
Тел. 8-988-46-46-813.

ПРОДАЕТСЯ электросамокат. Недорого.
Тел. 8-988-46-46-813.

РАБОТА

ТРЕБУЕТСЯ водитель категории «Е» на КАМАЗ-зерновоз. Зарплата высокая.
Тел. 8-918-433-19-58.

В успенскую семью **ТРЕБУЕТСЯ** приходящая работница по дому (на 3 часа утром и на 3 часа вечером). Без вредных привычек, желательно с ночным пребыванием.
Тел. 8-918-338-57-04.

В муниципальное бюджетное учреждение «Учреждение по обеспечению деятельности органов местного самоуправления» **ТРЕБУЮТСЯ** водители категорий В, D.
Телефон 8(86140)5-50-17.

Что носить?

Стилист Белых: популярные в СССР шелковые платки возвращаются в моду

В моду возвращаются старые вещи со времен СССР. Так, в весеннем сезоне в тренде будут шелковые цветастые платки. Об этом в разговоре с WomanHit сообщил стилист Михаил Белых.

Популярные в советское время платки начали продвигать крупные Дома моды. По словам стилиста, этот аксессуар можно носить по-разному. Например, завязать голову традиционным способом либо повязать ими только волосы.

Чтобы подчеркнуть платок, можно носить солнцезащитные очки. Также платки можно сочетать с классическими тренчами и даже кожаными куртками. Главное условие — носить под цветастый платок однотонную вещь.

www.mosregion.info

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

ЯРМАРКА

Главный редактор Быстрова Е.А.
Учредитель ИП Быстрова Е.А.
Издатель Быстрова Е.А. ИНН 235700624706

Ежегодно в весенний период все силы общественных формирований, организаций, заинтересованных в пожарной безопасности, направлены на проведение мероприятий по профилактике пожаров, предупреждение травматизма и гибели людей при пожарах.

Весна считается самым пожароопасным сезоном, когда только сошел снег, осталась прошлогодняя

сухая трава, а зеленая еще не выросла. В этот период пожар может возникнуть из-за любой оплошности, из-за брошенного непотушенного окурка, из-за битого стекла, нагретого солнцем, из-за специального выжигания сухой травы и бесконтрольного сжигания мусора при уборке территорий.

Чтобы не допустить пожара, необходимо соблюдать меры предосторожности:

убирая территорию, не сжигайте мусор вблизи строений, расстояние между строениями и сжигаемым мусором должно быть не менее 50 м, сжигая мусор, необходимо следить за горением до полного прекращения огня. В сухую и ветреную погоду сжигать мусор запрещается законом; не поджигайте сухую траву, она очень быстро горит, а раздуваемый ветром огонь быстро распространяется и может перекинуться на близлежащие деревья и строения, вы не сможете быстро ликвидировать загорание; не загромождайте проезды и

Актуально!

Пожарная безопасность в весенний период

НЕ ЖГИ СУХУЮ ТРАВУ - ОСТАНЕШЬСЯ БЕЗДОМНЫМ!



противопожарные разрывы между зданиями строительными и другими горючими материалами, это воспрепятствует проезду пожарной техники.

В частных домах мусор, который невозможно как-либо использовать, следует собрать в контейнер и увезти на специально оборудованную мусорную площадку, а около дома на весь весенний и летний период необходимо обеспечить наличие первичных средств тушения пожара (бочка с водой объемом не менее 200 литров, ведро, ящик с песком, лопаты и багры).

Если около вашего дома горит мусор или сухая трава, попробуйте потушить огонь самостоятельно, забив его ветками, засыпав землей, залив водой.

При обнаружении возгорания немедленно сообщите в пожарную охрану по телефону «101» или «112», точно назвав адрес места происшествия.

Р.ИВАНЯН,
ведущий специалист – эксперт ОНД и ПР Успенского района.

Внимание!

В ГИБДД составили рейтинг самых аварийных участков дорог Краснодарского края

Больше всего автомобильных аварий на Кубани происходит на дорогах ФКУ УПРДОР «Черноморье» (32 зоны с повышенной аварийностью), сообщает региональная Госавтоинспекция.

На втором месте М-4 «Дон» (7 аварийных участков), а также участки магистралей, обслуживаемые ФКУ УПРДР «Тамань» (5).

Всего в Краснодарском крае на федеральных дорогах определено 44 высокоаварийных участков (на 13 больше, чем в 2022 году).

В основном зоны с повышенной аварийностью находятся за пределами населенных пунктов. Самое большое количество ДТП происходило на трассах Р-17 «Кавказ», где насчитывается 10 опасных зон. По семь очагов выявлено на автомагистралях: М-4 «Дон», А-146 «Краснодар – Верхнебаканский» и А-147 «Джубга – Сочи – граница с Республикой



Абхазия». Пять аварийных участков расположены на трассе А-289.

www.kommersant.ru

Вашу рекламу товаров и услуг или объявления о купле-продаже недвижимости прочитают жители г.Армавира 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.

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.

Категория информационной продукции 16+

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Южному Федеральному округу. Регистрационный номер ПИ № УY23-01401 от 29 декабря 2014 г.

За содержание рекламы и объявлений редакция ответственности не несет.

Мотай на ус!

Враги женщины: они прибавляют возраст

Годы берут свое, и с этим придется смириться всем. Однако стареть можно и с достоинством: без лишнего макияжа и броских нарядов не по возрасту. И еще нескольких мелочей, которые жутко портят образ не только дамы в годах, но и юных леди.

Лишний вес

Прожитые года проявляются и на весе. И вот уже в прошлом любимое платье и весь гардероб. Конечно, есть «разумная» полнота, однако запускать свое тело лишь потому, что у вас уже есть внуки не стоит. Ведь всегда было известно, что лишний вес — это огромный минус, а точнее, «плюс» к возрасту.

Очень броский макияж

То, что так красиво смотрится на обложке глянцевого журнала, просто жутко выглядит на нас. И это вполне-таки объяснимое явление. А вот легкий макияж качественной косметикой с ненавязчивым акцентом на глаза или губы поможет скинуть пару - тройку лет. И никаких килограммов пудры, толстых стрелок и красных губ.

Коса по пояс

Франсузы, как главные специалисты в области моды, уже давно пришли к выводу — чем старше женщина, тем короче должна быть ее стрижка. Конечно, есть свои исключения, но, как правило, дамы в возрасте с длинными волосами, собранными пластмассовой заколкой, очень проигрывают своим ровесницам со стильными стрижками.

Слишком сильный загар

Были времена, когда загар «гриль» был в моде, но сегодня на подиумы возвращаются мягкие тона, в том числе и загара. К тому же сильный загар обезвоживает и без того не юную кожу, что непременно приведет к лишним морщинам.

Неухоженные руки и шея

Женщины слишком много внимания уделяют уходу за кожей лица и почти совсем забывают, что руки и шея не меньшие «предатели» возраста. А это значит, что и эти части тела требуют внимания. Так что, перед сном уделите немного времени и уходу за кожей рук и шеи.

Одежда для тинейджеров

Женщине не только в солидном возрасте, и тем, кому только 30, не стоит примерять на публику гардероб тинейджера. Поверьте, одежда не по возрасту, скорее, поможет вам завоевать титул «не в себе», чем выглядеть моложе.

Навязчивое желание никогда не стареть

Годы берут свое, и все мы подвластны времени. И когда нам уже минуло и 25, и 35, то лучше быть элегантной женщиной средних лет, чем вульгарной молодящейся дамой, на которую все оборачиваются со снисходительной улыбкой.

www.psiholodiyvozrasta.com

АДРЕСНЫЕ ТАБЛИЧКИ НА ПЛАСТИКЕ.

Разнообразие форм. Цвет – любой.

Дополнительная информация по телефону 8-918-269-77-83.

www.газетаярмарка.рф

Газета отпечатана в ООО "Редакция газеты" Армавирский собеседник". ИНН 2302048394 352900, г. Армавир, ул.Комсомольская, 123. Объем 1 п.л.

Тираж 1000 экз. Номер подписан в печать в 14-00. По графику - 14-00. Заказ №