

БРУСЧАТКА

Плитка брусчатка от производителя в Успенском районе!
Доступные цены, высокое качество.
Дополнительная информация и заказ по телефону
8-918-340-95-70.

Реклама

ТРЕБУЮТСЯ:
бармен-официант и работники
на кухню.
Телефон 8-928-66-57-152.

Реклама

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

для граждан и индивидуальных предпринимателей.
Алейникова Анна Сергеевна, адвокат.
Телефон 8-918-661-94-90.
Рег.№23/7124, Адвокатская палата Краснодарского края.

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

ИП Подрядчику
"РЕГИОНАЛЬНОЙ ТРАНСПОРТНОЙ КОМПАНИИ"
ТРЕБУЮТСЯ ГРУЗЧИКИ
(на мусоровозы)

График работы 3/3, зарплата 30000 рублей.
График работы 6/1, зарплата 52000 рублей на руки (из расчета 2000 рублей смена).

Мы находимся по адресу:
г.Армавир, ул. Тоннельная, 6/1.
Телефон 8-918-954-90-07

Реклама

ТРЕБУЮТСЯ продавцы на выездную торговлю.
Зарплата от 600 рублей в день.
Телефон
8-918-685-98-85.

Реклама

САЙТЫ на заказ.

Быстро, качественно, недорого. Любая тематика.
8-988-46-46-813.

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

АДРЕСНЫЕ ТАБЛИЧКИ НА ПЛАСТИКЕ.

Разнообразие форм. Цвет – любой.
Дополнительная информация по телефону 8-918-269-77-83.

www.газетаярмарка.рф

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

Уважаемые работодатели!

Если вы ищете себе работников, сообщите об этом в газете «Ярмарка», и позвонят те, кто вам нужен! Опубликуем ваше объявление оперативно и по доступной цене.

Телефон для справок
8-918-269-77-83.

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

РЕМОНТ ЖК ТЕЛЕВИЗОРОВ

Выезд. Доставка.
Телефон 8-918-333-09-40.

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

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

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, СПЛИТ-СИСТЕМ.
Выезд на дом. Гарантия.
Телефон 8-961-850-30-93.

Реклама



КАШПО
из искусственного ротанга в наличии и под заказ.
Телефон 8-918-092-19-34.
ДОСТАВКА.

Реклама

МАТРАСЫ
Телефон 8-918-456-98-54.
Кухни, шкафы-купе.
Перетяжка мебели.
Телефон 8-918-49-24-106.
ДОСТАВКА.

Реклама

Внимание!

«Умные» камеры будут штрафовать за курение и пьянство в неположенных местах

Минцифры с профильными ведомствами рекомендует проработать вопрос «об установлении личности нарушителя по фото-, видеоматериалам при помощи Единой биометрической системы» (ЕБС). Под «штрафную» идентификацию ЕБС теоретически может попасть любой зарегистрированный в ней россиянин, нарушение которого запечатлела камера видеонаблюдения. Такие системы могут фиксировать, а их эксплуатанты выписывать штрафы за самые разные проступки, предусмотренные КоАП.

Среди них - переход улицы, курение и распитие алкоголя в неположенных местах, потасовки, разведение костров, создание стихийных свалок и многое другое. Современные технологии позволяют выписывать штрафы в полуавтоматическом режиме, по аналогии с нарушениями водителями правил дорожного движения.



Ранее стало известно, что количество штрафов может заметно вырасти в России. Речь идет о неправильной парковке, в том числе на газонах, невывезенном мусоре и стихийных свалках, торговле в неположенных местах, а также препятствовании работе коммунальных служб.

www.nakanune.ru

Уважаемые работодатели!

Если вы в поиске себе работников, сообщите об этом в газете «Ярмарка», и позвонят те, кто вам нужен! Опубликуем ваше объявление оперативно и по доступной цене.
Телефон для справок **8-918-269-77-83.**

Информирует Государственная налоговая служба

ЧТО ТАКОЕ «НАЛОГ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ДОХОД»

Налог на профессиональный доход — это специальный налоговый режим для самозанятых граждан, который можно применять с 2019 года. Действовать этот режим будет в течение 10 лет.

Эксперимент по установлению специального налогового режима проводится на всей территории РФ. Переход на специальный налоговый режим осуществляется добровольно. У налогоплательщиков, которые не перейдут на этот налоговый режим, остается обязанность платить налоги с учетом других систем налогообложения, которые они применяют в обычном порядке.

Физические лица и индивидуальные предприниматели, перешедшие на специальный налоговый режим (самозанятые), могут платить с доходов от самостоятельной деятельности налог по льготной ставке — 4 или 6%. Это позволяет легально вести бизнес и получать доход от подработок без рисков получения штрафа за незаконную предпринимательскую деятельность.

Чтобы использовать специальный налоговый режим, нужно пройти регистрацию и получить подтверждение. Без регистрации применение налогового режима и формирование чеков невозможно.

Регистрация в приложении «Мой налог» занимает несколько минут. Заполнять заявление на бумаге и посещать инспекцию не нужно. Доступны несколько способов:

-с использованием паспорта для сканирования и проверки, а также фотографии, которую можно сделать прямо на камеру смартфона;

-с использованием ИНН и пароля, которые используются для доступа в Личный кабинет налогоплательщика – физического лица на сайте nalog.ru;

-с помощью учетной записи Единого портала государственных и муниципальных услуг.

Также налогоплательщик может зарегистрироваться, обратившись в уполномоченные банки, а при отсутствии смартфона - работать через веб-версию приложения «Мой налог».

Способы регистрации:

1. Бесплатное мобильное приложение «Мой налог».
2. Кабинет налогоплательщика «Налог на профессиональный доход» на сайте ФНС России.
3. Уполномоченные банки.
4. С помощью учетной записи Единого портала государственных и муниципальных услуг.

Межрайонная ИФНС России № 13 по Краснодарскому краю.

Актуально!

В Заксобрании Кубани обсудили вопросы эксплуатации Краснодарского водохранилища

Председатель ЗСК Юрий Бурлачко встретился с руководителем Кубанского бассейнового водного управления (КБВУ) Романом Авдеевым. Главной темой для обсуждения стали эксплуатация Краснодарского водохранилища и его влияние на прилегающие территории.

В начале встречи Бурлачко отметил, что важно снизить возможное негативное влияние водного объекта на прилегающие территории и население и, в то же время, не нанести ущерба рисководству региона.

Авдеев подчеркнул, что в последнее время уделили особое внимание напорной плотине водохранилища. Там заменили некоторое оборудование, чтобы избежать выход объекта из строя. «Элементы, отвечающие за безопасность пропуска паводков, находятся под нашим постоянным контролем», —

подчеркнул руководитель КБВУ.

По данным пресс-службы ЗСК, на встрече также обсудили вопрос увеличения полезной емкости водохранилища до 2,2 миллиардов кубометров.

По словам председателя кубанского парламента, сейчас водный объект требует приведения к нормативному состоянию, что позволит стабилизировать и улучшить его технические и экологические параметры. На эту тему сейчас ведется обсуждение с властями Адыгеи.

В рамках мероприятия политики подчеркнули важность очистки водохранилища, его обследования, а также берегоукрепления. Бурлачко заявил, что он готов оказать законодательную поддержку в этих вопросах.

www.kuban.mk.ru

Деньги

В РФ может появиться стандарт допустимой доли расходов на ЖКХ

В РФ могут установить единый стандарт максимально допустимой доли расходов граждан на услуги жилищно-коммунального хозяйства.

Для одиноких пенсионеров и многодетных семей общероссийский порог оплаты не должен превышать 10%, а для всех остальных — 15%. В настоящее время он составляет 22% от дохода семьи, но регионы могут его уменьшать.

Соответствующий проект закона будет внесен в Госдуму из-за роста долгов россиян и повышением тарифов. Из документа следует, что по данным Росстата, общая сумма задолженности населения за ЖКУ в 2023 году рекордно увеличилась на 8,7% и достигла 833,5 млрд. руб.

Эксперты поддержали инициативу, при этом отметив, что сокращение поступлений по оплате за ЖКХ может негативно сказаться на коммунальной отрасли.

Как напомнила зампред комитета



Госдумы по строительству и ЖКХ от «Единой России» Светлана Разворотнева, поручение установить единый стандарт давал премьер-министр Михаил Мишустин еще в 2021 году, но оно не было выполнено, сообщают «Известия».

Напомним, в российском правительстве не готовы признать, что тарифы на услуги ЖКХ растут слишком быстро. Наоборот, если бы они росли в условиях свободного рынка, без регулирования со стороны государства, то были бы еще выше, и это — нормально, полагают в Минэкономразвития России.

www.nakanune.ru

В путь!

«Спутник Грузия»: Грузия вводит новые правила для российских туристов

Согласно информации издания «Спутник Грузия», начиная с 1 июня, Грузия вводит новые правила для иностранных туристов, включая граждан России и Белоруссии.

Одним из важных изменений является обязательное наличие медицинской страховки. Страховка должна покрывать случаи экстренной амбулаторной помощи на 5 тысяч долларов и стационарное лечение на 30 тысяч долларов на весь период пребывания.

Несмотря на обязательное требование, власти Грузии заявляют, что отсутствие

страховки не приведет к автоматическому отказу во въезде; однако туристам без страховки грозит штраф в размере 110 долларов или около 10 тысяч рублей.

Представители рынка уверяют, что приобрести такую страховку довольно просто, поскольку практически все страховые компании России предлагают подобные полисы за сумму от 500 до 630 рублей. Страховку можно оформить на русском, грузинском или английском языках, хотя самостоятельным туристам необходимо позаботиться самим об этом.

www.osnmedia.ru

Технологии

В лесах МО заработала система обнаружения больших групп людей

Лесная охрана Московской области в режиме реального времени будет видеть, где и сколько находится на территории леса людей. Если фиксируется группа граждан на лесных участках, где запрещено разводить огонь, то их присутствие сигнализирует о том, что лесная охрана должна выехать с проверкой к тому месту. Об этом пишет портал РИАМО со ссылкой на пресс-службу регионального Комплекса.

Если будут выявлены нарушения, то виновным выпишут штраф. Принцип работы системы основан на триангуляции,

когда в зоне сотовой связи вычисляются уникальные абоненты, и если их телефоны остаются на одном месте свыше 15 минут, то программа фиксирует этот факт. Тем самым оператор региональной диспетчерской службы Комплекса видит данные и принимает решение о дальнейших действиях.

За поджог, приведший к лесному пожару, последует не только административная, но и уголовная ответственность. Губернатор Подмосковья Андрей Воробьев отметил прежде, что костры и травяные палы представляют угрозу.

www.socialinform.ru

АДРЕСНЫЕ ТАБЛИЧКИ

НА МЕТАЛЛЕ

Телефон 8-918-269-77-83.

МЯСНИЦКАЯ
улица

САЙТЫ

Быстро, качественно,

недорого. Любая тематика.

8-988-46-46-813

Реклама.

Не лечись за рулем!

Минздрав составил список «запрещенных» для водителей лекарств

Минздрав РФ обнародовал перечень лекарственных средств, которые не рекомендуются употреблять водителям. Список состоит более чем из двухсот не относящихся к перечню наркотических или психотропных лекарств, после употребления которых запрещено или не рекомендуется управлять транспортным средством, сообщает PRIMPRESS.

В самый большой список попали лекарства, содержащие седативные, психотропные вещества, наркотические анальгетики и/или этиловый спирт. В их числе — популярные корвалол и валокордин и их многочисленные аналоги, анисовое масло, порошок аспирина, антигриппин, настойка боярышника — всего 171 позиция. Это могут быть таблетки, капсулы, капли, спреи, растворы и так далее.

Например, корвалол является снотворным и влияет на центральную

нервную систему. «Колдакт» и «Терафлю» могут вызвать головокружение, нечеткость зрения, нарушение координации движений.

Кроме того, не рекомендуется употреблять перед поездкой «Спазмалгон», «Кетанов» и «Нурофен плюс». Эти препараты могут вызвать сонливость, заторможенность или, наоборот, эйфорию.

Глазные капли «Тропикамид», «Фенилэфрин» ухудшают зрение, таблетки «Атомoksetin» могут вызывать чувство усталости и сонливости, нитроглицерин приводит к возможному снижению двигательной активности и т. д.

В перечне присутствуют и спиртосодержащие спреи для горла.

«Желательно дожидаться время выведения лекарства из организма, чтобы трезво соображать за рулем.

www.primpress.ru

Семья

КАК НАУШНИКИ ВЛИЯЮТ НА ДЕТСКИЙ СЛУХ



Каждый родитель иногда мечтает о паре минут тишины: не слышать ни мультиков, ни саундтреков к играм, ни детских песен, которые звучат уже десятый раз подряд. Наушники могут решить сиюминутную проблему. Однако метод имеет побочный эффект, если ребенок выкрутит звук на предельную громкость. Как же громкая музыка в наушниках влияет на детский слух?

Об этом - **Никита Дикопольцев**, аудиолог, руководитель и основатель центра европейского слухопротезирования «СлышуВижу».

Ухо, когда наушники поют на полную

Будут ли наушники негативно влиять на слух маленького пользователя, определяют два фактора: громкость звука и длительность прослушивания. Чем дольше и чем громче, тем больше вероятность расстройства слуха.

Как громкие звуки могут влиять на слух

Повреждение чувствительных клеток: чрезмерно громкие звуки могут влиять на волосковые клетки — специальные рецепторы слуховой системы и вестибулярного аппарата, что грозит временной или даже постоянной потерей слуха.

Проблемы с акустическим восприятием: звуки начинают слышаться искаженно или недостаточно четко, также у многих происходит небольшая дезориентация в пространстве.

Появление постоянного шума или звона в ушах — тиннитуса, а все из-за переутомления системы слуха.

Повышенная громкость влияет не только на слух, но и на психическое здоровье. Громкая музыка может вызывать стресс, нервозность и ухудшение внимательности. Это особенно важно учитывать в периоды, когда дети подвержены повышенной эмоциональной нагрузке: пошли в детский сад или школу, во время переездов или рождения братьев или сестер.

Старшие школьники же нередко считают, что громкая музыка помогает успокоиться или сконцентрироваться, в то время как активные звуки, наоборот, перевозбуждают нервную систему, которая в подростковом возрасте нуждается в особой заботе.

Особенности детского слуха

Дети более чувствительны к громким звукам, чем взрослые. А все из-за особенностей детской физиологии:

внутреннее ухо находится в постоянном развитии до 18–20 лет, и мембрана сенсорных клеток более тонкая, что делает детский слух более чувствительным к шуму.

Также в детском возрасте еще не полностью сформированы механизмы, которые отвечают за регулирование звукового восприятия и защиту от чрезмерно громких звуковых воздействий. Это означает, что дети реагируют более остро на громкую речь и громкие звуки, в том числе музыку, и быстрее от них утомляются.

Пять советов, как защитить ребенка от влияния громкой музыки

Научите ребенка правильному использованию наушников. Объясните ему, что слушать музыку на высокой громкости вредно для слуха.

Отдавайте предпочтение наушникам с

амбушюрами, а не внутришумным. Они более качественно передают звук, и окружающие звуки в них менее слышны — не придется повышать звук, чтобы музыка играла «чище». А значит, потребуются меньшая громкость прослушивания.

Предоставьте ребенку качественные наушники. Хорошая техника с четким звучанием позволяет слушать музыку на более низкой громкости, что уменьшает воздействие на слух.

Старайтесь ограничить время, которое дети проводят, слушая музыку через наушники: это прекрасный повод найти занятия, которые станут вашим общим с ребенком увлечением.

Поддерживайте регулярный медицинский мониторинг слуха ребенка — это поможет своевременно выявлять любые изменения и

проблемы.

Соблюдение этих рекомендаций поможет защитить слух детей от вредного воздействия громкой музыки в наушниках.

Особенности детей с нарушением слуха

Детям с нарушением слуха противопоказано слушать музыку в наушниках, почему так?

Что происходит при тугоухости

Во внутреннем ухе расположено, по разным оценкам, от 15 до 30 тысяч волосковых клеток, и каждая группа клеток отвечает за восприятие своей частоты в диапазоне от 16 до 20 000 Гц — так человек может воспринимать все звуки.

При тугоухости ряд клеток перестает выполнять свои функции, в то время как другие продолжают работать как прежде.

Почему нельзя пользоваться наушниками

Проблема заключается в том, что обычные наушники линейно усиливают звук на всех частотах, что дает сверхнагрузку на здоровые волосковые клетки. Использование наушников перегружает слух — его ухудшение происходит еще более стремительно.

Ребенок попадает в замкнутый круг, с каждым разом все больше увеличивая громкость звука и усугубляя состояние слуха. В результате это может привести к тяжелой степени тугоухости и даже глухоте.

Чем заменить наушники

Лучшим решением для детей с нарушениями слуха являются современные слуховые аппараты, которые умеют подключаться к мобильным телефонам по Bluetooth.

Ребенок сможет принимать телефонные звонки, прослушивать музыку или смотреть видео на телефоне через свои слуховые аппараты — звук будет точно настроен под индивидуальные пороги слуха ребенка на каждой частоте.

Резюме

Итак, громкая музыка в наушниках представляет особую опасность для здоровья детей из-за их развивающегося слуха и увеличенного риска повреждения чувствительных к громким звукам структур уха.

Задача родителя — помочь ребенку сохранить хороший слух. Важно соблюдать рекомендации по безопасному прослушиванию музыки — тогда наушники не смогут навредить слуху вашего ребенка.

www.cuprum.media

Мотай на ус!

2-3 дня в неделю не хожу в магазин, а в доме есть что покушать

Сложно устоять от спонтанных покупок. Говорю все время себе: иди в магазин, чтобы купить только молоко и хлеб. Но прихожу домой с полным пакетом (колбаса, консервы, сыр, выпечка, батончики к чаю, зелень, овощи, фрукты). Практически за день-два все это съедаем. Нет привычки отказывать себе, когда холодильник забит.

В итоге, от такого шика остаемся без денег и половину месяца ждем следующую зарплату. Это было раньше. Теперь я с умом расходую деньги. Приходится так делать. Зарплата не 100 тыс. в месяц.

Правила экономии: не тратить деньги 3 раза в неделю

Это не так сложно. Я сначала выбрала один день в неделю (среда), когда не хожу в магазин. Экономия 500 - 1000 руб. каждый день. Потом я решила не ходить в магазин 2 дня в неделю. И получилось! Если хочется еще сэкономить и туго с деньгами, то 3 дня.

Выпечку теперь не покупаю. Сама завожу тесто без яиц и молока. Пеку пиццу или пироги. К чаю самое то. Сытно и сладкого не хочется.

Да, на это уходит время, но я могу его выделить для этого. В пекарнях такая пицца стоит 300 - 600 руб. У меня уходит 200 руб. (помидор, сыр, тесто, майонез, кетчуп).

Еще одно правило есть у меня: список и немного наличных. Беру с собой в магазин 500 рублей наличных.

Карту оставляю дома. Когда выбираю продукты, строго фиксирую, подсчитываю, чтобы уложиться в эту сумму. Так получается не покупать лишнего.

Иногда со вчерашнего дня у меня остается пюре, макароны, часть овощей.

Это все ни в коем случае не выбрасываю! Все идет в дело. Из пюре пеку пироги или оладьи. Из макарон делаю запеканку.

Можно закупать продукты 1 раз в неделю на 7 дней, но мне этот метод не подходит. Потому что каждый день составляю меню и планирую, что приготовить.

Хитрые способы экономить

Покупаю хлеб и нарезав его замораживаю в морозилке.

Молоко не покупаем часто. Когда варю кашу, развожу его с водой. Все равно вкусно получается.

Хочется спонтанных покупок, не отказывайте себе! Только выбирайте время. К примеру, это Новый год. Можно купить себе наряд или шикарный праздничный стол с закусками, напитками.

Средство для мытья посуды быстро заканчивается? Когда остается половина бутылки, наливаю туда воду и насыпаю соду. Взбалтываю и готово! Бутылки средства порой хватает на 3 месяца.

Вот такой идеей экономии хотела с вами поделиться.

Ольга.

Кто я? Какой я?..

Разнообразие жизни на пенсии

В современном мире есть много способов, чтобы разнообразить свою жизнь на пенсии. Вот несколько идей, которые помогут вам оставаться активными и наслаждаться жизнью после выхода на пенсию.

1. Занимайтесь спортом. Физическая активность важна в любом возрасте, но особенно она необходима пожилым людям. Регулярные занятия спортом помогают поддерживать здоровье сердца, укреплять кости и мышцы, улучшать сон и настроение. Выберите вид спорта, который вам нравится, и занимайтесь им регулярно. Это может быть плавание, йога, ходьба или даже танцы.
2. Путешествуйте. Путешествия дают возможность увидеть новые места, познакомиться с новыми людьми и получить незабываемые впечатления. Вы можете отправиться в путешествие самостоятельно или присоединиться к группе других пенсионеров. Важно выбирать туры, которые соответствуют вашим интересам и физическим возможностям.
3. Учитесь новому. Никогда не поздно начать изучать что-то новое. Это может быть новый язык, музыка или искусство. Многие университеты предлагают курсы для пенсионеров по различным предметам. Также существуют онлайн-курсы, которые можно проходить из дома.
4. Общайтесь с друзьями и семьей.

Социальная поддержка очень важна для здоровья и благополучия пожилых людей.

Старайтесь проводить время с близкими людьми, делиться своими мыслями и чувствами. Если у вас нет возможности видеться лично, используйте технологии для общения через интернет.

5. Волонтерство. Волонтерство — это отличный способ помочь другим людям и одновременно почувствовать себя полезным. Вы можете выбрать область, которая вас интересует (например, помощь бездомным животным или работа в библиотеке), и посвятить ей свое свободное время.

6. Питайтесь правильно. Правильное питание важно для поддержания здоровья в любом возрасте. Постарайтесь употреблять больше фруктов, овощей, белковых продуктов и здоровых жиров. Избегайте излишнего потребления соли, сахара и насыщенных жиров.

7. Оставайтесь позитивными. Оптимизм помогает сохранять хорошее настроение и здоровье. Старайтесь видеть положительные стороны жизни, находить радость в мелочах и не забывать улыбаться.

Помните, что выход на пенсию — это не конец жизни, а начало новой главы. Используйте свои знания и опыт, чтобы продолжать расти и развиваться.

www.9111.ru

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ДОМА

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

ПРОДАМ домовладения в с.Успенском и ст.Николаевской.
Телефоны: 8-918-849-89-08,
8-918-418-55-03.

АРЕНДА ЖИЛЬЯ

Семья с двумя детьми на длительный срок **СНИМЕТ** дом или квартиру в Успенском районе.
Тел. 8-928-845-32-23.

ЗЕМЕЛЬНЫЕ УЧАСТКИ

ПРОДАЕТСЯ земельный уч-к (от 6 до 8 соток) в с.Коноково по ул. Первомайской (между улицами Курортная и Заводская).
Тел. 8-928-842-25-02.

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.

ПРОДАМ диски 4*100, ET 45, d 54,1.
Тел. 8-928-228-14-81.

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

РАБОТА

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

На мебельное производство **ТРЕБУЕТСЯ** разнорабочий. Зарплата от 30000 рублей.
Тел. 8-928-28-170-75.

АО «Армавирский хлебопродукт» на постоянную работу **ТРЕБУЮТСЯ:** грузчик, аппаратчик, мастер элеватора, мастер зерносушильного оборудования, слесарь-ремонтник, электрогазосварщик, электромонтер, плотник, разнорабочий.
Телефоны: 8(86137)2-18-84,
8-918-421-28-40 (кроме субботы и воскресенья).

В МБУ «По обеспечению деятельности органов местного самоуправления **ТРЕБУЮТСЯ** водители категории В – 2 человека, категории D – 1 человек.
Телефон 8(86140)5-50-17.

ТРЕБУЮТСЯ охранники. Объекты находятся в г.Армавире.
Тел. 8-918-096-71-16.

САЙТЫ

Быстро, качественно, недорого. Любая тематика.
8-988-46-46-813.

АДРЕСНЫЕ ТАБЛИЧКИ НА МЕТАЛЛЕ

Телефон 8-918-269-77-83.

МЯСНИЦКАЯ
Улица

Полезно знать!

ПОЧЕМУ КОЖА СТАРЕЕТ ОТ СОЛНЦА

При воздействии ультрафиолета повреждаются клетки кожи и включаются защитные механизмы — многие из них ухудшают внешний вид кожи и приводят к фотостарению. Утолщение рогового слоя, потеря эластичности, появление пигментных пятен

и расширенных сосудов — самые заметные и часто встречающиеся особенности кожи, которая подвержена хроническому воздействию солнечных лучей.

Что такое фотозащита и как она работает

Когда мы говорим о дерматологических санскринах, речь идет о средствах, которые могут иметь разную форму: крем, спрей, стик. Такие средства производят на основе двух типов фильтров: физических и химических.

Физические фильтры — так называемые минеральные экраны блокируют воздействие солнечных лучей физически, отражая их от поверхности кожи. Они содержат оксид цинка или оксид титана, чаще всего имеют плотную текстуру, белый цвет и при частом нанесении и длительном использовании могут подсушивать кожу.

Химические фильтры нейтрализуют действие УФ-лучей в результате модификации молекулы солнцезащитного средства и таким образом предохраняют ДНК клеток от повреждения. Работая непосредственно в коже, химические фильтры могут с большей вероятностью вызывать нежелательные явления, например аллергические реакции.

Насколько средства фильтруют излучение от солнца

«Силу» средства маркируют на этикетке. В лабораторных условиях фактор защиты 50 означает, что для получения солнечного ожога потребуется в 50 раз больше времени, но в реальности, где постоянно изменяются условия, такая формула не работает. Условно можно представить, что средства с фактором защиты 50 пропускают в 50 раз меньше УФ-лучей. Также важно помнить, что, кроме фактора SPF-защиты от UVB-лучей, существует показатель защиты от лучей UVA — фактор PPD, который также должен быть маркирован на упаковке солнцезащитного средства.

В магазинах большой выбор солнцезащитных средств: какое выбрать

Дерматолог всегда будет рекомендовать аптечные фотозащитные средства, потому что именно они проходят должную сертификацию и лабораторные тесты. Кроме того, среди аптечных марок есть средства для



разного типа кожи, для пациентов с различными кожными заболеваниями. Если же нет особых требований и средства категории массмаркет или люкс удовлетворяют запрос, то можно не усложнять. Подходящая форма санскрина зависит от ситуации: крем/молочко/гель используем для базового нанесения защиты, стики удобно использовать во время активного отдыха, спреи — для быстрого обновления фотозащиты.

Можно ли загорать безопасно и без морщин

Употреблять в одном предложении слова «загорать» и «безопасно» можно только с частицей НЕ между ними. Пребывание на солнце может быть безопасным, но, как правило, оно не приводит к значительному изменению цвета кожи, называемому загаром. Конечно, у людей с разным фототипом способность кожи темнеть различается, и если за время отпуска оттенок естественным образом изменился, не было эпизодов покраснения (то есть солнечных ожогов), то такое пребывание на солнце можно назвать условно безопасным. Что касается фотостарения, то в этом случае любое количество ультрафиолета будет давать негативные эффекты.

Чем мазать детей

Фотозащита для детей до шести месяцев заключается в нахождении ребенка в тени, позже можно начинать использовать детские санскрины с физическими фильтрами, со специальной маркировкой по возрасту. Чем старше ребенок, тем шире список средств, которыми можно пользоваться (разумеется, при хорошей переносимости). Особенно удобно одевать детей в специальную одежду из ткани с УФ-фильтрами, которая сохраняет свойства даже после намывания.

Какими средствами я сама пользуюсь

В отпуске или нет — я использую солнцезащитные средства с высоким фактором защиты: 30 или 50. На пляже всегда нахожусь в тени, но даже в этом случае использую санскрин, потому что фототип моей кожи не позволяет поступать иначе.

А. Бессалова, дерматолог.

Климат

Россиян ждет изменчивая погода летом 2024 года

Будущее лето в России обещает изменчивую погоду: температура воздуха будет чаще всего выше нормы, и больше всего жара усилится в северной части европейской территории.

Такие данные предоставил научный руководитель Гидрометцентра России Роман Вильфанд, пишет Газета.ру.

Как поясняется, это пока что предварительные прогнозы, их делают на основе законов атмосферной циркуляции, но в целом можно судить, что лето обещает быть достаточно жарким. При этом Вильфанд отметил, что погода будет очень изменчивая, к этому надо готовиться. Он добавил, что максимально точные прогнозы можно делать лишь за несколько суток.

Напомним, что климатологи отметили, что лето 2023 года было самым жарким на Земле за последние 2000 лет.

www.socialinform.ru

Что почем?

Россияне начали активнее готовиться к лету

Россияне начали активнее готовиться к лету. Об этом сообщила Газета.Ru со ссылкой на аналитический ресурс «Чек Индекс» компании «Платформа ОФД».

Количество покупок купальных костюмов с 1 апреля по 12 мая 2024 года выросло на 38% по сравнению с аналогичным периодом прошлого года. Солнцезащитные очки в этом году приобретали на 31% чаще, крем от загара — на 17%, а бейсболки — на 12%.

Из этого пляжного набора больше всего подорожали купальники — на 11% за год, до 2984 рублей в среднем. На втором месте оказался крем от загара (+10%, до 459 рублей), на третьем — бейсболки (+8%, до 1365 рублей в среднем).

Солнечные очки прибавили в стоимости только 2%, средний чек составил 1726 рублей.

Эксперты отметили, что этой весной многие выбирали для путешествий южные регионы, где стояла более теплая и солнечная погода. Из-за подьема турпотока вырос спрос на соответствующие товары, а вслед за ним и цена на популярные позиции.

www.rzn.info

Наш стол

Ленивые вареники картофельные

ИНГРЕДИЕНТЫ:

картофель (очищенный) - 600 г,
соль - по вкусу,
перец чёрный молотый - по вкусу,
масло сливочное (мягкое) - 30 г,
яйца - 2 шт.,
мука - 400-450 г,
Для подачи:

масло сливочное/ сметана,
лук репчатый жареный

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Нам понадобится 600 г картофеля в очищенном виде. Ставим его варится в подсоленной воде, а затем полностью сливаем воду и разминаем до состояния пюре, добавив маленький кусочек мягкого сливочного масла. Теперь картофель перекладываем в миску и даём остыть до слегка тёплого состояния.

Далее в остывшее картофельное пюре добавляем соль по вкусу и чёрный молотый перец, разбиваем 2 яйца и хорошенько соединяем все ингредиенты вместе. Уже на данном этапе можно замешивать всё руками.

Добавляем частями просеянную муку и замешиваем тесто. Муки уйдёт в среднем 400-450 г. Её количество зависит и от качества самой муки, и от размера ваших яиц. Тесто должно получиться мягким и нежным, допустимо лёгкое прилипание к рукам.

Тесто из миски перекладываем на припылённую мукой рабочую поверхность, тесто тоже присыпаем мукой и делим на 4 части.

Три откладываем в сторону, а первую часть скатываем в длинную «колбаску» и нарезаем на небольшие кусочки. Вареников получается много, поэтому часть можно заморозить, а часть отварить.

Подсаливаем воду, доводим до кипения и кладем вареники. Аккуратно перемешиваем их, чтобы они не прилипли ко дну. После закипания варим вареники 3-5 минут.

Достаём их шумовкой и перекладываем в глубокую тарелку. Добавляем несколько кусочков сливочного масла и подаём с жареным луком и сметаной. А ещё к луку можно добавить бекон и получится ещё вкуснее! Ленивые вареники получаются мягкими, нежными, слегка упругими, с насыщенным картофельным вкусом.

ЯРМАРКА
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.

За содержание рекламы и объявлений редакция ответственности не несет.

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.

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 №