

# ЯРМАРКА

Информируем о предложении - формируем спрос!

№29 (747)  
Вторник, 10 сентября 2024 г.  
Читайте нас on-line:  
[www.газетаярмарка.рф](http://www.газетаярмарка.рф)

Газета издается с 9 июля 2009 года. Распространяется БЕСПЛАТНО. Рекламное СМИ

ОБЪЯВЛЕНИЯ • РЕКЛАМА • НЕДВИЖИМОСТЬ • РАБОТА • УСЛУГИ • ИНФОРМАЦИЯ

**ЗАКУПАЕМ ЛОМ ЦВЕТНЫХ И ЧЕРНЫХ МЕТАЛЛОВ.**  
Село Успенское, улица Ленина, 295.  
Телефон 8-918-179-41-42.

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**  
Телефон 8-918-16-16-992.

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

**В санаторий «РУСЬ» в городе Геленджике на постоянную работу требуются:**  
-горничные,  
-уборщики (номерной фонд, SPA-центр),  
-мойщики посуды,  
-официанты,  
-медицинские сестры.  
**Мы предоставляем проживание, питание, стабильную заработную плату два раза в месяц.**  
За подробной информацией обращаться по телефонам: 8-988-340-01-08, 8(86141)7-17-50.

**РЕМОНТ ЖК ТЕЛЕВИЗОРОВ**  
Выезд. Доставка.  
Телефон 8-918-333-09-40.

**В АРМАВИР ТРЕБУЕТСЯ СИДЕЛКА.**  
Зарплата высокая.  
Телефон 8-918-198-60-35.

**В АРМАВИР ТРЕБУЕТСЯ ПОВАР.**  
Зарплата высокая.  
Телефон 8-918-198-60-35.

**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.

**НОВЫЙ МАГАЗИН «БЫТОВАЯ ТЕХНИКА»**  
Низкие цены, кредит, рассрочка, доставка.  
Холодильники, морозильные камеры и лари, стиральные машины, сплит-системы от 13000 рублей, 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.

**ДОСТАВКА:**  
песок (все виды), отсев, щебень (любой фракции), ПГС, земля, цемент от 0,5 куб. м и по договоренности.  
УСЛУГИ вышки, манипулятора, ГАЗОНА, КАМАЗа.  
Работаем БЕЗ ВЫХОДНЫХ.  
Находимся в селе Успенском на территории старого ГАИ.  
ТЕЛЕФОН 8-918-439-439-6.

**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.

**КРЫШИ**  
Ремонт, замена, монтаж, покраска.  
БЫСТРОВЗВОДИМЫЕ КАРКАСНЫЕ ДОМА.  
Утепление.  
Заборы, навесы, отопление.  
Телефон 8-961-538-47-10.

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

**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.

**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.

**САЙТЫ на заказ.**  
Быстро, качественно, недорого. Любая тематика.  
8-988-46-46-813.

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

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

**АДРЕСНЫЕ ТАБЛИЧКИ НА МЕТАЛЛЕ**  
Телефон 8-918-269-77-83.

**МЯСНИЦКАЯ**  
Улица

**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 8-918-26977-83.

[https://t.me/gazeta\\_yarmarka](https://t.me/gazeta_yarmarka)

**КАШПО ИЗ РОТАНГА**  
12 л  
18 л  
24 л  
8-918-092-19-34

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

## Полезно знать!

### Жители Краснодарского края могут решить все вопросы ЖКХ в одном приложении

Приложением «Госуслуги.Дом» пользуются свыше 155 тыс. кубанцев, рассказал руководитель департамента информатизации и связи региона Станислав Завальный. Так, с помощью сервиса можно: обратиться в управляющую компанию, сообщить о бытовой проблеме и получить ответ, решив вопрос в течение семи дней.

Все управляющие и ресурсоснабжающие организации должны вносить необходимые сведения в Государственную информационную систему жилищно-коммунального хозяйства, на основе которой и работает сервис. Поэтому вся информация, связанная с жилой недвижимостью, автоматически загружается в «Госуслуги.Дом» и видна пользователю. Зарегистрироваться в приложении можно



через подтвержденную учетную запись на Госуслугах. Узнать подробнее можно на портале Госуслуг, сообщает пресс-служба администрации Краснодарского края.

[www.kuban24.tv](http://www.kuban24.tv)

[www.газетаярмарка.рф](http://www.газетаярмарка.рф)

На заметку!

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Быть здоровыми, красивыми, полными сил хотят взрослые и дети. Здоровье даётся человеку от рождения, но чтобы сохранить его на всю жизнь, он должен с раннего детства до глубокой старости постоянно заботиться о его укреплении.

Для этого нужно с детства формировать у ребёнка понятие о том, что чтобы быть здоровым, нужно выполнять основные правила ЗОЖ, направленные на укрепление здоровья: соблюдение личной гигиены, режима дня, правильного питания, занятия спортом, отказ от вредных привычек.

Гигиена требует условий невозможности размножения бактерий и паразитов. Поэтому необходимо содержать тело, одежду, постельные принадлежности, предметы ухода (расчёски, резинки, заколки) в чистоте.

Чистить зубы 2 раза в день. Не пользоваться чужими расчёсками, одеждой. Хороший сон (7-8 часов), после вечерней прогулки на свежем воздухе, в комфортных условиях (тёплое одеяло, прохладный воздух, спокойная обстановка) - является главным видом отдыха, положительно влияет на настроение, память, внимание, состояние иммунитета.

Детям для роста и взросления нужно много сил и энергии. У детей происходит нарастание мышечной массы тела, активизируется деятельность эндокринной системы, снижается иммунитет. В помощь организму ребёнок может получить всё необходимое



из натуральных продуктов питания, богатых микроэлементами, минералами и витаминами.

Снижайте в рационе животные жиры и быстрые углеводы (сахар, сладости, кондитерские изделия, картофель, сладкие газированные напитки с красителями).

Полезны: хлеб грубого помола, каши, кисломолочные продукты, нежирные сорта мяса, рыба, фрукты, сырые овощи и зелень. Проводите беседы с детьми о вреде алкоголя, курения сигарет, вейпов, курительных смесей. Они вызывают зависимость, которая тяжело лечится, а иногда приводит к печальному исходу.

Яды наносят непоправимый вред не только органам и системам но и на генетическом уровне, что в последствии отражается на потомстве.

Берегите здоровье своих детей!

**А.ПОЗДНЯКОВА,**

врач-педиатр Успенской центральной больницы.

Связь

## Tele2 сменил название

Срок действия лицензии компании на использование бренда Tele2 истекает 31 декабря. Оператор объяснил отказ от бренда тем, что «он нам уже жмет»

Российский мобильный оператор Tele2 провел ребрендинг и сменил название на t2; изменения, в том числе обновленный логотип, отображаются на сайте компании.

«Изменения обусловлены эволюцией в продуктовых решениях, техническом развитии, сервисе оператора», — говорится в сообщении.

Генеральный директор Антон Годовиков в разговоре с «Ведомостями» объяснил отказ от шведского бренда Tele2 тем, что «он нам уже жмет». «Мы корректно исполняли договор на использование бренда, но больше не видим в нем необходимости», — сказал он, отметив, что у компании не осталось других взаимоотношений со шведским концерном со времени продажи бизнеса в России.

Срок действия лицензии российского

оператора на бренд Tele2 истекает 31 декабря, шведская Tele2 Sverige AB, «дочка» Tele2 AB, продлевала его прошлой осенью.

Российская Tele2 начала работать в 2003 году. Десять лет спустя шведский концерн продал российское подразделение группе ВТБ, которая позже объявила о продаже 50% Tele2 Russia консорциуму инвесторов. В феврале 2014 года Tele2 и «Ростелеком» объединили мобильные активы на базе Tele2 и создали новый федеральный оператор России. В 2020 году «Ростелеком» стал единственным акционером Tele2, компания тогда приобрела 55% долей группы ВТБ.

T2 оказывает услуги в 69 регионах страны и, по данным на ее сайте, занимает третье место на рынке мобильной связи по количеству абонентов. По итогам 2023 года абонентская база оператора составила 48,1 млн. клиентов (с учетом пользователей виртуального сотового оператора MVNO «Ростелекома»).

[www.rbc.ru](http://www.rbc.ru)

Актуально!

## Жители Кубани подверглись новой схеме обмана телефонных мошенников

Жителям Кубани по телефону начали поступать предложения помочь правоохранительным органам и самостоятельно изобличить телефонных мошенников. После этого в игру включаются еще персонажи, которые требуют оформить кредит в банке.

«Преступники представляются сотрудниками силовых структур государственной власти и предлагают гражданам помочь в изобличении «телефонных мошенников». В связи с чем настаивают на оформлении кредита в банке и принятии участия в оперативно-розыскных мероприятиях по поимке злоумышленников», — рассказали в пресс-службе СУ СК России по Краснодарскому краю.

После того, как средства переведены на посторонние счета, звонившие перестают выходить на связь, а жертвы попадают в черный список. Следователи сообщают, что сотрудники правоохранительных органов не выдвигают требований о переводе денег на какие-либо счета. Указанные действия являются преступными. При поступлении подобных звонков следует немедленно прекратить телефонный разговор.

Источник: kpr.ru

Чтобы заснуть, можно ворочаться в кровати и час, и два. Однако исследователи и некоторые обычные люди разработали несколько техник того, как уснуть при бессоннице за минуту.

### 1. Почему не получается уснуть?

Согласно исследованиям, идеальное время отхода ко сну — 22:00-23:00. В это время снижается уровень кортизола (гормона стресса), а уровень мелатонина (гормона сна) повышается. По статистике, 76% людей, ложащихся спать между 22:00 и 23:00 часами, утром чувствуют себя бодрыми и отдохнувшими.

А у спящих днем по 20-30 минут на 50% увеличивается концентрация внимания и на 30% улучшается память по сравнению с не спящими. А при регулярной быстрой дневной дремоте снижается риск инфаркта. Такое же воздействие на организм у медитации.

Но порой после сложного рабочего дня не удается быстро уснуть. Как только голова касается подушки, усталость исчезает, одолевают мысли, переживания, а сон наступает только под утро. Почему?

### ТЕЛЕФОН В КРОВАТИ

Свет от экрана стимулирует мозг, и может подавлять выделение мелатонина (гормона, помогающего заснуть). Попробуйте отказаться от использования гаджетов после 9 часов вечера или включите на смартфоне режим блокировки синего цвета.

### ЧИТАЕТЕ ПЕРЕД СНОМ?

Откажитесь от активных переписок и проверки почты перед сном. Это стимулирует работу мозга. Если любите читать, чтобы быстрее уснуть, отдайте предпочтение бумажной, а не электронной книге. Стоит выбрать легкое произведение, которое не вызовет слишком много эмоций.

### ТРЕВОЖНОСТЬ

Если у вас возникли проблемы со сном, позаботьтесь о том, чтобы не тревожить себя в течение вечера. Не поднимайте темы, вызывающие беспокойство, в разговорах перед сном.

Помоги себе сам!

## Режим сна, который стоит перенять

Возможно, есть стрессовая ситуация, из-за которой вы не можете перестать волноваться. В этом случае попытайтесь отвлечься, прочитав легкую книгу перед сном. Поможет дыхательная медитация.

### ОСВЕЩЕНИЕ

За пару часов до сна погасите общий свет в комнате — он подавляет выделение мелатонина.

### КРОВАТЬ

Чтобы быстро уснуть, проследите, чем вы заняты в кровати. Если вы принимаете пищу, смотрите фильмы или работаете в кровати, от этого лучше отказаться. Мозг создает связь между постелью и активной деятельностью, поэтому если вы страдаете от бессонницы, то используйте кровать только для сна.

### КОФЕИН

Попробуйте исключить кофе или источники кофеина (шоколад, черный чай) из рациона. Если для вас это сложно, постарайтесь не есть, пить их хотя бы во второй половине дня.

Если вам не помогают эти способы, рекомендуется обратиться к врачу. Бессонница может быть симптомом серьезных заболеваний — тревожного расстройства или депрессии.

### 2. Сколько спать, чтобы быть здоровым?

Сон нужен для восстановления организма, укрепления иммунной и нервной систем. Но сколько сна нужно, чтобы оставаться здоровым и бодрым?

Дети: от 12 до 15 часов,

Школьники: от 9 до 13 часов.

Подростки: от 8 до 10 часов.

Взрослые люди: от 7 до 9 часов.

Пожилые люди: от 7 до 8 часов в сутки.

### ЧЕМ ОПАСНА БЕССОННИЦА?

Следствием постоянной бессонницы может быть развитие болезней.

Артериальная гипертензия (синдром

повышенного клинического артериального давления).

Сердечная недостаточность.

Инфаркт миокарда.

Ожирение и диабет.

### Самый быстрый способ заснуть: метод 10 секунд

Если не можете заснуть, попробуйте:

расслабить мышцы лица и языка; опустить

плечи; положить

руки вдоль туловища расслабить грудную клетку; мышцы ног; не думать ни о чем в течение 10 секунд.

### Снотворное при бессоннице

Иногда, несмотря на все попытки уснуть естественным путём, это не получается. В таких случаях люди обращаются к снотворным препаратам, чтобы получить быстрый эффект. Но всегда ли это безопасно и эффективно?

Снотворные препараты могут помочь

быстро заснуть, но только на время лечения.

Постоянное использование снотворных не рекомендуется — они вызывают привыкание и могут дать побочные эффекты, например, тошноту и головокружение.

### 3. Не можете уснуть, что делать?

Чаще эта проблема возникает за 60 или при ненормированном рабочем дне, напряженном рабочем графике.

Некоторые приемы могут помочь уснуть быстрее.

Дышите ровно. Вдох вдвое короче выдоха.

Закройте глаза, заведите зрачки под веками вверх и в стороны. Вы сразу почувствуете, что вам захотелось спать сильнее.

Расслабьте плечи и шею.

Найдите удобную позу для сна. Перед засыпанием можно полежать немного на животе, чтобы расслабить мышцы и снизить объем кислорода, поступающего в кровь.

Если у вас проблемы с желудком или печенью, легче засыпать на левом боку, если с сердцем — на правом. Иногда врач может порекомендовать вам спать полусидя.

### 4. Как быстро уснуть без лекарств? ПОВТОРЯЙТЕ ФРАЗУ «НЕ СПАТЬ»

Это поможет уснуть за минуту. Уровень тревоги повышается, когда вы заставляете себя что-то сделать. Но как только вы перестаете себя принуждать, то расслабляетесь и засыпаете.

### ПРЕДСТАВЬТЕ СПОКОЙНОЕ МЕСТО

Попробуйте задействовать воображение, чтобы побороть бессонницу. Попробуйте представить умиротворяющую обстановку, связанные с ней ощущения и ассоциации. Вспомните звук водопада, запах влажного мха, дождя. Важно, чтобы эти образы отпечатались в вашем мозгу и вытеснили из головы мысли и тревоги, которые мешают вам уснуть.

Еще одно эффективное средство в борьбе с бессонницей — тяжелое одеяло. Стимуляция глубокого сенсорного давления, которую вызывает вес одеяла, снижает возбуждение и подавляет активность симпатической нервной системы организма.

### 5. Музыка при бессоннице

Создайте плейлист для быстрого засыпания с инструментальными спокойными композициями.

У медленной музыки снотворный эффект, она поможет в борьбе с бессонницей. Лучше отдать предпочтение классике и lo-fi мелодиям.

### 6. Максимальная подготовка

Если вы попробовали эти методы, но всё ещё не можете заснуть в течение минуты, то: уберите часы;

отложите телефон подальше от кровати, лучше — отнесите в другую комнату; примите тёплый душ; проветрите комнату; наденьте теплые носки; позанимайтесь мягкой йогой в течение 15 минут; капните на одеяло или подушку пару капель масла лаванды или ромашки. Главное, чтобы не было навязчивого запаха;

поужинайте за 2-3 часа до сна, чтобы избежать стимуляции желудка перед сном.

[www.onashem.mediasole.ru](http://www.onashem.mediasole.ru)

## Неизвестное об известном

Кто придумал парфюм,  
и как духи спасли  
средневековую Европу  
от эпидемии

Французские духи — это словосочетание ласкает слух всех женщин на планете. Этот продукт приравнивают к произведениям искусства, страстно желают, берегут, «надевают» в свет и наслаждаются им в одиночестве. Некоторые даже одушевляют содержимое изящных флаконов, называя спутником богини или слугой ведьмы. Духи будоражат умы и обостряют чувства, за них готовы платить немалые деньги, с их помощью добиваются расположения. А путь развития европейской парфюмерии был усыпан отнюдь не лепестками роз. Скорее, иной субстанцией.

## Кто и когда придумал духи

Духи были изобретены не французами. Благовония для тела и помещений использовались еще в древнем мире. Искусно владели мастерством создания ароматов египтяне, греки, римляне. Также смеси смол и эфирных масел применяли в Древнем Китае и на Аравийском полуострове. Тогда запах не был самоцелью, а скорее дополнительным приятным бонусом.

Масляные смеси предназначались для лечения, улучшения самочувствия, ухода за кожей. Ароматы применялись для стимуляции сексуального влечения, соблазнения, способствовали зачатию детей. Кроме того, благовония широко использовались в религиозной сфере. С помощью запаха древние жрецы управляли духовным состоянием посетителей храмов, настраивались на аскетизм.

Для создания ароматических продуктов применяли исключительно растительное сырье — пряности (корни и семена), масла, лепестки цветов, смолы хвойных деревьев. Аромат был частью культа здорового тела и духа.

## Почему же первенство в индустрии ароматов принадлежит французам?

Гигиена и изысканные ароматы были чужды для средневековых европейцев. Духи, технология дистилляции, а вместе с ней цветочные воды и эфирные масла попали в западный мир, когда крестоносцы вернулись из походов. Теперь запах был самоцелью, у него была лишь одна задача — перебить смрад, источаемый грязными телами и отходами человеческой жизнедеятельности, наполняющими средневековые города. Гигиенические процедуры там еще не практиковались, канализация не действовала.

Европейские парфюмеры начали включать в композиции ингредиенты животного происхождения — мускус и амбру. Эти компоненты существенно увеличивали

стойкость духов. Также считалось, что они усиливают сексуальную привлекательность носителя запаха. Эта перемена стала переломной, животные ингредиенты дали новый виток развитию искусству создания ароматов. Вещества, добытые из желудков кашалотов и половых желез оленей, широко используются и в современной парфюмерии.

Требований к духам тех времен было немного — стойкость и резкость. Именно такой парфюм мог перебить неприятные запахи тела и пространства тесных улиц.

Причина того, что именно Франция стала лидером парфюмерного искусства — в непредвзятости и отсутствии предрассудков. Такие факторы сдерживают развитие новаторских идей. Конкурирующая Италия все же имела наследие, которое досталось от древних римлян. И это обстоятельство сковывало творческие порывы и дерзость итальянских парфюмеров.

## Нота кожи, или как парфюмерия противостояла чуме

Еще один способ внести в образ изящный

штрих — надеть кожаные перчатки, которые подвергались щедрой ароматизации. Это позволяло достичь двух целей — спрятать немытые руки, а также преобразить запах плохо обработанной кожи. Эта практика обрела огромную популярность, знатные дамы обзаводились десятками, а то и сотнями пар ароматных перчаток. Их обрабатывали составами с присутствием сандала, розы, жасмина — на выбор или в различных комбинациях. Обязательным ингредиентом служила амбра или мускус, благодаря которым аромат сохранялся на протяжении длительного времени.

Если прежде запах телячьей кожи был нежелательным, то в современной индустрии моды ноту добавляют в композицию намеренно. Парфюм с таким компонентом обретает интимность, провокационное звучание, животный магнетизм. Таковы традиции французского парфюмерного искусства.

Русский химик К. Веригин, автор книги «Благоуханность: воспоминание парфюмера» утверждает, что среди мастеров ароматов процент гибели от чумы был

намного меньшим, чем среди остального населения. Это объясняется постоянным пребыванием среди запахов трав и эфирных масел, уксусов. Многие из таких продуктов отпугивали насекомых, в том числе блох, наиболее зловещих переносчиков инфекции.

Существует история о марсельских грабителях-безумцах, которые промышляли мародерством. Они искали ценные вещи и деньги на трупах тех, кто умер от чумы. Их неуязвимость для грозной инфекции кроется в регулярном применении туалетного уксуса собственного производства. Такое средство предназначалось для дезинфекции и ароматизации. Патогенных микробов оно убить не в состоянии, зато предотвращало укусы насекомых, что и было главной профилактической мерой наряду с карантинном.

## Трансформация этики ароматов от эпохи Просвещения до наших дней

В XVIII веке пользоваться парфюмерной продукцией массово начинают мужчины. Благоухающие составы наносят на предметы интерьера, аксессуары, белье. Считается престижным обзавестись личным парфюмером, который разрабатывает персональный уникальный аромат для заказчика.

В этот период популярными становятся свежие легкие ингредиенты, такие как розмарин, бергамот, лимон. Гигиенические процедуры уже не заменяются ароматизацией, а совмещаются с ней. Продукты парфюмерии добавляют в ванны, воду для полоскания рта и для стирки одежды.

В начале XIX столетия появляется новое требование к использованию ароматов — умеренность. Приветствуется нанесение духов на платок, перчатки и веер, соприкосновение духов с телом считается нежелательным.

В конце XIX века духи обретают гендерную специфику — дамские ароматы состоят в основном из фруктово-цветочных компонентов, мужские содержат ноты хвои, древесины, много цитрусовых.

В XX веке начинают выпускать ароматы для определенной погоды или времени суток. Зимние духи характеризуются большим содержанием пряных теплых нот, высокой концентрацией смол. В летние композиции включены такие ноты, как огурец, арбуз, а также синтетические альдегидные составляющие, напоминающие морской бриз или свежий горный воздух. Гендерная специфика существует, но ее строгость растворяется в современном обществе, где люди сами любят решать, кем быть.

[www.aromavezde.com](http://www.aromavezde.com)

## Проект

Полторы тысячи торговых точек Кубани  
участвуют в проекте «Наличные на кассе»

В Краснодарском крае все больше торговых точек присоединяется к сервису «Наличные на карте». Сейчас услугой можно воспользоваться в 1506 магазинах, аптеках и автозаправках Кубани.

«Наличные на кассе» — это удобное решение для жителей и гостей Краснодарского края, возможность снять наличные средства прямо в магазинах, аптеках и на автозаправочных станциях. Такой широкий выбор точек в объектах потребсферы особенно удобен для

тех, кто не всегда имеет доступ к банкоматам или предпочитает наличные расчеты, — рассказал Игорь Красавин.

Наиболее актуален сервис в сельской местности, где мало банковских банкоматов. Снять с карты таким способом можно до 5 тысяч рублей, но более 30 тысяч в месяц. Некоторые точки позволяют наличные не только снимать, но и вносить. Услуга предоставляется без комиссии, но ее может установить банк-эмитент. [www.kuban.kp.ru](http://www.kuban.kp.ru)

## Мотай на ус!

Киберэксперт дал совет, как избежать угрозу  
зависимости ребенка от смартфона

Эксперт Илья Казаков, работающий техническим директором сервиса «Павербанка МТС Юрент», поделился советами о том, как уменьшить время, проводимое ребенком за смартфоном. Его слова приводит RT.

Чтобы сократить время использования смартфона ребенком, родителям следует установить дневной лимит на использование гаджетов и обозначить конкретное время, которое ребенок может проводить за экраном.

Спальня должна быть свободна от телевизоров, планшетов и смартфонов, чтобы обеспечить ребенку полноценный сон.

[www.betonmobile.ru](http://www.betonmobile.ru)

## Исследование

Superjob: четверть молодежи Дальнего  
Востока готова к переезду ради  
работы

Чем удаленнее регион от Москвы и Санкт-Петербурга — тем выше в нем доля молодежи, которая готова уехать ради работы. К таким выводам пришли исследователи Superjob, пишет РБК.

Superjob изучил 8,7 млн. резюме активных за последний год пользователей от 18 до 24 лет из всех округов России. Авторы исследования брали во внимание резюме, в которых было указано о готовности к переезду.

Выше всего готовность к релокации среди молодежи в России у жителей Дальневосточного федерального округа, переехать отсюда ради работы готовы 25% респондентов. А из столицы переехать по работе готовы лишь 10% молодых

людей.

Уехать из Центрального федерального округа и Санкт-Петербурга на заработки готовы по 12% молодежи, при этом от общего числа участников исследования доля немного ниже в северной столице — 14% против 16% в ЦФО.

Из Северо-Западного федерального округа готовы к переезду 13% молодых соискателей. Приволжский федеральный округ показал средний результат в 20%.

22% соискателей из Южного федерального округа заявили о готовности релоцироваться, из Уральского федерального округа — 19%, Сибирского федерального округа — 21%.

[www.gazeta.ru](http://www.gazeta.ru)

## Уважаемые читатели!

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

## Строки

## Осенне - летний роман

Это был мимолётный роман – дней на восемь Или, может быть, больше, что, впрочем, неважно.

Но случилась такая оказия: Осень До беспамятства в Лето влюбилась однажды.

Осень – взрослая дама. Серьёзна. Плаксива. Но отнюдь не лишённая шарма при этом. Ну а тут повелась с молодым и красивым! Закрутила роман с ослепительным Летом.

Осень рдела рябиной, смущаясь и млея, Получая от Лета последние розы. И гуляли они по кленовым аллеям, Убеждая друг друга: у них всё серьёзно!

Осень просто сияла, смеялась некстати, Что унылой особе совсем не присуще. Нарядилась в роскошные яркие платья Из листвы золотой и бегоний цветущих.

Потеплела, оттаяла, птицей запела. Распустила кокетливо рыжие косы. Может каждый влюбиться: житейское дело. Не смотрите на эти чудачества косо!

Но в какой-то из дней Лета просто не стало. Не осталось следа! Никакого намёка! Осень охнула, сбросила платье устало И заплакала первым дождём одиноко.

И поблекла листвою, и завяла цветами, Заплела поседевшие пряди в косицы. И заняла: как мне, увядающей даме, Можно было вот так безрассудно влюбиться?

Ах, я глупая-глупая, старая Осень! Боже мой, но как славно они пролетели - Наши дни вместе с Летом! Их было аж восемь! Или больше? Ну, в общем, почти две недели.

Юлия Вихарева.

## ОБЪЯВЛЕНИЯ

## ДАЧИ

**ПРОДАЮ** дачный уч-к в с.Успенском (кооператив «Садовод»). Земли 5 соток, кирпичный домик.  
Тел. 8-902-408-15-67.

## ФРУКТЫ

**ПРОДАМ** персики.  
Тел. 8-900-234-38-20 (с. Коноково).

## 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.

## РАБОТА

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

**ТРЕБУЕТСЯ** водитель категории «С», «В». Тел. 8-918-666-12-75.

**ТРЕБУЕТСЯ** рабочий на стройку.  
Тел. 8-918-666-12-75.

В сетевой продуктовый магазин «Баязет» **ТРЕБУЮТСЯ:** продавец-консультант (зарплата от 30000 руб. в месяц); работник на выкладку товаров в дневное время. Официальное трудоустройство. **Обращаться по адресу: с.Успенское, ул. Ленина, 109.**  
Тел. 8-918-988-38-20.

## Имидж

## Новые тенденции красоты осени и зимы этого года

*В конце июня в Париже завершилась Неделя высокой моды сезона осень-зима. Но вместо изучения нарядов будет любопытно узнать о бьюти-итогах показов. Потому что эти красивые идеи с подиумов вы сможете повторить сами и у себя дома.*

При просмотре кутюрных показов одежда и аксессуары не только вызывают любопытство, но и создают дистанцию со зрителем: носить эти модные шедевры могут лишь знаменитости и избранные, а найти им альтернативы у демократичных марок невозможно.

Что касается причесок и макияжа, то на показах Парижской недели высокой моды как всегда остаются консерватизм и проверенные временем бьюти-техники.

## 1. Золотые тени

Пока продолжается тренд на розовые кукольные румяна, нанесенные на все лицо (этот макияж иногда называется «обожженная солнцем кожа»), на подиумах царит золото, и не любое, а именно желтое – самое дорогое.

Нанесите золотые тени на всю поверхность верхнего века и в зону висков, при этом оставьте ресницы и губы почти нетронутыми, – как раз такой макияж был на кутюрных показах.

## 2. Банты для волос

Эту деталь с кутюрных показов легко и просто повторить самостоятельно, а эффект получается волшебный. Речь об огромных черных бантах на волосах, которые придают образам трогательный ретро-шарм.

## 3. Балетный пучок

Обычные балетные пучки прекрасны в их простоте. Конечно, это не значит, что они выполнены на скорую руку: чтобы пригладить волосок к волоску ради такой прически придется использовать укладочные средства. Стоит приложить немало усилий во имя безупречной аккуратности.

## 4. «Стеклокная» кожа

Это бьюти-тренд, который пришел из Кореи еще 6 лет назад. Эта тенденция все еще

актуальна, особенно для тех, кто не любит яркие краски в макияже и в декоративной косметике ищет этого волшебного эффекта подсвеченной изнутри кожи.

## ПОЛУЧИТЬ СТЕКЛЯННОСТЬ МОЖНО ЗА 3 ШАГА

Сначала – очищение и пилинг; Затем – тональное средство или корректор;

В финале – сыворотка с пометкой glow, которая и даст желанное сияние.

## 5. Серебряные смоки айс

Макияж смоки айс – классика для любого вечернего образа.

## 6. Волосы как после бассейна

Эту укладку легко повторить самостоятельно буквально за 5 минут при наличии необходимых стайлинговых средств.

Прическа в духе «я только что вышла из бассейна» – уложенные назад волосы, которые держатся с помощью геля-фиксатора. Плоской расческой пряди приподнимаются по бокам, придавая прическе форму вытянутого прямоугольника.

## 7. Очень длинные стрелки

В черных стрелках нет новизны, но обратите внимание на две новости, которых придерживались визажисты: во-первых, стрелки очень длинные и горизонтальные, без эффекта кошачьего взгляда, а во-вторых, направление укладки волос повторяет геометрию стрелок, что создает единство прически и макияжа.

www.tendeziimodi.com

## Наш стол

## Кабачковый воздушный рулет

Ингредиенты:

1 кабачок (250-300 г,

сладкий перец,

5 яиц,

соль, перец,

4 пластинки плавленого сыра.

Натрем кабачок на крупной терке. Кабачок весом примерно 250-300 грамм. Посолим его, хорошо перемешаем и отставим в сторону.

Теперь возьмём один красный сладкий перец и измельчим его. Можно натирать его на терке, но можно использовать и другие способы. Перец добавляет потрясающий аромат и вкус.

В большой миске разбиваем пять крупных яиц, добавляем соль и чёрный молотый перец. Всё хорошо перемешиваем, но взбивать не нужно – просто объединяем белки и желтки. К яичной массе добавляем отжатый кабачок и перец, снова аккуратно перемешиваем.

Разогреваем сковородку на среднем огне и наливаем немного растительного масла, распределяя его кисточкой.

На разогретую сковороду наливаем небольшое количество яичной массы с кабачком и перцем, тонко распределяя её ложкой. Когда нижний слой омлета слегка подрумянится, начинаем заворачивать его в рулет. Аккуратно отодвигаем рулет к краю сковороды и вновь наливаем немного яичной массы, заполняя пустоты. Как только нижний слой схватится, выкладываем сыр. Снова заворачиваем рулет, двигаем его к краю и повторяем процесс. Важно не спешить с заворачиванием, чтобы омлет не рвался – дождитесь, пока он схватится снизу и образуется корочка. Остатки яичной массы распределяем по всей поверхности рулета и завершаем его приготовление. Последний переворот – и омлет готов. Аккуратно перекалываем его на тарелку с помощью двух лопаток и подаём на завтрак. На мой взгляд, блюдо готово, но если вы переживаете, что омлет может быть сыроват внутри, убавьте огонь до минимума, накройте крышкой и подержите его на сковороде по несколько минут с каждой стороны.

АРМАВИРСКИЙ ТЕАТР  
ДРАМЫ И КОМЕДИИ

Афиша

Сентябрь 2024 года

14 (суббота)

**18.00 ОТКРЫТИЕ СЕЗОНА!**

**ПРЕМЬЕРА! МЕРТВЫЕ ДУШИ 12+**

Драмедийно-детективная фантазия с элементами... По мотивам поэмы Н.В.Гоголя.

15 (воскресенье)

**18.00 ПРЕМЬЕРА! МЕРТВЫЕ ДУШИ 12+**

Драмедийно-детективная фантазия с элементами... По мотивам поэмы Н.В.Гоголя.

21 (суббота)

**18.00 ПРЕМЬЕРА! МЕРТВЫЕ ДУШИ 12+**

Драмедийно-детективная фантазия с элементами... По мотивам поэмы Н.В.Гоголя.

22 (воскресенье)

**12.00 ПРИНЦЕССА И САДОВНИЦА 6+**

М.Илюхова. Музыкальная сказка.

**18.00 ПРЕМЬЕРА! МЕРТВЫЕ ДУШИ 12+**

Драмедийно-детективная фантазия с элементами... По мотивам поэмы Н.В.Гоголя.

28 (суббота)

**18.00 МЕРТВЫЕ ДУШИ 12+**

Драмедийно-детективная фантазия с элементами... По мотивам поэмы Н.В.Гоголя.

29 (воскресенье)

**12.00 СИНДБАД-МОРЕХОД**

Е.Шашин, Н.Кузьминых. Музыкальная сказка.

**18.00 МЕРТВЫЕ ДУШИ 12+**

Драмедийно-детективная фантазия с элементами... По мотивам поэмы Н.В.Гоголя.

**В репертуарном плане возможны изменения. Уточняйте информацию в театре накануне спектакля.**

Сайт [www.armteatr.ru](http://www.armteatr.ru)

Телефон 8(86137) 3-20-40.

## Наука

## BMC Medicine:

## снизить кровяное давление помогут три популярных овоща

Снизить кровяное давление и улучшить работу сердечно-сосудистой системы можно и без таблеток. Специалисты из Университета Эдит Коуэн в Австралии выяснили, что с этой задачей отлично справляются крестоцветные овощи, передает BMC Medicine.

Исследователи подтвердили, что регулярное потребление любых овощей оказывает благоприятное воздействие на сердечно-сосудистую систему. Но особенно эффективно с этой задачей справляются три популярных овоща.

«Наблюдательные исследования показали, что крестоцветные овощи, такие как брокколи, белокочанная капуста и брюссельская капуста, имеют более тесную связь с более низким риском сердечных заболеваний, чем другие овощи», — отметила аспирант университета Эмма Коннолли.

[www.osnmedia.ru](http://www.osnmedia.ru)

**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. Телефон 8 (918) 269-77-83.

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 №