

Кастрюли за 60 тысяч

Центр защиты
разоблачает
аферистов



...8

СТОП, капремонт!

10 млн подписей
против
антинародного
закона

...4



Молоко из пакета

Польза
или химическая
«бомба»

...14



ДОМОВОЙ СОВЕТ

ДЛЯ ТЕХ, КТО ЛЮБИТ СВОЙ ДОМ

SPRAVEDLIVO.CENTER

ЯНВАРЬ №1 2016

Как сэкономить на квартплате



Кому положена
субсидия на оплату
жилищно-коммунальных услуг

...5

ИНТЕРВЬЮ СО ЗВЕЗДОЙ



Кондитер Александр Селезнев

Торт для Пугачевой
я делал 4 месяца

...11

НОВОСТИ



Законы нового года

Отдых в России
может быть
бесплатным

...2-3

С 1 января 2016 года вступили в силу новые законы и поправки, касающиеся абсолютно всех сфер жизни – от социальной до деловой. Что станет с размером и сроками выплат налоговых вычетов? Как изменится жизнь пенсионеров и инвалидов? Какие сюрпризы приготовили для водителей? И на каких курортах можно будет отдохнуть бесплатно?



В НОВЫЙ ГОД

МРОТ подрастет



С нового года на 4% увеличился минимальный размер оплаты труда – с 5965 рублей до 6204.

Чиновников пересадят на «дешевые» машины



Установлен лимит на стоимость служебного автомобиля – 2,5 млн рублей.

Чиновники с 1 января пересели на более дешевые автомобили. Теперь главы российских федеральных органов не могут позволить себе машину дороже 2,5 млн рублей и мощностью свыше 200 лошадиных сил. А еще сотрудникам государственных ведомств придется забыть о дорогих смартфонах. Максимальная закупочная стоимость на мобильные телефоны теперь ограничена 15 тысячами рублей. Так что отныне чиновники уже могут не рассчитывать на покупку «навороченной» продукции Apple. Российский смартфон YotaPhone 2 тоже стал непозволительной для чиновников роскошью, ведь стоимость одного такого телефона – больше 20 тысяч рублей.



Скидка 50% на штрафы ГИБДД

Водители теперь могут рассчитывать на послабление в выплатах штрафов за нарушение правил дорожного движения.

Автомобилисты вправе погасить 50% от полной суммы при условии, что в течение 20 дней покроют всю задолженность. Правда, амнистия не распространяется на следующие случаи:

- вождение в состоянии алкогольного опьянения;
- повторное управление незарегистрированным транспортным средством;
- передача управления лицу, находящемуся в состоянии опьянения;
- повторное превышение скорости в течение года;
- повторный проезд на запрещенный сигнал светофора в течение года.

Также стоит учитывать, что минимальный размер штрафа (500 рублей) нужно будет оплатить сразу и в полном объеме.



Запретят налоговые проверки малого бизнеса

С 1 января в силу вступил трехлетний мораторий на проверки малого бизнеса, чей оборот не превышает 800 млн рублей в год. Закон будет действовать до 31 декабря 2018 года.

Речь идет о плановых проверках, которые проводят трудовые инспекции, санэпидстанции и органы Роспотребнадзора. Такие меры, уверены в Минэкономразвития, избавят малые предприятия от бюрократии. Но «каникулы» ожидают далеко не всех. Запрет на проверки не распространяется для организаций социальной сферы, здравоохранения, промышленной безопасности, образования, электроэнергетики и теплоснабжения. Если компания ранее привлекалась к административной ответственности, она также не может рассчитывать на поправки. Стоит отметить, что внеплановые визиты надзорных органов никто не отменял. Если на предприятие поступит жалоба, сотрудники инспекции имеют право провести проверку.

Бесплатный отдых на российских курортах



Приятная новость для тех, кто предпочитает отечественные курорты зарубежным.

С 2016 года вступил в силу закон, позволяющий вернуть деньги почти в полном объеме за потраченные средства на отпуск в Крыму, Карелии и на Камчатке. Стоимость путевки при этом не должна превышать 50 тысяч рублей на одного человека.





С НОВЫМИ ЗАКОНАМИ

Налоговый вычет оформят в течение месяца

Вступил в силу закон, согласно которому социальные налоговые вычеты можно будет оформить по месту работы, не дожидаясь окончания налогового периода.

С момента подачи заявления в течение 30 дней вычет будет оформлен. Речь идет о затратах на медицинские услуги, приобретение лекарств и обучение.



Повышенные пенсии для сельчан

Гражданам, имеющим стаж работы в сельском хозяйстве не менее 30 лет, с 1 января повысили пенсию на 25%.

Речь идет только о той категории, кто остался жить по месту прописки. Если же человек поменял место жительства, то выплата не предусматривается.



За обман в квитанции ЖЭК заплатит штраф

С нового года жители получили право штрафовать управляющую компанию за незаконно выставленный или завышенный платеж, а также некачественные коммунальные услуги.

Если раньше УК отделялись перерасчетом за холодные батареи или отключенную воду или свет, теперь пострадавшие жители вправе требовать моральную компенсацию. «Ошибка» в квитанции или недопоставленная коммунальная услуга дорого обойдется ЖЭКу. Штрафные 50% несправедливо начисленной суммы и треть стоимости неполноценной услуги быстро приучат управляющие компании добросовестнее обслуживать дома.



Введены льготы на оплату капремонта

По инициативе депутатов фракции «Справедливая Россия» с 1 января пенсионеры и инвалиды вправе рассчитывать на льготы по уплате взносов на капремонт. Скидку в 50% получит следующая категория граждан:

- одинокие пенсионеры, достигшие возраста 70 лет;
- инвалиды I и II групп;
- семьи с детьми-инвалидами.

Одинокие россияне от 80 лет и старше полностью освобождены от уплаты взносов на капитальный ремонт.

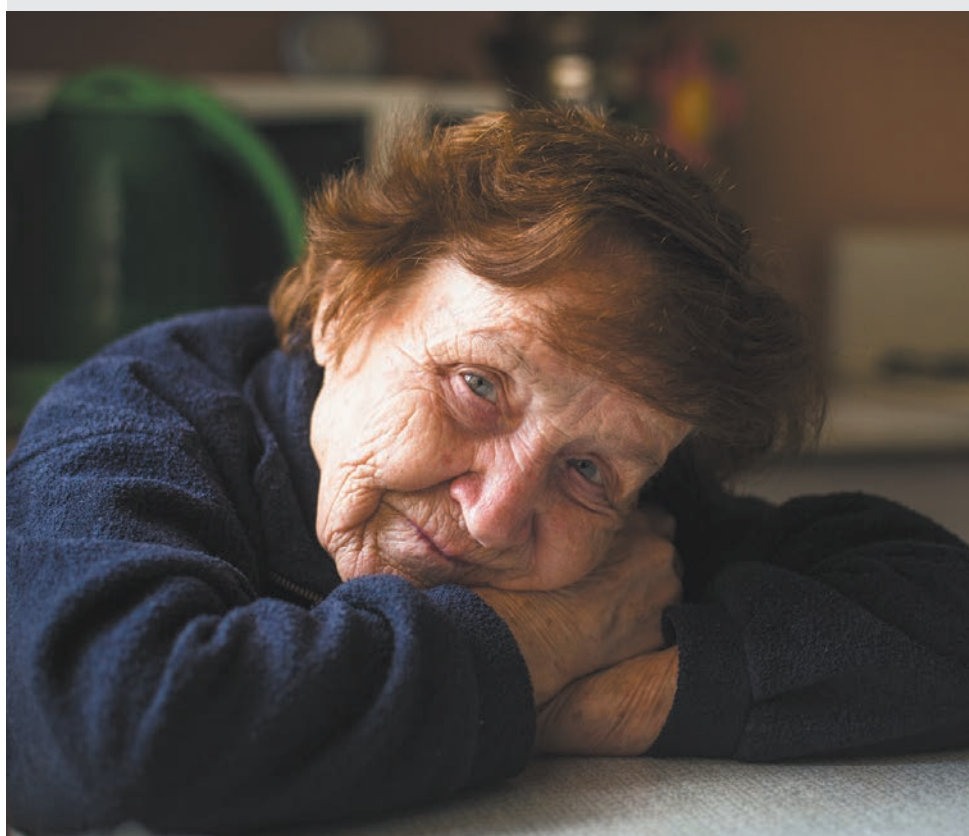


Родителям детей-инвалидов зачтут налоги

Изменился размер налогового вычета на детей-инвалидов.

Изменился размер налогового вычета на детей-инвалидов. Родители и усыновители могут рассчитывать на 12 тысяч рублей, а опекуны и попечители – на 6 тысяч. В то время как ранее эта сумма составляла 3 тысячи рублей. Также увеличился лимит годового дохода, при достижении которого стандартные налоговые вычеты не предоставляются. Теперь он составляет 350 тысяч рублей вместо 280 тысяч.

Семьи, имеющие детей-инвалидов, смогут потратить материнский капитал на приобретение товаров и услуг, рекомендованных ребенку индивидуальной программой реабилитации. Данная возможность распространяется как на родных, так и на усыновленных детей.



СТОП ПОБОРАМ ЗА КАПРЕМОНТ!

11 ноября «Справедливая Россия» передала председателю правительства Дмитрию Медведеву **МИЛЛИОН ПОДПИСЕЙ за заморозку платежей на капремонт.**

30 регионов страны, поставивших свои подписи, поддержали позицию Сергея Миронова: государство должно сначала выполнить свои обязательства: привести в порядок жилой фонд, переданный гражданам в ходе приватизации, а уже потом применять механизм сбора денег на капремонт в отдаленном будущем.

36 коробок с подписями россиян доставили в правительство РФ. Обращение к Дмитрию Медведеву и реестр



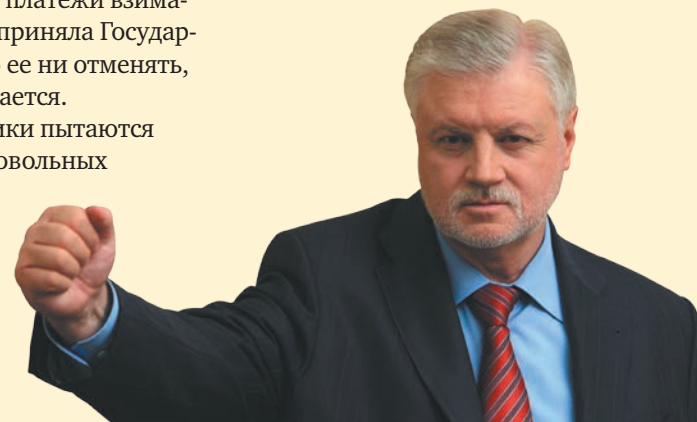
подписавшихся Миронов публично вручил зампреда правительства РФ Аркадию Дворковичу.

Однако Дмитрий Медведев проигнорировал обращение к нему миллиона россиян, перепоручив ответ своему заместителю – Дмитрию Козаку. Тот спустил поручение еще ниже – министру строительства и ЖКХ Михаилу Меню. Ну а последний, похоже, решил, что отвечать на запрос миллиона россиян не его барское дело – за министра ответ писал его клерк, рядовой сотрудник министерства. За витиеватыми, обтекаемыми формулировками смысл ответа читается явно: платежи взимаются законно, норму приняла Государственная Дума, никто ее ни отменять, ни изменять не собирается.

В общем, чиновники пытаются убедить миллион недовольных

людей, что эта вредоносная идея – благо для них, осознать которое жители России пока не в состоянии.

Лидер «Справедливой России» Сергей Миронов уверен: миллион людей, которые обращаются напрямую к премьер-министру страны, – случай, который достоин внимания второго человека в государстве. Сколько нужно передать подписей на имя Медведева, чтобы он откликнулся – 3, 5 миллионов? Справедливороссы готовы собрать 10 миллионов подписей и вместе с россиянами добиться отмены несправедливого закона!



Сколько нужно передать подписей на имя Медведева, чтобы он откликнулся – 5 миллионов, 10 миллионов подписей? Мало МИЛЛИОНА подписей? Мы соберем 10 МИЛЛИОНОВ! ВМЕСТЕ ДОБЬЕМСЯ ОТМЕНЫ НЕСПРАВЕДЛИВОГО ЗАКОНА!

Сергей МИРОНОВ

Как заставить ЖЭК убрать сугробы во дворе

«Кабы не было зимы в городах и селах...» – известная песенка из мультфильма звучит несправедливо, когда через ухабы пробираетесь вы, а не песенный Дед Мороз. И не в сказочном лесу, а в собственном дворе.

Содержать двор без снежных завалов и наледи – забота вашей управляющей организации. Уборка и вывоз снега входят в минимальный перечень услуг и работ по обеспечению надлежащего содержания общего имущества в многоквартирном доме. Это регламентировано Постановлением правительства РФ №290 от 3 апреля 2013 года.

Виды и сроки уборочных работ описаны в Постановлении Госстроя РФ от 27 сентября 2003 года №170 «Об утверждении Правил и норм технической эксплуатации жилищного фонда».

Читаем: «Уборку площадок, садов, дворов, дорог, тротуаров, дворовых и внутриквартальных проездов территорий должна производить организация по обслуживанию жилищного фонда».

Наводит порядок на придомовой территории ЖЭК таким образом: вначале убирает, а в случае гололеда посыпают песком тротуары, пешеходные дорожки, а затем дворовую территорию. При отсутствии снегопада коммунальные службы должны убирать снег раз в 1–3 дня (в зависимости от прохо-



Все обязательные сезонные работы и услуги проводятся ЖЭКом вне зависимости от того, упоминаются ли они в договоре с собственниками. ЖЭК не может отказаться убирать снег, сославшись на отсутствие решения собственников жилья

димости территории). Периодичность уборочных работ во время снегопада – от получаса до трех часов (также в зависимости от того, как много человек проходит по территории и от температуры воздуха). Снег складывается так, чтобы сугробы не мешали водителям и пешеходам. Размещать можно и на газонах – без угрозы для насаждений.

ЕСЛИ ДВОР ЗАВАЛЕН СНЕГОМ

Пишем претензию в вашу УК (ТСЖ или ЖСК). Простого звонка недостаточно. Коммунальщики могут отмахнуться или «забыть» убрать двор. В заявлении указываем состояние

двора и требуем вывоза снега со ссылкой на упомянутые выше правительственные постановления. Обращение в ЖЭК составляем в двух экземплярах, один из которых (с отметкой о принятии) оставляем себе. Пусть вам назовут сроки, в которые будут приняты надлежащие меры.

Если ваше обращение игнорируют, составляйте акт оказания жилищных услуг ненадлежащего качества. Для этого позвоните в аварийно-диспетчерскую службу и согласуйте время прихода специалистов ЖЭКа для фиксации факта нарушения. Если работники УК не пришли на активирование, по закону вы можете

это сделать без их участия, пригласив двух-трех соседей.

В акте необходимо указать контактные данные участников проверки (с подписями), дату и время ревизии, выявленные нарушения. Приложите к акту фотографии заваленного снегом двора, тротуаров и т. п.

Акт готовим в двух экземплярах (один экземпляр бережно храним у себя!) и также относим в ЖЭК. Кроме того, не стесняйтесь одновременно подать заявление с требованием перерасчета по содержанию жилья в связи с невыполнением управляющей компанией своих обязательств.

Акт не возымел отрезвляющего эффекта на коммунальщиков? Тогда подключаем тяжелую артиллерию!

Обращаемся в органы жилищнадзора и прокуратуру. На страже ваших интересов стоят прокуратура, Роспотребнадзор и Государственная жилищная инспекция (ГЖИ). Жилинспектор придет в ваш двор, зафиксирует нарушения, а также отсутствие должной реакции УК и выпишет предписание управляющей организации. Неисполнение предписания жилищного инспектора для УК чревато аннулированием лицензии, а следовательно, потерей работы! Правда, перед выездной проверкой ГЖИ обязана предупредить управляющую организацию. А грядущий визит ревизоров наверняка побудит ЖЭК поскорее убраться во дворе.

Константин ЭДЕЛЕВ



Как сэкономить на квартплате

Закон дает возможность сэкономить на пресловутой «коммуналке», однако власти не торопятся рассказывать нам об этом праве. Одна из ключевых мер социальной поддержки, которая становится особенно важным подспорьем в кризис, – субсидии на оплату ЖКУ. Наверняка многие из нас слышали о них, но мало кто ими пользуется: есть устойчивое заблуждение, что эти выплаты положены только малообеспеченным гражданам. На самом деле субсидиями могут воспользоваться все семьи, чьи расходы на оплату «коммуналки» превышают определенный уровень.

Субсидия – это выплата из бюджета, «возврат» потраченных денег плательщику, который приходит на специальный счет.

КАК ПОЛУЧИТЬ СУБСИДИЮ

Оформить субсидию можно через Портал государственных услуг, а также лично во многофункциональных центрах (МФЦ) и в отделе жилищных субсидий своего района или города. До того, как отправиться в отделение соцзащиты, позвоните туда. Специалист обязан дать вам предварительную консультацию по телефону, которая прояснит, стоит ли рассчитывать на компенсацию расходов, а также позволит узнать ее приблизительный размер и список необходимых документов. Пакет этих бумаг и заявление о предоставлении субсидии на оплату коммунальных услуг (составляется в произвольной форме) нужно принести в орган соцзащиты.

ДОКУМЕНТЫ НА ОФОРМЛЕНИЕ СУБСИДИИ

1. Копии паспортов членов семьи (для детей – свидетельства о рождении), свидетельство о браке.
2. Копия договора социального найма или договора купли-продажи, мены, дарения, свидетельство о праве на наследство и т. п., а также копии свидетельств о праве собственности.
3. Справка с места жительства о регистрации.
4. Справка о доходах с основного места работы (учебы)/справка о единовременном пособии при увольнении из правоохранительных

органов/справка о размере социальных выплат, государственных внебюджетных фондов и других источников.

5. Платежные документы за жилое помещение и коммунальные услуги за последний месяц и справка об отсутствии задолженности.

6. Документы, подтверждающие право семьи на льготы, меры социальной поддержки (например, если гражданину предоставлена льгота по оплате коммунальных услуг как инвалиду, то предоставляется справка о компенсационных выплатах).

Со дня приема документов до принятия решения у соцзащиты есть не больше 10 дней. При этом отказ должны объяснить. На это у чиновников – три рабочих дня. Если же субсидию одобряют, то ваше право на компенсацию будет действовать год, однако через шесть месяцев его надо подтвердить.

Кому положена субсидия?

Чтобы понять, можете ли вы сэкономить на квартплате, надо знать:

- стандарт расходов на ЖКУ (устанавливается региональными властями);
- максимально допустимую долю расходов на ЖКУ от доходов (устанавливается региональными властями);
- совокупный официальный доход семьи.

Если расходы семьи на «коммуналку» больше, чем установленная максимально допустимая доля, вы можете рассчитывать на субсидию.

МАКСИМАЛЬНО ДОПУСТИМАЯ ДОЛЯ РАСХОДОВ НА ЖКУ В НЕКОТОРЫХ РЕГИОНАХ

Белгород – 10% (при среднем доходе на члена семьи ниже прожиточного минимума) и 22% (при большем доходе)

Воронеж – 22%, 18% (для отдельных категорий)

Казань – 21%

Кострома – 22%

Курган – 22%

Магадан – 20%

Нижний Новгород – 22%

Новосибирск – 16% (при доходе на одного члена семьи ниже двух прожиточных минимумов)

и 22% (при большем доходе)

Республика Коми – 22%

Рязань – 16% и 18% (в зависимости от среднедушевого дохода)

ЯНАО – 2–15% (в зависимости от среднедушевого дохода)

ВАЖНО!

▶ Вы имеете право на перерасчет субсидии, если доходы изменились.

▶ Кроме субсидий и льгот сэкономить на «коммуналке» поможет своевременная оплата по квитанциям, установка счетчиков (без них вода уже подорожала в три раза, а во втором полугодии будет стоить в пять раз больше).

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ!

В состав семьи не включаются:

1. Военнослужащие-призывники (сержанты, старшины, солдаты или матросы), а также военнослужащие – учащиеся профессиональных военных образовательных учреждений;
2. Отбывающие наказание в местах лишения свободы, находящиеся на принудительном лечении по решению суда, а также лица, в отношении которых применена мера пресечения в виде заключения под стражу;
3. Находящиеся на полном государственном обеспечении (дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей).



« **В ЦЕНТРАХ ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН ЛЮДЯМ ПОМОГУТ СПРАВИТЬСЯ и с обнаглевшей управляющей компанией, выставившей «бешеную» платежку, и с тираном-руководителем, и с чиновником-вымогателем** »

ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН

СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ

КОСТРОМА



Отсудили рабочим 500 000 рублей

В мае 2015 года в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия» обратились восемь работников строительной фирмы ООО «Костромское управление механизации». Работодатель больше года кормил рабочих завтраками. Потеряв терпение, люди пошли прямиком в Центр справедливости.

Специалисты мионовского Центра помогли работникам фирмы составить иски о взыскании заработной платы. Справедливость восторжествовала! Суды встали на сторону рабочих и один за другим стали принимать решения о взыскании денег. Теперь строительная компания вернет более полумиллиона рублей долгов.

– Одному мне должны только 150 тысяч! Спасибо, что помогли нам составить заявление в суд и что просто поддерживаете нас, – сказал один из строителей Александр Пучков.

Георгий МАЛЫШЕВ

СЫКТЫВКАР

Уличили ЖЭК в обмане

Галина Гампер из Сыктывкара обратилась в мионовский Центр, чтобы разобраться в платежном документе за услуги ЖКХ: методика начисления показалась женщине непрозрачной, а платежи завышенными. В результате совместной работы жительница добилась перерасчета на 5 тысяч рублей.

Опасения Галины Гампер подтвердились – управляющая компания «СЖКК-Орбита» выставила завышенные платежи. Специалисты Центра помогли женщине составить претензию в УК. Уже в октябре собственница получила перерасчет за воду, ее подогрев и водоотведение в общей сумме на 5042,94 рубля. По какой причине женщину обсчитали более чем на 5 тысяч рублей, в управляющей компании «СЖКК-Орбита» ответить не смогли.



Наталья ФИЛАТОВА

МАГАДАН

Помогли пострадавшим от финансовой пирамиды

Международный потребительский кооператив «Веста» (ранее известный как «Фандрайзинг») очистил карманы восьми жителей Магадана, причинив ущерб более чем на миллион рублей. Мионовский Центр помог людям подготовить документы в суд.

Жительница Магадана Елена Васильева перечислила в «Весту» почти 500 тысяч рублей, оформив для этого несколько кредитов. Руководство организации, оказавшейся финансовой пирамидой, обещало преумножить вклад более чем в два раза. Но, потратив полмиллиона, женщина получила обратно лишь 19 тысяч рублей. Оставшаяся с кредитами и без денег Елена Васильева и еще семь жителей Магадана обратились за помощью в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия».

Специалисты Центра справедливости узнали, что в Хабаровске руководитель «Весты» Марина Козырева готовится предстать перед судом. И передали все необходимые документы по фактам мошенничества в отношении магаданцев адвокату, который защищает потерпевших от деятельности финансовой пирамиды.

Наталья ФИЛАТОВА

НИЖНИЙ НОВГОРОД



Вернули детсадовцам мебель

Руководство нижегородского детского сада №82 летом 2015 года заказало в компании «Максимум» детскую мебель: парты и доску. Заказ был оплачен полностью. Но через полгода фирма так и не привезла мебель. Заставить продавца выполнить свои обязательства взялись специалисты мионовского Центра.

Мебель на сумму 26 340 рублей поставщик обещал доставить к 1 сентября. Но и к ноябрю, через полгода после заключения договора, дети парт не дождались. Заведующая детским садом обратилась в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия».

Специалисты Центра помогли руководству детсада составить жалобу на обидчиков в прокуратуру, после чего фирма все-таки привезла детям часть заказа. Теперь дошколята ждут поставки оставшейся мебели. Возможно, поставщик исправится и избежит возбуждения уголовного дела.

Наталья ФИЛАТОВА

КУРГАН

Добились выплаты пенсии

Сотрудники Пенсионного фонда на три месяца забыли про курганского пенсионера.

1 октября 2015 года Валерию Зырянову исполнилось 60 лет. Не откладывая дело в долгий ящик, в день своего рождения мужчина отправился в региональное управление Пенсионного фонда, чтобы оформить пенсию. Прошло три месяца, а деньги на карту так и не пришли.

Валерий Зырянов вновь пришел в Пенсионный фонд. Пенсионеры сказали, что никак не могут связаться с работодателем, чтобы получить какую-то справку. Что за бумага, из-за которой мужчине не могут начислить пенсию, специалист не пояснил, как и размер начисленной пенсии. Пенсионер отпра-

вился в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия». Там помогли составить заявление на имя руководителя регионального Пенсионного фонда.

– Только после обращения в мионовский Центр на меня обратили внимание. А сотрудники Пенсионного фонда давай меня уговаривать: «Только никуда не обращайтесь! Мы все уладим», – рассказал пенсионер.

«Недоразумение» устранили. Пенсию за все три месяца перечислили после новогодних праздников.

Юлия КИРИНА



► Валерий Зырянов: «Спасибо мионовцам за доброе дело. Благодаря им перечислили пенсию за три месяца».

РЯЗАНЬ

Отремонтировали гнилую крышу

С мольбами о помощи пришли в рязанский Центр справедливости жильцы Юбилейной, 17. Два года в их доме текла крыша и из подвала шел зловонный запах.

– На протяжении двух лет у меня периодически по стенам течет вода с крыши. Я уже замучилась делать ремонт, – рассказывает жительница дома Нина Васильева.

Жильцы жаловались в УК «ЖЭУ №8», но ответ каждый раз получали: «Ждите».

Специалисты Центра помогли жильцам дома Юбилейной, 17, составить претензию. Уже через месяц довольные граждане сообщили в Центр, что крыша отремонтирована, а подвал продезинфицирован.

Ольга СЛАСТУХИНА



ВОРОНЕЖ

Заставили ЖЭК вернуть деньги за тепло

800 тысяч рублей переплатили жители многоэтажки за тепло.

Житель дома на улице Фридриха Энгельса, 35, Владимир Майоров два года назад, получив очередные квитанции за отопление, был возмущен. Стоимость услуги за отопление по сравнению с предыдущим отопительным сезоном выросла почти в 2 раза!

За разъяснением Владимир Майоров обратился в ресурсоснабжающую компанию «Воронежская ТСК». Энергетики отправили мужчину в управляющую компанию «РЭК Центральный». Разбирательства длились два года. Воронежца обратили в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия». Оказалось, что коммунальщики незаконно увеличили отопляемую площадь дома в два раза – с 550 до 1100 квадратных метров. Владимир Майоров обратился в суд и выиграл дело. Коммунальщики вернули 14 тысяч рублей.

Специалисты мионовского Центра считают, что остальные жители дома тоже вправе требовать перерасчет. Воронежцы могут вернуть порядка 800 тысяч рублей.

Юлия КИРИНА



БЕЛГОРОД

Вернули 200 тысяч рублей за «общедомовку»

Жители белгородского дома по Олимпийской, 10, начали получать платежки, где в строчке за электроэнергию на общедомовые нужды появились «бешеные» суммы.

Управляющая компания «ЖФ Северный» посчитала, что за «горячие» лампочки в подъезде и возле него собственники квартир должны заплатить по 800–900 рублей.

– Жители были шокированы, когда увидели суммы в платежках. Я не выдержала и пошла в УК. Там мне саркастическим тоном ответили: «А чему вы удивляетесь? Эти деньги идут нам на зарплату», – рассказывает жительница дома Альбина Дубинина.

Терпение людей лопнуло. Альбина Федоровна обратилась в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия». Специалисты Центра подтвердили, что коммунальщики неправильно рассчитывали взносы на ОДН, и помогли ей составить жалобу в Управление Госжилнадзора.

ГЖИ подтвердила обоснованность претензий жителей. Коммунальщикам выдали предписание произвести перерасчет ОДН за электроэнергию всем собственникам многоквартирного дома с мая по октябрь 2015 года. Людям будет возвращено более 200 тысяч рублей.

Ольга СЛАСТУХИНА

НОВОСИБИРСК

Заставили ЖЭК пересчитать платежку

В Новосибирске сотрудники ЖЭКа довели пенсионерку до приступа, приписав в квитанцию долг в 600 рублей.

В квитанции за ноябрь 2015 года управляющая компания «ПД-Восток» выставила пенсионерке Нине Калининой долг за горячую воду – 600 рублей. Пожилая женщина аккуратно платит за «коммуналку», в квартире стоят счетчики, и она была уверена, что это ошибка. Но коммунальщики стояли на своем – оплатите долг! Нина Калинина слегла с давлением. Начались звонки из ресурсоснабжающей организации «Сибэко» с требованием заплатить по счету. Женщина решила, что добьется правды, и пришла в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия».

В Центре справедливости помогли составить заявление в ЖЭК. После этого представители управляющей компании заявили, что сделают перерасчет.

– Спасибо мионовскому Центру, – поблагодарила Нина Калинина. – Надеюсь, что управляющая компания больше не ошибется с начислением платежей.

Юлия КИРИНА



Осторожно: мошенники!

Специалисты мирановского Центра рассказывают, как не попасться на уловки современных Остапов Бендеров

Мошенники, проходимцы и аферисты всех мастей продолжают придумывать новые способы отъема денег у населения. Последние случаи обмана наивных жителей – салоны красоты, навязывающие кредиты, «разводилы» пенсионеров, выдающие дешевые товары за дорогие, и оконные фирмы-однодневки. Рассказываем о том, как избежать опасности.

КАСТРЮЛЬКА ЗА 60 ТЫСЯЧ

Лекция о здоровом питании обернулась для пенсионерки Валентины Шатуновой из Воронежа кредитом на покупку кастрюль в 54 800 рублей. Компания «Эколайф» оказалась более чем проворной. После того как пенсионерка купила дешевый набор посуды втридорога, компания отправила ее домой вместе с водителем. Мужчина вызвался помочь пенсионерке поднять коробку с посудой до квартиры. Не успела Валентина Шатунова и глазом моргнуть, как мужчина зашел в квартиру. Распаковал кастрюлю, налил в нее воды и поставил на плиту. Затем сфотографировал и заявил, что теперь посуда считается использованной и возврату не подлежит. Лишь спустя некоторое время она поняла, что потратила на кастрюлю огромные деньги, будто находясь под гипнозом.

На презентацию здорового питания поставщики «драгоценной утвари» пригласили Валентину Шатунову по телефону. Заявили, что деньги с собой брать не нужно – только паспорт. Чтобы не стать жертвой подобного рода мошенников, не ходите на сомнительные мероприятия, будь то презентация, бесплатный тренинг или пробная косметическая процедура. Задумайтесь: кому нужно заниматься благотворительностью? Бесплатный сыр нынче обходится очень дорого. Подобные незапланированные траты для пенсионера грозят нищенским существованием полгода, а то и год.

От подобной участи Валентину Шатунову спасли специалисты Центра защиты прав граждан «Справедливая Россия», которые помогли женщине подать заявление в прокуратуру. После чего на пороге квартиры Шатуновой появились представители «Эколайфа» с предложением расторгнуть договор купли-продажи.

– На следующий день я сходила в банк и закрыла свой кредит. Хочу выразить огромную благодарность мирановскому Центру за помощь, без его специалистов одна бы я не справилась! – говорит Валентина Шатунова.

КРЕДИТ НА ЧУДО-КРЕМ

115 тысяч рублей за косметику отдали салону красоты «Лаура» две курганские пенсионерки: Нина Трушниковая приобрела крем за 55 тысяч, а Нина Федорова потратила 60 тысяч рублей.

– У вас ведь скоро юбилей, вы же хотите отлично выглядеть на своем празднике, – вспоминает Трушниковая уговоры продавца. – В салоне меня провели в одну комнату, потом в другую. Кофе предложили, такие обходительные. Даже не помню, как они меня окружили, а я уже договор подписала, да не с магазином, а с банком!

Покупка обернулась не просто крупной тратой, но и возникшей аллергией после использования чудо-крема. Специалисты Центра защиты прав граждан «Справедливая Россия» помогли написать жалобы в салон красоты, который буквально заставил пенсионерок приобрести ненужный крем.

Центр защиты прав граждан уже вернул деньги двум другим «жертвам красоты»: пенсионерке Надежде Фомичевой, которая отдала «Лауре» более 60 тысяч рублей, и 28-летней нижегородке Анне



▲ Валентина Шатунова на приеме в мирановском Центре жалуется на мошенников, которые «обули» ее почти на 55 тысяч рублей.

Чтобы не стать жертвой мошенников, не ходите на сомнительные мероприятия, будь то презентация, бесплатный тренинг или пробная косметическая процедура. Бесплатный сыр нынче обходится очень дорого



Егоровой, заплатившей салону «Бьютэлль» 74 тысячи рублей за абонемент на косметические услуги.

Однако руководство «Лауры» не думает прекращать свою охоту на доверчивых жительниц Костромы. Теперь салон предлагает за совершение покупки устроить на работу.

ЖУЛИКИ-СТЕКОЛЬЩИКИ

Участились случаи обмана со стороны фирм, занимающихся установкой окон. В Казани мирановский Центр помог 82-летней Закире Гайнуллиной вернуть 38 тысяч рублей, заплаченных за установку окон фирме ООО «Альянс пласт».

Пенсионерка отдала 100-процентную предоплату за установку окон. Компания должна была выполнить работы в течение месяца, но мастера так и не появились. Центр помог женщине обратиться в суд. Суд обязал фирму вернуть Гайнуллиной деньги, оплаченные за стеклопакет, и выплатить 6 тысяч рублей в качестве морального ущерба.

Винить Закиру Гайнуллину не в чем, она и договор с компанией заключила, и перед обращением в фирму посоветовалась с соседями, которые ранее делали заказ в «Альянс пласте» и остались довольны.

А вот костромской пенсионер, которому сейчас помогают специалисты мирановского Центра, допустил непростительную ошибку сам. Мужчина обратился в фирму «Доступные окна». Для замера компания прислала специалиста. Во время замеров этот специалист сделал пенсионеру выгодное предложение: пообещал установить окна подешевле, как частный мастер. Работу оценил в 12 тысяч рублей. Юрий Ракунов отдал деньги не задумываясь. После этого замерщик исчез, в фирме «Доступные окна» Ракунову помочь найти сотрудника-мошенника отказались.

Специалисты Центра помогли пенсионеру составить заявление в прокуратуру. Вывод из этой истории один: не соглашайтесь на привлекательные предложения, если они не предполагают заключения договора на оказание услуг. А прежде чем выбрать поставщика, изучите отзывы реальных клиентов. Будьте бдительны!

Наталья ФИЛАТОВА

Шиповник – витаминный чемпион

Избавиться от авитаминоза, уберечься от болезней и поддержать иммунитет поможет шиповник. С этими целебными плодами зимнее время пройдет легче.

Мы вспоминаем о шиповнике в первую очередь как о поливитаминной ягоде. Этот плод значительно превосходит по содержанию витамина С черную смородину, лимон и сладкий перец.

Также шиповник богат провитамином А (каротином), по его содержанию шиповник превосходит хурму, облепиху, абрикос и морковь. В плодах обнаружен и витамин К, влияющий на свертываемость крови, работу почек. Рутин, содержащийся в шиповнике, укрепляет кровеносные сосуды, нормализует кровяное давление, служит для профилактики атеросклероза.

Также в шиповнике содержатся органические кислоты, пектиновые вещества и минеральные соли. Шиповник очищает кровеносную систему и улучшает обмен веществ, он применяется при малокровии, цинге, при болезнях почек, мочевого



пузыря, печени. Используется он и как общеукрепляющее, тонизирующее средство.

ГОТОВИМ НАСТОЙ ИЗ ШИПОВНИКА!

Перед употреблением плоды шиповника промывают. Заваривают его различными способами. Сухие измельченные плоды (3–4 ст. л.) заливают 1 л кипятка и варят на водяной бане 10–15 минут. Можно обойтись и без отваривания. Плоды заливают кипятком в термосе и настаивают 8–10 часов. Настой шиповника для профилактики простудных заболеваний принимают: взрослые – по одному стакану, дети – по половине стакана три раза в день в течение трех недель.

ПОМНИТЕ!

Чрезмерное употребление и избыток витамина С может ухудшить работу почек, обострить язвенную болезнь, привести к пищевому отравлению.

Восточный гороскоп на 2016 год

Год Красной (Огненной) Обезьяны начнется 8 февраля 2016 года и будет продолжаться до 28 января 2017 года, пока ее не сменит такой же масти Петух. Год Обезьяны, согласно восточной астрологии, является «мужским». Значит, будут определены основные тенденции на ближайшие пару лет.



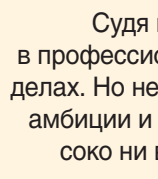
ОБЕЗЬЯНА

В свой год можете сменить все, что вас не устраивает. Велика вероятность, что значительные перемены приведут к лучшему, но не стоит подвергать себя опасности. Обдумывая свои проекты, учитывайте любую мелочь и непременно сохраните дружеские привязанности.



ТИГР

А вот представителям вашего звездного племени Красная Обезьяна сулит немало сюрпризов, но, к сожалению, далеко не все они будут радостными. В первую очередь позаботьтесь о стабильности своего семейного и социального положения. Адекватно реагируйте на любые неожиданности, не превышайте бюджет.



ПЕТУХ

Судя по расположению планет, в 2016 году вам повезет в профессиональной деятельности и других наиболее важных делах. Но не стремитесь к большему, не проявляйте пока свои амбиции и не пытайтесь руководить. Словом, «как бы вы высоко ни взлетели, никогда не отрывайтесь от коллектива».



КОТ (КРОЛИК)

Вас ожидает нейтральный год, а значит, можно просто получать удовольствие от жизни, уклонившись от решения неприятных вопросов. В карьере заметных перемен не предвидится, а материальное благополучие будет зависеть исключительно от вашей практичности: не переплачивайте, кредитов не берите.



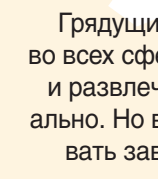
СОБАКА

У вас будет возможность достигнуть успеха в работе и других обычных занятиях. Но на удачу и обычное везение не рассчитывайте. Препград на вашем пути к цели окажется немало, во многом – из-за козней недоброжелателей. Так что проявите волю к победе, старайтесь быть всегда в хорошей физической форме.



ДРАКОН

Вы сумеете достигнуть новых высот в работе по основной специальности, увеличить доходы и найти своим средствам удачное применение. Полагайтесь на собственный опыт, не увлекайтесь заманчивыми перспективами, живите настоящим. В общем, «не откладывайте на будущее то, что можно сделать в этом году».



КАБАН

Грядущий год станет для вас годом удачных приобретений во всех сферах жизни. Не бойтесь тратить деньги на покупки и развлечения. Даже новые знакомые помогут вам материально. Но все же не дразните окружающих, главное – не вызвать зависть начальства и внимание правоохранительных органов.



ЗМЕЯ

Красная Обезьяна доставит вам множество мелких, но приятных хлопот. Вы найдете новые радости в профессиональной деятельности, но не пытайтесь подняться по служебной лестнице. Проявите свойственную вам гибкость, больше внимания уделите супругу(-ге) и родителям.



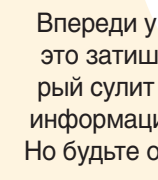
КРЫСА (МЫШЬ)

Небесный покровитель года сулит счастье, прежде всего – в самых привлекательных для вас занятиях. В общем, занимайтесь тем, что вам по душе. Кстати, в труде особо преуспеют коммерсанты, в отдыхе – любители танцев.



ЛОШАДЬ

Настало время для укрепления контактов с нужными людьми, комфортного отдыха и занятий, не связанных с карьерой. Но уезжать далеко и надолго все же не стоит. Украсьте свой дом, позаботьтесь о правильном питании и здоровье. В личных отношениях предвидится стабильность.



ВОЛ (БЫК)

Впереди у вас – вполне благополучные месяцы. Используйте это затишье для подготовки к следующему, 2017 году, который сулит вам массу счастливых перемен. А пока получайте информацию, копите знания и деньги, устраивайте свой быт. Но будьте осторожны, и, по крайней мере до октября 2016-го, воздержитесь от подписания важных контрактов.



КОЗА (ОВЦА)

Ваш год уходит в прошлое, но расслабляться пока что рано – в ближайшие шесть месяцев вы сможете с пользой потратить деньги, завести новые увлечения, исправить допущенные ошибки. Старайтесь не брать на себя ответственность за что-либо.





Рубрику
«Стильные советы»
ведет Юлия КИРИНА

Хит зимнего сезона – вязаные кардиганы

Даем полезные советы по созданию стильного образа

Зимние морозы не оставляют нам большого выбора. А это значит, что на работу и прогулку нужно одеваться тепло. Без этого никак! Ломаете голову над тем, что из теплых вещей надеть, чтобы выглядеть современно и стильно? Не задумывайтесь! Остановите свой выбор на вязаном кардигане, тем более что дизайнеры вот уже третий сезон подряд создают модные образы с помощью этих вещей.

Главный плюс кардигана – его универсальность. Вещь можно носить как с легким шифоновым платьем, так и с зауженными брюками и грубыми ботинками на плоской подошве. К тому же вязаная вещица очень практична и элегантна. Выбирая кардиган, отдайте предпочтение мягкой и объемной вещи. Ведь основная его функция – защита от холода.

КАКОЙ КАРДИГАН ВЫБРАТЬ?

В этом сезоне очень популярны объемные трехцветные кардиганы с постепенным переходом из одного цвета в другой, длиной чуть ниже бедра. Стильно смотрится наряд темных, насыщенных цветов – зеленого, бордового, сиреневого. Как, впрочем, и вещи пастельных оттенков: голубого,

розового, классического бежевого. Выбор зависит только от ваших личных предпочтений. Большинству женщин подойдет кардиган средней длины. На вещи не должно быть пуговиц – их наличие делает наряд старомодным. Хорошо если кардиган вообще без застежек или его фасон напоминает халат с запахом. На пике моды кардиганы с узором из вязаных кос. В таком кардигане вы точно будете ловить на себе восторженные взгляды, а ваш повседневный наряд не будет скучным.

Из аксессуаров подойдут объемные украшения, но не бусы, а колье. Это придаст образу завершенность и женственность.



Делаем блеск-бальзам для губ дома

Косметические новинки для ухода за кожей губ заполнили магазинные полки. Реклама обещает нам, что эти средства сделают нас более ухоженными и красивыми. Но мы-то знаем, что самая полезная косметика сделана своими руками. К тому же это намного дешевле покупки в универмаге.

Функция бальзама для губ – уход и придание блеска. Поэтому в состав такого средства должны обязательно входить натуральные продукты: пчелиный воск, растительное (облепиховое, персиковое, масло жожоба) и эфирное масло. От эфирного масла зависит запах нашего косметического средства. Поэтому выбирайте эфирное масло апельсина или лаванды. Используем соотношение воска к растительному маслу в пропорции 1:2.

Воск трем на терке и растапливаем на водяной бане. Сразу же добавляем персиковое масло и снимаем с огня. Наливаем в баночку. Для этого отлично подойдет использованный тюбик из-под помады или

МАЛЕНЬКИЙ СЕКРЕТ!

Полезные свойства бальзама усилятся, если добавить в него пару капель витаминов А и Е.

банка от крема – они должны быть сухими и чистыми.

Когда масса остынет, вливаем три капли эфирного масла. Бальзам готов к использованию, как только застынет. Маленький секрет! Полезные свойства бальзама усилятся, если доба-



вить в него пару капель витаминов А и Е. Витамины прекрасно справляются с трещинами и сухостью губ.

Хранить домашний бальзам нужно в холодном месте. Срок годности самодельной косметики – не более 12 месяцев.



Кондитер
Александр СЕЛЕЗНЕВ

Торт для Пугачевой был самым сложным

Знаменитый кондитер, теле- и радиоведущий Александр Селезнев регулярно подслащивает жизнь звездам. Ко дню рождения Аллы Пугачевой, к примеру, он четыре месяца лепил миллион сахарных алых роз.



Александр, ответьте на вопрос, который волнует всех женщин: существует ли десерт, который можно есть, не боясь поправиться?

– Милые девушки! Любой торт не принесет вреда вашей фигуре, если не злоупотреблять им. Смело балуйте себя кусочком любимого торта. Но только кусочком и только в первой половине дня! Это и есть секрет стройности правильных сладкоежек.

– В кондитерском искусстве много французских десертов. А есть ли у вас любимые, но русские?

– Я приверженец классики и очень люблю французскую кондитерскую школу. А русские, конечно, есть, и их очень много. Наша культура богата прекрасными рецептами: это и медовик, и кулич, и блины, и кремовые торты – есть из чего выбрать!

– Какие торты и по какому поводу вы готовили для звезд?

– Поводов было очень много. Например, для Аллы Борисовны делал торт на свадьбу и к Новому году. Николаю Баскову – на юбилей.

– А какой был самый креативный и сложный?

– Для Аллы Пугачевой на юбилей – 60 лет. Он назывался «Миллион алых роз». Торт украшали огромным количеством роз.

– Кстати, ваши звездные друзья рассказывают, что вы прекрасный садовод, и охотно ездят к вам на дачу...

– Да, это так. Сад у меня очень красивый. Много хвойных растений: ели, пихты, сосны. Зимой они покрыва-



▲ Знаменитый кондитер коллекционирует скворечники.

ются шапками белого снега. Часто на стволах и ветвях кустарников выпадает иней. Я чищу только дорожки. Поэтому все выглядит максимально естественным. Я каждую весну приезжаю на дачный рынок и покупаю конский навоз. Именно он позволяет всем растениям на моем участке

хорошо расти, цвести и развиваться. Кроме того, все листья и состриженная с газона трава отправляются в компост, который я периодически, раз в неделю, проливаю кипятком: так он созревает в три раза быстрее! А затем компост вношу в приствольные круги деревьев, под кустарники и цветы.

– Откуда у кондитера опыт знатного садовода?

– Я вырос не в городе, а в сельской местности. Были свой огород, сад с яблонями, грушами и сливами. И мы с мамой за всем этим ухаживали. А кроме того, на лето меня отправляли к бабушке в деревню. Сейчас моя мечта – построить в саду курятник. Я иногда думаю, что, если бы не стал кондитером, был бы птицеводом.

– А что используете из выращенного для кулинарных шедевров?

– Яблоки и грибы. Правда, грибы сами растут. Без моего вмешательства. Я вообще люблю собирать грибы: свинушки, маслята, подберезовики. Для пирогов яблоки и грибы – идеальные компоненты.

– У вас в саду на деревьях много скворечников. И каждый по-своему уникален.

– Это все подарки друзей. У меня день рождения 8 марта, поэтому я очень люблю встречать весну, когда просыпается природа, прилетают птицы. И я очень хочу, чтобы они останавливались в моем саду, готовлю для них домики. А друзья, зная мои такие причуды, преподносят мне в подарок скворечники или синичники, сделанные или украшенные своими руками. Главное, о чем их прошу: не дарите мне стандартные прямоугольные коробки – проявите фантазию!

– Говорят, рожденные весной должны любить цветущие растения.

– Наверное, это так. Я люблю многолетние цветы. Все, что у меня растет в саду, – многолетники. Даже весенние нарциссы или тюльпаны я не выкапываю: они каждую весну пробуждаются сами по себе и радуют меня своими яркими красками. Потом приходит пора пионов, затем – гортензий. Очень люблю флоксы и розы. Я умышленно выбираю те сорта роз, которые отличаются сильными ароматами. Я как кондитер обладаю повышенным обонянием. Мне вообще кажется, что человек, который что-то понимает в ароматах, не может быть по определению агрессивным! Поэтому я замечаю, что люди, не равнодушные к природе, в душе прекрасны и гармоничны.

Яблочно-маковое пирожное от Александра Селезнева

Ингредиенты: 300 г муки, 100 г сахарной пудры, 150 г сливочного масла, 1 яйцо, щепотка соли. **Для начинки:** 600 г антоновских яблок, 200 г мака, 200 мл молока, 130 г сахара, 1 лимон, 0,5 ч. л. молотой корицы.

Способ приготовления:

Разогреть духовку до 200°C. Смешать просеянную муку, сахарную пудру, масло, яйцо и соль. Замесить тесто. Охлаждать в холодильнике 30–40 минут. Начинка: очистить и нарезать тонкими ломтиками яблоки и смешать с лимонным соком, корицей и половинкой сахара. Вскипятить молоко с маком, оставшимся сахаром и лимонной цедрой. Охладить. Раскатать тесто и выложить в подготовленные формочки. Бортики поднять. Выложить на основу маковую массу, сверху поместить яблоки. Смазать растопленным сливочным маслом и посыпать сахаром. В нескольких местах проколоть тесто вилкой и выпекать 20 минут.

Хороший насос для ваших колес

Выбираем правильный компрессор для автомобиля

Казалось бы, что может быть проще, чем пойти и купить хороший автомобильный компрессор? Однако это несколько сложнее, чем кажется на первый взгляд. «Домовой» расскажет о всех тонкостях выбора автомобильного насоса.

ТИПЫ АВТОМОБИЛЬНЫХ КОМПРЕССОРОВ

Существует два типа автомобильных компрессоров – поршневой и мембранный. Первый накачивает воздух с помощью движения поршня, чем-то напоминающего работу двигателя. Второй выполняет процесс накачки с помощью работы мембраны.

Для сурового российского климата мы рекомендуем именно поршневой компрессор, поскольку такой насос будет лучше работать при низких температурах. К тому же поршень имеет более длительный срок службы, нежели мембрана.

ТИПЫ ПРОИЗВОДИТЕЛЬНОСТИ АВТОНАСОСОВ

Наиболее важный показатель для любого насоса – это его производительность, то есть то, какое количество воздуха он может вкачать за наименьшее время. Параметр этот измеряется в литрах за минуту. Подбирать компрессор тут нужно в зависимости от типа вашего автомобиля.

Если вы обладатель обычной легковушки или кроссовера, то вам вполне хватит компрессора с производительностью 30–40 литров в минуту. Если же вы имеете большой автомобиль, управляете грузовой техникой или, скажем, авто-

бусом – купите насос от 50 литров в минуту и больше.

Однако помните: чем большую производительность имеет компрессор,

Поршневой компрессор надежнее мембранного, особенно в условиях российского климата



тем менее он мобилен и автономен! Как правило, большие насосы требуют больше энергии и подключать их приходится напрямую к аккумулятору автомобиля.

Еще одним показателем является давление насоса, измеряемое в килограммах на 1 квадратный сантиметр. Мы рекомендуем выбирать компрессор с давлением от 1,8 до 3 кг на квадратный сантиметр.

ТИПЫ НАСОСНЫХ НАСАДОК

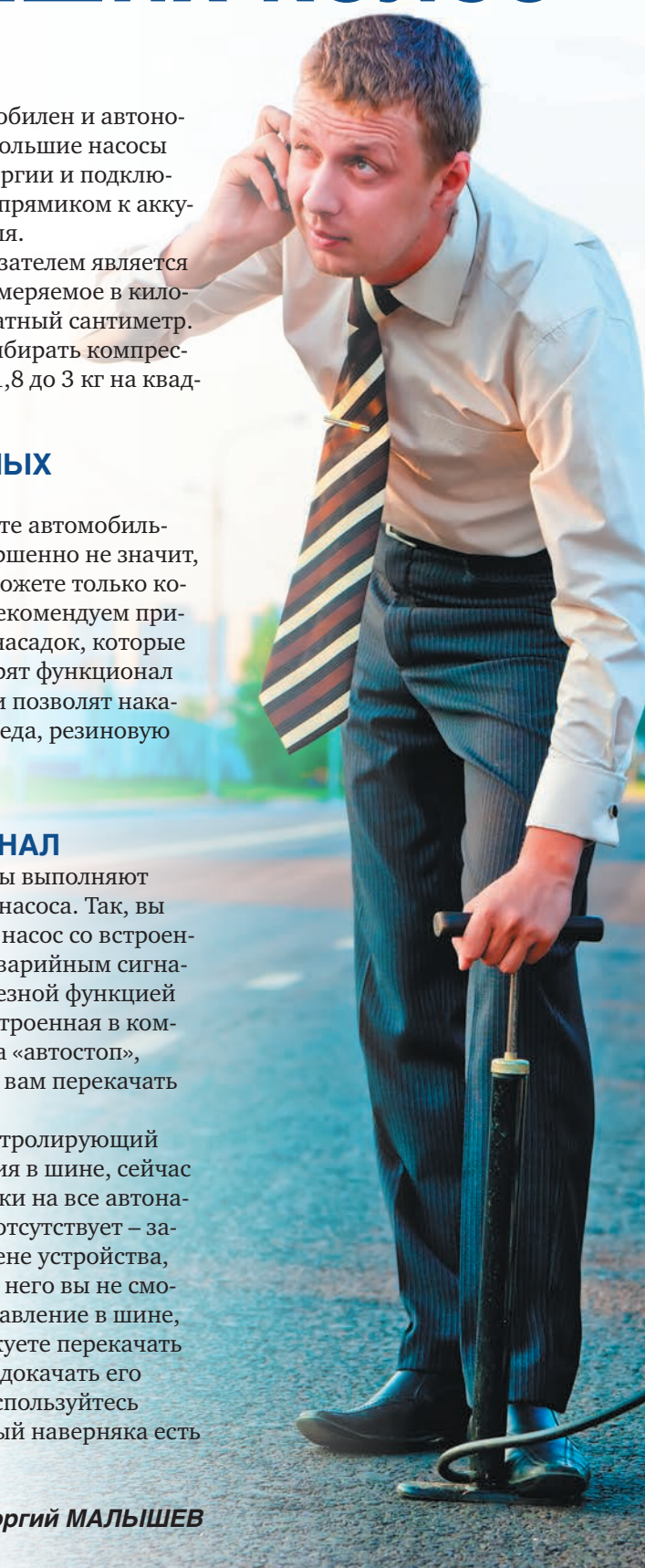
Если вы приобретаете автомобильный насос, это совершенно не значит, что качать вы им сможете только колеса машины. Мы рекомендуем приобрести несколько насадок, которые значительно расширят функционал вашего устройства и позволят накачать колеса велосипеда, резиновую лодку или даже мяч.

ПОЛЕЗНЫЙ ДОПФУНКЦИОНАЛ

Многие компрессоры выполняют не только функцию насоса. Так, вы можете приобрести насос со встроенным фонарем или аварийным сигналом. Еще одной полезной функцией может оказаться встроенная в компрессор система «автостоп», которая не даст вам перекачать шину.

Манометр, контролирующий показатель давления в шине, сейчас ставится практически на все автонасосы. Если он у вас отсутствует – задумайтесь о смене устройства, поскольку без него вы не сможете узнать давление в шине, а значит, рискуете перекачать колесо или недокачать его вовсе. Или воспользуйтесь манометром, который наверняка есть в вашем багажнике.

Георгий МАЛЫШЕВ



Пятно от утюга на рубашке – не приговор

Как спасти рубашку после неосторожной глажки.

Гладить рубашку – весьма деликатное занятие, требующее должной сноровки и внимания. Всегда есть риск передержать утюг и оставить пятно, которое вывести, как считают многие, невозможно. Но не спешите выбрасывать рубашку! «Домовой» поможет ее спасти и вывести пятно на ткани.

Существует несколько способов вывести пятно от утюга. Сначала попробуйте самый безобидный – хозяйственное мыло. Если, по вашему мнению, пятно въелось слишком сильно, сразу после его появления смочите рубашку водой и насыпьте на загрязненный участок ткани пищевую соду. Дайте соде впитаться в ткань, после чего попробуйте аккуратно оттереть пятно с помощью полотенца или губки. Желательно делать это по направлению



от краев к центру. Процедуру можно повторить.

Если этот способ не помог, снова смочите рубашку, но уже в теплой воде, и посыпьте подпалину солью. После пройдитесь по поврежденной ткани щеткой.

Есть еще несколько способов борьбы с такими пятнами. Можно полить пятно лимонным соком и присыпать сахарной пудрой, после чего просушить и постирать в холодной воде. Еще вариант – попробовать распрощаться с пятном с помощью уксуса и воды в пропорции 2:1. Также есть способ спасти рубашку с помощью перекиси водорода, обработав ею ткань, высушив и постирав в прохладной воде.

Если же ничего из этого не помогло, попробуйте сдать одежду в химчистку. Ведь попытка, как известно, не пытка!

Георгий МАЛЫШЕВ

Растения-пылесосы



«Домовой совет» расскажет о комнатных растениях, способных нейтрализовать вредные вещества в атмосфере.

Покупая комнатные цветы, мы задумываемся только об их красоте и забываем о пользе. А ведь некоторые растения могут заменить фильтры, освежители воздуха и новомодные кондиционеры.

Проведено немало исследований, которые подтвердили факт благотворного влияния домашних цветов на их хозяев. Они помогают снизить уровень стресса и плохого самочувствия. Также определенные виды могут справиться с духотой, сухостью воздуха, вредоносными бактериями, табачным дымом, с испарениями вредных веществ от красок, некачественной одежды и мебели.

Хлорофитум. Считается одним из наиболее распространенных и неприхотливых комнатных растений. Особого ухода он не требует, зато пользу несет большую: поглощает формальдегид и окись углерода. Один цветок способен очистить воздух до 80% за сутки на 6 кв. м.

Сансевиерия (щучий хвост). Это растение относят к цветам – чемпионам по производству кислорода. К тому же сансевиерия защищает помещение от вредных веществ, которые выделяются из линолеума и мебели, справляется с табачным дымом и вредоносными бактериями. Она отлич-



но подходит для начинающих садоводов, так как неприхотлива в уходе. Достаточно выставить ее на солнечное место, чтобы наслаждаться насыщенно-зелеными вытянутыми листьями круглый год.

Английский плющ. Таким любимцем необходимо обзавестись всем, кто живет на нижних этажах и вблизи шумных магистралей. Этот англичанин наделен довольно редкими свойствами, так как служит натуральным сорбентом и очищает воздух от тяжелых металлов, токсинов и формальдегида. Более того, он способен жить в тени и с небольшим количеством воды.

Хамедорея (бамбуковая пальма). Отличный друг для любителей посидеть за компьютером. Эта пальма способна поглощать электромагнитное излучение, которое исходит от всех электронных приборов. А также она нейтрализует бензол и трихлорэти-



НА ЗАМЕТКУ!

- На каждые 10 кв. м следует разместить хотя бы одно комнатное растение.
- Цветы лучше расставлять группами. Так они будут очищать воздух более качественно.
- Воздух в помещении в 12 раз загрязненнее наружного, поэтому цветы – это не роскошь, а необходимость.
- Если в горшок с растением положить активированный уголь, его очищающие свойства увеличатся в несколько раз.
- Если в доме есть дети или домашние животные, то перед покупкой цветов следует убедиться в их безопасности.

лен, попадающие в воздух с выхлопными газами. Возможно, именно из-за своей волшебной силы хамедорея требует особого ухода и растет не у каждого хозяина. Она постоянно требует повышенной влажности, подкормки и температуры не ниже 18°C.

Спатифиллум. Является любимцем среди флористов и цветоводов, потому что совсем нетребователен к освещению и температурному режиму. Кроме того, растение поглощает пары ацетона, бензола, аммиака, борется с формальдегидом, который выделяется из ковровых покрытий, штор и красок.



Фигус Бенджамина. Способен абсорбировать такие ядовитые вещества, как бензол, трихлорэтилен, фенол, формальдегид, толуол и аммиак. К тому же он прекрасно увлажняет воздух и притягивает к себе пыль. Правда, ухаживать за ним необходимо тщательно и с заботой. Он любит рассеянный свет, регулярное опрыскивание и проветриваемое помещение.

Лавр. Благородное комнатное растение, которое подкупает своими свойствами практически всех хозяек. Он может расти где угодно и при этом убивать вредные вирусы и бактерии, в том числе и туберкулезную палочку, с помощью веществ, которые содержатся в его листьях.



Виктория ЛЕБЕДЕВА

Чистим ювелирные изделия в домашних условиях

ЛУКОВЫМ СОКОМ

Освежаем золотые украшения луковым соком. Нужно смочить в соке кусочек тряпочки или ваты и натереть им украшения. Оставить полежать 1,5–2 часа, сполоснуть водой и дать высохнуть.

МОЮЩИМ СРЕДСТВОМ

Разведите средство для мытья посуды в теплой воде и опустите туда все



золотые украшения на 2 часа. Возьмите старую зубную щетку и потрите место застежки и вокруг камня. После этого промойте украшения в кипяченой холодной или дистиллированной воде, обсушите мягким полотенцем.

НАШАТЫРНЫМ СПИРТОМ

Очистить украшения поможет и нашатырный спирт. В стакан воды добавьте шесть капель нашатырного спирта. Опустите в раствор ювелир-

ное украшение на 15–20 минут. Затем отполируйте изделие кусочком замши или фланели.

КАРТОФЕЛЕМ

Чтобы вернуть блеск изделиям из серебра, натрите их отрезком парчи или погрузите на пару часов в воду с нарезанным картофелем.

ЗУБНОЙ ПАСТОЙ

Серебряные изделия хорошо очищает от загрязнений зубная паста. Также возьмите старую зубную щетку, на нее выдавите мятную зубную пасту размером с горошину. Почистите щеткой украшения, а затем прополощите их в теплой воде.

Ольга СЛАСТУХИНА



Врач-диетолог Алексей Ковальков рассказывает, почему не стоит отказываться от молока и в каком молочном продукте больше всего кальция

Молоко из пакета – польза для организма или химическая «бомба»?

Нам с детства твердили, что молоко – самый полезный продукт. Помню даже песенку: «Пейте, дети, молоко – будете здоровы!». Нас усиленно поили молоком бабушки, в пионерских лагерях его обязательно давали на полдник, а когда родители шли в магазин, они покупали не 1 пакет молока, а 5–6 бутылок – с тем расчетом, чтобы хватило всей семье. Теперь молочная «картина» несколько изменилась. Да, его по-прежнему покупают, но делают это редко и в гораздо меньших количествах. Так что же случилось с нашим любимым молоком?

На прилавках магазинов можно найти молоко в пакетах, бутылках и пластиковой таре, пастеризованный и ультрапастеризованный молочный продукт с добавлением фруктов и обогащенный кальцием и витаминами. Однако покупатели проходят мимо, заявляя, что молоко стало невкусным и часто горчит. А другие уверены в ненатуральности продукта.

Доля правды в этих высказываниях есть. Большинство молочных продуктов только выглядит как продукты, а по сути является настоящей химической «бомбой». Судите сами. Например, вы покупаете самое обычное пастеризованное и недорогое молоко в пакете. Часть выпиваете, часть остается. По идее, через несколько дней оно должно скиснуть, и, если вы добавите его в кофе, оно свернется. В жизни все выглядит по-другому: молоко не скисает, а становится противно горьким и не сворачивается при добавлении в чай или кофе. Технологи объясняют это тем, что молочный жир в процессе окисления начинает горчить. Странно, почему тогда скисало молоко в советские времена и киснет молоко, привезенное из деревни? В нем нет молочного жира? Давайте разберемся.

ЧТО НАЛИЛИ В ПАКЕТ?

Ультрапастеризованное молоко в плотных картонных пакетах может храниться по полгода, и держать его в холодильнике совсем не обязательно. Прямо волшебство какое-то! Достигается такой эффект за счет специальной обработки: за несколько секунд молоко нагревают до 137°C и моментально охлаждают, а потом в герметичных условиях упаковывают. Такое молоко никогда не превратится в творог и простоквашу, в нем убиты все бактерии. Максимум, что с ним может случиться, – оно протухнет из-за гниения белков. Тогда почему коробка с таким молоком, простояв в открытом виде пару месяцев в холодильнике, становится черной внутри, а на поверхности молока образуется непонятная субстанция мрачного цвета? Ощущение, что из этой биомассы вот-вот покажется Чужой!

Я понимаю, если бы такое молоко протухло и покрывлось очаровательной сине-зеленой плесенью, но оно чернеет! А это говорит о том, что в молоко добавлены опасные химические вещества.

Один стакан молока в день серьезно снижает риск развития рака толстой кишки



Молоко с добавлением кальция и витаминов тоже только кажется полезным. Как выяснили ученые из Университетского колледжа Лондонского института детского здоровья, употребление такого молока в детском возрасте способствует развитию ожирения во взрослом. Так, у 5–7-летних детей, регулярно употреблявших обогащенное молоко, масса жира была в три раза больше, чем у тех, кто пил обычное молоко. Получается, что выпитое в детстве полезное молоко приводит к проблеме лишнего веса и необходимости похудеть во взрослом возрасте.

НУЖНО ЛИ ОТКАЗЫВАТЬСЯ ОТ МОЛОКА?

Ни в коем случае не отказывайтесь от молока, ведь это один из главных источников кальция. Без него просто не обойтись детям (у которых идет интенсивный рост костей), беременным, женщинам после 50 (у которых часто развивается остеопороз), а также больным с переломами. Всего один стакан молока в день серьезно снижает риск развития рака толстой кишки.

Лучший выбор – стакан парного молока, сразу из-под коровы! В нем кроме витаминов и питательных веществ содержатся особые иммунные тела, которые уничтожают вредные для человека бактерии.

Не любите молоко – отдайте предпочтение кефиру, простокваше, творогу и сыру. Кстати, кальций усваивается только из жирных молочных и кисломолочных продуктов, а молочный жир не столь опасен для здоровья. Он почти не откладывается в жировых клетках, а это значит, что молоко даже поможет похудеть.

КАК ВЫБРАТЬ МОЛОКО В МАГАЗИНЕ

Правильное молоко можно купить и в магазине. Для этого нужно провести эксперимент. Приобретите несколько пакетов и бутылок пастеризованного молока от разных производителей. Дома откройте их и перепробуйте все, что купили, но не выпивайте все полностью. Оставшееся молоко в его родных пакетах и бутылках поместите в холодильник и забудьте о них на неделю. Через 6–8 дней снова попробуйте молоко: то, что будет горьким, должно вас насторожить, а то, которое скисло, можете смело покупать!

Материалы подготовлены Юлией КИРИНОЙ



Капустные котлеты

Новый год и Рождество прошли, и весы показывают плюс несколько килограммов. Это знак, что праздники прошли очень удачно: вы навестили всех родственников и друзей и съели не одну тарелку оливье с майонезом. Но пора остановиться и готовиться к следующим праздникам. Для начала откажитесь от покупки полуфабрикатов и отдайте предпочтение низкокалорийным блюдам, сделанным своими руками. Например, овощным котлетам, которые можно приготовить буквально за полчаса.

Ингредиенты (на 4 персоны)

- 350 г белокочанной капусты
- 1,5 куриных яйца
- 2 ст. л. цельнозерновой муки (или манной крупы)
- 1 ст. л. подсолнечного масла
- соль
- куркума
- перец молотый

Способ приготовления

Отрежьте 350 г капусты от кочана, отделите верхние листики и хорошо промойте. Натрите капусту на мелкой терке или измельчите ее до состояния пюре с помощью блендера. Добавьте 2 ст. л. цельнозерновой муки, 1,5 куриных яйца и специи. Все перемешайте до однородной массы.

Разогрейте сковороду и налейте 1 ст. л. масла. Сформируйте из капустной смеси котлеты и разложите на сковороде, накройте крышкой. Обжарьте с двух сторон на медленном огне. Подавайте на плоской тарелке с любым гарниром.

Треска в стакане

Необычная подача привычных продуктов и способ их приготовления привнесут ощущение разнообразия. Не бойтесь экспериментировать и пробовать новое. Начало года – самое подходящее для этого время!

Ингредиенты (на 2 персоны)

- 150 г филе трески (свежее или замороженное)
- 1 маленькая луковица
- 30 мл сливок для взбивания
- 30 мл обезжиренного молока (можно использовать молоко с пониженной жирностью)
- 1/2 маленького болгарского перца (можно использовать сладкий перец любого цвета)
- свежий укроп
- соль
- перец молотый



Способ приготовления

Возьмите 150 г филе трески. Если оно замороженное, то необходимо его заранее разморозить. Нарежьте на маленькие кусочки и отложите в сторону. Затем возьмите луковицу, очистите и нарежьте маленькими кубиками. Возьмите половину болгарского перца, очистите от семечек и нарежьте кубиками.

Возьмите 2 стаканчика для пароварки. Разложите в них нарезанные филе, лук и болгарский перец (оставьте несколько кубиков для

сервировки). В каждый стаканчик налейте по 15 мл сливок для взбивания и обезжиренного молока. Добавьте специи по вкусу. Перемешайте все ингредиенты в стаканчиках.

Налейте воду в кастрюлю и доведите ее до кипения. Затем вставьте решетку-пароварку. Разместите на ней стаканчики и готовьте 20 минут.



«Арбузный» десерт без арбуза

Соблюдая диету или придерживаясь здорового питания, необязательно есть только салатные листики и огурцы. Нельзя отказывать себе в маленьких сладостях. Однако лучше их готовить самостоятельно. Так можно сделать их менее калорийными и более полезными.

Ингредиенты (на 2 персоны)

- 1/2 маленькой груши
- 1 желток куриного яйца
- 60 мл низкокалорийных сливок для взбивания (можно заменить на 30 мл жирных сливок и 30 мл обезжиренного молока)
- 2 ч. л. сахара (можно заменить его на 1 ст. л. меда)
- 50 г замороженной клубники
- 10 шт. кедровых орешков (можно заменить на другие орехи или отказаться от них)
- молотая корица

Способ приготовления

Помойте грушу и разрежьте ее пополам. Возьмите половинку, очистите от кожуры и вырежьте сердцевину с семечками. Нарежьте на маленькие кусочки. Затем возьмите 2 стаканчика для пароварки и разложите в них кусочки груши.

Возьмите 1 куриное яйцо, отделите желток от белка. В чашку с желтком насыпьте сахар и разотрите до бела. Затем добавьте туда 60 мл сливок для взбивания. Хорошо все перемешайте и разлейте смесь в стаканчики с грушами.

Налейте воду в кастрюлю и доведите ее до кипения. Затем вставьте решетку-пароварку. Разместите на ней стаканчики и оставьте готовиться на 20 минут.

Возьмите 50 г заранее размороженной клубники и измельчите ее в блендере до состояния пюре.

Достаньте стаканчики из пароварки, полейте клубничным пюре, посыпьте молотой корицей и украсьте кедровыми орешками.

Виктория ЛЕБЕДЕВА

По горизонтали: Колумбиец, Ганди, Тщета, Континент, Ахинея, Спирс, Ласха, Парта, Ласьянс, Бульдозер, Тауэр, Юмор, Лемур, Кисок, Дрейк, Кабанха, Исаак, Стая, Гараж.
По вертикали: Овощ, Уста, Бандана, Евнух, Оптин, Фтор, Архиперар, Доноп, Тара, Ильм, Скорая, Опека, Устой, Пятки, Скуда, Абрек, Арена, Труха, Люкс, Дока, Эра, Мир, Раж.

Житель Боготы	«Приземлённый» сосед фрукта	«Транслятор» истины у малыша	Платок на голову	«Командант» гарема	Бесплезная суета	Передряга для кура	Галоген из зубной эмали	«Сквозняк» в печной трубе
Африка или Австралия	«Подпорка» морали	Убежище для испуганной души	Лишает нас денег и друзей	Изгнанник	Бритни	Вяз, карагач иначе	Звонок «03»	Забота о ближнем у него в крови
Законное «взятие под крылышко»	Самое время христосоваться	Мастер дорожной уравниловки	«Элитная» единица освещённости	«Съел собаку» в деле	Классный стол	Полная чушь	Сердце цирка	«Прах» внутри пня
Карточная «раскладушка»	Крепость города Лондона	Чем он тоньше, тем смешнее	Мадагаскарский зверёк	«Зверьбаба» в «Грозе»	Возбуждение в которое «входят»	Анти-война		
Палатка для продажной прессы	Композитор Дунаевский	«Полчище» саранчи на поле	Загон для «бумера» и «мерина»					

Ответы – на стр. 15

МАСТЕР-КЛАСС ОТ «ДОМОВОГО»

Винтажный будильник своими руками

Дарим старым часам вторую жизнь

Пожалуй, у каждого из нас дома есть вещи, которые давно пора выкинуть. Например, сломанный будильник. Не торопитесь! Часы еще могут сослужить вам добрую службу – стать необычным украшением интерьера. Итак, рассказываем, как из ненужного будильника сделать красивый аксессуар для дома.



Потребуются: будильник, акриловая краска белого цвета, кружевная лента, мелкие розовые и белые цветы из ткани (продаются в галантерейном магазине), кисточка для красок, клей ПВА, ножницы.



Винтаж – стилизация под старину, направление в моде, воссоздающее стиль прошлых поколений или даже эпох. Винтажный стиль предполагает некую потертость и «самодельность», как будто вещь была сделана много лет назад вручную. Поэтому красим будильник белой краской, не стремясь к ровным линиям.



После того как будильник покрашен, приступаем к декорированию. Первым делом убираем стекло. Приклеиваем по контуру часов кружевную ленту. Вместо ленты можно использовать белые бусинки, похожие на жемчуг.

Так как отличительными признаками винтажного стиля являются пастельные тона, то и цветы для украшения будильника мы выбираем тоже светлых оттенков. Приклеиваем розочки к краю будильника. Старинный антикварный аксессуар готов!

Юлия КИРИНА

Газета «ДОМОВОЙ СОВЕТ»

Учредитель: Политическая партия СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ

Главный редактор: Порубова Я.В.

Январь 2016 №1 (86) 19.01.2016, для газет: время подписания в печать по графику – 18.00 и фактическое – 18.00.

Тираж – 52200 экз. Заказ №1042.

Распространяется бесплатно.

Адрес редакции: 125009, г. Москва, Б. Гнезниковский пер., 1, стр. 2

Издатель: Региональное отделение Политической партии СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ

в Свердловской области, 620075, г. Екатеринбург, ул. Тургенева, д.11.

Отпечатано в типографии ООО «Имидж»,

143306, Московская область, г.Наро-Фоминск, ул.Ленина, д.28

СМИ зарегистрировано Федеральной службой по надзору

в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор)

Свидетельство о регистрации ПИИ № ФС77-61474

от 24.04.2015 г.

Фотоматериалы: ru.123rf.com

Для читателей 16 лет и старше.

16+