

СРОЧНАЯ ПЕЧАТЬ до формата А3+ 8(909) 690-98-63

“Слово и дело” РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

В Добрый ЧАС

ЮГО-ВОСТОК ПОДМОСКОВЬЯ 8-909-690-98-63; 8-999-835-68-55 vdchpoligraf@mail.ru, www.ramgraf.ru 16+ НОМЕР: 04 (1130) февраль 2025

Компании ООО «ГазСервис»

требуется:

на постоянной основе

- слесарь
- электросварщик
- водитель категории С

Обращаться по телефону: 8-903-626-04-66, Елена Викторовна

ЭВАКУАТОР
быстро и надежно

8(916)040-00-40 8(966)040-00-40

Маша Лукович

Семейный психолог, эксперт в сфере детско-родительских отношений

Счастливые родители – счастливые дети.

Помогаю родителям находить гармонию в отношениях с детьми, чтобы вместе строить счастливое будущее.

Контактная информация:
Телефон: +7 (926) 118-39-16
@masha_lukovich

Предъявителю купона скидка **5000 руб** За полный курс обучения

АВТОШКОЛА РАМДОСААФ г. Раменское, ул. Народное имение, д.13А

Обучаем на категории: А • В • С • Д • Е

- Сопровождение в ГИБДД Экзамен в февраль: 22, 28
- Сдача в ГИБДД на автомобилях на которых проходили обучение • Высокий процент сдачи в ГИБДД
- Собственный парк автомобилей и автодром
- Опытные инструктора • Обучение от 1 месяца
- Индивидуальный график обучения
- Особый подход к дамам
- Возможно обучение иностранных граждан
- Лицензия бессрочная

www.ramdosaaaf.ru; 8(915) 105-79-79; 8 (915) 101-37-37

с/к «СЛАВЯНЕ»

- ТХЭКВОНДО - ТИ
- ХАПКИДО

КИКБОКСИНГ
www.itf-mo.ru
8 (903) 515-82-24,
8 (926) 609-89-10

ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ НА ЗАНЯТИЯ

Наши воспитанники - победители Первенства Европы и Мира по Тхэквондо - ИТФ

РЕМОНТ

холодильников и стиральных машин на дому

- Одни из самых низких цен
- Бесплатная диагностика
- Выезд мастера в удобное для Вас время

Гарантия до 2 лет
Запчасти напрямую от производителей

50% СКИДКА
Для пенсионеров и ветеранов

Дешевле починить – чем купить!
*-подробности по тел.
8-926-548-59-11

ЛИКВИДАЦИЯ СКЛАДСКИХ ОСТАТКОВ

Производственная компания **ВекторМет** ПРОИЗВОДСТВО

КРОВЛИ ЗАБОРНЫЙ ПРОФИЛЬ

ВСЕХ ВИДОВ: (ГОФРОЛИСТ, ПРОФНАСТИЛ, МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА)

АДРЕС: МО, г. Раменское, 4-ый км Донинского ш., Полигон, 8-917-567-49-08; 8-915-196-66-86

ТРИ ГЛАВНЫХ НОВШЕСТВА В ОПЛАТЕ ЖКХ: ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ

В 2025 году россияне ждут изменения в части оплаты ЖКХ. О том, как теперь будут рассчитывать платежи за жилищно-коммунальные услуги, в материале Финансов Mail.

КАК ТЕПЕРЬ БУДУТ НАЧИСЛЯТЬ ПЕНИ ЗА ПРОСРОЧКУ ПЛАТЕЖЕЙ ЗА ЖКУ

Согласно вступившим в силу изменениям, в течение 2025 года размер пеней за несвоевременную оплату ЖКУ будет определяться с учетом ключевой ставки ЦБ РФ, которая действовала до 27 февраля 2022 года (Федеральный закон от 03.02.2025 № 6-ФЗ, далее — Закон № 6-ФЗ).

Таким образом, законодатели продлили режим, при котором используется ключевая ставка в размере 9,5% вместо текущих 21%. Это позволит должникам существенно сэкономить при уплате пеней.

Напомним, что в 2016 году значение ставки рефинансирования ЦБ приравнивали к значению ключевой ставки ЦБ. Размер пеней, начисляемых на сумму задолженности, зависит от размера ставки рефинансирования (ч. 14 ст. 155 Жилищного кодекса РФ, далее — ЖК РФ). Пени начисляются с 31-го дня просрочки. Их размер составляет 1/300 ставки рефинансирования от

суммы задолженности за каждый день. С 91-го дня, который следует за днем наступления установленного срока оплаты, размер составляет 1/130 ставки рефинансирования.

НОВЫЙ ПОРОГ СОБИРАЕМОСТИ ВЗНОСОВ НА КАПРЕМОНТ

Закон № 6-ФЗ также содержит изменения, направленные на рост собираемости взносов на капитальный ремонт в многоквартирных домах, где фонд для него формируют на специальных счетах.

Отметим, что жильцы многоквартирных домов вправе выбрать один из двух способов распоряжения собранными средствами на капремонт. Их можно перечислять региональному оператору или создать спецсчет, на который будут идти собранные средства. Во втором случае жильцы могут лучше отслеживать, на что и в каких объемах тратятся накопленные средства, а также не дожидаться очереди и делать капремонт ранее запланированных сроков.

Теперь, согласно статье 173 ЖК РФ, собираемость взносов на спецсчет должна составлять 60%, а не 50% как было ранее. Если размер поступлений окажется ниже установленного значения, то органы государственного жилищного надзора уведомят об этом владельца спецсчета.

Последний должен будет сообщить собственникам жилых помещений о необходимости погашения задолженности. Период погашения составляет пять месяцев. Если в течение этого времени деньги внесены не будут, то инспекторы вынесут решение о формировании со-

ответствующего счета у регоператора и направляет его владельцу спецсчета. Затем в течение одного месяца владелец спецсчета обязан будет перечислить находящиеся на нем средства на счет регоператора.

Вместе с тем Закон № 6-ФЗ не содержит новых механизмов, позволяющих эффективно воздействовать на должников.

НОВЫЕ ПРАВИЛА РАСЧЕТА ПЛАТЫ ЗА ОТОПЛЕНИЕ

С 1 марта регионы будут вправе принимать решение о переходе к способу оплаты коммунальных услуг по отоплению в течение отопительного периода (Постановление Правительства РФ от 29.08.2024 № 1176). Принять такое решение им будет нужно не позднее чем за три месяца до начала применения нового способа. При этом использовать новый способ можно как с начала отопительного периода, так и с начала года. Данное решение будет распространяться в отношении всех либо части муниципалитетов.

Напомним, что в России есть два варианта платы за отопление. Первый — равномерно в течение года, когда в квитанциях каждый месяц отображаются одинаковые суммы, независимо от сезона. Второй — плата только за реально потребленное тепло согласно счетчикам. Последний вариант будет распространен на всю страну. Изменения направлены на то, чтобы сделать процесс уплаты более понятным и прозрачным для потребителей.

Отметим, что при переходе региона на сезонную оплату, вернуться к равномерной будет уже нельзя.

Елена Лесничая
Автор Финансы Mail

ООО «ГазСервис ТО»

(Свидетельство о допуске № 0099.02-2010-5013052968-С-137)

ОКАЗЫВАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ВИДЫ РАБОТ И УСЛУГ:

- Техническое обслуживание, монтаж/замена, ремонт и пуско-наладочные работы бытового и промышленного газового оборудования.
- Диспетчерская служба 8-905-586-02-42
- Договорной отдел 8-905-586-02-43
- Отдел промышленных котельных 8-903-245-30-67

Специалисты ООО «ГазСервис ТО» будут рады ответить на все интересующие Вас вопросы.

Адрес: МО, п. Кратово, ул. Мира, дом 18
Сайт: газсервис.рф • Почта: gazservisto@mail.ru

NEW! БЕЗЛИМИТНЫЕ ТАРИФЫ для юридических лиц!

RAMNET

ИНТЕРНЕТ и раменские городские телефоны **КОРПОРАТИВНЫМ КЛИЕНТАМ**

- индивидуальный подход
- выгодные цены
- подключение от 2-х дней

тел.: 46 5-99-99 (многоканальный)
www.ramnet.ru

ИНТЕРНЕТ И ТЕЛЕФОНИЯ ДЛЯ КРУПНОГО, СРЕДНЕГО И МАЛОГО БИЗНЕСА

АГЕНТСТВО НЕДВИЖИМОСТИ

**КУПИТЬ
ПРОДАТЬ
АРЕНДА**

оформление
сопровождение

8 916-258-56-86
8 495-788-89-14

Замечательное место! Свежий воздух! Прекрасная природа!

**ЗИМНЯЯ РЫБАЛКА
НА ЛЕСНОМ ОЗЕРЕ**

Отдохни от суеты!!!

А также уютная беседка с мангалом (200 м от водоёма), домик рыбака и русская баня идеально подойдут для отдыха на природе, Дня рождения, корпоративов.

- форель
- белый амур
- щука
- судак
- окунь
- карп
- сом

Адрес: **Раменский р-н, д. Монино** (до указателя "Рыбалка")

8(909) 166-81-45
8(906) 049-97-38

Лиц. ЛО-5-01-001557 от 20.02.2010

ООО «АРИАДНА-Р»

**ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ
АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ**

- + Наркологическая помощь в стационаре и на дому;
- + Вывод из запоя;
- + Амбулаторное лечение алкоголизма и наркомании;
- + Пролонгированное лечение на длительный срок.

Раменское, ул. Зои Космодемьянской 10;
+7 (496) 461-21-30, 8 (925) 926-81-89

Бронницы, ул. Советская, 155;
+6 (946) 466-66-99, 8 (925) 924-60-62

**АНОНИМНОСТЬ
ГАРАНТИРУЕМ!**

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА.

**ЗАКАЗ ОБЪЯВЛЕНИЙ И СЛУЖБА
РЕКЛАМЫ 8(909) 690-98-63**

8(999) 835-68-55

AVIEL

**ИНТЕРНЕТ
ТЕЛЕВИДЕНИЕ**

Оставьте заявку на подключение

8 800 222 4677

звонок для Вас бесплатный
или на сайте AVIEL.RU

НАЗВАНЫ ПРОДУКТЫ, КОТОРЫЕ НУЖНО ДОБАВИТЬ В РАЦИОН

Справиться со всеми сюрпризами февраля и поддержать хорошее самочувствие помогут определенные продукты. Их назвала эксперт Центра молекулярной диагностики CMD ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора Екатерина Близнаина.

Она отметила, что февраль — это непростой месяц для здоровья человека. Так, к этому времени люди уже прошли испытания холодом, ветром, перепадом температур и дефицитом солнечного света. Для поддержания сил и иммунитета сейчас очень важно правильно питаться. Эксперт советует выбирать сезонные и полезные продукты. На это есть несколько причин.

Так, нам важно сейчас не растерять и постоянно пополнять запасы витамина С. Аскорбиновая кислота нужна для хорошей работы иммунной системы и ферментов, а также синтеза коллагена. Витамин С способствует заживлению ран, влияет на проницаемость капилляров, обладает мощным антиоксидантным действием, нужен для обмена веществ и работы органов пищеварительной системы. Сейчас аскорбиновую кислоту лучше всего получать в виде отваров и напитков. Нужно пить соки, чаи, смузи, настойки. Для приготовления можно использовать шиповник, облепиху, рябину, смородину. Также полезны фрукты и ягоды — например, нужно есть хурму, киви, цитрусовые. Кроме того, витамин С есть в брокколи, квашеной капусте, запеченном картофеле и красном перце.

Также нам нужны продукты, богатые витамином А. Он нужен для поддержания иммунитета, зрения, здоровья кожи, нормального состояния роговицы и слизистых оболочек. Кроме того, он обладает антиоксидантным действием, участвует в синтезе гормонов и способствует функциональной активности различных органов и систем. В организм он поступает в виде ретинола и бета-кароти-

СТОИМОСТЬ ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ - 40 РУБЛЕЙ СЛОВО



КУПЛЮ

- Куплю квартиру в любом состоянии. У собственника без посредников. 8-916-258-56-86
- Куплю дом дачу в Раменском р-не, у собственника без посредников 8-926-117-67-35
- Куплю земельный участок у собственника 8 916-258-56-86

ПРОДАЕТСЯ

- Продам столбы металлические от 150р Сетка рабица от 550р Доставка 8-915-334-10-48 Звоните

РАЗНОЕ

- **АВТОШКОЛА РАМДОСААФ**
Обучаем на категории: • А • В • С • Д • Е . г.Раменское, ул. Народное имение, д.13А. www.ramdosaaf.ru; 8(915) 105-79-79; 8 (915) 101-37-37
- Ремонт стиральных и посудомоечных машин, бойлеров, электроплит. 8-995-222-17-10
- Ремонт холодильников и стиральных машин на дому. Низкие цены, бесплатная диагностика. Выезд мастера в удобное для Вас время. Тел: 8-926-548-59-11

на, в которые превращается после употребления пищи. Витамин А есть в молочных продуктах, говяжьей печени, яйцах, рыбе, моркови, тыкве, шпинате, батате, томатах, перце, бобовых и орехах.

Кроме того, в преддверии весны организм нуждается в чистке, поэтому нужно есть пищу, которая выведет токсины и продукты обмена веществ, поддержит микрофлору кишечника, обеспечит нормальную работу органов ЖКТ. Все это может делать клетчатка — растительные пищевые волокна, которые организм не переваривает. Их можно найти в отрубях, злаках, сушеных яблоках, изюме, кураге, брюссельской капусте, фасоли, гречке, сельдерее, зелени, авокадо и фисташках.

Также в конце зимы нам нужны витамины группы В, которые участвуют в метаболических процессах и образовании энергии. Эти вещества поддерживают организм в рабочем состоянии каждый день. Витамины группы В помогают иммунной и нервной системам, сердцу, поддерживают тонус мышц. Также они участвуют в углеводном, жировом и других обменных процессах. Эти витамины содержатся в нежирном мясе, печени, рыбе, масле, крупах, зеленых овощах, бобовых, орехах, семечках, рисе, яйцах, гранате.

Организму нужны и витамины Е, D, омега-3-полиненасыщенные жирные кислоты, минералы, микро и макроэлементы, жиры, белки и углеводы. В связи с этим рацион должен быть разнообразным — тогда защитный барьер, построенный из полезных веществ, будет крепче. Чтобы помочь организму преодолеть трудности межсезонья, можно добавить в ежедневное меню пряные напитки, специи, хрен и чеснок. Они обладают сильными защитными свойствами.

Зачастую люди, решившие укрепить здоровье, начинают принимать витамины в виде таблеток. Однако врачи советуют перед этим сдать анализы. Передозировка витаминами может навредить здоровью. Например, недавно ученые выяснили, что большое количество витамина B6 может быть токсично.

Айгуль Сабитова
Автор ВФокусе Mail

ПОЧЕМУ У НАС НЕТ ВОСПОМИНАНИЙ ИЗ МЛАДЕНЧЕСТВА? ВОТ ЧТО ГОВОРIT НАУКА: ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ!

Большинство людей не помнит событий, происшедших до их 2-3-летнего возраста, — и даже детские воспоминания после этого возраста часто остаются фрагментарными. Эксперты называют это явление «инфантильной амнезией» и уже более века пытаются понять, почему ранние воспоминания исчезают, хотя их влияние на психику остается.

Для многих людей младенчество, вероятно, — это идеальное время: ребенок постоянно окружен заботой, теплом и вниманием окружающих. Однако мало кто способен вспомнить все детали из этого периода. Даже осознанные события первых лет жизни, — игры, праздники или первые шаги, — исчезают из памяти. Почему это происходит?

Оказывается, причины феномена кроются не только в развитии мозга, но и в особенностях культуры и языка каждого человека

Почему мы забываем воспоминания из детства?

В 1905 году Зигмунд Фрейд ввел термин «инфантильная амнезия», описав «странную забывчивость», скрывающую первые годы жизни почти каждого человека.

Долгое время считалось, что младенцы просто не способны формировать долговременные воспоминания из-за незрелости мозга. Однако исследования 1980-х годов показали, что дети уже в 2 года могут запоминать события на несколько месяцев вперед.

Так, ученые выявили парадокс: если ранний опыт влияет на личность, почему он не сохраняется в памяти?

Кристина Альберини, профессор нейронаук Нью-Йоркского университета, США, предполагает: воспоминания человека до 2-3 лет остаются в мозге, но становятся недоступными для сознания.

Вероятно, ключевую роль играет гиппокамп — область мозга, отвечающая за формирование памяти. Он интенсивно развивается в раннем возрасте, постоянно перестраиваясь под влиянием нового опыта, что может объяснить потерю ранних воспоминаний.

Как культура влияет на память?

Западные специалисты отмечают: возраст первых воспоминаний различается в зависимости от культуры.

Исследования профессора Ци Ванга из Корнельского университета, США, показывают, что те же американцы в среднем помнят себя начиная с 3,5 лет, а китайцы — примерно с 4 лет. При этом воспоминания американцев часто сосредоточены на личных переживаниях, тогда как китайские описывают коллективные события и семейные традиции.

Между тем наиболее ранние воспоминания зафиксированы у представителей народа маори из Новой Зеландии — в среднем с 2,5 лет. Ученые связывают это с их сильными устными традициями и тем, что родители с детства активно обсуждают с детьми события прошлого.

Так, эксперименты уже показывали, что дети, растущие в среде с «развитой традицией рассказов о прошлом», запоминают больше деталей и могут воспроизводить воспоминания с более раннего возраста.

Роль языка и природы памяти

Некоторые эксперты считают, что младенцы не могут формировать осознанные воспоминания из-за отсутствия развитого языка: способность выразить события словами помогает зафиксировать их в памяти.

Однако против этой гипотезы выступает тот факт, что феномен инфантильной амнезии наблюдается и у животных, не обладающих языком.

Память человека не устроена как компьютерная база данных, — отмечают ученые. Воспоминания хранятся в виде сложной сети нейронных связей, и каждый раз, когда мы обращаемся к ним, они немного изменяются: например, эксперименты показывали, что некоторые люди помнят события, которых не было, если их часто обсуждали в семье.

К примеру, французский психолог Жан Пиаже однажды осознал: его детское воспоминание о том, как няня спасла его от похищения, было ложным. Спустя годы женщина призналась Пиаже, что придумала эту историю, — а психолог искренне помнил случившееся, как будто это действительно произошло.

Предполагается, что детские впечатления становятся своеобразной основой для последующих воспоминаний. Подобно фундаменту здания, они невидимы, но формируют структуру будущего восприятия.

Профессор Кристина Альберини считает, что именно этим «психическим фундаментом» объясняется связь между ранним детским опытом и взрослой личностью.

Например, дети, пережившие травматический опыт, могут не помнить детали событий, но их эмоциональная реакция и модели поведения будут отражать этот опыт.

Так, неспособность вспомнить свои первые годы жизни — это не просто загадка памяти, а сложный процесс, связанный с развитием мозга, культурными особенностями и природой самих воспоминаний.

Юрий Гандрабура
www.techinsider.ru

СЕЗОН ПЕЧАТИ

- ◆ ВИЗИТКИ
- ◆ флаера
- ◆ дипломы
- ◆ бланки ч/б и цветные

(изготовление макета, можно с вашим макетом)**(999) 835-68-55; (909) 690-98-63; vdchpoligraf@mail.ru****ДОМОФОНЫ**

Установка, ремонт, обслуживание



8(495)104-70-11

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДАРЕМОНТ СТАРЫХ И НОВЫХ ДОМОВ И ГАРАЖЕЙ
Пенсионерам скидка 30%
8906-059-40-02 Владимир**ВИЗИТКИ ЛИСТОВКИ**

8(909) 690-98-63

ВЫПИЛ?... ПЛОХО?... ПОМОЖЕМ!!!

НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ
КУПИРОВАНИЕ АЛКОГОЛЬНЫХ ЗАПОВЕВ
www.narcomedcenter.ru

г. Жуковский, ул. Чкалова, д. 51
(926) 530-42-12; (903) 685-93-76; (495) 556-80-13

п. Удельная, ул. Интернациональная, д. 17
(496) 462-24-60; (903) 151-03-81

п. Новохаритонов, Электронзоятор, д. 52,
(400м от 14 батальона АПС)
(496) 464-76-95; (903) 732-05-17

Лицензия №ЛО-50-01-003560

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

МЕДСЕРВИС МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

- Предрейсовые осмотры
- Медицинские книжки • Анализы
- Предварительные и периодические медосмотры
- Справки ГИБДД

РАБОТЫ:
9:00 - 16:30РАМЕНСКИЙ Р-Н, ПОС. УДЕЛЬНАЯ, 8(496) 462-19-86
УЛ. ИНТЕРНАЦИОНАЛЬНАЯ, Д. 17 8(903) 151-08-94

ГОТОВИТЬ С ОСТОРОЖНОСТЬЮ: 10 ЛЮБИМЫХ НАМИ ПРОДУКТОВ, КОТОРЫЕ ПРИ ОПРЕДЕЛЕННЫХ УСЛОВИЯХ МОГУТ БЫТЬ ОЧЕНЬ ОПАСНЫ



Во многих хорошо знакомых нам продуктах содержатся вещества, которые при нарушенной технике приготовления еды могут вызвать серьезные проблемы со здоровьем — причем, чаще всего, мы об этом даже не подозреваем.

Это не значит, конечно, что мы должны срочно отказаться от грибов или вишен. Просто следить за тем, что ты ешь, — одна из важнейших вещей в повседневной жизни: *Не занимайтесь самолечением!*

В наших статьях мы собираем последние научные данные и мнения авторитетных экспертов в области здоровья. Но помните: *поставить диагноз и назначить лечение может только врач.*

Картофель

Картофель, привычный нам всем, далеко не сразу получил такой статус. Его даже выращивали в качестве декоративного растения, а также пытались есть побеги и листья, содержащие в себе яд соланин. Ничем хорошим для людей это не кончалось — в побочных эффекты входит тошнота, диарея, дезориентация, потеря сознания и даже кома.

Рыба фугу

Рыба фугу из семейства иглобрюхих — пожалуй, самая известная ядовитая рыба, употребляемая в пищу. Если у повара лишь чуть-чуть не хватит мастерства в очищении мяса рыбы от токсинов, яд надежно отправит любителей экзотических блюд на тот свет.

Чёрная бузина

Черная бузина используется как в медицинских целях, так и в пищевых — из ее ягод варят варенье, кисели и повидло, а также добавляют в различные напитки и выпечку. Но все остальные части растения весьма ядовиты, содержа в себе гликозид самбунигрин. Случайное употребление их в пищу вместе с ягодами вызовет серьезные проблемы с желудком.

Касторовое масло

Касторовое масло, получаемое из клещевины, применяется не только в качестве слабительного, но и как пищевая добавка. Но необработанные семена клещевины содержат рицин — один из сильнейших белковых токсинов, известных человечеству. К счастью для нас, при создании касторки, он

полностью разлагается.

Миндаль

Миндаль любим по всему миру за свой уникальный аромат и вкус, его добавляют во множество блюд. Но в дикой природе не стоит пробовать необработанные семена миндаля — они содержат гликозид амигдалина, высвобождающий синильную кислоту, чрезвычайно ядовитую для человека.

Вишня

Вишни не нуждаются в представлении — их едят везде и сложно найти какое-либо кондитерское изделие, один из вариантов которого не был бы с вишневым вкусом. Но их косточки страдают той же проблемой, что и миндаль — в них содержится синильная кислота. Для смертельной дозы понадобится слопать за сотню косточек, так что опасность не слишком высока.

Яблоки

Яблоки тоже имеют «привычку» накапливать в семенах синильную кислоту, хотя в них ее концентрация в полтора раза меньше, чем в вишне. Если не объедаться горьковатыми яблочными семечками напропалую, угрозы жизни не возникнет.

Ревень

Ревень волнистый — довольно известное огородное растение со съедобными черешками листьев. А вот сами листья содержат в себе яд, в том числе щавелевую кислоту. Во время Первой мировой войны в Великобритании ими по ошибке травилось множество людей.

Помидоры

Помидоры сами по себе безвредны, но их стебли и листья содержат токсин гликоалкалоид, вызывающий головную боль и расстройство желудка. Эффекты не смертельны, но весьма неприятны при случайном употреблении.

Грибы

Грибы — в целом крайне подозрительная штука. Даже не являясь ядовитыми, они способны накапливать в себе отраву из ближайших источников, например, фабричных отходов. Другие, такие как зеленушки, ранее считались безопасными, но более поздние исследования доказали их токсичность.

Василий Макаров
TechInsider.ru**Творческая мастерская "Антураж" приглашает**

В нашей мастерской проходят мастер-классы по интересам индивидуально, в группе, а так же по абонементу



Основана в 2007 г.

- Рисование (живопись, графика)
Дети от 5 лет и взрослые.
- Лепка (пластилин, глина, гончарное дело)
Дети от 5 лет и взрослые
- Декоративно прикладное искусство (роспись по стеклу, по ткани, по дереву)
с 7 лет и взрослые
- Курсы "Кройки и шитья" - с 15 лет и взрослые



Адрес: г.Раменское, ул.Космонавтов, д.40В, здание кафе "Холодок"- вход с торца здания, справа, домофон "Мастерская", 2 этаж
Телефон: +7(925)497-82-03

ИНТЕРНЕТ КАБЕЛЬ В КАЖДЫЙ ДОМ

РАСЧЕТКА ПОДКЛЮЧЕНИЯ IP-TV ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ НОЧНОЙ ФОРСАЖ ДОВЕРИТЕЛЬНЫЙ ПЛАТЭК АКЦИИ ТАРИФ ВЫХОДНОЙ

ПОДАЧА ЗАЯВОК **+7(499) 999-01-30**
по телефону: **+7(906) 797-25-25**

на сайте: www.intronex.ru
e-mail: info@intronex.ru

ГРАНИТНАЯ МАСТЕРСКАЯ «МЕМОРИАЛ»

Изготовление памятников любой сложности - от элитных до эконом-класса.

- ◆ Ручная гравировка портретов, изготовление изображений на стекле, металле и керамике.
- ◆ Доставка и установка. ◆ Укладка плитки гранитной или тротуарной, бордюры.
- ◆ Огромный выбор аксессуаров: вазы, подсвечники, кресты.
- ◆ Изготовление оград.

Гибкая система скидок. Быстрые сроки исполнения. Индивидуальный подход к каждому клиенту.

Адрес: МО, г. Егорьевск, переулок Северный, 46.
8-964-642-39-13

График работы:
Пн-Пт 8.00-17.00, Сб-Вскр 9.00-15.00
memorial-eg.ru
memorial-eg@mail.ru
Возможно оформление заказа в Дистанте.
Оформление всех необходимых бумаг при регистрации памятника.

ПЕРЕПЛЁТ

курсовых работ, брошюровка документов
пластиковой пружинной
(до 500 листов)

8-(909) 690-98-63

НОВЫЙ УРОВЕНЬ БЛИЗОСТИ: 10 СОВМЕСТНЫХ ХОББИ ДЛЯ ПАРЫ

Когда вы влюблены, хочется разделить друг с другом каждый миг. Однако мало просто дни и ночи находиться рядом со своей второй половинкой, главное — проводить это время качественно. Например, за душевными разговорами, в совместных поездках или за занятием общим хобби. Идеи для последнего — в нашей статье.

Занятие на вечер или хобби на долгие годы? В нашей подборке найдется занятие на любой вкус.

Общее хобби не только дарит интересное времяпрепровождение, оно сближает и позволяет узнать любимого человека с новой, иногда неожиданной, стороны. В нашей подборке — 10 идей увлечений для пар.

ОТПРАВЬТЕСЬ В ПОХОД

Походы, туризм, хайкинг — все, что связано с природой, идеально подойдет для парного хобби. Только задумайтесь: горы Кавказа, ночное звездное небо и вы вместе со своей второй половинкой. Звучит очень романтично, не так ли?

Если уверены в своих силах, отправиться в поход можно самостоятельно, если такое занятие для вас в новинку, — отличным вариантом будет записаться в групповой тур с инструктором. Наслаждение от изучения новых локаций и единения с природой вы в любом случае получите огромное.

ЗАЙМИТЕСЬ ВОЛОНТЕРСТВОМ

Вариант «совместить приятное с полезным» и в качестве общего хобби выбрать волонтерство. Например, можно взять за традицию раз в месяц ездить вдвоем в приют для животных или — отправляться на акции по сбору мусора в лесопарковых зонах.

ЗАПИШИТЕСЬ НА ТАНЦЫ

Время вспомнить молодость, школьные дискотеки и протянуть своей второй половинке руку



в знак приглашения на танец. Можно записаться в группу парных танцев или начать учиться мастерству через ролики из интернета.

СОЗДАЙТЕ СОБСТВЕННЫЙ ПОДКАСТ

Сегодня стать ведущим подкаста может не только профессиональный журналист, но и любитель, у кого есть микрофон и необычная идея. Попробуйте придумать тему и создать совместный выпуск. Возможно, такие записи останутся семейным наследием для детей, а возможно — совместное хобби станет началом нового успешного интернет-проекта!

ЗАЙМИТЕСЬ ГЕОКЕШИНГОМ

Если уезжать далеко от дома не хочется, но и сидеть в квартире уже надоело, вам может по-



нравиться геокешинг. Чтобы принять участие в туристическом хобби, достаточно зайти на официальный сайт игры и найти подходящую вам локацию.

Геокэшинг — туристическая игра с применением спутниковых систем, в которой одни игроки прячут клад, а другие его находят.

РАСПИШИТЕ ПРЕДМЕТЫ ИНТЕРЬЕРА

Хочется сделать ремонт, а денег на глобальные работы пока что нет? Начните с малого — займитесь росписью предметов интерьера и мебели. Например, можно перекрасить двери в квартире или собственноручно отреставрировать старый шкаф. Идеи для вдохновения и обучающие ролики можно искать в Pinterest и других социальных сетях.

СОЗДАЙТЕ СЕМЕЙНОЕ ДРЕВО

Сбор данных для большого семейного древа — долгий и кропотливый процесс, но, поверьте, он стоит того.

Только представьте, сколько увлекательных и сокровенных историй о родственниках друг друга придется разузнать, чтобы по крупицам создать полную картину вашей большой семьи. В древо можно вписывать не только общие данные, но и разные интересные факты о родственниках.

ПРИГОТОВЬТЕ ДОМАШНИЕ НАСТОЙКИ

Если совместная готовка блюд для вас — слишком банально, присмотритесь к созданию домашних настоек. Сначала удовольствие вы получите во время приготовления, а после — при их распитии. Кроме того, у этого совместного хобби есть еще один плюс — всегда будет, чем удивить гостей!

ЗАЙМИТЕСЬ НОВЫМ ВИДОМ СПОРТА

Учиться чему-то вместе с нуля — сложно и интересно одновременно. «Чем-то новым» может стать неиспробованный вами раньше вид спорта. Такое хобби поможет вам научиться лучше поддерживать друг друга и радоваться за совместные успехи.

НАЧНИТЕ УЧИТЬ ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК

Можно начать новый или вспомнить тот, который когда-то учили в школе. Совместная тяга к иностранному языку может стать отличным совместным хобби и подспорьем для будущих путешествий.

Кроме того, учить язык вместе крайне удобно — у каждого из вас всегда будет собеседник, чтобы потренировать навыки.

www.techinsider.ru
Виктория Кораблева

1 МАРТА 19:00
ДК «САТУРН»

Мельница

ЮБИЛЕЙНЫЙ ТУР
25 ЛЕТ

12+

БИЛЕТЫ: DK-SATURN.RU / MELNITSA.INFO Яндекс Афиша

БИЛЕТЫ БЕЗ КОМИССИИ • BILETTE.RU

7 МАРТА ДК САТУРН
19:00 г. РАМЕНСКОЕ

ВАЕНРА

16+

Тел. 17 496 463-20-76 DK-SATURN.RU

БИЛЕТЫ ЗДЕСЬ: art-concert.ru

ДК «САТУРН»
г. Раменское www.dk-saturn.ru
т. (496) 463-20-76

12 МАРТА в 19:00

Владимир КУЗЬМИН

НАРОДНЫЙ АРТИСТ
РОССИИ

группа «ДИНАМИК»

12+

БИЛЕТЫ: 645 9999 БИЛЕТЫ: 198 1133

2 МАРТА ДК САТУРН 12:00

ТЕАТРАЛЬНО-ЦИРКОВОЕ ШОУ

АЛИСА

В СТРАНЕ ЧУДЕС

С УЧАСТИЕМ АРТИСТОВ
МОСКОВСКИХ ТЕАТРОВ, ЦИРКОВ
И ДРЕССИРОВАННЫХ ЖИВОТНЫХ

0+

2 МАРТА ДК «САТУРН»

г. РАМЕНСКОЕ
УЛ. МИХАЛЕВНИЦА, 2
НАЧАЛО В 19:00

АЛЕКСЕЙ ГЛЫЗИН

БИЛЕТЫ НА САЙТЕ: DK-SATURN.RU
8 (495) 463-20-76

Яндекс Афиша TICKETLAND MTC

ДК САТУРН
г. РАМЕНСКОЕ
КАССА: (496) 463-20-76
dk-saturn.ru

13 МАРТА 19:00

КРЕМЛЕНСКИЙ

12+

Организатор ООО «Вал Мультимедиа» ИНН 5017020202 / Москва, Пятницкий Ш. Косына, 11 (д. 2)

14 МАРТА 2025г. (Понедельник в 19:00)

ДК САТУРН
RENAISSANCE
CELLOS

МИРОВЫЕ РОК-ХИТЫ

НА ВИОЛОНЧЕЛЯХ

QUEEN
AC/DC
SCORPIONS
THE ROLLING STONES
DEEP PURPLE
METALLICA
NIRVANA
BON JOVI
KISS
LINKIN PARK
IMAGINE DRAGONS
THE WHITE STRIPES
и многие другие...

С СИМФОНИЧЕСКИМ ОРКЕСТРОМ

КАССА 8(496) 463 20 76
БИЛЕТЫ НА DK-SATURN.RU и CELLOS.RU

МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ
ДЕТСКИЙ МУЗЫКАЛЬНЫЙ ТЕАТР ИМ. Н.И. САЦ

WWW.TEATR-SATS.RU

0+

МОЗИКЛ В 2-Х ДЕЙСТВИЯХ
ДЮИМОВОЧКА

15 МАРТА 12:00

ДК «САТУРН»
т. 7(496)463-20-76 DK-SATURN.RU