[Полезные крупы – выбираем лучшие](https://zpp.rospotrebnadzor.ru/news/regional/490262)

*В ежедневном меню правильного питания обязательно должны присутствовать крупы.*

Крупы делают питание сбалансированным, сытным и полноценным. Ведь в крупяных блюдах высоко содержание белка и медленных углеводов. Более того, каждое зернышко и ядрышко крупы содержит богатый комплекс питательных веществ, которые так важны для нормального функционирования организма. Давайте «отделим зерна от зерен» – разберемся, в чем особенности разных видов круп.

**1. Овсяная крупа** – одна из самых полезных и питательных. В ней около 12% белка, 65% углеводов, почти в два раза больше ценных растительных жиров, чем в гречке – 5,8%, не говоря уже о витаминах и различных минеральных веществах. Овсянка содержит пищевые волокна – бета-глюканы, связывающие холестерин, микроэлементы – магний, фосфор, кальций, железо, натрий, цинк; витамины группы В, РР, Е; аминокислоты и антиоксиданты, повышающие сопротивляемость организма. Протеины, входящие в состав овсянки, способствуют развитию мышечной массы. Из овсяной крупы можно приготовить не только каши, но и кисели, овсяное печенье и котлеты, и еще много других вкусных и полезных блюд.

**2. Перловая крупа** – это очищенные от цветочной пленки и отшлифованные зерна отборного ячменя. Из ячменя вырабатывают два вида круп: перловую и ячневую.

Перловая крупа содержит 9,3% белка, 73,7% углеводов, 1,1% жира. В перловой крупе присутствует практически весь необходимый для человека набор полезных веществ: витамины группы В, А, РР, Е, макро- и микроэлементы, фосфор, железо, натрий, калий, кальций, магний, марганец, медь. Надо отметить, что перловая крупа – лидер по количеству фосфора, в ней содержится также большое количество лизина. Эта аминокислота оказывает противовирусное действие, поддерживает жизненный тонус организма, участвует в выработке коллагена. Перловая крупа содержит большое количество клейковины – белкового вещества хлебных зерен, которая необходима людям, страдающим болезнями желудочно-кишечного тракта. Перловая каша – традиционное блюдо русской кухни. Перловку используют для приготовления супов, рассыпчатых и вязких каш.

**3. Ячневую крупу** получают из дробленого, но не шлифованного ячменя, поэтому клетчатки в ней больше, чем в перловой. Семена ячменя очень питательны, содержат белки, жиры, углеводы, ферменты, витамины В, D, Е, РР, минеральные вещества – кальций, магний, фосфор, железо. Ячневую крупу используют для гарниров, запеканок, вязких и жидких каш.

**4. Рис** – идеальный продукт, который служит отличным источником сложных углеводов и качественного белка. Среди круп рис занимает первое место по биологической ценности белка и содержанию высококачественного крахмала – 77,3%. К тому же в нем есть богатый набор витаминов – B1, В2, В6, РР, Е и участвующая в кроветворении фолиевая кислота, которая является важным средством профилактики малокровия. Рис легко усваивается и является незаменимым продуктом для людей, страдающих болезнями пищеварительной системы, отлично сочетается с овощами, бобовыми и стручковыми культурами. Более высокий процент питательных элементов впитывается организмом из пищи, в которой рис является одним из ингредиентов.

**5. Гречневая крупа** содержит в среднем 14% белков, 67% крахмала, более 3% жиров, богата витаминами В1, В2, В6, Р, РР, минеральными веществами – фосфором, калием, марганцем, кальцием, железом, магнием. Гречневая крупа – лидер среди злаков по содержанию витаминов группы В, которые помогают бороться со стрессами и бессонницей. Гречневая каша – одна из самых полезных каш, имеет высокую питательную ценность, обладает антитоксическими свойствами, способствует выведению из организма избыточного холестерина и ионов тяжелых металлов, снижает риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний.

**6. Манную крупу** изготавливают из зерен пшеницы. Центральная часть зерна, его сердцевина, делится на мелкие частицы. В манной крупе много крахмала – 73%, белка – 11,3%, но почти нет клетчатки – 0,2% и жира – 0,7%. Манная крупа содержит витамины В1, В2, В6, Е, минеральные вещества – калий, кальций, натрий, магний, фосфор, железо. Процесс приготовления манной крупы значительно быстрее, чем других круп, поэтому манная каша сохраняет все полезные вещества. Манная крупа обладает высокой калорийностью и питательной ценностью, характеризуется высокой усвояемостью, поэтому рекомендуется диетологами при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, в послеоперационный период.

Используется манная крупа для приготовления каш, запеканок, пудингов, котлет, биточков, а также десертов. Манная крупа популярна в рационе детского питания, а также в ежедневном рационе взрослых.

**7. Пшенную крупу** получают из проса, она содержит около 12% белка, 69,3% углеводов, 3,3% жиров, биологически активные аминокислоты и витамины В1, В2, В5, РР. Пшено является одним из основных поставщиков растительных белков и углеводов, содержит необходимые организму микроэлементы – железо, золото, фтор, магний, марганец, кремний, медь, кальций, калий и цинк. Пшено незаменимо в любом рационе, это доступный и традиционный продукт. Содержание клетчатки обеспечивает работу желудочно-кишечного тракта, очищает организм от шлаков, токсинов, снижает уровень холестерина в крови. Пшено используется для приготовления каш, фарша, запеканок, традиционных русских блюд с тыквой, печенкой или яйцами.

**8. Пшеничная крупа** вырабатывается из твердых сортов пшеницы. В связи с тем, что стекловидность твердой пшеницы близка к 100%, практически все частицы крупы одинаковы по консистенции и одновременно развариваются. Это уникальный источник энергии, продукт для тех, кто ведет активный образ жизни. Обладает высокой пищевой ценностью, используется для приготовления каш, супов, запеканок, биточков, котлет, пудингов. Имеет большое значение в детском и диетическом питании.

**9. Кукурузная крупа** – уникальный источник витаминов, микро- и макроэлементов. Ее зерна содержат соли калия, фосфор, магний, медь, витамины группы В, Е, каротин, ферменты, крахмал. Кукурузная каша считается одним из самых низкокалорийных продуктов, способных выводить из организма жиры. Эта крупа используется для приготовления каш и запеканок.

**Как правильно приготовить крупы?**

Для того чтобы каши из круп были вкусными, необходимо придерживаться некоторых основных правил. Крупу нужно тщательно перебрать и промыть водой. Рис, пшено и перловую крупу лучше мыть сначала теплой водой (40-50 градусов), а затем горячей (60-70 градусов), ячневую – только теплой. Крупы перед готовкой лучше замачивать на несколько часов или даже на ночь, чтобы сократить время приготовления каши. Чем меньше крупа подвергается тепловой обработке, тем больше полезных веществ в ней сохраняется.

Для приготовления рассыпчатой гречневой и пшенной каши крупу немного поджаривают, причем крупу лучше не варить, а залить кипятком примерно в равных пропорциях. В термосе такая каша будет готова уже через 30-40 минут. Если вы не придерживаетесь жесткой диеты, воду можно заменить молоком.

Геркулесовые хлопья засыпают в кипящую жидкость и тщательно размешивают. Чтобы убрать чуть сыроватый привкус, можно добавить немного корицы, аниса, цедру лимона или апельсина.

Манная каша требует четкого соблюдения пропорций. На 500 мл молока берется 100-150 г манки. Как только молоко закипит, добавляют крупу, тщательно помешивая. Манную кашу варят не более двух минут, затем плотно накрывают крышкой и дают настояться 10-15 минут для полного разбухания. У каши, приготовленной таким образом, формируется особый вкус и консистенция.

Кашу из кукурузы рекомендуют готовить непосредственно перед подачей на стол. Для более нежного вкуса добавляют немного сливочного масла.

Заряжайтесь энергией круп и будьте здоровы!

# Продавец не может поменять цену товара после совершения факта онлайн-покупки

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике-Чувашии в г.Новочебоксарске обращает внимание потребителей на то, что размещенное на сайте продавца предложение о продаже товара, обращенное к неопределенному кругу лиц и содержащее подробную информацию о товаре и его цене, является публичной офертой (определение Судебной коллегии по гражданским делам Верховного Суда РФ от 06.06.2023 № 16-КГ23-6-К4, определение Судебной коллегии по гражданским делам Верховного Суда РФ от 16.01.2024 № 4-КГ23-90-К1).

Потребитель, оформив заказ товаров и оплатив их стоимость, осуществил акцепт оферты на заключение договора купли-продажи, то есть договор между сторонами считается заключенным, в связи с чем у продавца возникает обязанность по передаче такого товара покупателю. Односторонний отказ от исполнения обязательства и одностороннее изменение его условий, учитывая, что одной из сторон договора является субъект предпринимательской деятельности, не допускаются.

Таким образом, действия продавца, связанные с отказом в передаче покупателю приобретенного товара по объявленной в публичной оферте цене, являются недопустимыми.

Указанные выводы суда не только разрешили отдельные спорные вопросы, возникающие при дистанционной торговле, но и будут в дальнейшем способствовать действенной реализации потребителями своих прав в случаях их нарушения.

# Памятка потребителю: что делать с испорченными купюрами

Иногда возникают ситуации, когда магазин отказывается принять слегка надорванную, подклеенную или купюру с какими-либо отметками ручкой или карандашом. Признаки платежеспособных банкнот и монет регламентируются указаниями ЦБ РФ от 26 декабря 2006 г. № 1778-У «О признаках платежеспособности и правилах обмена банкнот и монеты Банка России».

Если кассир отказывается принимать купюру, он нарушает статьи 426 и 445 ГК РФ. Но если вам на сдачу вручают такую купюру, вы можете отказаться ее брать и потребовать замену.

В том случае, если повреждения купюры значительны, нужно обратиться в банк и поменять их на новые. Банк не поменяет купюры, уничтоженные больше чем на 50%, склеенные из трех и более частей разных купюр, а также расслоившиеся деньги, если утеряна одна из сторон. Не получится заменить банкноты с печатями Гознака «образец» и «тест» и монеты со стертым изображением.

Если на купюре не осталось серийного номера или его сложно разобрать из-за повреждений, то банк заберет банкноту на бесплатную экспертизу.

Иногда в обращение попадают деньги с дефектами: ошибки в серийном номере, повторы серийного номера на всем тираже, перевернутый серийный номер, его отсутствие и иные дефекты производственного характера. Такие купюры с браком банк обязан заменить без проблем.

По поводу иностранных купюр в законе нет четкой инструкции, поэтому сотрудники банков руководствуются внутренними инструкциями. Обычно к состоянию иностранных банкнот более строгие требования, а за замену или экспертизу придется заплатить.

# Новые Правила оказания услуг телефонной связи

01.09.2024 года вступают в силу новые Правила оказания услуг телефонной связи (далее – Правила № 59), утвержденные Постановлением Правительства Российской Федерации от 24.01.2024 № 59 «Об утверждении Правил оказания услуг телефонной связи». Обновленные правила оказания услуг связи будут действовать 6 лет со дня вступления силу.

Настоящие Правила регулируют отношения между абонентами и (или) пользователем услуг телефонной связи и оператором связи при оказании услуг местной, внутризоновой, междугородной и международной телефонной связи в сети связи общего пользования, а также при оказании услуг подвижной радиосвязи, услуг подвижной радиотелефонной связи и услуг подвижной спутниковой радиосвязи в сети общего пользования, порядок и условия заключения и исполнения договора на оказание услуг телефонной связи, форму и порядок расчетов за оказанные услуги телефонной связи, порядок предъявления и рассмотрения жалоб и претензий и другие вопросы.

Расширен ряд способов заключения договора об оказании услуг телефонной связи, договор заключается не только в письменной форме, а в том числе посредством сети «Интернет», или путем совершения конклюдентных действий, позволяющих достоверно установить волеизъявление абонента в отношении заключения договора (п. 21 Правил № 59).

Дополнен перечень бесплатных вызовов, которыми оператор связи должен обеспечить, бесплатный вызов информационно-справочных служб Министерства обороны Российской Федерации по номерам, установленным в соответствии с российской системой и планом нумерации, (п. 10 Правил № 59)

Обновлен порядок оказания услуг телефонной связи, теперь абонент сможет подать заявление о переносе номера к другому оператору через Интернет (п. 132 Правил № 59). Он сможет расторгнуть договор с оператором в любой момент, если предоставленные услуги оплачены (п. 133 Правил № 59). Неиспользование услуг связи в течение 90 дней будет рассматриваться оператором в качестве действия, направленного на расторжение договора по инициативе абонента (п. 51 Правил № 59).

# Для потребителей — любителей сада и огорода: о покупке инвентаря и растений

Не всегда с первого раза можно понять, что именно понадобится, да и бракованные товары попадаются даже у надежных производителей. Как возвращать садовый инвентарь?

По Закону «О защите прав потребителей» товары можно обменять или вернуть в течение 14 дней после покупки, даже если в них нет дефектов. Но только в том случае, если они не входят в список невозвратных товаров! Для таких покупок действуют специальные правила. Полный список можно найти в Постановлении Правительства РФ от 31.12.2020 № 2463.

Не всегда с первого раза можно понять, что именно понадобится, да и бракованные товары попадаются даже у надежных производителей. Как возвращать садовый инвентарь?

По Закону «О защите прав потребителей» товары можно обменять или вернуть в течение 14 дней после покупки, даже если в них нет дефектов. Но только в том случае, если они не входят в список невозвратных товаров! Для таких покупок действуют специальные правила. Полный список можно найти в Постановлении Правительства РФ от 31.12.2020 № 2463.

Между тем, что нельзя вернуть, если не понравится или не подойдет:

— строительные и отделочные материалы (линолеум, пленка, ковровые покрытия и другие, если цена определяется за единицу длины) — их нередко покупают для садовых нужд.

— текстиль (ткани из хлопка, льна, шелка, шерсти и синтетики, товары из нетканых материалов) — тоже нередко приобретаются для сада.

— изделия и материалы, полностью или частично изготовленные из полимерных материалов и контактирующие с пищей (посуда, кухонные и столовые предметы, емкости и упаковочные материалы для хранения и транспортирования пищи, в том числе одноразовые).

— мобильные средства малой механизации сельхозработ и в целом мототовары и велотовары.

— технически сложные товары бытового назначения, на которые установлены гарантийные сроки не менее одного года.

Для товаров из «невозвратного списка» действуют специальные правила: их можно обменять или вернуть только в том случае, если в них обнаружился недостаток, возникший не по вине покупателя. Дефект, заводской брак, повреждения во время доставки продавцом — вот причины, на основании которых можно требовать аналогичный, но исправный товар или денежные средства обратно.

**Садовый инструментарий**

В данном случае речь идет о различных приспособлениях для ухода за садом — лопатах, граблях, лейках и прочих инструментах, призванных облегчить жизнь человека.

Как мы уже выяснили, они во многих случаях не относятся к товарам, которые вернуть нельзя. А значит, действуют общие правила: в течение 14 дней можно обратиться к продавцу с требованием обменять товар или, если нет подходящего товара или предлагаемый чем-то не устраивает, вернуть деньги. Для облегчения процедуры желательно предоставить чек (но это необязательно; кстати, электронный чек имеет точно такую же силу, как бумажный). По закону товар не должен быть в употреблении, сохранен товарный вид, потребительские свойства, пломбы, фабричные ярлыки должны быть сохранены.

**Садовые механизмы, электроника, газонокосилки, мини-кары и прочее**

Эти товары относятся к технически сложным. Обычно срок гарантии на них не менее одного года, поэтому вернуть их можно только в том случае, если обнаружится недостаток и, как правило, после проверки качества/экспертизы. Проверка качества/экспертиза проводится для того, чтобы подтвердить недостаток и выявить причину его появления. Обычно данные проверки инициирует продавец (в гарантийный срок на товар), но это может сделать и покупатель, если у него отказываются принимать товар. Далее, при подтверждении недостатков в товаре (путем проведения экспертизы за свой счет), возникших по вине продавца либо изготовителя, на виновное лицо в дальнейшем могут быть возложены расходы за проведение экспертизы, а также обязанность по удовлетворению требований потребителя.

Обратиться за заменой или возвратом можно в течение гарантийного срока; если же вдруг он не установлен — в течение двух лет, при этом доказательства причины недостатка возлагаются на потребителя.

**Уценка и покупки со скидкой**

Все стремятся сэкономить на расходных материалах и часто покупают садовые товары со скидкой или уценкой. Такие приобретения тоже можно вернуть, но есть нюансы:

— скидка сама по себе не может служить основанием для отказа, ведь магазин ее определяет по своей инициативе и часто в своих интересах. Но вернут ту сумму, которая была потрачена с учетом скидки.

Уценка накладывает определенные ограничения на обмен и возврат. Если она происходит из-за наличия какого-то недостатка в товаре, продавец честно это признает и информирует об этом покупателя. Вернуть такой товар по причине наличия именно этого дефекта нельзя. Если же обнаруживается другой брак, то можно обращаться за обменом или возвратом средств.

С садовыми принадлежностями важно помнить о соблюдении сроков обращения по поводу обмена или возврата. Часто подобный инвентарь покупают перед началом сезона, потом уезжают и уже не имеют возможности быстро обратиться в магазин (а делать это должен тот, кто совершал покупку). Поэтому необходимо тщательно проверять товар в магазине, а желательно — еще и дома или на участке (если это возможно). В таком случае можно вовремя выявить брак и заменить товар на качественный.

В связи с началом дачного сезона в садовых центрах идет активная продажа рассады и саженцев плодовых деревьев и кустарников.

Согласно п. 2 Правил продажи товаров по договору розничной купли-продажи, утв.постановлением Правительства РФ от 31.12.2020 № 2463 (далее — Правила № 2463), на торговых объектах (за исключением мест, которые определяются продавцом и не предназначены для свободного доступа потребителей) не допускается ограничение прав потребителей на поиск и получение любой информации в любых формах из любых источников, в том числе путем фотографирования товара, если такие действия не нарушают требования законодательства Российской Федерации и международных договоров Российской Федерации.

Продавец обязан обеспечить наличие ценников на реализуемые товары с указанием наименования товара, цены за единицу товара (п. 3 Правил № 2463).

**Информация о растениях, предлагаемых к продаже, должна содержать** (п.52 Правил № 2463):

— видовое название,

— сведения об особенностях содержания.

**Продавец также должен предоставить следующую информацию:**

— номер и дату разрешения на ввоз на территорию Российской Федерации определенных видов дикорастущих растений, выданного компетентным органом страны-экспортера или иным уполномоченным на выдачу такого разрешения органом (в отношении ввезенных в Российскую Федерацию дикорастущих растений, подпадающих под действие Конвенции о международной торговле видами дикой флоры, находящимися под угрозой исчезновения, или конфискованных в результате нарушения указанной Конвенции).

В случае если кассовый чек на товар, электронный или иной документ, подтверждающий оплату товара, не содержит видовое название и количество растений, вместе с товаром потребителю по его требованию передается товарный чек, в котором указываются эти сведения, наименование продавца, дата продажи и цена, и лицом, непосредственно осуществляющим продажу товара, проставляется подпись (п. 53 Правил №2463).

Согласно п.13 Перечня непродовольственных товаров надлежащего качества, не подлежащих обмену, утв.постановлением Правительства РФ от 31.12.2020 № 2463, растения не подлежат обмену или возврату.

При этом в соответствии с п.1 ст.18 Закона РФ от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителя» **в случае обнаружения в товаре недостатков если они не были оговорены продавцом, покупатель по своему выбору вправе потребовать:**

— замены на товар этой же марки (этих же модели или артикула);

— замены на такой же товар другой марки (модели, артикула) с соответствующим перерасчетом покупной цены;

— соразмерного уменьшения покупной цены;

— незамедлительного безвозмездного устранения недостатков товара или возмещения расходов на их исправление потребителем или третьим лицом;

— отказаться от исполнения договора купли-продажи и потребовать возврата уплаченной за товар суммы. По требованию продавца и за его счет потребитель должен возвратить товар с недостатками.

При этом потребитель вправе потребовать также полного возмещения убытков, причиненных ему вследствие продажи товара ненадлежащего качества. Убытки возмещаются в сроки, установленные названным Законом для удовлетворения соответствующих требований потребителя.

# Виды финансового мошенничества через спам

Под словом «спам» часто подразумевают только письма рекламного характера, но это не совсем верно. Спам некоторых видов рассылается с другой целью. К такому «нерекламному» спаму, в частности, относится одна из его опасных разновидностей —  мошеннические письма. Спам-технологии позволяют организовать массовую рассылку поддельных сообщений, подставлять фальшивые адреса отправителей и использовать для осуществления рассылок заражённые компьютеры ни о чём не подозревающих пользователей. Наиболее опасным вариантом мошенничества с использованием спама является фишинг. С помощью фишинг-рассылок спамеры пытаются заполучить персональные данные пользователя: логины, пароли (обычно к системам онлайновых платежей), номера и пин-коды кредитных карт — с тем, чтобы в дальнейшем использовать их для наживы. Чаще всего мишенями фишинг-атак становятся пользователи интернет-банкинга и платёжных систем. Фишинговые письма имитируют сообщения солидных организаций (банков, финансовых компаний, платёжных систем). Как правило, такие письма содержат ссылку на поддельную страницу и под тем или иным предлогом призывают получателя ввести его персональные данные, в результате чего те оказываются в руках мошенников. Для того чтобы жертва не догадалась об обмане, эта страница оформлена точно так же, как сайт организации, от имени которой было отправлено сообщение (адрес отправителя также подделывается).

Другой распространённый метод сбора паролей к почте — рассылка писем, в которых всем желающим предлагается воспользоваться «уязвимостью в системе восстановления пароля», используя которую, якобы, можно узнать пароль другого пользователя. Чтобы получить доступ к чужому аккаунту, получателю спам-сообщения необходимо выслать на конкретный адрес в определённом формате логин будущей жертвы, а также свой пароль.

# Как правильно выбрать походный рюкзак

При выборе рюкзака для походов и путешествий обратите внимание на базовые критерии:

* объём рюкзака (измеряется в литрах);
* особенности конструкции;
* подходящий размер (длина торса и ширина плеч);
* оснащение рюкзака (карманы, секции, навесная система).

Важно подобрать рюкзак, в первую очередь, по объёму. Всё зависит от длительности похода, специфики маршрута (пеший или водный), опыта.

 Прежде чем приступить к сборам рюкзака, составьте список вещей, которые понадобятся в походе, разложите вещи на полу и распределите их по группам: например, вещи для сна, общее снаряжение, тяжёлые предметы, часто используемые в походе предметы, объёмные вещи, одежда.

 Старайтесь использовать весь объём рюкзака и не оставлять пустот, так как во время передвижения это приведёт к смещению веса в рюкзаке и повлечёт за собой  неудобства.

# Сушильная машина для белья: нужность, преимущества и правила выбора

По конструкции сушильные машины делятся на две группы.  
Сушильные шкафы. В них вещи сушатся развешанными на плечики или специальные складные перекладины. Часто в шкафах есть еще и полочки, на них можно сушить сложенное постельное белье, спортивную и тряпичную обувь, мягкие игрушки.  
Барабанная сушилка.Внешне выглядит как стиральная машинка: есть люк для загрузки вещей, барабан, в котором одежда сушится нагретым воздухом. Барабан, как и у стиральных машины, вращается, но с гораздо меньшими оборотами.  
По типу сушки машины делятся на вентиляционные, конденсационные и с тепловым насосом.  
Не стоит забывать и про такой важный момент, как класс энергетической эффективности.  
Класс энергетической эффективности — уровень экономичности энергопотребления изделия бытового и коммунального назначения, характеризующий его энергоэффективность на стадии эксплуатации. Существуют семь классов: от A до G. Оборудование класса А наиболее энергоэффективное; у оборудования класса G энергоэффективность самая низкая.  
Класс А (включая А+, A++, A+++) предполагает потребление электроэнергии на 45% меньше от стандартного режима. К данной группе относятся приборы с наименьшим потреблением энергии, которые рассчитаны на длительный срок эксплуатации до (15 лет).  
Класс В и класс энергоэффективности С означают, что приборами потребляется соответственно на 25% и 5% меньше электроэнергии. Группа включает экономные приборы, однако для них характерны меньшая мощность и пониженный уровень эффективности.  
Классы D, E. Приборы потребляют соответственно 100 и 110% электричества, маркируются желтым цветом, что соответствует среднему уровню энергетической эффективности.  
Классы F, G. Техника в процессе работы не экономна, на нее расходуется на 25% больше электроэнергии.  
На каждый прибор изготовитель обязан оформить «Этикетку энергоэффективности», содержащую следующие сведения:  
•    наименование и торговый знак изготовителя;  
•    наименование прибора и обозначение модели;  
•    обозначение всех КЭЭ с указанием самого класса прибора;  
•    действительный расход электроэнергии прибором;  
•    значение основных функциональных параметров прибора;  
•    ссылку на стандарт, регламентирующий эффективность энергопотребления данного вида прибора.  
Требования к этикетке:  
•    Этикеткой энергоэффективности должен быть снабжён каждый экземпляр прибора.  
•    Этикетку крепят на приборе на видном месте таким образом, чтобы осмотр прибора потенциальным покупателем начинался со сведений об энергопотреблении.  
•    Крепление этикетки должно обеспечивать ее сохранность при транспортировании прибора.  
•    Этикетку можно дополнительно располагать на упаковке прибора.  
Подобранная грамотно, с учетом всех нужд, сушильная машина будет вам доброй помощницей долгие годы.

# Платежные стикеры: что это такое и для чего нужны

Платежный стикер — это компактная наклейка для смартфона, с помощью которой можно расплачиваться за покупки, пользоваться банкоматом и совершать другие платежные операции без помощи привычной банковской карты. Работает стикер благодаря встроенному чипу NFC и применяется для бесконтактной оплаты.  
Платежный стикер представляет собой наклейку со скругленными углами, а размер стикера не больше четверти задней панели смартфона. Чем стикер отличается от обычной карты. Кроме разницы в размерах и материале, стикер мало чем отличается от карты.  
На нем нет имени и фамилии владельца, которые обычно указываются на именных картах. Номера со сроком действия и CVC-кода тоже нет. Реквизиты наносятся на пластиковую рамку, от которой стикер отделяется перед эксплуатацией.  
Принцип работы платежного стикера довольно прост. Для оплаты нужно поднести к терминалу телефон или другой предмет, на который наклеен стикер. Лучше всего прикладывать стикер к верхней части терминала, поскольку именно там расположен считыватель карт. Сам стикер можно наклеить на смартфон или чехол (желательно в нижней части, чтобы его работе не мешал чип сим-карты). Но также допускается приклеивание и на любой другой удобный для вас предмет. Если стикер потеряется, его нужно заблокировать.

# Общие положения Правил маркировки товаров легкой промышленности средствами идентификации

Постановление Правительства РФ от 31.12.2019 г. №1956 определяет особенности маркировки товаров легкой промышленности, подлежащих обязательной маркировке средствами идентификации, а также порядок реализации указанных товаров, произведенных до ввода обязательной маркировки средствами идентификации и не маркированных средствами идентификации.  
Для целей настоящих Правил используются следующие понятия:

•    «агрегирование» — процесс объединения товаров в транспортную упаковку с нанесением на создаваемую транспортную упаковку кода идентификации транспортной упаковки;  
•    «агрегированный таможенный код» — уникальная последовательность символов для каждой отдельной совокупности товаров, представляющая собой объединение кодов идентификации каждого товара, в том числе кодов идентификации упаковки, объединяющей товары в процессе агрегирования, формируемая оператором для целей идентификации товаров в соответствии с настоящими Правилами, используемая участником оборота товаров при таможенном декларировании товаров;  
•    «белье» — продукция, относящаяся к товарной группе «Отдельные позиции товаров легкой промышленности», соответствующая коду 6302единой Товарной номенклатуры внешнеэкономической деятельности Евразийского экономического союза (далее — товарная номенклатура) и кодам 13.92.12, 13.92.13и13.92.14Общероссийского классификатора продукции по видам экономической деятельности, белье постельное, столовое, туалетное и кухонное и определяющая товары легкой промышленности, в отношении которых принято решение о маркировке средствами идентификации, а также комплекты и наборы указанных товаров, на которые распространяется действие настоящих Правил;

•    «ввод товаров в оборот»:

•    при производстве товаров на территории Российской Федерации (в том числе в случаях контрактного производства), включая случаи изготовления товаров из иностранного сырья, помещенного под таможенную процедуру свободной таможенной зоны или под таможенную процедуру свободного склада, - направление в информационную систему мониторинга участником оборота товаров уведомления о первичной возмездной или безвозмездной передаче товара от производителя новому собственнику либо иному лицу в целях его отчуждения такому лицу или последующей реализации (продажи, в том числе розничной), которая делает товары доступными для распространения и (или) использования или направление в информационную систему мониторинга уведомления о вводе товаров в оборот производителем или сторонним производителем;  
•    «вывод товаров из оборота»:

•    реализация (продажа) или иная передача маркированных товаров физическому лицу для личного потребления на основании договоров, предусматривающих переход права собственности на товары, в том числе розничная реализация (продажа), безвозмездная передача, уступка прав, отступное или новация;

•    возврат физическим лицам нереализованных товаров, полученных ранее юридическими лицами, аккредитованными филиалами иностранных юридических лиц в Российской Федерации и индивидуальными предпринимателями, в рамках договоров комиссии;

•    реализация товаров юридическим лицам, аккредитованным филиалам иностранных юридических лиц в Российской Федерации и индивидуальным предпринимателям для использования в целях, не связанных с их последующей реализацией (продажей) (для собственных нужд, производственных целей);

•    изъятие (конфискация), утилизация, уничтожение, безвозвратная утрата товаров;

•    реализация (продажа) маркированных товаров за пределы Российской Федерации;

•    реализация товаров по сделке, сведения о которой составляют государственную тайну;

•    реализация (продажа) товаров путем их продажи по образцам или дистанционным способом при отгрузке товаров со склада хранения;

•    использование товаров для целей, не связанных с их последующей реализацией (продажей) (для собственных нужд, производственных целей);

•    «импортер» — юридическое лицо, аккредитованный филиал иностранного юридического лица в Российской Федерации или индивидуальный предприниматель, осуществляющие ввоз товаров в Российскую Федерацию, за исключением случаев транзитного перемещения товаров через территорию Российской Федерации;

•    «индивидуальный серийный номер» — последовательность символов, уникально идентифицирующая единицу товара на основании кода товара;

•    «интерфейс электронного взаимодействия» — совокупность средств и правил, обеспечивающих взаимодействие программно-аппаратных средств участников оборота товаров и информационной системы мониторинга;

•    «контрактное производство» — производство товаров сторонним производителем на основании договора с участником оборота товаров с использованием товарного знака, зарегистрированного на такого участника оборота товаров (правообладателя товарного знака), либо товарного знака третьего лица, в отношении которого участник оборота товаров обладает правом использования;  
•    «маркированные товары» — товары, на которые нанесены средства идентификации с соблюдением требований настоящих Правил и достоверные сведения о которых (в том числе сведения о нанесенных на них средствах идентификации и (или) материальных носителях, содержащих средства идентификации) содержатся в информационной системе мониторинга;

•    «маркировка товаров» — нанесение в соответствии с настоящими Правилами средств идентификации на потребительскую упаковку, или на товары, или на ярлык, или на этикетку, а в случае сформированного при производстве товаров набора, потребительская упаковка которого не может быть вскрыта без повреждения, регистрация в информационной системе мониторинга кода идентификации, входящего в состав набора, без нанесения соответствующего средства идентификации на потребительскую упаковку товара, входящего в состав этого набора, или на товар, или на ярлык, или на этикетку, располагаемую на такой потребительской упаковке;

•    «оборот товаров» — хранение, транспортировка, получение и передача товаров, в том числе их приобретение и реализация (продажа) на территории Российской Федерации;

•    «оператор» — юридическое лицо, зарегистрированное на территории Российской Федерации, осуществляющее создание, развитие, модернизацию и эксплуатацию информационной системы мониторинга;  
•    «потребительская упаковка» — упаковка, предназначенная для продажи или первичной упаковки товаров, а также материалы и компоненты, используемые для хранения и представления товаров, реализуемых конечному потребителю вместе с товаром;

•    «предложение товаров для реализации (продажи)» — предоставление продавцом покупателю товаров (образцов товаров) для непосредственного ознакомления, в том числе путем выставления их в месте продажи. Не является предложением к реализации (продаже) предоставление продавцом покупателю описания товара при продаже дистанционным способом, которое содержится в каталогах, проспектах, буклетах либо представляется на фотоснимках или с использованием сети почтовой связи, сетей электросвязи, в том числе в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», а также сетей связи для трансляции телеканалов и (или) радиоканалов, или иными способами, исключающими возможность непосредственного ознакомления покупателя с товаром либо образцом товара при заключении договора купли-продажи.

Действие настоящих Правил, помимо случаев, предусмотренных пунктом 3Правил маркировки товаров, подлежащих обязательной маркировке средствами идентификации, утвержденных постановлениемПравительства Российской Федерации от 26 апреля 2019 г. №515 «О системе маркировки товаров средствами идентификации и прослеживаемости движения товаров», не распространяется:

•    на товары, приобретенные в рамках розничной торговли и возвращенные продавцам покупателями, при условии наличия документов, подтверждающих возврат товаров, при их хранении и транспортировке, осуществляемых в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;  
•    на товары, помещаемые под таможенные процедуры в целях их вывоза за пределы таможенной территории Евразийского экономического союза;

•    на товары, ввозимые на территорию Российской Федерации или произведенные на территории Российской Федерации участниками оборота товаров в качестве рекламных, маркетинговых образцов и не предназначенные для реализации;

•    на товары, ввозимые на территорию Российской Федерации участником оборота товаров, в случае если участник оборота товаров действует в рамках договора комиссии (агентирования) по поручению иностранного производителя в целях исполнения спонсорских соглашений между иностранным производителем и юридическими и физическими лицами, и не предназначенные для реализации;  
•    на товары, приобретенные по сделке, сведения о которой составляют государственную тайну, при их транспортировке участником такой сделки по территории Российской Федерации.

# На ваше имя без вашего ведома оформлен кредит (займ). Что делать?

В последнее время распространились случаи мошенничества с использованием персональных данных потребителей, в том числе оформление кредитов (займов) неизвестными лицами на чужое имя.

## ****Что делать для предотвращения подобных ситуаций?****

Ответственно отнеситесь к сохранности своих персональных данных, в том числе паспортных. Не размещайте их в публичном доступе, не сообщайте сомнительным лицам, не оставляйте паспорт в залог. В случае утраты паспорта немедленно обращайтесь с письменным заявлением в органы внутренних дел.

## ****На вас оформили чужой кредит (займ). Что делать?****

* Обратитесь в кредитную, микрофинансовую организацию с письменным заявлением, в котором сообщите, что вашего волеизъявления на получения кредита (займа) не было, кредит получен на ваше имя без вашего ведома.
* Выясните  у организации, предоставившей кредит (займ), когда и каким образом кредит был оформлен. Попросите предоставить вам копию кредитного договора (договора займа) и копии приложенных к нему документов, в том числе удостоверяющих личность заемщика.
* Обратитесь в правоохранительные органы с заявлением о совершении в отношении вас мошеннических действий и просьбой возбудить уголовное дело. При подаче заявления в органы внутренних дел требуйте выдать вам талон учета вашего заявления в книге учета сообщений о преступлениях (талон КУСП).
* В случае оформления кредита при помощи кредитной банковской карты заблокируйте ее.

Также в подобной ситуации вы вправе обратиться в суд с исковыми требованиями о защите своих нарушенных прав, поскольку при заключении кредитного договора (договора займа) кредитная, микрофинансовая организация обязана удостовериться в подлинности предоставляемых ей сведений о заемщике, проверить данные о личности заемщика, удостовериться в соответствии личности заемщика документам, предъявляемым им.

# Что важно знать потребителю при покупке табачной продукции?

Курение относится к числу наиболее вредных для здоровья привычек. Еще большую опасность таит в себе контрафактная табачная продукция. Учитывая данную особенность, законодательно установлен ряд ограничений, касающихся реализации табачных изделий. Чтобы не нанести непоправимый ущерб здоровью, который способна причинить контрафактная и фальсифицированная продукция, установлен государственный контроль за соответствием табачной продукции требованиям закона.

      В целях сокращения спроса на табак и табачные изделия запрещается реклама и стимулирование продажи табака.

**РОЗНИЧНАЯ ТОРГОВЛЯ ТАБАЧНОЙ ПРОДУКЦИЕЙ ЗАПРЕЩЕНА** на территориях и в помещениях, предназначенных для оказания образовательных услуг, услуг, оказываемых учреждениями культуры, учреждениями органов по делам молодежи, услуг в области физической культуры и спорта, медицинских, реабилитационных и санаторно-курортных услуг, на всех видах общественного транспорта городского и пригородного сообщения, в помещениях, занятых органами государственной власти, органами местного самоуправления; на расстоянии менее 100 метров по прямой линии без учета искусственных и естественных преград от ближайшей точки, граничащей с территорией, предназначенной для оказания образовательных услуг.

## ****Обязательная маркировка табачных изделий****

       Табачные изделия, в том числе такие как:

* сигареты, папиросы, сигары, табак;
* курительные кальянные смеси;
* жидкости для электронных сигарет, картриджи и капсулы

подлежат обязательной маркировке при помощи специального уникального цифрового кода Data Matrix через систему «Честный знак».

## ****Как проверить маркировку товара?****

       Чтобы проверить подлинность маркировки, можно установить на смартфон приложение «Честный знак», с помощью которого можно получить следующую информацию:

* сведения о подлинности товара;
* наименование товара;
* данные о производителе.

# Об обязанности раскрытия информации организациями, осуществляющими деятельность в сфере управления многоквартирными домами

Статья 10 Закона РФ от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей»  закрепляет право потребителя на получение полной и достоверной информации о предлагаемых услугах. При этом Правительство РФ может устанавливать перечень и способы доведения информации до потребителя в зависимости от конкретных видов услуг.

В соответствии с Постановлением Правительства РФ от 15.05.2013 № 416 «О порядке осуществления деятельности по управлению многоквартирными домами» предусмотрены определенные места для предоставления информации при управлении многоквартирным домом управляющей организацией, а именно:

а) на вывесках, расположенных у входа в представительство управляющей организации;

б) на досках объявлений, расположенных во всех подъездах многоквартирного дома или в пределах земельного участка, на котором расположен многоквартирный дом;

в) на информационных стендах (стойках) в представительстве управляющей организации;

г) на официальном сайте ГИС ЖКХ https://dom.gosuslugi.ru/.

Таким образом, законодательство определяет обязанности управляющей организации по обеспечению свободного доступа к информации для потребителей.

Согласно пункту 10.1 статьи 161 Жилищного кодекса Российской Федерации, управляющая организация обязана предоставлять информацию о следующих аспектах:

1 - Основные показатели финансово-хозяйственной деятельности: Управляющая организация должна обеспечивать доступ к информации о своей финансовой деятельности, включая данные о доходах и расходах, о состоянии финансовых ресурсов и общих затратах. Это позволяет потребителям оценить финансовую устойчивость управляющей организации и принять решение о доверии ей своих коммунальных услуг.

 2 – Перечень оказываемых услуг и работ по содержанию и ремонту общего имущества в многоквартирном доме: Управляющая организация должна предоставлять информацию об услугах и работах, которые она выполняет в рамках обслуживания и ремонта общего имущества в многоквартирном доме. Это включает информацию о порядке и условиях оказания услуг и выполнения работ, а также о стоимости этих услуг и работ.

3 - Цены (тарифы) на коммунальные услуги: Управляющая организация должна обеспечивать доступ к информации о ценах (тарифах) на предоставляемые коммунальные услуги.

Вместе с тем, потребитель имеет право ознакомиться с ключевыми данными об управляющей организации, такими как наименование, адрес, контактные телефоны, электронная почта, режим работы, телефоны аварийных служб, уведомления о работах и изменениях в плате за жилое помещение и коммунальные услуги.

Кроме того, на информационных стендах в представительстве управляющей организации должна быть представлена более детальная информация, включая данные о лицензии, инструкции, сведения о государственном жилищном надзоре, нормативы потребления услуг и ресурсов, информация о безопасном использовании газа и правилах обращения с отходами. Также здесь можно найти образцы заявок и жалоб, перечень услуг управляющей организации, а также другие полезные материалы для жильцов.

В случае изменения информации, такая информация подлежит раскрытию в течение 3 рабочих дней со дня изменения.

Целью такого раскрытия информации является обеспечить максимальную прозрачность и комфортное взаимодействие между управляющей организацией и жителями дома.

# О возврате денежных средств за неиспользованные подарочные сертификаты

Вопрос о правилах обращения подарочных сертификатов и возможностях для потребителя не теряет своей актуальности. Зафиксированы случаи, когда подарочной картой или сертификатом не удалось воспользоваться: не нашлось подходящего товара в магазине, срок действия карты или сертификата закончился. Роспотребнадзор разъясняет особенности обмена карты или сертификата на равнозначную денежную сумму.

Подарочную карту или сертификат можно приобрести практически в любом магазине. При этом номинал подарочной карты определяется потребителем (покупателем). В судах сформировался подход, что подарочная карта (сертификат) не является товаром, а дает право предъявителю приобрести у продавца товары или услуги на указанную сумму. Соответственно, деньги от реализации таких карт (сертификатов) являются предоплатой за товары или услуги, которые будут приобретены в будущем. Такая позиция позволила во многих случаях защитить потребителя от практики выпуска подарочных сертификатов со сроками действия. Многие граждане отмечали, что их сертификаты через какое-то время «сгорают», в выплатах денег отказывают. Были также случаи отказа потребителю в возврате денежных средств, уплаченных за подарочную карту.

«Денежные средства, полученные продавцом при реализации подарочных карт, фактически являются предварительной оплатой товаров, которые будут приобретаться физическими лицами в будущем» – заявлено в Определении Верховного суда Российской Федерации № 307-ЭС21-16004 от 16.03.2022. Закон о защите прав потребителей, как и иные нормативные правовые акты не предусматривают право продавца, получившего денежные средства за карту предварительной оплаты, удерживать средства при предъявлении к нему владельцем карты требования об их возврате. В таком случае деньги должны быть возвращены. Обмен подарочной карты (сертификата) на товары признается реализацией товара.

Если продавец, получивший сумму предварительной оплаты, не исполняет обязанность по передаче товара, покупатель вправе потребовать передачи оплаченного товара или возврата суммы предварительной оплаты за товар, не переданный продавцом.

Ниже располагается образец заявления о возврате денежных средств за подарочный сертификат.

**Ведущий специалист-эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике-Чувашии в г.Новочебоксарск Петрова Наталия Александровна**