

Пенсионер

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ № 11 (1241)
12 МАРТА 2025 г.

Дежурный по номеру

Вопрос: действуют ли на вас погодные «качели»? Какими способами боретесь с негативным влиянием?

Ваши звонки принимают
с 13 по 18 марта.
Звоните
с 10 до 16 часов.
8-912-229-31-01
Наталья Александровна
Горбачева

СТАНОВИТСЯ МЕНЬШЕ ВОПРОСОВ О ПЕНСИЯХ



Россияне стали реже обращаться к уполномоченному по правам человека в РФ с вопросами о пенсиях.

Согласно докладу о работе уполномоченного Татьяны Москальковой, за прошлый год число поступивших ей обращений по пенсиям сократилось на треть. «В 2024 году по вопросам социального обеспечения граждан отмечается уменьшение количества жалоб на треть, главным образом – за счет сокращения числа обращений в области пенсионного обеспечения», – говорится в докладе. Большинство из них связаны с трудностями в подтверждении стажа из-за отсутствия или утраты документов, в том числе – архивных. Многие из обратившихся к омбудсмену по этому поводу – жители новых территорий.

Снижение уровня негативных обращений, по мнению уполномоченного по правам человека в РФ, могло произойти за счет эффективности государственных мер по повышению социальной защищенности граждан и укреплению правовых гарантий в этой сфере. Немаловажное значение имело и расширение доступности для россиян Социального фонда России, его территориальных органов. Гражданам доступны личные кабинеты, организованы региональные «горячие линии», также работает единый контакт-центр по соцвопросам.

Помимо этого, уполномоченным и Соцфондом были организованы совместные приемы граждан, разъяснительные мероприятия: проводится работа по разъяснению возможностей формирования пенсии, собираются рабочие группы для подготовки предложений по совершенствованию пенсионного законодательства.

Важно!

«Горячая линия» уполномоченного по правам человека в Российской Федерации:

8-800-707-56-67.

Пресс-служба СФР

МЕЖДУ ТЕМ

rg.ru
Фото: ruston.argentadvisors.com

По словам федерального уполномоченного по правам человека, по-прежнему очень актуальным остается для пенсионеров вопрос защиты от действий телефонных мошенников.

В связи с этим Госдума до конца марта в приоритетном порядке рассмотрит законопроект о противодействии телефонному и интернет-мошенничеству. Председатель ГД РФ Вячеслав Володин сообщил, что в Госдуме планируют провести второе и третье чтения инициативы до конца текущего месяца.

Проект был внесен Правительством РФ на рассмотрение в феврале. Его

основные положения:

- создание государственной информационной системы с записями голосов мошенников;
- запрет на использование иностранных мессенджеров сотрудниками государственных органов, банков и операторов связи при взаимодействии с клиентами;
- обязательную маркировку звонков,

позволяющую отображать наименования организаций, совершающей звонок, такая мера призвана уменьшить количество случаев телефонного мошенничества, когда злоумышленники маскируются, к примеру, под официальные структуры.

Эти меры направлены на усиление защиты прав граждан и предотвращение распространения мошеннических схем.

КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

С НУЛЯ ИЛИ РЕМОНТ:

- дома, бани, печи с нуля (чистка печей)
- сайдинг, хоз.блоки, веранды
- заборы, замена кровли и полов в доме
- замена венцов дома, поднятие на домкраты
- внутренняя отделка, фундаменты, отмостки
- восстановление памятников

Скидка
пенсионерам
и инвалидам
от 17 до 25%!



- Работаем по всей Свердловской области
- Выезд на объект и замеры – БЕСПЛАТНО!
- Нашим заказчикам подарки* (подарок зависит от объема работ)*
- Работаем без выходных!
- Все виды работ – с материалом заказчика или нашим.

РАБОТАЕМ КАЧЕСТВЕННО И В СРОКИ! тел: +7 953 382-91-65. Алексей

ПОРА ВСПОМНИТЬ ПРО МАСОЧНЫЙ РЕЖИМ

НА ЗЛОБУ ДНЯ

Мария Волкова
Фото mustang-ugra.ru

Медицинские эксперты рассказали о ситуации с заболеваемостью ОРВИ и гриппом в Свердловской области и дали рекомендации по профилактике.

Ситуация необычная

По словам А. Пономарёвой, заместителя руководителя управления «Роспотребнадзор» по Свердловской области, в начале нынешнего эпидсезона ситуация развивалась стандартно. Первый подъем заболеваемости пришелся на вторую половину сентября 2024 года, следующий – на декабрь.

Однако третий подъем заболеваемости начался после новогодних праздников и продолжается до сих пор. В феврале 2025-го прирост составлял 15-16% еженедельно. В последнюю неделю февраля было зарегистрировано 35,5 тысячи случаев заболевания, что не только на 16% выше, чем на предшествующей неделе, но и на 25% выше средних многолетних показателей в этот период.

«Последние три недели заболеваемость обусловлена вирусами гриппа, – сообщила далее А. Пономарёва. – В начале эпидемического сезона это были преимущественно вирусы гриппа А. Сейчас необычная ситуация: одновременно циркулируют вирусы гриппа А и В». Также продолжают «охоту» сезонные коронавирус и риновирусы, на их долю сейчас приходится около 20% заболеваний.

Меры приняты

С учетом того, что сейчас идет эпидемический подъем заболеваемости, «Роспотребнадзор» предпринял дополнительные меры профилактики. Например, введение масочного режима в медицинских организациях и в учреждениях социального обеспечения.

Специалисты рекомендуют гражданам также соблюдать масочный режим при посещении мест массового пребывания населения: в общественном транспорте, торговых центрах, учреждениях культуры.

Обращайтесь в поликлинику

Заведующая инфекционным отделением №6 ГКБ №40 Екатеринбурга А. Овчинникова отмечает: в отличие от времен пандемии коронавируса сейчас общая ситуация развивается стабильно, клиническая картина заболеваний стандартная. «Наши пациенты – в основном не привитые – поступают в состоянии средней тяжести, им сразу оказывают помощь, оперативно берут все анализы, благодаря этому мы имеем возможность сразу назначить правильную терапию», – объяснила врач.

Часто усугубляет течение болезни наличие хронических заболеваний: астмы, диабета, ожирения и прочих. «Когда человека с фоновой патологией несколько дней лихорадит, ему обязательно нужно вовремя обратиться за медицинской помощью, – подчеркивает А. Овчинникова. – Но нередко, к сожалению, такие пациенты приезжают уже с симптомами дыхательной недостаточности».

Тяжело переносят болезнь и те, кому



«посчастливилось» подхватить сразу два разных вируса. Так что, уважаемые читатели, не занимайтесь самолечением. Правильно диагностировать заболевание и подобрать лечение сможет только врач.

Позаботьтесь о себе и окружающих

«Следует стараться сохранять спокойствие», – отметила А. Овчинникова. По ее словам, стрессы, которые постоянно испытывают и взрослые, и дети, могут сильно бить по иммунитету. Поэтому в период подъема заболеваемости очень важно соблюдать режим сна и отдыха. «Все гормоны, все защитные антитела формируются в первые часы сна – до 12 часов полуночи», – подчеркнула Екатерина Туринцева, заведующая детской поликлиникой «Новой больницы».

Важно следить за балансом питания и питья, по показаниям врача – дополнительно принимать витаминные ком-

плексы. Например, витамин D, который в нашем регионе из-за недостатка солнечного света естественным образом вырабатывается плохо.

Для поднятия иммунитета и настроения обязательно гуляйте на свежем воздухе, однако при посещении общественных мест не забывайте про масочный режим. Старайтесь чаще проветривать помещения, проводить влажную уборку и мыть руки.

«Изначально вирус попадает через нос и ротолотку, поэтому рекомендуется обязательно проводить их санацию морской водой», – отметила А. Овсянникова. Также она напомнила про эффективность народной профилактики, связанной с употреблением лука и чеснока.

Также эксперты призвали воздержаться от посещения работы, общественных мест при появлении симптомов инфекции, чтобы не подвергать риску собственное здоровье и здоровье окружающих.

РАЗРЕШАТ ЛИ ПОЧТАЛЬОНАМ ПРОДАВАТЬ ЛЕКАРСТВА?

ИДЕЯ

Ирина Невинная,
«Российская газета»

Могут ли в почтовых отделениях появиться витрины с лекарствами? Такой законопроект сейчас обсуждается в Госдуме. Эта мера придумана в помощь «Почте России». Однако включение медикаментов в список «почтовых» товаров у многих вызывает вопросы.

С одной стороны, идея кажется здоровой и полезной: почтовые отделения есть в большинстве отдаленных территорий, а вот аптеки или маленькие аптечные пункты – нет. Казалось бы, как хорошо: пришел к почтальону отправить бандероль, заодно и таблеток прикупил, не надо мотаться в райцентр. Но есть и другая сторона вопроса – безопасность пациентов в применении ими лекарств.

К слову, подобная инициатива по «увеличению доступности лекарственного обеспечения» выдвигается не впервые. Десять лет назад крупные торговые сети очень хотели, чтобы им разрешили продавать таблетки в обычных продуктовых магазинах. Министерство промторга эту идею тогда поддержало. В пример ставился опыт Соединенных Штатов, где какой-нибудь панадол от головной боли

можно купить даже в круглосуточном магазинчике на бензозаправке. Но надо подчеркнуть: в США и в других странах свободно продаются только самые простые средства – жаропонижающие, леденцы от кашля, витамины. Любое мало-мальски серьезное лекарство там просто так не купишь, только по рецепту врача. У нас же, несмотря на возражения федерального минздрава, был подготовлен перечень, в котором в число разрешенных к продаже в магазинах попали вместе с безрецептурными и препараты, которые должны приниматься только под контролем врача. Впрочем, та история так ничем и не закончилась. После того, как список с подачи медиков все же «почистили», оставив лишь безобидные средства типа активированного угля, интерес продавцов к такому расширению бизнеса сдулся.

А теперь – идея организовать лекарственные прилавки в почтовых отделениях. Насколько это реально? «Это реально, если бы речь шла о том, что такая торговля будет проходить по всем правилам – с оформлением фармацевтической лицензии, аналогичной той, которую имеют аптеки. Но пока обсуждается идея разрешить безлицензионную продажу лекарств», – сказала исполнительный директор Национальной фармацевтической палаты Елена Неволлина.

Но лекарства – специфический товар, который напрямую влияет на здоро-

вье, они нуждаются в особых условиях хранения, строгом контроле за соблюдением сроков годности. «В аптеках работают подготовленные специалисты с высшим или со средним специальным медицинским образованием. Это одно из требований при лицензировании аптеки. Провизор должен проследить, чтобы покупатель получил тот препарат, что назначил доктор, именно в той дозировке, какая нужна, пояснить пациенту, как правильно принимать лекарство и как его хранить. Кроме того, провизоры читают рецепт на латыни и могут подсказать возможный аналог, если нужного лекарства в аптеке не оказалось», – объясняет Е. Неволлина.

Почтальон этого, конечно, сделать не сможет. А при склонности нашего населения к самолечению приобретение медикаментов без консультации со специалистом может только усугубить ситуацию.

Еще один спорный момент. Аптеки обязаны иметь в продаже минимальный ассортимент лекарств: должны быть в наличии и востребованные лекарства, и те, которые покупают редко. И лекарства из перечня жизненно необходимых продаются по фиксированной цене, по сути, в убыток. Но если аптеки не будут продавать такие лекарства, их накажут. «Разрешите продажи без лицензии, без соблюдения всех правил, и обеспечение лекарствами ухудшится: будут прода-

ваться хитовые медикаменты и дорогие, а дешевые и нужные ограниченному кругу пациентов окажутся в дефиците», – предупреждает эксперт.

Но что-то делать с отсутствием аптек в малодоступных деревнях все-таки надо. В прошлом году продавать лекарства разрешили сельским амбулаториям и ФАПам. Возможно, почта могла бы взять на себя обязанности по доставке заказанных препаратов. Доставка лекарств через почтовые точки – важная мера, которая могла бы сделать их более доступными для жителей отдаленных сел. Но и в этом случае, если такие функции закрепят за почтовым ведомством, необходимо будет продумывать, как соблюдать правила хранения и доставки медикаментов, как все это контролировать.

«Сейчас обсуждается и такой законопроект – о мобильных аптеках, – сказал первый зампред Комитета Госдумы по охране здоровья Бадма Башанкаев. – Мобильная аптека – часть обычной аптеки, она будет приезжать туда, где вообще нет ни аптек, ни фельдшерских пунктов. Когда и куда она поедет – решат местные власти. Одна такая мобильная аптека, по нашим расчетам, сможет обслуживать до 50 небольших населенных пунктов». Инициативу поддержали в нескольких регионах – в Кабардино-Балкарии, Калмыкии, Архангельске, Нижнем Новгороде, Тюмени, Ставрополе, Краснодаре, Волгограде.

НА СТРАЖЕ ПРАВДЫ О ВОЙНЕ

Наталья Горбачева
Фото с сайта РОО «Ветераны военной контрразведки»: vkr-ural.ru

Святая миссия – воспитывать гражданина и патриота. Что должно быть в основе этой миссии, кто должен её нести, на ком лежит главная ответственность за результат?

– Вопросы эти – давно назревшие и требующие особого внимания от государства и общества – это мнение большинства здравомыслящих людей, – говорит председатель совета ветеранов региональной общественной организации «Ветераны военной контрразведки» по Свердловской области Константин Лихачев.

Члены организации практически ежедневно выезжают в школы, вузы, на предприятия Екатеринбурга и всей области, встречаются с призывниками.

Ветераны приходят к школьникам и студентам не с пустыми руками: приносят экспонаты передвижной выставки, фильмы и книгу, изданную на основе архивных материалов и документов.

Мы попросили ветерана-разведчика поделиться впечатлениями от встреч с молодежью: рассказать о формате общения, о том, как строится диалог, есть ли взаимопонимание с аудиторией, каковы планы по развитию проекта «Мы победили в 45-м!».

- Константин Александрович, ваш опыт общения с учащимися интересен нашим читателям, у которых есть внуки, правнуки. Увы, зачастую информация из гаджетов им важнее бабушкиных историй о военном детстве, о Великой Победе. Как думаете, почему так происходит? Что упустило общество?

– После развала СССР прошло 34 года. И в эти три с лишним десятилетия в системе воспитания гражданина и патриота мы больше теряли, чем находили. Разрушили отечественную систему образования, начиная с детского сада и заканчивая вузами. В таких условиях росли и воспитывались целых два поколения. Отчасти их можно назвать потерянными. Особенно поколение начала 1990-х. Родители со средствами отправляли детей в зарубежные институты, которые работали и продолжают работать в рамках враждебной нам идеологии. И многие молодые люди после такой учебы возвращались на Родину, но начинали насаждать то, чем «накормил» их Запад. Вот вам и «пятая колонна», элементы которой проникли на разные уровни образования, в сознание молодежи. Достаточно вспомнить выступления студентов МГУ против СВО, в которых участвовали и преподаватели университета. И тот факт, что сейчас идет СВО, гибнут наши люди, – это результат бездумной политики конца 1980-х и 1990-х. Более полугода мы не можем выбить врага из Курской области! Да его надо было катками раскатывать за то, что зверски калечили и убивали мирных граждан, защитных стариков и детей. При этом в других регионах, в Москве некоторые наши сограждане без царя в голове и без Бога в душе продолжали веселиться и устраивать позорные гуляния в ночных клубах. Стыд!

- Как реагируют школьники и педагоги на выставку, на ваши рассказы?

– Случается, огорчают. В одном учебном заведении с музыкальным уклоном подросток во время нашего выступления шумно встал, забросил рюкзак на плечо и направился к выходу. Спрашиваем: «Что так? Почему уходишь?». Отвечает, мол, мне это неинтересно. Ему бы знать постулат о том, что те, кто не хочет поддерживать свою страну и армию, впоследствии будут кормить армию чужую. Но он этого не знает. Никто с ним ранее на эту тему не говорил. Ему важнее пойти и поменять струны на музыкальном



инструменте, он прямо сказал нам об этом. На что мы ему ответили: «Сегодня тебе купят золотые струны, но может статься, что в будущем придется играть «под чужую дудку». А почему такие вещи происходят? Потому что нет должного воспитания. В семье считают, что патриотическим воспитанием должна заниматься школа, в школе ссылаются на то, что их функции заключаются в предоставлении образовательных услуг.

Однажды мы приехали в Нижний Тагил на встречу с ветеранами НТМК. Представьте: перед нами сидят 60 человек, умудренных жизненным опытом. Но когда мы спросили их о том, сколько времени они уделяют общению с внуками и правнуками, они ответили, что младшее поколение их «ни во что не ставит». В процессе дискуссии пришли к выводу, что взрослые сами виноваты в том, что дети к ним обращаются лишь по бытовым вопросам, а любую другую информацию черпают из смартфона. А взрослые где-то и рады. Мол, не дергают, не мешают – и слава Богу! И в том, что дети не знают военной истории, тоже виноваты взрослые. Мы провели

анкетирование по возрастным группам от 7 до 17 лет. Для 17-летних приготовили вопросы посложнее, ведь они – уже на пороге взрослой жизни. В итоге выяснилось, что у 34% учащихся нет представления о том, что такое война. Некоторые не знают, что мы празднуем, что отмечаем 9 Мая!

Конечно, есть примеры достойного воспитания в семьях. Искренне порадовала история 12-летнего мальчика, который копил деньги на планшет. А когда началась СВО, разбил копику и отдал деньги маме



Николая Ивановича Кузнецова, говорим о партизанском движении. Наша передвижная выставка посвящена истории 7-го отдельного гвардейского мотоциклетного батальона разведки Уральского добровольческого танкового корпуса.

- Студенты и старшеклассники, наверное, спрашивают об истории военной контрразведки, о том же СМЕРШе? Почему СМЕРШ, вокруг которого возникло столько легенд, был создан в 1943 году?

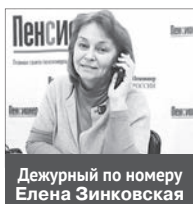
– Потому что в этот период наша армия отступила к Волге. Немцы оккупировали значительную часть территории страны. А на захваченных землях остались местные жители. Неустойчивых, трусливых, обиженных на Советскую власть немцы вербовали в разведывательные и диверсионные школы, открывавшиеся на оккупированных территориях. СМЕРШ был создан 19 апреля 1943 года для борьбы со шпионской и иной подрывной деятельностью в частях и учреждениях Красной Армии. Впервые свою силу организация продемонстрировала во время Курской битвы. Благодаря работе контрразведки для гитлеровцев остались тайны советского военного командования, а диверсионная активность в тылу была сведена до минимума. Эта легендарная служба просуществовала всего три года, перелопатив абверовскую и другие разведки врага.

- Вы тоже служили в силовых структурах. Следовательно, можете поделиться воспоминаниями. Или это – секрет?

– Не в секрете дело, просто у нас не принято рассказывать. Скажу лишь, что роль военной контрразведки всегда была велика, а сегодня она еще возрастает по понятным причинам.

- Проект «Мы победили в 45-м!» вы и ваши коллеги реализовали, отчасти благодаря Президентскому гранту. Есть желание и возможность развивать его дальше?

– Благодаря Президентскому гранту мы реализовали лишь часть большого проекта, задуманного ветеранами. В рамках гранта мы отсняли и смонтировали фильм, выпустили книгу, подготовили передвижную выставку. Планируем двигаться дальше. Но, как это часто водится в ветеранских организациях, на реализацию второй части проекта не хватает средств. Ищем спонсоров, вновь подавали заявку на грант. В текущих условиях найти финансирование непросто. Но мы надеемся и рассчитываем на то, что наш проект, наша миссия не останутся без поддержки. Может быть, ваши читатели откликнутся: примут посильное участие в нашем проекте и станут нашими партнерами. Ждем звонков от неравнодушных земляков: 8 (343) 375-77-17.



Дежурный по номеру
Елена Зинковская

СУРОВАЯ НЕОБХОДИМОСТЬ ИЛИ НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ?

Что думают о работе на пенсии наши читатели? Своими мыслями они поделились с дежурным по номеру.

Праздность губит

«Есть люди, которые пока трудятся, живут. Я не могу жить без работы, без нее мне очень тяжело, – рассказывает **Людмила Михайловна Потомова** из деревни Луговая Талицкого района. – Кто-то говорит, что это – образ жизни. Прежде успевала работать в четырех местах – и в детском саду, и в школе, и в клубе, и в соседнем селе за 15 км. Было время, на посевной выезжала с агитбригадой, выступали на полевых станах с восходом солнца, а в 8 часов утра я уже на своем рабочем месте – в детском саду. Я – музыкальный работник, свой предмет очень люблю. У меня 47 лет педагогического стажа. Но сейчас, чтобы работать по специальности, нужно постоянно подтверждать свою квалификацию, проходить аттестацию. Я отказалась и долго не могла выйти из депрессии, не зная, куда себя деть.

Знакомые успокаивали: «Отдохнешь хоть!» Ничего подобного! Я – из тех, кто без работы быстро сгорает, мне интенсивная нагрузка нужна. Скотину всегда держала, живности у меня во дворе было много: коровы, телята, овцы, ягнята, куры. И соседки мне стали говорить: «Зачем тебе две коровы?». Послушав их, я одну корову продала, а через несколько дней после этого вторая корова умерла в родах, да еще и с телятком вместе. Как я плакала!

Осталась без коров – в 5 часов утра вставать не надо, корм им готовить не надо, хлев чистить тоже не надо... И я загрустила. Даже врач-терапевт мне сказала: «Заводи-ка обратно корову, а то что-то ты часто болеешь стала». Теперь у меня – снова хозяйство, снова все завертелось так, что приходится бегом бегать.

С советских времен я много читала о долгожителях. Кто-то не курит и не пьет, кто-то ест только овощи и фрукты. Но объединяет их одно – они все работают! Работа держит, и чем человек больше работает, тем дольше живет. Человек развивался благодаря труду. А некоторые ничего делать не хотят и ноют, ноют, не понимают, что праздность губит! Часто слышу поговорку «От работы кони дохнут». Вы удивитесь, но это – только ее половина, а полностью она звучит так: «От работы кони дохнут, а люди крепнут». Значит, все-таки работа идет человеку на пользу.

Кто-то из пенсионеров в кружок танцев ходит, а мы с соседками собирались дома, пели, я им на баяне аккомпанировала. Сначала пели просто для себя, а сейчас разучиваем новые песни, репетируем и выступаем в нашем деревенском ДК. Ведь если человек востребован, его вдохновляет радость общения, радость от того, что его не списали, он нужен».

Было бы здоровье

С Людмилой Михайловной согласна и екатеринбурженка **Татьяна Викторовна**: «Деньги, конечно, – важный стимул, но ведь работа дает еще и энергию, удовольствие от общения и приятных встреч. Я всю жизнь проработала в библиотеке и сейчас это время вспоминаю с большой радостью. Если бы здоровье позволяло, продолжала бы трудиться дальше. Но стали болеть ноги. Многие мои знакомые работают до 72 лет, а одной женщине – уже за 80, но она продолжает работать».

Виктор Алексеевич из Верхотурья продолжает тему: «Все начинается со здоровья. Если есть

здоровье, то и работа в радость. К тому же, кроме заработка, труд дает моральное удовлетворение. Любимое дело приносит удовольствие и гордость за свой труд, когда ты делаешь качественный продукт. Честно и добросовестно работаешь – тебе почет и уважение. Жаль, у нас в Верхотурье скоро весь лес в округе вырубят, а другого производства нет. А ведь возможностей развивать самые разные предприятия – масса: можно и полуфабрикаты выпускать, и пельмени делать, и пекарню открыть. Пенсионерам это под силу, многие пошли бы вновь трудиться».

Но платить не хотят

«А где у нас работать? – удивляется **Иван Иванович Свайкин** из поселка Калиново Невьянского района. – Предприятий нет, одни магазины работают. Но люди даже в дворники не идут, потому что зарплата совсем низкая. Вот и ездит наша молодежь на работу в Екатеринбург. А пенсионерам поневоле приходится отдыхать».

«Пенсию не зря в 60 лет давали, – считает **Сергей Леонидович Мелкозеров** из Верхней Туры. – Большинство сегодняшних пенсионеров

здоровье угробили на производстве. И работать им приходится от нужды, а не для удовольствия. Работа и сейчас есть, но платить не хотят. Где зарплата высокая, туда пенсионеры неохотно берут и относятся к ним плохо. Вообще, не нравится мне слово «пожилой», получается, что человек, которого так называют, уже пожил? Возраст мудрости – другое дело. И в этом возрасте не надо давать себе заставлять, больше шевелиться, вот хоть сосульки с крыши сбивать».

Снова про газетные киоски и почтовые ящики

Екатеринбурженка **Татьяна Алексеевна** снова возвращается к больной для себя теме: «Почтовые отделения закрываются, киоски, торгующие газетами, тоже. Исчез даже почтовый ящик, который больше 50 лет висел на одном месте. Теперь, чтобы отправить письмо, я должна вызывать социального работника. Почему нужно так осложнять жизнь пенсионеров?» С такой же проблемой столкнулась и жительница микрорайона Академический в областном центре **Валентина Дмитриевна**: «Что с почтой случилось, уму непостижимо! В округе нет ни одного почтового ящика. Конверты нашла с трудом, и те – без марок, даже ручек на почте нет, чтобы адрес написать. Сколько времени потратила. А де-

вушки в почтовом отделении мне говорят: «Что за моду взяли – письма отправлять. Написали бы смс-ку!». Нет, все-таки пусть почта повесит на магазин почтовый ящик, чтобы всем удобно было».

Татьяну Михайловну из Екатеринбурга возмущает снос киосков, торгующих в областном центре печатной продукцией: «В Кировском районе, практически в центре, возле УПИ, от улицы Малышева до улицы Восточной из 10 киосков осталось 2. Что случилось? Кому это выгодно? Это настоящее вредительство: лишить людей источника информации. Люблю журнал «Родина». Сейчас его днем с огнем не найти. Получается, что мы беззащитны от произвола властей и владельцев этих киосков».

Жизнь продолжается

Свои аргументы в пользу работы приводят и другие читатели. Так, **Ирина Сергеевна** из Екатеринбурга утверждает: «Мне 65 лет. У меня трое детей, у всех – высшее образование, хорошая работа. Я не обижена и не обделена заботой. Но работа на пенсии позволяет мне оставаться независимой, быть полезной не только семье, но и обществу, жить полноценной жизнью, а не дожидаться, постоянно прислушиваясь, в каком боку колет. Кроме того, работа дает возможность покупать себе одежду, обновлять мебель, ездить на отдых, баловать подарками внуков».

С этим согласна и жительница Нижнего Тагила **Людмила Федоровна**: «Я очень любила и ценила свою работу, свой коллектив, в котором проработала больше 30 лет. Наверное, поэтому не смогла с нее уйти после того, когда вышла на пенсию. Постоянно повышаю квалификацию, чтобы не списали за ненадобностью. У меня и муж трудился до 70 лет. Он был инженером-конструктором на заводе. Его просто «не отпустили» на пенсию, потому что внес большой вклад в развитие предприятия. Я считаю, что хоть ты – и пенсионер, то это – еще не все. В этом возрасте тоже необходимо двигаться, чем-то заниматься».

У екатеринбуржца **Анатолия Петровича** – свои доводы: «Я работаю, но не из последних сил. Еще хочется достойной жизни – не пенсионной, а активной. Пока получается. Жена уже много лет пенсионер, вышла на отдых по педагогическому стажу. Мы воспитали четверых детей. Помощи ни у кого не просим, еще и внукам подкидываем, хоть цены на все высокие. Полагаю, пока есть силы, нужно стремиться к достойной жизни, а не перекладывать из одного кошелька в другой. И даже если живешь в достатке, рад любой занятости, только бы убежать от замкнутости в четырех стенах. Работа помогает чувствовать себя востребованным, нужным, значимым. Это один из способов остаться в обществе и не чувствовать себя брошенным. Так что следую принципу: «Больше работаешь – дольше живешь».

А у жительницы Каменска-Уральского **Аллы Витальевны** – другое мнение: «В 55 лет вышла на пенсию и сразу же уволилась. Вот уже 13 лет, как я отдыхаю, и весьма этим довольна. Много читаю, в хорошую погоду гуляю в парках и скверах города, посещаю музеи, городской дом культуры, хожу в кино и на выставки, когда есть билеты для пенсионеров со скидками».

СТАТИСТИКА

Дежурному поступило **25** звонков

из Асбеста, Екатеринбурга, Верхней Туры, Ирбита, Нижнего Тагила, Боярского, Невьянского, Талицкого, Тугулымского районов.

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.45, 11.25, 00.05, 03.05 ПОДКАСТ. ЛАБ 16+
11.55 ВРЕМЯ ГЕРОЕВ 16+
13.00, 14.15, 16.00, 19.00, 22.40 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
15.30 АНТИФЕЙК 16+
17.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
18.05 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «ТРИГГЕР» 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.30, 02.10, 03.30 Т/С «КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ» 16+
23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ 1

04.50, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ХОЗЯИН» 16+
22.10, 00.00 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ» 12+
00.45 Т/С «ЧУЖОЙ РАЙОН» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 ВСЕ О ГЛАВНОМ 12+
09.00, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
12.00 МАТЧ БОЛЬШОГО СПОРТА. ЛЫЖНЫЙ СПОРТ 12+
12.30, 14.50 ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ. ФОСАТРО КУБОК РФ. ЖЕН. 5 КМ., МУЖ. 10 КМ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
14.15 ЛЫЖНАЯ СТРАНА 16+
17.05 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
17.30 ГРОМКО. ПРЯМАЯ ЭФИР
19.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
21.05 ФУТБОЛ. МИР РФ ПРЕМЬЕР-ЛИГА. ОБЗОР 6+
21.55 ФУТБОЛ. МЕЛБЕТ - ПЕРВАЯ ЛИГА. АРСЕНАЛ (ТУЛА) - ЧАЙКА (РОСТОВ. ОБЛ.). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.00 БИЛЛЯРД. ВЕТВОМ ЛЧ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
02.30 Д/Ф «РОНАЛДУ» 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.00 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
07.40 Д/Ф «БОГОЛЮБСКАЯ. СПАСТИ И СОХРАНИТЬ» 16+
08.25 Т/С «ОЛГА СЕРГЕЕВНА» 12+
09.30 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 НОВОСТИ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.10, 00.45 ЕКАТЕРИНИНСКИЙ ДВОРЕЦ. Д/Ф 16+
11.50 Д/Ф «В МОЕЙ ДУШЕ ЗАПЕЧАТЛЕН...» 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. АРТ 16+
13.00 Д/Ф «ОБЛАКИ ТАЛАНТА» 16+
13.55 Х/Ф «ИДУТ» 12+
15.55 АГОРА. ТОК-ШОУ 16+
17.15 ИСТОРИЧЕСКИЕ КОНЦЕРТЫ 16+
18.20 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ. МАЛЫШИ! 16+
20.45 Д/Ф «МАТЕЧЕСКОЕ СТЕКЛО АКАДЕМИКА ДИАНОВА» 16+
21.30 САТИ. НЕСЛУЧАЙНАЯ КЛАССИКА... 16+
22.10 Х/Ф «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО» 0+
23.30 «А.ПУШКИН. «ЕВГЕНИЙ ОНЕГИН» 16+
00.15 «МАГИСТР ИГРЫ» 16+

Домашний 2

06.30, 05.55 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИК 16+
07.25 05.05 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.30, 02.40 ТЕСТ НА ОЦЕЛДОВОСТЬ 16+
10.40, 23.15 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
11.45, 00.25 Т/С «ПОРЧА» 16+
12.55, 01.20 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.30, 01.45 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.05, 02.15 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.40 Х/Ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+
19.00 Х/Ф «ТАЙНЫ БЕЛЫХ НОЧЕЙ» 16+

ТНТ 1

07.00, 06.00 УТРО ТНТ 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00 ВЫЖИТЬ В САМАРКАНДЕ. ИГРА СЕЗОНОВ 16+
11.30 ТИТАНЫ 16+
14.00, 14.30, 15.00, 15.30 Т/С «ПРАЗДНИКИ» 16+
16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С «УНИВЕР. МОЛОДЫЕ» 16+
21.00 Т/С «УНИВЕР. 10 ЛЕТ СПУСТЯ» 16+
22.00 Х/Ф «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЖИКИ» 16+
23.45 Х/Ф «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА» 16+
01.25 Х/Ф «БАР МОСКВАЧКИ» 16+

ЗВЕЗДА 1

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
08.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15 Д/Ф «БИТВА БОКСЕР» 16+
11.00, 02.20 Х/Ф «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН» 12+
13.20, 17.05, 03.30 Т/С «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.00 Д/Ф «КРЫМСКИЙ ФОРПОСТ» 16+
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 СКРЫТЫЕ УРОЗЫ 16+
21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15, 00.30 Т/С «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» 12+
01.50 Д/Ф «ПЕРЕЛОМ. ХРОНИКА ПОБЕДЫ» 16+

ТВ Центр 1

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 СМЕХ, ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
08.50 Х/Ф «ДОКТОР ИВАНОВ. РОДНАЯ КРОВЬ» 12+
10.45, 00.30 ПЕТРОВКА. 38 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 Т/С «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «ТАЕЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
17.00 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+
18.15, 20.05 Х/Ф «НАСТЕНЬКА» 16+
22.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 16+
23.05 ЗНАК КАЧЕСТВА 16+
00.45 Д/Ф «ЗВЕЗДЫ» И ВОРЬЕ» 16+

4 КАНАЛ 4

06.00, 15.00, 23.00 Д/С «БОЛЬШОЙ СКАЧОК» 12+
06.30, 15.30, 23.30 Д/С «МАГИА ВКУСА» 12+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.00, 16.05, 00.00 НАВИГАТОР 12+
09.30, 16.30, 00.30 НАВИГАТОР LIVE 12+
10.00, 17.00, 01.00 Д/С «КРЕПОСТИ РОССИИ» 12+
10.30, 17.30, 19.30 Д/С «РУСЬ ИЗНАЧАЛЬНАЯ» 12+
11.00, 18.00 Д/Ф «ВСЕШ МИР - РОССИЯ» 12+
12.00, 20.00 Д/С «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ» 12+
13.00 МУЗЕЙНЫЙ РОМАН 12+
13.15, 21.00 ВНЕ ЗОНЫ 12+
14.00, 16.00 НОВОСТИ 16+
14.05, 22.00 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+
19.00 НОВОСТИ. ИТОГИ 16+
19.15 ОБОР. ЭКСКУРСИЯ 12+

5 канал 5

06.05 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3» 16+
07.30, 09.30 Т/С «ЛЮБОВЬ С ОРУЖИЕМ» 16+
08.05 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+
08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 0+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
13.30, 17.30 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20, 00.30 Т/С «СВОИ» 6+
23.05, 01.20 Т/С «СВОИ-3» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГ 16+

ТНВ 1

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.20, 02.40 КОНЦЕРТ 12+
08.40, 18.20, 23.10, 04.20 ГОЛОВОЛОМКА 12+
09.50 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05, 05.10 ТЕЛОЧЕРК 16+
15.25, 03.05 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00 СЕМЬ ДНЕЙ» 16+
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
17.30, 00.40 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
19.35 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
21.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
21.55 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+

ОТВ 1

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
08.00 ПРОКУРАТУРА. НА СТРАЖЕ ЗАКОНА 16+
08.20 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИНТЕРВЬЮ 16+
08.40, 12.40, 15.40, 18.30, 20.30, 23.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
09.00, 13.30, 18.00, 21.00, 23.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 12+
09.30 Д/С «ЛЮДИ РФ» 12+
10.00, 11.00 Т/С «КОТОВСКИЙ» 16+
12.00 О ЛЮБВИ И НАЛИЧНОМ 12+
12.30 НОВОСТИ. БИЗНЕС СЕГОДНЯ 16+
13.00 Д/С «БОЛЬШОЙ СКАЧОК. КИБЕРБЕЗОПАСНОСТЬ» 12+
14.00 Д/С «ОДИН ДЕНЬ В ГОРОДЕ» 12+
14.30 ПАРЛАМЕНТСКОЕ ВРЕМЯ 16+
15.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
15.25 НОВОСТИ ТМК 12+
16.00 Д/С «ОРУЖИЕ ХОЛОДНОЙ ВОЙНЫ» 16+
16.50 Д/С «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ» 12+
17.40, 18.50, 20.45 НОВОСТИ РЕГИОНА 12+
17.50 ГОРОД МАСТЕРОВ 12+
19.00, 21.30 НОВОСТИ ТАУ «9 1/2» 16+
20.00, 22.30 СОБЫТИЯ 16+
00.00 Т/С «ДОМ С ЛИЛИЯМИ» 16+

СТС 1

06.00, 05.05 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
08.00 Х/Ф «НЕВИДИМКА СЮ» 6+
10.00 Т/С «ГРАНИЦА МИРОВ» 16+
19.00 Т/С «ПОЛОЖЕНИЕ ВЕЩЕЙ» 16+
19.45 Х/Ф «КОНАН-ВАРВАР» 16+
21.55 Х/Ф «ВОЙНА БОГОВ. БЕССМЕРТНЫЕ» 16+
00.05 Х/Ф «БУДИКА. КОРОЛЕВА ВОИНОВ» 18+

ТВ3 3

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
08.30, 15.00, 18.00, 23.00 НОВОСТИ 16+
08.40, 17.00, 18.10 Т/С «КОРДОН» 16+
09.45, 10.15, 10.45, 11.20, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.10 Т/С «ГАДАЛКА» 16+
15.15, 15.45, 16.20 Т/С «СЛЕПЯ» 16+
19.15, 20.15, 21.15, 22.20, 23.10 Т/С «ЛЕСНИК» 16+
23.30 Х/Ф «НЕЧИСТЫ» 12+
01.30 КАДОНИ ШОУ 16+

РЕН ТВ 1

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА С ИГОМ ТРОКОПКО 16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+
14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+
17.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
20.00 Х/Ф «ЧУЖАК» 16+
20.00 ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО? 16+
23.30 Х/Ф «ОБЕРЛОРД» 18+

ВТОРНИК, 18 МАРТА

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.45, 11.20, 14.15, 16.00, 19.00, 22.45 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
15.30 АНТИФЕЙК 16+
17.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
18.05 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «ТРИГГЕР» 16+
00.10, 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.30, 02.10, 03.30 Т/С «КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ» 16+
23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ 1

04.45, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ХОЗЯИН» 16+
22.10, 00.00 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ» 12+
00.45 Т/С «ЧУЖОЙ РАЙОН» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 НАШИ ИНОСТРАНЦЫ 16+
09.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 17.30, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
12.00, 14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
12.20 Д/Ф «РОНАЛДУ» 12+
13.45 ФУТБОЛ. МИР РФ ПРЕМЬЕР-ЛИГА. ОБЗОР 6+
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМАЯ ЭФИР
16.25 ЧТО ЗА СПОРТ? 12+
18.25 МАТЧ ПАРАД 6+
18.55 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КУЛ. ТРАКТОР (ЧЕЛЯБИНСК) - СКА (СПБ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КУЛ. ДИНАМО (МСК) - АВАНГАРД (ОМСК). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.00 БИЛЛЯРД. ВЕТВОМ ЛЧ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05, 19.00 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+
07.35 Д/Ф «ШИГИРСКИЙ ИДОЛ» 16+
08.20 Т/С «ОЛГА СЕРГЕЕВНА» 12+
09.30 «УДУМЦЫ. «ЦАРЬ-ДОМ» ИЗ САРАПУЛЫ. Д/Ф 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 НОВОСТИ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.10, 01.10 ХХ ВЕК. 16+
12.15 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМСЕЛО» 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО 16+
13.00 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
14.00 Д/Ф «РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ» 16+
14.30, 22.10 Х/Ф «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО» 0+
15.50 САТИ. НЕСЛУЧАЙНАЯ КЛАССИКА... 16+
16.30 Д/Ф «КОЛЛЕКЦИЯ» 16+
17.15 ИСТОРИЧЕСКИЕ КОНЦЕРТЫ 16+
18.05, 00.15 «ПЕРВОБЫТНЫЙ ЧЕЛОВЕК И МОРЕ». Д/Ф 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ! 16+
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ! 16+
20.45 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТБОР
21.30 БЕЛАЯ СТУДИЯ 16+
23.30 «А.ПУШКИН. «ЕВГЕНИЙ ОНЕГИН» 16+

Домашний 2

06.30, 05.45 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИК 16+
07.45, 04.55 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.45, 02.35 ТЕСТ НА ОЦЕЛДОВОСТЬ 16+
10.55, 23.10 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
12.00, 00.20 Т/С «ПОРЧА» 16+
13.05, 01.15 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.40, 01.40 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.15, 02.10 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.50 Х/Ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+
19.00 Х/Ф «ТАЙНЫ БЕЛЫХ НОЧЕЙ» 16+
04.15 Д/Ф «ПРЕДСКАЗАНИЯ. 2025» 16+

ТНТ 1

07.00, 06.00 УТРО ТНТ 16+
08.00, 09.00, 10.00, 03.00, 03.45, 04.30, 05.20 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00 Т/С «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ» 16+
18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С «УНИВЕР. МОЛОДЫЕ» 16+
21.00 Т/С «УНИВЕР. 10 ЛЕТ СПУСТЯ» 16+
22.00 Х/Ф «НА СОЛНЦЕ, ВОДОЙ РЯДОВ КУКУРЗЫ» 12+
23.50 Х/Ф «ВСЕМИРНЫЙ ПОТОП» 18+
01.40 Х/Ф «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЖИКИ» 16+

ЗВЕЗДА 1

05.10, 13.20, 17.05, 03.25 Т/С «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00, 02.20 Х/Ф «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН» 12+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.00 Д/Ф «КРЫМСКИЙ ФОРПОСТ» 16+
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15, 00.45 Т/С «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» 12+

ТВ Центр 1

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.15 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «ДОКТОР ИВАНОВ. РОДНАЯ КРОВЬ» 12+
10.35 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 Т/С «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «ТАЕЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
16.55 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+
18.15, 20.00 Х/Ф «НАСТЕНЬКА» 16+
22.35 ЗАКОН И ПОРЯДОК 16+
23.10 Д/Ф «ВАЛЕНТИН ГАФТ. ЯДОВИТЫЙ ТАЛАНТ» 16+
00.30 ПЕТРОВКА. 38 16+
00.45 Д/Ф «ТАЙНАЯ КОМНАТА» 16+

4 КАНАЛ 4

06.00, 15.00, 23.00 Д/С «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.00, 16.05, 00.00 Д/С «БОЛЬШОЙ СКАЧОК» 12+
09.30, 16.35, 00.30 Д/С «МАГИА ВКУСА» 12+
10.00, 12.00, 14.00, 16.00 НОВОСТИ 16+
10.05, 17.00, 01.00 НАВИГАТОР 12+
11.00, 18.00 Д/С «ПО ПУТИ» 12+
11.30, 18.30 Д/С «РУСЬ ИЗНАЧАЛЬНАЯ» 12+
12.05, 20.00 Д/Ф «ВСЕШ МИР - РОССИЯ» 12+
13.00, 21.00 Д/С «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ» 12+
14.05, 22.00 ВНЕ ЗОНЫ 12+
19.00 НОВОСТИ. ИТОГИ 16+
19.15 ОБОРНА ЭКСКУРСИЯ 12+

5 канал 5

06.00 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3» 16+
07.25, 09.30 Х/Ф «БЕЛАЯ СТРЕЛА» 16+
08.05 СТРАНА СОВЕТОВ 16+
08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 0+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
13.30, 17.30 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20, 00.30 Т/С «СВОИ» 6+
23.05, 01.20 Т/С «СВОИ-3» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК 16+

ТНВ 1

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.45, 02.40 КОНЦЕРТ 12+
08.40, 18.20, 23.10 СПОЕМТЕ ВМЕСТЕ! 16+
09.30 ЗАКОН. ПАРЛАМЕНТ. ОБЩЕСТВО 16+
10.00 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
10.30, 17.30, 19.35, 00.40 ТАТАРЫ 12+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05, 21.25 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
15.25, 03.05 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00 СЕМЬ ДНЕЙ» 16+
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
20.00 НАРОД МОЙ... 12+<

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.45, 11.20, 14.15, 16.00, 19.00, 22.45
ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ
16+
15.30 АНТИФЕЙК 16+
17.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
18.05 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «ТРИГГЕР» 16+
00.10, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ
16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00
ВЕСТИ
09.30 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.30, 02.10, 03.30 Т/С «КУЛАГИНЫ.
НОВЫЕ СЕРИИ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ»
16+
23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ
СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ
ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ»
16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35
СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ
16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ХОЗЯИН» 16+
22.10, 00.00 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ.
МОРЕ И ГОРЫ»
12+
00.55 Т/С «ЧУЖОЙ РАЙОН»
16+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 ЧТО ЗА СПОРТ? ЭКСТРИМ 12+
09.00 14.55, 17.25 НОВОСТИ
09.05 17.30, 20.45, 00.00 ВСЕ НА МАТЧ!
12+
12.00 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК ЧЕМПИОНАТ
РФ. МАСС-СТАРТ. МУЖ. ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ
13.45 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА
16+
14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
16.25 ВИД СВЕРХУ 12+
18.25 ФИРАЙД 6+
18.55 ФУТЗАЛ. БЕСИТИ СУПЕРЛИГА.
ТОМЕНЬ - ТОРПЕДО (НИЖЕГОРОД.
ОБЛ.). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ.
СКА - ЛОКОМОТИВ (ПРОСЛАВЬ).
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
01.35 Д/Ф «НЕЙМАР. №1 В БРАЗИЛИИ»
12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05 19.00 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+
07.35 Д/Ф «ПЕРВОБЫТНЫЙ ЧЕЛОВЕК И
МОРЕ» 16+
08.30 Т/С «ОЛГА СЕРГЕЕВНА» 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 НОВОСТИ
16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.10, 01.10 ХХ ВЕК 16+
12.15 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+
12.45 НОВОСТИ 16+
13.00 Д/Ф «1-Е В МИРЕ» 16+
13.15 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТОБОР 16+
13.55 Д/Ф «РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ»
16+
14.25 Д/Ф «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ
УБИЙСТВО» 0+
15.45 БЕЛАЯ СТУДИЯ 16+
16.30 БИБЛИЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
17.15 ИСТОРИЧЕСКИЕ КОНЦЕРТЫ 16+
18.05, 00.15 «ПУТЕШЕСТВИЕ В ДРЕВНИЙ
РИМ». Д/Ф 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
20.45 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ 16+
21.30 ВЛАСТЬ ФАКТА 16+
22.10 Х/Ф «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ» 0+
23.30 «А. ПУШКИН. «ЕВГЕНИЙ ОНЕГИН»
16+

Домашний

06.30, 05.45 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.35, 04.55 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.35, 02.40 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.45, 23.15 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ»
16+
11.55, 00.25 Т/С «ПОРЧА» 16+
13.00, 01.20 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.35, 01.45 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО»
16+
14.10, 02.15 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ
ДУШ» 16+
14.45 Х/Ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ»
16+
19.00 Х/Ф «ЛЮБИТЬ» 16+
04.20 6 КАДРОВ 16+

TNT

07.00, 06.00 УТРО TNT 16+
08.00, 09.00, 10.00, 04.20, 05.05, 05.50
ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30,
14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00,
16.30, 17.00, 17.30, 18.00 Т/С
«РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ» 16+
18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С
«УНИВЕР. МОЛОДЫЕ» 16+
21.00 Т/С «УНИВЕР. 10 ЛЕТ СПУСТЯ» 16+
22.00 Х/Ф «МАЙОР ГРОМ. ИГРА» 16+
01.15 Х/Ф «ГРОМ. ТРУДНОЕ ДЕТСТВО»
16+
02.40 Х/Ф «КРИК-4» 18+

ЗВЕЗДА

05.05, 13.20, 17.05, 03.25 Т/С
«АНДРЕЙСКИЙ ФЛАГ» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРО 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00 Х/Ф «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ» 12+
19.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.00 Д/Ф «КРЫМСКИЙ ФОРПОСТ» 16+
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 Д/Ф «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ»
16+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15, 00.55 Т/С «РОЖДЕННАЯ
РЕВОЛЮЦИЕЙ» 12+
02.25 Д/Ф «ЧАСОВЫЕ ПАМЯТИ.
КАЛИНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ»
16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.15 ДОКТОР И... 16+
08.45 Х/Ф «ДОКТОР ИВАНОВ. УДАР» 12+
10.35 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 Т/С «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ»
16+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «ТАЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
17.00 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+
18.10, 20.05 Х/Ф «НАСТЕНЬКА» 16+
22.35 ХВАТИТ СЛУХОВ! 16+
23.10 ПРОЩАНИЕ 16+
00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+

4 КАНАЛ

06.00, 15.15, 23.00 ВНЕ ЗОНЫ 12+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.00 КАМПУС 12+
09.30, 16.05, 00.00 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С
ЛЮБОВЬЮ» 12+
10.00, 12.00, 14.00, 16.00 НОВОСТИ
12+
10.05, 17.00, 01.00 Д/С «БОЛЬШОЙ
СКАЧОК» 12+
10.35, 17.30 Д/С «МАГИЯ ВКУСА»
12+
11.00, 11.30, 18.00 НАВИГАТОР 12+
12.05, 20.00 Д/С «ПО ПУТИ. БАМ» 12+
12.30, 20.30 Д/С «РУСЬ ИЗНАЧАЛЬНАЯ»
12+
13.00, 21.00 Д/Ф «ВСЕШ МИР - РОССИЯ»
12+
14.05, 22.00 Д/С «А ДОМА ЛУЧШЕ»
12+
15.00 МУЗЕЙНЫЙ РОМАН 12+
18.30 НАВИГАТОР ЛУЧЕ 12+
19.00 НОВОСТИ. ИТОГИ ДНЯ 12+
19.15 СОЛВЕРЫ РАЗГОВОРЫ 12+
19.45 ОБОРНАЯ ЭКСКУРСИЯ 12+

5 канал

06.00 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-4» 16+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
09.30 Т/С «ГРУППА «ЗЕТА» 16+
13.30, 17.30 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20, 00.30 Т/С «СВОИ-6» 16+
23.05, 01.20 Т/С «СВОИ-3» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК
16+
02.40 Т/С «СЛЕД» 18+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 02.40 КОНЦЕРТ
12+
08.30, 21.25, 05.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ
16+
09.30 РОДНАЯ ЗЕМЛЯ 12+
10.00 НАРОД МОЙ 12+
10.30, 17.30, 19.35, 00.40 ТАТАРЫ
12+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ
16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
15.25, 03.05 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ
6+
16.00 СЕМЬ ДНЕЙ+ 16+
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
18.20, 23.10 КЭМИТ ЖЕВИТ 16+
20.00 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+

ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00, 20.00, 22.30,
02.00, 03.30 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.30, 18.30, 20.30,
23.00, 02.30, 02.45, 04.00, 04.15
СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55,
19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
09.00, 13.30, 18.00, 21.00, 23.30 ВСЕ
ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
09.30, 03.00, 04.30 Д/С «ЛЮДИ РФ»
12+
10.00, 11.00 Т/С «КОТОВСКИЙ»
16+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00 Д/С «БОЛЬШОЙ СКАЧОК.
БИОЛОМИНЕСЦЕНЦИЯ» 12+
14.00 Д/С «ОДИН ДЕНЬ В ГОРОДЕ»
12+
14.30 ПАРЛАМЕНТСКОЕ ВРЕМЯ 16+
16.00 Д/С «ОРУЖИЕ ХОЛОДНОЙ ВОЙНЫ.
РАЗРЫВА БРОНЯ» 16+
16.50 Д/С «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ»
12+
17.40, 18.50, 20.45 НОВОСТИ РЕГИОНА
12+
17.45 НОВОСТИ. БИЗНЕС СЕГОДНЯ
16+
19.00, 21.30 НОВОСТИ ТАУ «9 1/2» 16+
20.55 ВЕСТИ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА
16+
00.00, 01.00 Т/С «СССР» 12+

СТС

06.00, 05.00 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
08.40 Х/Ф «АНТБОЙ» 12+
10.10 Х/Ф «АНТБОЙ-2. МЕСТЬ КРАСНОЙ
ФУРИИ» 6+
11.55 Х/Ф «АНТБОЙ-3» 6+
13.35 Х/Ф «КОНАН-ВАРВАР» 16+
15.45 Х/Ф «ВОЙНА БОГОВ. БЕССМЕРТНЫЕ»
16+
17.55, 19.00 Т/С «ПОЛОЖЕНИЕ ВЕЩЕЙ»
16+
20.00 Х/Ф «ВЫСОТА» 16+
21.45 Х/Ф «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ»
16+
23.45 Х/Ф «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ»
16+
01.35 Х/Ф «РЕГБИ»
16+

ТВ3

06.00, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
08.30, 15.00, 18.00, 23.00 НОВОСТИ 16+
08.40, 17.00, 18.10 Т/С «КОРДОН» 16+
09.45, 15.10 Т/С «ГАДАЛКА» 16+
15.15, 15.45, 16.20 Т/С «СЛЕПАЯ» 16+
19.15, 20.15, 21.15, 22.20, 23.10 Т/С
«ЛЕСНИК» 16+
23.30 Х/Ф «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ»
18+
01.45 Т/С «ПОСЛЕДНЯЯ СТАТЬЯ
ЖУРНАЛИСТА» 16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ
16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ
16+
10.00 СОВБЕЗ 16+
11.00 КАК УСТРОИМ МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ
ПРОГРАММА 112 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+
14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ
ИСТОРИИ 16+
15.00 Д/С «ЛЕГЕНДЫ И МИФЫ» 16+
17.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ
16+
20.00 Х/Ф «БЕЗБАЩАНЫЕ» 16+
22.00 БЕЗУМНЫЕ ФАКТЫ 16+
23.30 Х/Ф «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ» 18+

ЧЕТВЕРГ, 20 МАРТА

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.45, 11.20, 14.15, 16.00, 19.00, 22.45
ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ
16+
15.30 АНТИФЕЙК 16+
17.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
18.05 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «ТРИГГЕР» 16+
00.10, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ
16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00
ВЕСТИ
09.30 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.30, 02.10, 03.30 Т/С «КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ
СЕРИИ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ»
16+
23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ
СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ

04.40, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ
ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ»
16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35
СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ХОЗЯИН» 16+
22.10, 00.00 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ.
МОРЕ И ГОРЫ» 12+
00.50 ПОЗДНОВОК 16+
01.05 МЫ И НАУКА. НАУКА И МЫ
12+
02.05 Т/С «ЧУЖОЙ РАЙОН»
16+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 ВИД СВЕРХУ 12+
09.00 14.55, 17.25 НОВОСТИ
09.05 17.30, 20.45, 00.00 ВСЕ НА МАТЧ!
12+
12.00 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК ЧЕМПИОНАТ
РФ. МАСС-СТАРТ.
ЖЕН. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
13.45 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
16.25 БОЛЬШОЙ ХОККЕЙ 12+
18.20, 30 ЛЕТ УФС 16+
18.55, 21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ
ЧЕМПИОНАТ КХЛ. АВТОМОБИЛИСТ
(ЕКБ) - СКА (СПБ). ТОРПЕДО
(Н. НОВОГОРОД) - СЕВЕРСТАЛЬ
(ЧЕЛОВОЦ). ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ
00.00 БИЛЛЬЯРД. ВЕТООМ ЛЧ. ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05 19.00 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+
07.35 Д/Ф «ПУТЕШЕСТВИЕ В ДРЕВНИЙ
РИМ» 16+
08.30 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+
08.50 Х/Ф «СОЛНЧНЫЙ ВЕТЕР» 0+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00
НОВОСТИ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.10, 01.10 Д/Ф «ХРОНИКИ С. РИХТЕРА»
16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. ТЕАТР 16+
13.00 Д/Ф «ПЕРВЫЕ В МИРЕ» 16+
13.15 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ 16+
13.55 Д/Ф «РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ»
16+
14.25, 22.10 Х/Ф «СМЕРТЬ ПОД
ПАРУСОМ» 0+
15.35 2 ВЕРНИК 2 16+
16.00 ПРЯНИЧНЫЙ ДОМИК 16+
17.15 ИСТОРИЧЕСКИЕ КОНЦЕРТЫ 16+
18.05, 00.15 Д/Ф «7 ГЛАВНЫХ ПИРАМИД
ДРЕВНЕГО ЕГИПТА» 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 ОТКРЫТАЯ КНИГА 16+
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
20.45 Х/Ф «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». ЧТО
ХАРАКТЕРНО ЛЮБИЛИ ДРУГ
ДРУГА? 16+
21.30 ЗНИМА 16+
23.30 «А. ПУШКИН. «ЕВГЕНИЙ ОНЕГИН»
16+

Домашний

06.30, 05.25 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.35, 04.35 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.35, 02.40 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.45, 23.15 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ»
16+
11.55, 00.25 Т/С «ПОРЧА» 16+
13.00, 01.20 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.35, 01.45 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО»
16+
14.10, 02.15 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ
ДУШ» 16+
14.45 Х/Ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ»
16+
19.00 Х/Ф «ГОРЬКИЙ НЕКТАР» 16+

TNT

07.00, 06.00 УТРО TNT 16+
08.00, 09.00, 10.00, 03.00, 03.50, 04.35,
05.20 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30,
14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00,
16.30, 17.00, 17.30, 18.00 Т/С
«РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ» 16+
18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С
«УНИВЕР. МОЛОДЫЕ» 16+
21.00 Т/С «УНИВЕР. 10 ЛЕТ СПУСТЯ»
16+
22.00 Х/Ф «АНТИГАНГ. СМЕНА»
16+
23.50 Х/Ф «НЕУДЕРЖИМЫЙ» 16+
01.30 Х/Ф «ЧЕЛОВЕКИ ЗО» 16+

ЗВЕЗДА

05.05, 13.20, 17.05, 04.55 Т/С
«АНДРЕЙСКИЙ ФЛАГ» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРО 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ
16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00 Х/Ф «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ» 12+
19.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.00 Д/Ф «КРЫМСКИЙ ФОРПОСТ»
16+
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 КД ДОСТУПА 12+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15, 00.45 Т/С «РОЖДЕННАЯ
РЕВОЛЮЦИЕЙ» 12+
02.25 Х/Ф «ДОБРОВОЛЬЦЫ»
12+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.15 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «ДОКТОР ИВАНОВ. УДАР» 12+
10.40, 23.10 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 Т/С «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ»
16+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «ТАЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
17.00 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+
18.15, 20.05 Х/Ф «НАСТЕНЬКА» 16+
22.35 10 САМЫХ... 16+
00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+

4 КАНАЛ

06.00, 15.00, 23.00 Д/С «А ДОМА ЛУЧШЕ»
12+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.00 СОЛВЕРЫ РАЗГОВОРЫ 12+
09.30, 16.05, 00.00 ВНЕ ЗОНЫ 12+
10.00, 12.00, 14.00, 16.00 НОВОСТИ 16+
10.05, 17.00 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С
ЛЮБОВЬЮ» 12+
11.00, 18.00 Д/С «БОЛЬШОЙ СКАЧОК» 12+
11.30, 18.30 Д/С «МАГИЯ ВКУСА» 12+
12.05, 12.30, 20.00, 20.30 НАВИГАТОР 12+
13.00, 13.30, 21.00, 21.30 НАВИГАТОР
LIVE 12+
14.05, 22.00 Д/Ф «ВСЕШ МИР - РОССИЯ.
СУБТОПИКИ» 12+
19.00 НОВОСТИ. ИТОГИ ДНЯ 16+
19.15 ОБОРНАЯ ЭКСКУРСИЯ 12+
19.30 КАМПУС 12+

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ
16+
05.25, 05.40, 06.15, 07.05, 04.30 Т/С
«КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-4»
16+
07.55 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ! 12+
08.30 ДЕНЬ АНГЕЛА 0+
08.55 ЗНАНИЕ-СИЛА 0+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05 Т/С «ГРУППА
«ЗЕТА»» 16+
13.30, 17.30 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20, 00.30 Т/С «СВОИ-6»
16+
23.05, 01.20 Т/С «СВОИ-3» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК
16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 22.15, 02.40 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 04.20 КЭМИТ ЖЕВИТ 16+
09.30 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
10.00 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+
10.30, 20.00, 00.

«Я – РЕБЕНОК ПОСЛЕВОЕННЫЙ...»

ЗЕМЛЯКИ

Марина Старостина

Владимир Борисович Алипов – врач анестезиолог-реаниматолог. Родился в Перми в июле 1945 года. Работает в городской больнице Краснотурьинска. Общий стаж – 55 лет. В 2023 году стал лауреатом премии I степени в номинации «За верность профессии». И хотя он родился уже после Победы, но трудное послевоенное детство помнится ему и сегодня.

- Родился я в 1945 году, так что я – ребенок послевоенный, – рассказывает ветеран. – Вся моя семья связана была с вооружением. И все мои родственники, начиная от прадеда, в том числе – отец и мать, были оружейниками. Отец Борис Иванович Алипов был испытателем пушек на Пермском пушечном заводе. За годы Великой Отечественной войны пермские «Мотовилихинские заводы» изготовили четверть всех артиллерийских Красной Армии. Фронт требовал много оружия. И такие специалисты, как мои папа, дед, дядя, имели бронь. Мама Валентина Васильевна работала на заводе в конструкторском бюро. В семье было четверо детей, но двое умерли во время войны...

Я помню себя лет с 4-5. Весь район жил по заводскому гудку, раньше ведь часов у многих не было. Все детство вертелось около завода. Мы помогали собирать металлолом, тогда это было очень престижно, вместе с родителями участвовали в демонстрациях 1 Мая и 7 Ноября. Летом для заводчан устраивали зелёные прогулки – это для нас был большой праздник. Я в садик не ходил, за нами присматривала бабушка Мария Васильевна. Мы жили в частном секторе, бабушкин дом был рядом. Следила за нами, чтобы мы не озорничали, не лази-

ли по деревьям. Но у нас и без этого было много развлечений: бегали на Каму, разводили костёр, рыбачили. Я считаю, что у меня детство было счастливым.

Когда я пошел в школу, в нашем классе училось много детей, у которых отцы не вернулись с войны. Ведь уходили воевать и те, у кого была бронь, они шли добровольцами: ходили к дирекции завода, требовали, чтобы их отправили на фронт.

В начальной школе формы еще не было, мне перешили одежду старшего брата. А потом появилась универсальная школьная форма для мальчиков: серого цвета гимнастерка, брюки и ремень из кожзаменителя с пряжкой, на ней – буква Ш, школьник. Портфели были сделаны из дерматина, а те счастливики, у кого родители вернулись с фронта, ходили с военными планшетами, это был шик, мечта любого мальчишки.

Еда тогда была самая простая. Помню, в то время было очень много соленой горбуши. Она продавалась в бочках. Мама или бабушка говорили: «Сходи в магазин, возьми горбушу для пирога». Продавец тётя Таня длинной вилкой из бочки доставала малосольную горбушу, заворачивала в большой бумажный лист. Дома хозяйки рыбу размачивали и стряпали с ней необыкновенно вкусные пироги.

Мясо было в тех семьях, которые жили в частном секторе, держали коров. У нас были куры и поросята. До 5 класса нас в школе не кормили, мы брали завтраки из дома – хлеб с маслом, иногда с сыром, и все приносили вареные яйца. Моя школа № 50 сохранялась в Перми, сейчас там обучают кадетов.

Всех родных изумило мое желание стать врачом. Дед, когда я поступил в мединститут, только головой покачал. Но была предистория... Когда мне исполнилось 9 лет, мамин брат Геннадий, который работал главным технологом на заводе, попал в больницу с аппендицитом. Бабушка попросила отнести ему передачу. Раньше на территорию больницы попасть было невозможно, но мне повезло: я встретил доктора, который оперировал дядю, он меня провел в палату. Я передал передачу, дядя меня

проводил. Спустя время у нас гости собрались на праздник, дядя спросил меня, что я после школы буду делать. Я ответил, что, наверное, на завод пойду. А дядя посоветовал: «Поступай лучше в медицинский институт. Врачи спасают людей – это очень хорошая профессия, я столкнулся с этим». А чуть позже он подарил мне книгу о жизни русского хирурга Николая Ивановича Пирогова. Я ее прочитал, а дядя и дальше стал мне подкладывать книги о медицине. Меня все это очень заинтересовало.

А еще у моего лучшего друга Юры мама была военным фельдшером. Когда к нему заходил домой, то с удовольствием листал ее медицинские книжки, смотрел анатомические справочники. Сам-то Юра бредил геологией и поступил на геологический факультет. А его мама поддержала меня в стремлении стать доктором. Говорила, что медицина развивается быстрыми темпами, у нее большое будущее.

И я, так никому из родных и не сказав, подал документы в медицинский институт. Но конкурс в тот год был очень большим, я набрал 18 баллов, а надо было 20, и не прошел. Тогда только отец узнал, что я документы на врача подавал, потому что пришло извещение из института о результатах экзаменов. Я пошел на завод разнорабочим, работал, а по вечерам готовился к поступлению. И на следующий год поступил на лечебно-профилактический факультет. Потом на стоматологическом факультете открылось отделение челюстно-лицевой хирургии. Я перешёл туда, мне очень хотелось заниматься пластической хирургией. Но жизнь повернулась так, что я получил корочки хирурга и поехал работать в Сосновский район.



Проработал около 5 лет, потом вернулся в Пермь, в городе как раз 9-я медсанчасть расширялась. А я к тому времени уже освоил еще анестезиологию и реаниматологию, ведь мне в районе самому приходилось давать наркоз, когда необходимость была. Так что в медсанчасти я уже дежурил и как хирург, и как анестезиолог-реаниматолог...

Жена моя – родом из Краснотурьинска, мы – коллеги, она тоже закончила медицинский институт, врач-рентгенолог. И однажды мы приняли решение переехать ближе к ее родителям, которые требовали ухода, так в Краснотурьинске оказались. Я работаю в горбольнице с 1983 года. Жена в заводской поликлинике трудится. У нас четверо детей.

В нашей семье мы всегда отмечаем День Победы, у нас сохранились и патефон родительский, и пластинки тех времён, и записи военных песен. Этот праздник – священный для всех поколений. Память о ней у всех осталась в сердцах!

НЕ ПРОСТО СЛЫШАТЬ, А НАСЛАЖДАТЬСЯ ЗВУКОМ!

В центре слухопротезирования «Студия Слуха» с 18 по 20 марта пройдет День открытых дверей

На протяжении трёх дней опытные специалисты проведут бесплатное тестирование вашего слуха и расскажут о его состоянии, а также дадут дальнейшие рекомендации. «Мы понимаем, насколько важно своевременно выявлять проблемы со слухом, и стремимся обеспечить доступ к качественной помощи всем желающим», – отмечает слухопротезист «Студии Слуха» Светлана Васильевна.

Профилактика и раннее выявление проблем

Также в рамках дня открытых дверей специалисты «Студии Слуха» расскажут о здоровье слуха и современных технологиях слуховых аппаратов, а также о новейших моделях и современных решениях, которые могут значительно улучшить качество жизни. Подскажут, как выбрать подходящее устройство для каждого индивидуального случая.

Слух – это один из важнейших органов чувств. Многие ошибочно полагают, что тестирование слуха актуально только для пожилых людей, однако это не так.

Проблемы со слухом могут возникнуть в любом возрасте, и их раннее выявление может значительно улучшить качество жизни, – подчёркивает Светлана Васильевна. – У детей потеря слуха часто негативно сказывается на развитии речи и общении, а взрослых может привести к социальной изоляции и снижению общего уровня жизни. Регулярные проверки помогают выявить проблемы на ранних стадиях, что позволяет вовремя принять меры.

Скидки до 30%

Если у вас есть проблемы со слухом и это подтвердится при тестировании, специалисты «Студии Слуха» предоставят возможность примерить несколько видов слуховых аппаратов – маленьких и побольше, дешёвых и дорогих, импортных и отечественных. Вы сможете сами оценить, как звучит мир в слуховом аппарате и стоит ли его приобретать.

«Только в эти дни мы предлагаем скидки до 30 % на определенные модели заушных слуховых аппаратов»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Это отличная возможность для тех, кто давно задумывался о покупке, но откладывал решение. – Мы хотим, чтобы каждый мог позволить себе качественное слухопротезирование и улучшить восприятие звуков окружающего мира, – отмечает Светлана Васильевна. – В рамках Дня открытых дверей вы сможете не только сделать бесплатное тестирование слуха, но и задать интересующие вас вопросы, получить поддержку от профессионалов.



На заметку

День открытых дверей в центре слухопротезирования «Студия Слуха» пройдёт с 18 по 20 марта.

Ждем вас по адресу: г. Екатеринбург, ул. Уральская, 64

Записаться на День открытых дверей можно по телефону +7 (912) 264-60-74.

Запись обязательна!

Мы надеемся, что наше мероприятие поможет многим не просто слышать, а наслаждаться звуком!

В КАЖДОМ КАДРЕ – НОВЕЙШАЯ ИСТОРИЯ ДОНБАССА**ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА**

Елена Зинковская
Фото из экспозиции выставки

В Свердловском областном краеведческом музее открылась фотовыставка «СВОих не бросаем». Ее организаторами выступили «Российская газета», министерство культуры Свердловской области, областной краеведческий музей.

В основе экспозиции – фотографии фронтового корреспондента «Российской газеты» Владимира Аносова. Снимки сделаны на передовой, а также в Мариуполе, Донецке, Лисичанске, Волновахе, Луганске и других городах. На них – боевые будни солдат, кадры последствий обстрелов, работа военной техники, опорные пункты, брошенные украинскими националистами, города и деревни, возвращающиеся к мирной жизни.

Владимир Аносов – бывший кадровый военный, майор запаса. Окончил военное училище, служил в авиации, участвовал в двух чеченских кампаниях. В журналистику пришел после увольнения из Вооруженных сил. Работает военкором «РГ» в Донбассе с 2015 года. «Репортерская военная фотография – это не красивая картинка, это жизнь, такая, как есть – смерть, ранения, отчаяние, горе от потери близких, разрушения, ужас в глазах детей. Но в то же время – любовь, радость встреч фронтовых друзей, счастье от осознания того, что твои товарищи живы. В экстремальных условиях люди учатся радоваться жизни,

ощущать человеческое тепло и ценить моменты счастья... Здесь представлена только малая часть фотосвидетельств, снятых во время работы в Донбассе. Отобрали самые щадящие, но и по ним можно понять, как тяжело дается освобождение и жителям, и военным», – сказал Владимир Аносов в обращении к посетителям выставки.

Кроме того, демонстрируются фотографии, созданные и другими журналистами.

Представляя экспозицию в Екатеринбурге, первый заместитель главреда «Российской газеты» Игорь Черняк сообщил: «Наша газета с первых дней СВО рассказывает о героях сегодняшних дней.

Однажды в Луганске эта выставка едва не попала под обстрел: во время ее презентации в городе объявили воздушную тревогу».

«Помимо фотографий, на выставке представлены уникальные артефакты, привезенные из зоны СВО: собранные на местах боёв осколки, шевроны и нашивки бойцов ВСУ, иностранных наемников, ножи и каски, ремень с клеймом США, НАТОвские шлемы и другие. А также литература, которая более 30 лет использовалась на Украине, чтобы переделать сознание людей», – отметил генеральный директор Свердловского областного краеведческого музея Александр Емельянов.

Одним из первых выставку посетил

полномочный представитель Президента России в Уральском федеральном округе Артём Жога, ко-



торый сам является ветераном боёв за Донбасс. На снимках он увидел много знакомых мест, где бывал по службе, порадовался переменам, которые происходят на освобожденных территориях. «Память о наших парнях, которые сейчас защищают Родину, дорогого стоит. Через несколько лет эти фотографии превратятся в исторические факты, на которых мы будем воспитывать будущие поколения, объяснять молодежи, что происходило в Донбассе и что нужно делать, чтобы это никогда не повторилось», – подчеркнул Артём Владимирович.

Демонстрируя связь поколений, кадры фотохроники сегодняшних дней соседствуют в музее с залом, где представлены картины о Великой

Отечественной войне. Их авторы – выпускники, преподаватели и студенты Свердловского художественного училища имени Шадра.

Важно!

Выставка «СВОих не бросаем» работает до 30 марта. Ее адрес: г. Екатеринбург, ул. Малышева, 46, «Дом Полковских-Козелл» (вход со стороны ул. Добролюбова).

Посещение – по входному билету в музей.

КАК ПОМОЧЬ ПОЗВОНОЧНИКУ ВОССТАНОВИТЬСЯ

Один из способов лечения и профилактики болезней позвоночника – массаж. Причем получать его можно, не выходя из дома.

Массажная кровать N6* от «Нуга Бест» – это личный массажист, доступный в любое время.

Оборудование создано для проведения профилактики и оздоровления:

- опорно-двигательного аппарата (позвоночника);
- трофических расстройств нейrogenного и сосудистого происхождения;
- периферической нервной системы (радикулиты);
- ситуационных стрессов (нервного переутомления);
- синдрома хронической усталости и физического переутомления.

Три тепловых проектора из турмания осуществляют бережный массаж всех отделов позвоночника, позволяя проработать шейно-воротниковую, грудную, поясничную зону или весь позвоночный столб.

3 вида массажного режима на выбор: тепловой массаж, точечный и миостимуляция.

Попробуйте массажную кровать N6* в действии!

Компания «Нуга Бест» дает покупателям возможность бесплатно протестировать свое оборудование, чтобы решение о его покупке было взвешенным и обдуманным.

Приходите на апробацию массажной кровати N6* от «Нуга Бест» в наших залах в Свердловской области:

г. Екатеринбург, ул. Сулимова, 42; тел. +7 982 666 88 48
г. Екатеринбург, ул. Куйбышева, 84/2; тел. +7 993 519 37 00
г. Реж, ул. Ленина, 35; тел. +7 922 025 26 20
г. Алапаевск, ул. Ленина, 12; тел. +7 902 876 66 11

г. Артемовский, ул. Ленина, 56, тел. +7 902 273 55 92

г. Каменск-Уральский, ул. Каменская, 84А, тел. +7 343 938 89 99

г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 42 тел.: +7 (901) 858 80 28

г. Ревда, ул. Павла Зыкина, 14, тел. +7 343 972 80 34

**Дополнительная информация – на сайте: nugabest.ru;
либо по телефону «горячей линии»: 8-800-500-83-57
(звонок бесплатный)**

* Массажер-стимулятор термотерапевтический персональный N6 с принадлежностями

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

«ВОТ ПОЧЕМУ Я НИКОГДА НЕ НАЗЫВАЮ СЕБЯ ИНТЕЛЛИГЕНТОМ»

ОТКРОВЕННО

Марина Бойкова, «Моя семья»
Фото: «Российская газета»

Как режиссёр он снял первый в СССР телесериал «День за днём», настолько полюбившийся зрителям, что письма от них приходили мешками. Его учениками в Школе-студии МХАТа были Николай Караченцов, Андрей Мягков, Владимир Меньшов, Вера Алентова, Ирина Мирошниченко... Их учил актёрскому мастерству молодой педагог Шиловский! Но в первую очередь Всеволод Николаевич – блистательный актёр, виртуозно владеющий искусством перевоплощения.

- Я читала, что вы решили стать артистом, придя в театральную студию дома пионеров.

- Нет, это произошло гораздо раньше. Кстати, сниматься в кино меня пригласили в 1948 году, я учился в третьем классе. Нужен был измождённый ребёнок, а я – чистый дистрофик. Привели нас в киностудию на пробы, потом решили чаем напоить. В буфете я впервые увидел «живёём» Петра Алёйникова и других знаменитых артистов. Меня на роль утвердили, но сняться не довелось – мама не пустила. Она меня отправила в туберкулёзный санаторий под Ригу. Но за пробы я заработал двести рублей. По тем временам – колоссальные деньги!

- Зато какие потрясающие роли вам довелось сыграть потом. Достаточно вспомнить фильмы Петра Тодоровского. Вы познакомились на съёмках в Одессе?

- В Одессе, но не на съёмках. Я тогда к друзьям приехал. Мы сидели дома у режиссёра Киры Муратовой. И туда пришёл обаятельный человек. Это был Пётр Ефимович Тодоровский. Потом мы пошли с ним гулять и прогуляли всю ночь. Подружились. Я ему рассказывал про МХАТ, а он мне – про фронт. Прошло время, Пётр Ефимович мне звонит: «Сева, я фильм начинаю снимать». – «Я не снимаюсь в кино!» – ответил я. «Ну, хоть сценарий прочти»... Это был сценарий фильма «Военно-полевой роман», я не смог отказаться. Дальше появились влюблённый фотограф в Любимой женщине механика Гаврилова», отец в «Интердевочке». Роли очень разные. И это

было счастье. А потом можно вспомнить целую плеяду громадных режиссёров, приглашавших меня в свои картины: Менакер, Микаэлян, Краснопольский, Юнгвальд-Хилькевич и другие. Они дарили мне веру в искусство перевоплощения. До этого я спокойно жил только МХАТом. Если бы театр не разделился, никакого кино не было бы – только сцена.

- Вы в 1986-м не согласились с позицией Олега Ефремова и ушли из театра, которому отдали 30 лет жизни. Но теперь в Москве есть «маленький МХАТ» – ваш театр.

- Театру-студии Всеволода Шиловского – официально полтора года. Я его открыл в свой 85-й день рождения. Сергей Собянин, мэр столицы, выделил грант на постройку Театра-студии Шиловского. Я – вообще счастливый человек. Мне повезло встретить настоящих людей, которые любят русское искусство и верят в него. В моей труппе – только молодые актёры, и все – мои ученики. Это очень важно – вырастить смену. Чем я и занимаюсь.

- Когда зрители переступают порог вашего театра, сразу видят чёрно-белую фотографию, на которой – маленький мальчик...

- Это я в годы войны. Детская память – это гениальная память. Конечно, те годы из неё не стёрлись. Помню, как мы с мамой эвакуировались в Казань. Вместе с авиамоторным заводом, на котором она работала. Как уже через месяц завод начал выпускать продукцию прямо под открытым небом. Как трудно жили: в фанерном сарайчике, в 12-метровой комнате, разделённой пополам марлевой занавеской, на две семьи. Кровати для всех проживающих ставить было негде, спали по очереди – один шёл на работу, другой ложился спать после смены. Знаете, есть такая передача «Советский Союз». Я редко соглашаюсь участвовать в телепрограммах, но тут, когда пригласили, сразу дал согласие. Мне есть что вспомнить – своё счастливое детство.

- Несмотря на то что тогда были голод, холод, неустроенность?

- Были. Ну и что? Мама обо мне заботилась, сдавала кровь, чтобы Севочку подкармливать. Она была почётным донором СССР. Многим жизнь спасла своей кровью. Воспитывала своим примером. Когда я рос, мама рано утром уходила на завод и возвращалась, ког-

да я уже спал. Я уверен: если бы не наши женщины, не их самоотверженность, мы бы фашистов не победили.

- Улица, двор участвовали в вашем воспитании?

- А как же! Мы, московские мальчишки из рабочего Сталинского района, считались шпаной. При этом были вполне нормальные ребята. В школу ходили, к учёбе стремились, старших уважали. Сейчас же дети хамят учителям. Мы даже представить такое не могли – хамить учителю! Потом нас объединили с девочками. Мы же раздельно учились. И жизнь началась новая! Первые влюблённости, танцы... И слово «национальность» мы вообще не понимали. В моём классе учился Ромка Левинсон. Его обидели ребята из другого класса. Так мы их за Ромку так отметели, что они потом обходили нас стороной. А Ромка стал заслуженным мастером спорта по борьбе. В рабочей среде никогда не обращали внимания, у кого какая национальность. Это среди интеллигенции в ходу было. Не люблю эту публику. Сколько писем было подписано представителями этой «прослойки» в 1937-м! Против кого надо, против того и подпишут. Поэтому я никогда не считал себя интеллигентом. Человеком интеллектуальным – считал. А интеллигентом – нет. Если надо, и по морде дам.

- А дом пионеров, с которого я начала разговор, всё же сыграл роль в вашей жизни?

- Ещё как. У нас был потрясающий педагог Николай Петрович Баженов, артист театра имени Станиславского. Он никого не готовил в артисты. Я – единственный из его воспитанников пошёл в лицедеи. Николай Петрович просто ставил с нами спектакли... Рядом был Театр имени Моссовета, его артисты шефствовали над нами. И мы ходили на все спектакли. Сидели на верхнем ярусе и видели всю гениальную труппу: Завадского, Мордвинова, Марещуку, Плятта...

Просто из нас тогда делали людей. Вот в моём классе было 42 человека, все получили высшее образование, вышли в люди. Такие были педагоги, такая была атмосфера. Всюду – и в спортивной школе, и в драматической студии. И родители за это ничего не платили. А ещё в моём детстве был замечатель-



ный пионерский лагерь. Я уже учился в Школе-студии МХАТа и всё ездил в тот лагерь, не мог оторваться – физоргом или младшим педагогом. А я, кстати, не только играл главные роли в постановках нашей драматической студии, но и пел перед сеансами в кинотеатре «Родина». У меня голос был сильный. Меня на улице было слышно!

- Жанр вашего недавнего премьерного спектакля по пьесе Юрия Полякова «В ожидании сердца» обозначен как «драма о смысле жизни». Пытаетесь ответить на этот извечный вопрос?

- Я ни на что не пытаюсь ответить, я играю. Не сходя с кровати: мой герой весь спектакль сидит на больничной койке. А что касается смысла жизни – я его уже вам высказал: я готовлю смену, борюсь за каждого молодого человека. В СССР, когда началась Великая Отечественная, 13-летние мальчишки стояли в военкоматах в очередях, просились на фронт. Они были воспитаны патриотами своей Родины. А сейчас здоровые лбы стоят в очереди в Шереметьево, чтобы сбежать в тихое место. Что с этим делать? Я недавно поставил спектакль о той войне «Не покидай меня». Как сказал один зритель, очень уважаемый в стране человек: «У Шиловского в спектакле ни разу не звучит слово «патриотизм», но как точно раскрывается в нём смысл этого понятия!» А ещё у нас нет ни одного спектакля, в котором мы бы плохо относились к классике. У нас «Дядя Ваня» – это Чехов, «Игроки» – Гоголь... И надо видеть, как эмоционально реагируют зрители. А всё потому, что люди пришли в театр, в котором чтутся великие традиции русского искусства!

СИРОП «ПАПИКЛИН С ЗЕЛЕНЫМ ГРЕЦКИМ ОРЕХОМ» - АЛЬТЕРНАТИВА ВЫЖИВАНИЮ ПАПИЛЛОМ

«Знаете, почему после удаления одной папилломы может появиться несколько других? Потому что папилломы – возникают из-за вируса, живущего внутри организма. Удаляя папиллому самостоятельно, вы проводите микрооперацию, что негативно отображается на иммунитете. Он временно слабеет, не может бороться с вирусом и на коже появляются новые наросты», – утверждает эксперт по здоровью кожи.

- Как же тогда бороться с

этими уродливыми наростами?

- Можно обратить внимание на натуральный сироп «Папиклин с зеленым грецким орехом». В зеленом грецком орехе содержится большое количество юглона. Это натуральное вещество способствует угнетению вируса папилломы и, как следствие, может помочь избавиться от наростов на коже.

Помимо зеленого грецкого ореха в состав сиропа входят экстракты андрографи-

са, грейпфрутовых косточек, грибов агарика и рейши, родиолы, лимонника китайского и женьшеня. Они способны усилить иммунитет и содействуют улучшению состояния кожи.

- Как долго нужно принимать сироп «Папиклин с зеленым грецким орехом»?

- Как правило, уже после нескольких недель регулярного использования люди замечают эффект. Сначала будет засыхать и отваливаться мелкие папилло-



мы, затем крупные. На коже не остается никаких следов. Более того, «Папиклин с зеленым грецким орехом» способствует усилению иммунитета, который будет защищать организм от образования новых наро-



стов. Мне ежедневно звонят люди и благодарят за то, что я посоветовал им этот сироп. «Папиклин с зеленым грецким орехом» – это настоящая свобода от папиллом!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИП Корябина Виктория. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 32450810010822. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции до 12 мая 2025 г. *Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»
В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому возможность

ПОДАРОК «ПАПИКЛИН»

Для этого сделайте 3 простых шага:

1. ПОЗВОНИТЕ по телефону: **8-800-302-30-30** (звонки бесплатные)
2. НАЗОВИТЕ промокод акции **5557**
3. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК* – «ПАПИКЛИН»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!
Акционное предложение действует до 12 мая 2025 г.
Доставка за счет производителя!

С днём рождения!

Здоровья крепкого, везенья,
Любви, удачи, настроения.
Больших побед на все года,
Успеха в жизни навсегда!

80 ЛЕТ

Фаина Степановна БАКАЛДИНА,
Режевской район
Татьяна Павловна ЗАСЕДАТЕЛЕВА,
Североуральск,
Нина Корниловна КОНОНОВА,
Екатеринбург

75 ЛЕТ

Татьяна Всеволодовна ФОФАНОВА,
Красноуфимск

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

Людмила Георгиевна АСТАХОВА,
Екатеринбург
Людмила Анатольевна БАННЫХ,
Березовский
Валентина Филипповна ГУБИНА,
Сухой Лог
Лидия Валентиновна ЛИСИЦИНА,
Ирбитский район
Нина Михайловна ЛЮТИНА,
Красноуфимский район
Валерий Степанович МАНАХОВ,
Нижний Тагил
Николай Михайлович НАЦИБУЛИН,
Березовский
Александра Михайловна ПЛОХОВА,
Новая Ляля
Нина Петровна ПОПОВА,
Екатеринбург
Татьяна Анатольевна СИЗИКОВА,
Серов
Валерий Ильич СУТОЦКИХ,
Красноуфимск
Альбина Андреевна ЧУШЕВА,
Екатеринбург
Зинаида Викторовна ШУМИЛИНА,
Екатеринбург

**Поздравляем с 90-летием
председателя совета СООО
ветеранов войны, труда, боевых
действий и государственной службы
Юрия Дмитриевича СУДАКОВА**
Здоровья, долгих лет, в делах удачи
И становиться с каждым днем богаче,
Не зная проблем, невзгод, забот и бед,
Успехов в начинаниях и побед!

Редакция газеты «Пенсионер»

**Поздравляем с 95-летием
Анастасия Петровну КУЗЬМИНУ**
Не жаль прошедшие года,
Жизнь во все времена хороша.
Поздравляем тебя с юбилеем
И желаем здоровья, добра.

**Родные,
Нижний Тагил**

**Поздравляю с 90-летием
Людмилу Васильевну ГУСАРОВУ**
Желаю счастья и добра,
Здоровья, радости и силы.
Душа пусть будет молода,
Неважно, сколько лет пробило.

**Е. Н. Макарова,
Екатеринбург**

**С днем рождения
Владимира Николаевича
КОРОБОВА,
Сергея Николаевича КУРБАТОВА,
Сергея Николаевича ЛОШАКОВА,
Вадима Николаевича ЗЯБЛИКОВА,
Александра Ефимовича КУРБАТОВА**
В семье пусть любят, берегут,
Доходы пусть всегда растут.
И всем невзгодам вопреки,
В душе сияют огоньки!

**Почетный ветеран
УВД А.Н. Глушков,
Березовский**

«Слава вечная тем поколениям...»

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

**Мне хочется рассказать о жителях
нашего села, труженице тыла Евдо-
кии Илларионовне Шмаковой.**

Она родилась 14 марта 1925 года. К началу Великой Отечественной войны ей было 16 лет. Окончив 7 классов, она собиралась поступить в медучилище, но ее мечта так и не осуществилась.

Колхозу потребовалось направить четырех человек на учебу в железнодорожное училище в Артемовский. Дуся согласилась, проучилась полгода и после окончания приступила к работе. Работа со шпалами и рельсами непосильна для женщины, но почти все мужчины были на фронте. Женщины трудились целыми днями, но рельсы часто лопались, особенно зимой, работниц поднимали и среди ночи, чтобы их помянуть. Обслуживали они шесть километров пути Артемовский – Богданович. Именно там Евдокия Илларионовна проработала четыре с половиной военных года. А 9 мая 1945 года начальство объявило: войне конец! Радости не было предела. До самой

темноты продолжалось веселье. Навек остался в памяти этот день – День Победы со слезами на глазах.

В 1947 году Евдокия Илларионовна вышла замуж. Сорок четыре года прожили они с мужем в согласии и любви. В послевоенное время она продолжала честно трудиться: 16 лет проработала дояркой, затем работала счетоводом в Первомайке – ходила на работу за десять километров. Десять лет была учетчиком молока. В 1980 году вышла на пенсию.

Слава вечная тем поколениям,
Что ковали Победу в тылу
И героически сражались на фронте
В жесточайшую эту войну.

Недавно Е.И. Шмакова получила медаль к 80-летию Победы в Великой Отечественной войне – замечательный подарок к ее славному юбилею: 14 марта Евдокия Илларионовна отмечает 100-летие. Желаем ей крепкого здоровья и мирного неба надо головой.

**В. Ватлина,
с. Килачевское,
Ирбитский район****УСПЕВАЙТЕ!**

Акция!
Только до 30 апреля
2025 г.!

**ДЛЯ ВСЕХ
ПЕНСИОНЕРОВ**
при предъявлении
пенсионного
удостоверения

Комплексная диагностика
зрения (по направлению или
с подтвержденным диагнозом) и
прием врача-офтальмолога
БЕСПЛАТНО

Лечение
катаракты
по выгодной цене
за 21 000 р.
включая операцию
и сам хрусталик

Современное оборудование, опытные врачи

КЛИНИКА МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА ДОКТОРА ИГНАТЬЕВА
Екатеринбург, ул. Ст. Разина, 2 (район Цирка) +7 (343) 227-12-34

Реклама. Медилицензия №Л041-01021-66/00358956



Клуб одиноких сердец



- Владислав, 35 лет. Познакомлюсь для дружбы и общения со скромной женщиной, можно с инвалидностью, из Екатеринбурга, без в/п. Тел.: 8-950-209-54-39
- Александр, сред. обр. Познакомлюсь для создания семьи с одинокой простой, доброй, ласковой, нежной, без в/п, девушкой, 35-45 лет, из деревни, согласной на переезд. Тел.: 8-963-850-90-57
- Одинокий Овен, 74/168/70. По-

- знакомлюсь для совместного проживания с женщиной, помогу по хозяйству, корыстных целей не преследую. Тел.: 8-904-170-43-26
- Одинокий мужчина, 63 года, с-тех. обр. Ищет женщину, до 60 лет, из Екатеринбурга, с одним ребенком или без детей. Тел.: 8-902-255-94-58
- Вдова, среднего телосложения, рост 160 см, в/о. Познакомлюсь для дружеских отношений с мужчиной, 70-80 лет, без в/п. Тел.: 8-904-988-41-89

ПОИСК

- Разыскиваю друзей-рыбаков, которые ездили на рыбалку на Белоярское водохранилище: Валеру Мозгунова, его друга Юру с братом. Отзовитесь. **Владислав, тел.: 8-950-209-54-39**
- Разыскиваю бывших одноклассников. Махневская СШ, выпуск 1960 г. Отзовитесь. **Тел.: 8-953-042-33-14**

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте газетапенсионер.рф

● **РЕМОНТ ПОЛОВ. СКРИПЫ. ЛАМИНАТ. 8-902-871-67-50**

● Замки. Установка. Недорого. Не залезут! Гарантия. т.8-950-65-81-391

● Продам садовый участок, 5 соток, в п. Широкая Речка, Екатеринбург. Земля плодородная, грядки. Есть 2-этаж. дом, 65 м², теплица, баня, гараж, хоз. постройки, скважина. Городская прописка. Тел.: 8-952-137-12-58

● Супружеская пара молодых пенсионеров ищет работу сторожа в коллективном саду с проживанием. Тел.: 8-996-130-19-88

● Купим сад с домиком, 4 сотки. Недалеко от электрички. Тел.: 8-950-

190-40-24

● Продам дом в В. Пышме, 40 м², газовое отопление, вода, канализация, 3 сотки, баня, бетонный гараж – 22 м². 3 млн. р. Тел.: 8-919-373-34-80

● Продам пуговицы, пряжки, замки-молнии, крючки; аудиокассеты, лазерные диски, хрусталь. Тел.: 8-919-369-04-18

● Куплю б/у холодильник, в раб. сост., выс. 1,5 м, с доставкой. Продам коллекцию советских юбилейных монет, швейную ножную машину «Подольск», раб. сост. Тел.: 8-343-370-65-86

● Продам картины – пейзажи, натюрморты: 30х40 см, акрил – 1 т. р.; 30х40 см, шерсть – 900 р.; 24х30 см, акрил – 800 р.; 20х30 см, акрил – 1 т. р.; 18х24 см, акрил – 500 р.; 22х32 см, шерсть – 600 р. Тел.: 8-922-187-11-06

● Нужен сейф для гладкоствольного охотничьего ружья. Сам сниму, увезу, если требуется. Тел.: 8-909-139-09-99

● Продам книги «Пчеловодное оборудование, инвентарь и их самодельное производство», 1981 г. вып.; Словарь иностранных слов, 1989 г. вып.. Звонить до 20 ч. Тел.: 8-343-321-66-71

Только для пенсионеров

Пенсионер Купон

на одно бесплатное объявление

Заполняйте разборчиво и печатными буквами

Текст объявления: _____

Телефон или адрес: _____

Заполните данные для редакции, иначе объявление не будет напечатано. Публикации не подлежат

Фамилия _____ Телефон _____

Адрес _____ Подпись _____

16+
00.05 Х/Ф «МЕГАН. К ВАШИМ УСЛУГАМ»

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 12+
06.55 ЧАСОВОЙ 12+
07.25 ЗДОРОВЬЕ 16+
08.30 СЮЗМУЛЬФИЛМЫ 0+
09.10 НЕПУТЕВЫЕ ЗАМЕТКИ 12+
09.30 МЕНТАЛИЗМ 12+
10.15 ЖИЗНЬ СВОИ 12+
11.05 ПОВАРА НА КОЛЕСАХ 12+
12.15 ОНИ ВЫБРАЛИ РОДИНУ 16+
12.55 ВИДЕЛИ ВИДЕО? 0+
14.20 РУССКИЙ ВЫЗОВ. ТУРНИР СИЛЬНЕЙШИХ ФИГУРИСТОВ 0+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
19.00 ТРИ АККОРДА 16+
21.00 ВРЕМЯ
23.05 Х/Ф «ЗОЛОТО УМАЛТЫ» 16+
01.00 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ 1

07.20 В КРУГУ ДРУЗЕЙ 12+
08.00 ВЕСЕ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ
08.35 КОГДА ВСЕ ДОМА 12+
09.25 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.00 ВЕСТИ
11.30 НАШИ. ВОЕНКОРЫ 12+
12.00, 01.35 КРЫМ 12+
13.10 СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА 12+
14.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
15.00 ЮМОР! ЮМОР! ЮМОР!!! 16+
17.50 ПЕСНИ ОТ ВСЕЙ ДУШИ 12+
20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ
22.30 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН 12+
23.00 ВОСКРЕСНИЙ ВЕЧЕР 12+

НТВ КТВ

06.50 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТВ 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ!
12+
10.20 ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА 16+
11.00 ЧУДО ТЕХНИКИ 12+
12.00 ДАВАЙ ОТВЕТИ
13.00 НАШ ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЙ ДОЗОР 16+
14.00 ОДНАЖДЫ... 16+
15.00 СВОЯ ИГРА 0+
16.20 ЧЕЛОВЕК В ПРАВЕ 16+
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
18.00 НОВЫЕ РУССКИЕ СЕНСАЦИИ 16+
19.00 ИТОГИ НЕДЕЛИ
20.20 МАСКА 12+
23.50 ЗВЕЗДЫ СОШЛИСЬ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. UFC 16+
09.00, 16.55 НОВОСТИ
09.05, 14.35, 17.00, 20.00, 22.00, 01.05 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
11.30 ЛЬЖНЫЕ ГОНКИ. ФОСАГРО ЧЕМПИОНАТ РФ. МАСС-СТАРТ. МУЖ. 50 КМ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
14.55 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС. ЧЕМПИОНАТ РФ. 1/2. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
17.55 ВОЛЕБОЛ. ЧЕМПИОНАТ РФ. PARI СУПЕРЛИГА. МУЖ. 1/4. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
20.25 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС. ЧЕМПИОНАТ РФ. ФИНАЛ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
23.00 БИЛЬЯРД. ВЕТСМОН ЛЧ. 1/2. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
02.00 Д/Ф «ВЕЛИКИЙ «ЮНАЙТЕД» 12+
04.00 ЛЬЖНЫЕ ГОНКИ. ФОСАГРО ЧЕМПИОНАТ РФ. ФИНАЛ. МУЖ. 50 КМ 6+
05.55 НОВОСТИ 0+

КУЛЬТУРА K

06.30 МУЛЬФИЛМЫ 16+
07.35 Х/Ф «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ» 0+
09.05 ТАЙНЫ СТАРОГО ЧЕРДАКА 16+
09.30, 01.40 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
10.10 ЭПИЗОДЫ 16+
10.50 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ» 12+
12.20 МЕТОД СОКРАТА 16+
13.05 НЕВОЗМОЖНОГО 16+
13.30 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ БЕЛАРУСИ 16+
14.15 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ 16+
15.00 Х/Ф «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРСАГА» 12+
16.30 КАРТИНА МИРА 16+
17.15 Д/Ф «ОСТАТЬСЯ РУССКИМИ! БАЛАЛАЙКА В ПАРИЖЕ» 16+
17.45 РОМАНТИКА РОМАНСА 16+
18.40 Х/Ф «ИВАН ЗУБКОВ. СПАСИТЕЛЬ ЛЕНИНГРАДА» 16+
19.30, 19.45 НОВОСТИ 16+
20.25 Х/Ф «ЛЕТАТ ЖУРАВЛИ» 12+
22.05 ШЕДЕВРЫ МИРОВОЙ ОПЕРЫ 16+
23.30 КИНОСКОП 16+
00.10 Х/Ф «ПОСЛ ОБОСОВЕТОГО СОЮЗА» 16+

Домашний

06.30 Х/Ф «ГРУЗ ПРОШЛОГО» 16+
09.30 МЕТОД РОГОВА 16+
10.00 ПЯТЬ УЖИНОВ 16+
10.15 Х/Ф «ЧАСТЬ НА ПАУЗЕ» 16+
14.40 Х/Ф «НАЗОВИ МЕНЯ ЛЮБИМОЙ» 16+
19.00 Х/Ф «СПРЯЧЬ МЕНЯ» 16+
23.50 Х/Ф «СЕРДЦЕ РИТЫ» 16+
03.20 Х/Ф «ПРИЗЕКАЯ» 16+
04.55 Х/Ф «РОДНЯ» 16+
07.00, 07.30, 08.30, 09.30, 03.50, 04.35 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
10.35, 13.15, 15.55 ЭКСТРАСЕНС. БИТВА СИЛЬНЕЙШИХ 16+
18.30 ВЫЖИТЬ В САМАРКАНДЕ. ИГРА СЕЗОНОВ 16+
21.00 ТИТАНЫ 16+
23.00 ШОУ ВОЛИ 16+
00.00 КОНФЕТКА 16+
02.15, 03.00 ЖЕНСКИЙ СТЕПАН 16+

TNT

ЗВЕЗДА

06.00 Х/Ф «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» 12+
07.25 Х/Ф «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛГИНА» 12+
09.00 НОВОСТИ НЕДЕЛИ 16+
09.25 СЛУЖУ РОССИИ 12+
09.55 ВОЕННАЯ ПРИЕМКА 12+
10.40 ЛЕГЕНДЫ АРМИИ С АЛЕКСАНДРОМ МАРШАЛОМ 12+
11.30 Д/Ф «ТАЙНЫ ВОЕННОЙ РАЗВЕДКИ» 16+
12.20 Д/Ф «ВОЙНА МИРОВ» 16+
13.10 КОД ДОСТУПА 12+
14.00 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
14.50 СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ 16+
15.40 Д/Ф «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ» 16+
16.30 Д/Ф «ЗАГАДКИ ВЕКА С СЕРГЕЕМ МЕДВЕДЕВЫМ» 12+
17.20 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ. ЧТО РУССКОМУ СМЕШНО... 16+
18.00 ГЛАВНОЕ 16+
19.40 Д/Ф «ЛЕНДЫ СОВЕТСКОГО СЫСКА» 16+
23.50 ФЕТИСОВ. ТОК-ШОУ 12+
23.55 Х/Ф «ШОФЕР ПОНЕВОЛЕ» 12+
01.25 Х/Ф «ТРЕМБЛТА» 12+
03.00 Х/Ф «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ» 12+

ТВ Центр

05.45 Х/Ф «СКАЗКА О ЖЕНСКОЙ ДРУЖБЕ» 16+
07.15, 09.00 Х/Ф «НАСТЕНЬКА» 16+
10.55 ПОЛЕЗНАЯ ПРОГРАММА 6+
11.30, 00.25 СОБЫТИЯ
11.45 «ЛЮДЯМ НА СМЕК». ЮМОР 12+
12.45 Х/Ф «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР» 12+
14.30 МОСКОВСКАЯ НЕДЕЛЯ 12+
15.00 Д/Ф «ДОРОГИЕ ТОВАРИЩИ» 16+
15.55 Д/Ф «НАСТОЯЩИЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
16.40 Д/Ф «90-Е» 16+
17.30 Х/Ф «ОТЕЛЬ «СОЛНЕЧНАЯ ДОЛИНА» 16+
21.15 Х/Ф «ГОРНАЯ БОЛЕЗНЬ» 12+
00.40 ПЕТРОВКА, 38 16+

4 КАНАЛ

06.00, 19.00, 00.00 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+
08.00, 13.00, 20.00 НАВИГАТОР 12+
08.30, 13.30, 20.30 НАВИГАТОР LIVE 12+
09.00 МУЛЬФИЛМЫ 0+
10.00 МУЗЕЙНЫЙ РОМАН 12+
10.15 Д/Ф «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ» 12+
11.05, 23.00 Д/Ф «ВСЕШ МИР - РОССИЯ. ТУРЫ» 12+
12.00, 12.30 Д/Ф «МАГИЯ ВКУСА» 12+
14.00 Д/Ф «БОЛЬШОЙ СКАЧОК» 12+
16.00, 17.00 Д/Ф «А ДОМА ЛУЧШЕ» 12+
18.00 КАМПУС 12+
18.30 СОЛОВЕЙ РАЗГОВОРЫ 12+
21.00 Х/Ф «ЛЮБОВЬ ПО-ЯПОНСКИ» 12+

5 канал

05.45, 06.25, 07.10, 08.05 Т/С «ЛЮБОВЬ С ОРУЖИЕМ» 16+
09.00 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+
09.30, 10.25, 11.20, 12.15 Т/С «ЗАКОН ТИПЫ» 16+
13.05, 14.00, 14.55, 15.50 Т/С «ДУПЛИТ» 16+
16.45, 17.55, 19.05, 20.05, 21.05, 22.10 Т/С «КРЕПКАЯ БРОНЯ» 16+
23.20, 00.25, 01.35, 02.30 Т/С «ВОСКРЕСЕНСКИЙ» 16+

ТНВ

06.00 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
06.30 ЗАКОН. ПАРЛАМЕНТ ОБЩЕСТВО 16+
07.00 ШАГИ 16+
07.30 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
08.00 КОНЦЕРТ 16+
09.00 ТЕЛЕОЧЕРК О ВЕНЕРЕ ГАНИЕВОЙ 16+
10.00 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+
10.30 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЫЯКИ 12+
11.10 ТАМЧЫ-ШОУ 6+
11.40 РОДНАЯ ДЕРЕВНЯ 12+
12.05, 00.40 МОЛОДЕЖНАЯ ОСТАНОВКА 6+
12.35 НАРОД МОЙ... 12+
13.00, 04.35 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
13.30 СПЕКТАКЛЬ 16+
16.10 КОНЦЕРТ ГУЛЬНАРЫ ГАБИДУЛЛИНОЙ 16+
17.15, 21.00 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
18.10 КЭМИТ ЖВИТ 16+
19.05, 23.50 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
20.00 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
21.50 КОНЦЕРТ ИЛСАФ 16+
01.05 ПАНОРАМА 16+
02.45 ВЕСЕЛЫЕ ИСТОРИИ 16+
03.15 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
03.40 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+
05.00 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+

ОТВ

08.00, 11.00, 19.00, 00.00 НОВОСТИ ТУ «91/2» 16+
06.00, 06.30, 12.00, 12.30, 18.00 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
07.00 Д/Ф «МИР НА ГРАНИ» 16+
09.00, 09.30 «РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА» Д/С 12+
10.00 Д/С «ПРОКУРОРЫ. БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ» 16+
13.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
13.30 ПРОКУРАТУРА НА СТРАЖЕ ЗАКОНА 16+
14.00 Х/Ф «ЛЕКЦИИ ДЛЯ ДОМОХОЗЯЕК» 12+
15.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
16.00 Х/Ф «УСПЕХ» 12+
17.30 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
18.35 НОВОСТИ РЕГИОНА 12+
18.45 НОВОСТИ. БИЗНЕС СЕГОДНЯ 16+
20.00 Т/С «ЛЮБОВЬ НА ПОКАЗ» 16+
01.00 Х/Ф «КРОВЬ С МОЛОКОМ» 16+

СТС

06.00 МУЛЬФИЛМЫ 16+
07.00 М/Ф «ОТ ВИНТА» 12+
08.40 М/Ф «ОТ ВИНТА-2» 12+
10.25 Х/Ф «ПРИРУЧИТЬ ДРАКОНА» 6+
12.05 Х/Ф «ДЖУМАНДЖИ. ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ» 16+
14.35 Х/Ф «ДЖУМАНДЖИ. НОВЫЙ УРОВЕНЬ» 12+
17.00 БОГАТЫРСКИЕ ИГРЫ 16+
19.40 В ТЕМНОТЕ 16+
22.05 КТО ТУТ ЖУЛИК? 16+
23.05 Х/Ф «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ» 18+
01.05 Х/Ф «ЗАЩИТА ОТ ДУРАКА» 18+

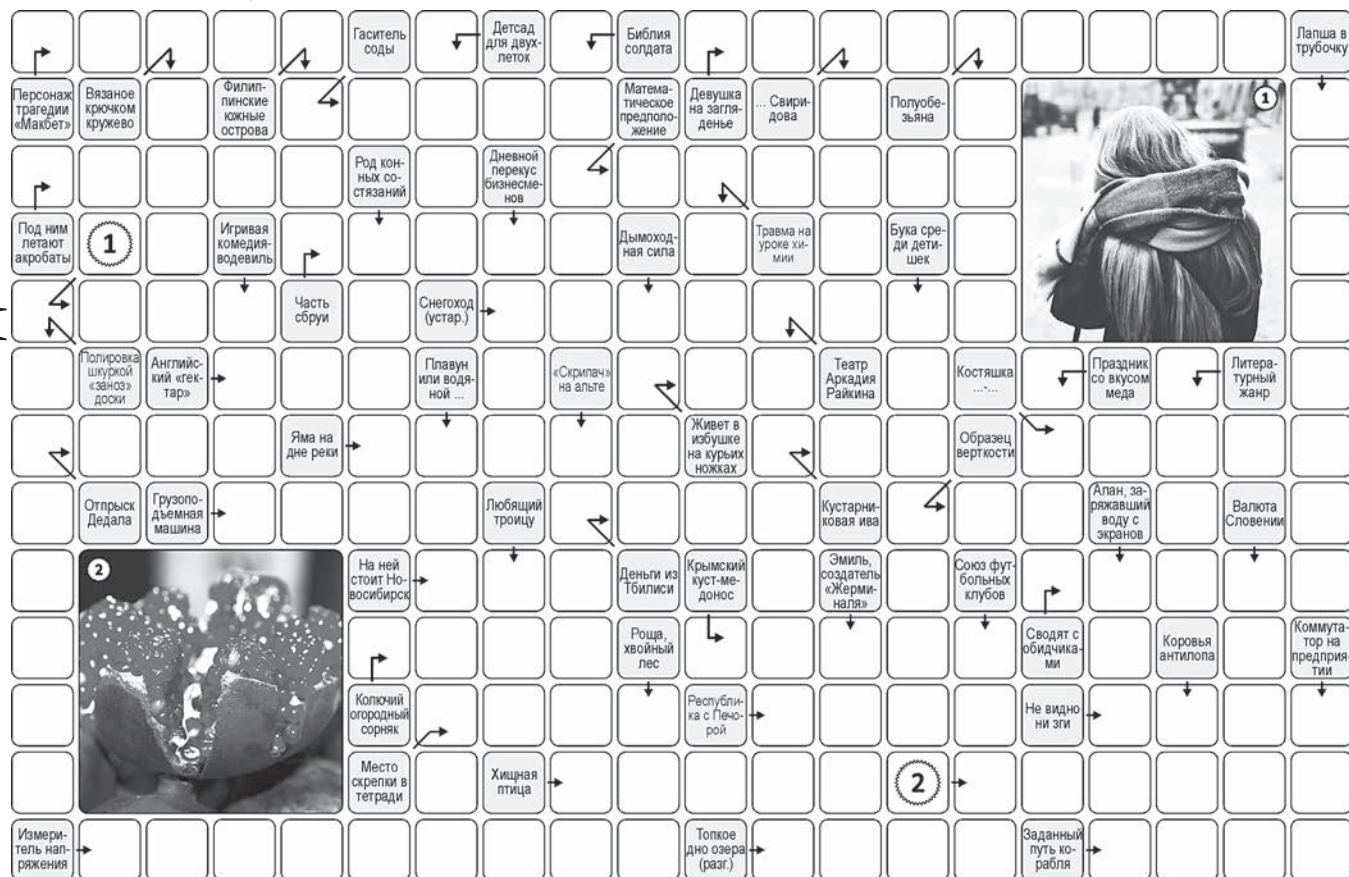
ТВЗ

06.00 МУЛЬФИЛМЫ 0+
07.30 ВКУСНО 16+
08.00 НОВЫЙ ДЕНЬ 16+
08.30, 18.00 НОВОСТИ 16+
08.40 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
10.00 Х/Ф «ВЕДЬМА ЛИЛИИ И ЗАКОЛДОВАННОЕ РОЖДЕСТВО» 12+
12.00 Х/Ф «2 БИЛЕТА НА МАРС» 16+
14.00, 22.00 Т/С «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ» 16+
23.00 ИТОГИ 16+
00.00 Х/Ф «22 ПУЛИ. БЕССМЕРТНЫЙ» 18+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30 НОВОСТИ 16+
09.00 САМАЯ НАРОДНАЯ ПРОГРАММА 16+
09.30 ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО? 16+
10.30 НАУКА И ТЕХНИКА 16+
11.30 Д/С «ЛЕГЕНДЫ И МИФЫ» 16+
13.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ИСТОРИЯ 16+
14.00 КУПИ-ПРОДАЙ 16+
15.00 Х/Ф «КОД» 16+
16.45 Х/Ф «АПРЕЛЬ» 16+
18.40 Х/Ф «ХАНА. СОВЕРШЕННОЕ ОРУЖИЕ» 16+
20.45 Х/Ф «ГЕМИНИ» 16+
23.00 ИТОГОВАЯ ПРОГРАММА 16+
23.55 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

СКАНВОРД



Ответы на сканворд, опубликованный в предыдущем номере. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Регтайм. Мопассан. Отдых. Лог. Вулкан. Трико. Уфолог. Мгла. Слойка. Пломба. Стих. Лайм. Шашка. Витте. Тюнер. Душа. Слот. Акинак. Итака. Дояр. Жор. Отдел. Вода. Денди. Енот. Каа. Ира. Бакалавр. Раба. Шакал. ПО ВЕРТИКАЛИ: Стипендиат. Горизонт. Апломб. Нагота. Гашек. Могул. Ариадна. Фарш. Ядро. Адлер. Садко. Хвост. Явор. Угли. Широта. Охват. Покой. Абака. Коток. Сenna. Агдаш. Лес. Ыжик. Одра. Пиломатериал.

«Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались»

ЮБИЛЕЙ

Ксения Ситчихина
Фото их архива клуба «Огонек»

Под таким названием прошла праздничная встреча в КЦ «Эльмаш» в Екатеринбурге, посвященная 30-летию со дня основания клуба ветеранов «Огонёк».

«30 лет – знаменательное событие, я от всей души поздравляю каждого из вас. Клуб «Огонёк» – место, в котором всегда царит атмосфера теплоты, душевности и вдохновения. Три десятка лет он объединяет активных, жизнерадостных, талантливых людей. Приятно наблюдать за тем, какие вы дружные, оптимистичные, творческие люди. Продолжайте щедро делиться огнем ваших сердец с теми, кто к вам приходит! Будьте такими же веселыми и жизнерадостными, чаще собирайтесь вместе!»

– сказал в приветственном слове Игорь Володин, депутат Екатеринбургской городской думы, который взял на себя значительную часть хлопот по организации праздника.

Здоровья, счастья, процветания клубу «Огонёк» пожелали гости: директор КЦ «Эльмаш» Семен Кузьмин, заместитель председателя горсовета ветеранов Любовь Бебенина, начальник управления социальными отношениями районного Орденом Почета районного Орденом Почета района Наталья Чепуштанова и большой друг клуба Николай Сергеев.

Участники клуба активно включились в праздничное действо и не могли усидеть на месте: пели песни, танцевали. В зале стояла атмосфера душевной теплоты и радости, которую создали для ветеранов хор «Катюша» и детский творческий коллектив «Штурм» под руководством Светланы Чистяковой. А трио «Лель» исполнили всеми любимые песни.



Удивительный деревенский музей

УВЛЕЧЕНИЯ

Римма Врубель
Фото автора

Признаюсь: такого музея фауны севера Урала и Тюменской области больше нигде не увидишь. Но что еще более удивительно, этот музей – частный.

С ружьем по северу

Находится такой музей в маленькой деревеньке Савиной в Пышминском районе – малой родине основателя и хозяина музея Валерия Николаевича Трубина. Здесь же живет его мать, 92-летняя Любовь Семеновна. Ей нужна забота, по этой причине Валерий Николаевич в последние годы живет вахтовым методом: полмесяца – в Нижневартовске, где у него – семья и работа, еще полмесяца – на малой родине.

На севере, в ХМАО он оказался после окончания Тюменского индустриального института и всю жизнь как геофизик отдал работе в «Нефтегазе».

Занимаясь поставками оборудования для нефтяников и газовиков, Валерий Николаевич никогда не расставался с ружьем и все экспонаты для своего музея добыл сам. Сейчас их, кстати, уже больше сотни. Вначале отвел им большой зал на первом этаже своего дома, а когда экспонатам стало тесно, они «пошли» на второй этаж. Теперь их можно увидеть буквально в каждой комнате просторного дома.

Впервые Валерий Николаевич взял в руки ружье в 12 лет. Его подарил ему дед Семен Евдокимович, заядлый охотник. И вот уже 60 лет геофизик Трубин не расстается с оружием. Говорит, что «облазил» с ним все окрестности Нижневартовска в радиусе 500 километров, охотился на Алтае и в Тазовской Губе на побережье Карского моря, летал в Игарку Красноярского края.

Давайте пройдемся по домашнему музею. При входе посетителей встречает высоконогий рост медведя, стоящий на задних лапах. На его голове красуется зеленая фуражка – дань уважения по-

гранвойскам, в которых проходил срочную службу хозяин музея. Вся соседняя стена отведена птицам. Чучело каждого пернатого помещено в закрытый киот. Вчитываясь в названия птиц: гагара красношейная, черныш желтоглазый, большой кроншнеп, турпан, гагара чернозобая, белая куропатка, лунь болотный, гоголь, неясыть, сова... Названия многих я и не слышала, не говоря уж о том, что не видела этих птиц. После названия везде указана фамилия коллекционера. Интересно, почему? Как оказалось, эти птички участвовали в выставке в одном из музеев Екатеринбурга.

А вот – рысь, выдра, соболь, горностай. На ветке расположилась белка-



летяга. Устрашающе выглядят чучела кабанов. На полу лежат выделанные шкуры волков. Добыть дикое животное – непростое дело, но ведь и чучело надо сделать профессионально, а это очень хлопотное и ответственное дело.

– В этом мне помогает работник одного из музеев Екатеринбурга, специалист своего дела Дмитрий Санников, – пояснил В.Н. Трубин.

Живые экспонаты

Чудеса у Валерия Николаевича Труби-

на можно увидеть не только в самодельном музее. На территории усадьбы он вырыл два водоема, в которых даже в сильный мороз спокойно плавают десятка полтора уток и красавец лебедь. Чтобы вода не замерзала, хозяин подогревает ее с помощью компрессора. В эти водоемы он периодически запускает мальков разных рыб. Сейчас, к примеру, там водятся караси, щуки, линь и толстолобик.

В.Н. Трубин пригласил нас в еще одно помещение, расположенное во дворе.

Мы увидели в нем... павлинов! Среди нескольких симпатичных пав вальяжно расхаживал самец, время от времени расправлявший свой изумительной красоты длинный хвост. Через стенку на жердочке сидел павлин-альбинос – абсолютно белый. Увы, собравшись не признали его за своего, Валерий Николаевич вынужден был поселить его отдельно. Самки, живущие здесь уже несколько лет, так освоились, что летом несут яйца и высиживают птенцов.

Я обратила внимание, что здесь же в клетке находится самый обыкновенный петух. Он появился в пернатой «коллекции» неожиданно. Однажды Валерий Николаевич подарил внучке игрушечный инкубатор. Она положила в него куриное яйцо, вскоре вылупился цыпленок. Он повзрослел, но пока живет одиночкой.

Приезжайте на экскурсию!

После знакомства с удивительным хозяйством В.Н. Трубина у меня невольно возник вопрос: а кто видит все это, знают ли в районе об этом замечательном музее? Сюда ведь можно привозить на экскурсии гостей со всего района, а также из соседних Камышлов и Талицы. Валерий Николаевич готов бесплатно провести экскурсию. Но, похоже, руководители Пышминского района не слышали о существовании такой экспозиции. Хочется надеяться, что теперь узнают из нашей газеты.

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ ВО ВРЕМЯ ПОСТА

СОВЕТЫ ЭКСПЕРТОВ

здоровое-питание.рф

Великий пост в 2025 году продлится с 3 марта по 19 апреля. На протяжении последних десятилетий все большее число россиян выбирают жить осознанной церковной жизнью, неотъемлемой частью которой являются многодневные посты. Остановимся на правилах питания, которых необходимо придерживаться в это время.

Главное правило – из рациона исключаются все «скоромные» продукты животного происхождения – мясо, рыба, молоко и молочные продукты; в отдельные дни предписывается воздерживаться от употребления пищи, прошедшей термическую обработку, растительного масла, вина. По пищевым ограничениям постные дни делятся на несколько «степеней строгости»:

«**Сухоядение**» – употребление холодной, не проходившей термическую обработку пищи без добавления растительного масла. Разрешены хлеб, свежие, сушеные и квашеные овощи и фрукты, орехи.

«**Варение без елей**» – горячая пища, приготовленная без добавления масла; разрешена термическая обработка в процессе приготовления блюд – варение, тушение, запекание, приготовление на пару.

«**Разрешение на вино и елей**» – разрешение на добавление в пищу растительного масла, допускается и даже рекомендуется употребление умеренного количества виноградного вина.

«**Разрешение на рыбу**» – допустимо употребление рыбных блюд. Во время поста таких дней два: в праздник Благовещения, если он не приходится на дни последней недели Великого поста – Страстной седмицы, и в Вербное воскресенье.

Согласно правилам поста, в будни пища принимается 1 раз в день – в вечернее время. В субботу и воскресенье

пища принимается дважды – в обеденное время и вечером. Соблюдать эти правила можно только после консультации с врачом. Важно понимать, что в современных реалиях нет возможности установить единый канон поста, одинаково приемлемый для здоровых людей и болеющих, для детей и пожилых. В правилах поста указаны ограничения, на которые следует ориентироваться, но не воспринимать их как закон, не допускающий исключений.

К посту следует подходить разумно и поэтапно. Начиная занятия спортом, никто в трезвом уме не подступится к штанге в 100 кг, если до этого поднимал только 30. Если же рискнет, то не только не достигнет результата, но и подорвет здоровье. Так и начинающие постящиеся, не имея опыта в соблюдении пищевых ограничений, допускают во время Великого поста ряд ошибок в питании.

Основные ошибки постящихся

• Резкое исключение животной пищи. К Великому посту подходят постепенно, соблюдая ограничения в употреблении животной пищи не только каждую среду и пятницу на протяжении года, но и в течение предвещающей 40-дневный пост Масленичной недели, называемой «мясопустной», во время которой предписано воздержание от употребления мясной пищи. Резкий переход от привычного рациона с частым и обильным употреблением продуктов животного происхождения к питанию по строгому канону поста приводит к обострению хронических заболеваний, нарушению углеводного обмена, что проявляется резкой слабостью, потливостью, головной болью, обмороками.

• Избыток углеводистой еды и продуктов с «пустыми» калориями. Внезапное изменение питания с переходом на постную пищу влечет за собой постоянное чувство голода. Желание перекусить приводит к употреблению лапши быстрого приготовления, сухарей, сухариков, карамельных конфет. Являясь формально постными продуктами, они не могут считаться пи-



щей, полезной для здоровья, так как имеют состав, практически лишенный витаминов, минералов, белка и клетчатки, зато содержат много углеводов и жиров. При избыточном поступлении углеводов возрастает чувствительность к аллергенам, что ведет к обострению инфекционных и аллергических заболеваний.

♦ Лишенный разнообразия рацион. Есть на протяжении 7 недель только гречневую кашу на воде, яблоки или рис и квашеную капусту – это невкусно, не полезно и быстро приедается. Следует стремиться к разнообразию рациона. Из овощей доступны капуста белокочанная, цветная, брокколи, морковь, свекла, тыква, лук репчатый и порей, сельдерей корневой и черешковый. Фрукты – яблоки, груши, гранат, хурма, цитрусовые, виноград. Бобовые – горох, чечевица, соя, фасоль. Крупы – гречневая, овсяная, ячневая, пшенная, кукурузная, булгур.

Советы постящимся

✓ Употребляйте достаточное количество белковой пищи. Ежедневно ешьте продукты с высоким содержанием растительного белка – гречневая крупа, бобовые.

✓ Употребляйте достаточное количество растительного жира, источником которого могут служить растительные масла: подсолнечное, оливковое, тыквенное, или орехи: грецкие, миндаль-

ные, фундук.

✓ Обязательно ешьте рыбу в те дни, когда это разрешено.

✓ Употребляйте достаточное количество растительной клетчатки. Добавляйте отруби в супы, каши. Обязательно ежедневно в пищу должны присутствовать овощи и фрукты.

✓ Ограничивайте употребление рафинированных, «быстрых» углеводов: сахар, карамель, макаронные изделия, картофель. Из сладостей отдавайте предпочтение сухофруктам, меду. Компенсируйте потребность в углеводах за счет употребления продуктов, содержащих нерафинированные, «медленные» углеводы – крупы, овощи.

✓ Лучше отказаться от кофе и крепкого чая. Пейте морсы, компоты, травяные чаи. Конечно, не забывайте про чистую питьевую воду.

Помните, что пост не является диетой, не предполагает физического оздоровления – это не лечебное питание. Смысл соблюдения поста – в его ограничительной составляющей, что имеет особое значение в напряженной духовной работе православного человека над собой. Без контроля за своими мыслями, словами, поступками, которые могут причинить боль или ранить ближнего, нет никакого смысла в соблюдении пищевых ограничений, накладываемых постом.

ВЕСНА И АСТЕНИЯ: КАК ВОССТАНОВИТЬ СИЛЫ?

К СВЕДЕНИЮ

«Красота и здоровье»

Что для вас весна? Прилив сил, новые планы? Или усталость, сонливость и желание отдохнуть? О том, как восстановить силы в сложное время года, рассказывает Виталий Ковальчук, заслуженный врач РФ, врач-невролог, доктор медицинских наук, профессор.

Весенний упадок сил объясняется особенностями уходящего зимнего периода – авитаминозом и темным временем суток, во время которых в организме в повышенном количестве вырабатывается гормон сна мелатонин. И хотя солнца весной стало больше, организм еще не осознает этого: мелатонина накопилось много – значит, необходимо больше спать. Но астению – состояние постоянной слабости, разбитости – можно наблюдать и осенью, и летом, ведь причины у нее могут быть разными.

Астения может быть физиологической, функциональной – возникать в результате длительного стресса или перенесенного заболевания, или органической.

Функциональная астения – приходящая и уходящая самостоятельно, не

требует приема медикаментов и специального лечения. Человеку достаточно отдохнуть, принять солнечные ванны, и симптомы уходят сами собой.

Органическая астения не проходит с отдыхом и требует лечения. Ведь значительно снижается устойчивость и к физическим, и к интеллектуальным нагрузкам. При астении такого типа могут нарушаться кратковременная память, хранение и воспроизведение новой информации, концентрация внимания. Мышление замедляется, человек пытается решить какую-то задачу, но его попытки являются неэффективными: невозможно сконцентрироваться на одной мысли.

Существует набор симптомов, который можно заметить у себя или близких при астении: постоянные перепады настроения – человек смеется, а через минуту начал плакать; повышенная утомляемость; нарушения сна – трудности с засыпанием, кошмары во сне, частые просыпания; сложности с концентрацией внимания. Признаки астении: постепенно нарастающая усталость; состояние длится долго – месяцами, а то и годами; после отдыха не наступает облегчения.

Астения в серьезной стадии дает характерный симптом, который врачи называют «раздражительная слабость»: состояние, которое быстро истощает самого пациента, переходя в «слезливую раздражительность». Человек сначала нервничает, необоснованно повышает на кого-то голос, затем сразу впадает в слезливое состояние. Часто у таких пациентов можно наблюдать повышенный уровень тревожности, необоснованные страхи и опасения.

В последние годы возраст астении стал моложе: лет 15 назад врачи в основном говорили о старческой астении, а сегодня они наблюдают преобладание этого состояния у людей 40–50 лет, и среди молодых оно стало встречаться чаще.

При описанных выше жалобах врач назначит пациенту определенные анализы, чтобы понять органическую причину, которая привела к астении. К примеру, по анализу крови на гормоны можно понять, нет ли у человека гипотиреоза – недостатка гормонов щитовидной железы, при котором тоже наблюдаются симптомы астении.

Астения коварна тем, что при ее прогрессировании возможно такое грозное

осложнение, как нейроциркуляторная астения, при которой начинают проявляться все симптомы, характерные для самых различных заболеваний: боли в сердце и голове, удушье, у больных появляются панические атаки. Все это способно привести к инфаркту миокарда или головного мозга. Но наиболее часто встречающиеся осложнения – физическое и психологическое истощение.

Чтобы этого не произошло, необходимо помнить о соблюдении режима труда и отдыха, физических нагрузках, прогулках. Не менее важны диетические особенности питания, где важная роль принадлежит триптофанам, которые способствуют синтезу в организме серотонина и мелатонина – веществ, которые поддерживают нормальный цикл «сон-бодрствование». Триптофаны содержатся в бананах, мясе индейки, хлебе из зерна грубого помола.

Надо ли лечить астению? Все зависит от степени астении, которую переживает пациент. Определить ее поможет врач-невролог. Одним людям будет достаточно принять курс поливитаминов, другим потребуются прием антидепрессантов и курс физиотерапевтических процедур.

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ САДОВОДА, КОТОРЫЕ ЕСТЬ У КАЖДОГО

ПРОВЕРИМ?

www.botanichka.ru

Не существует универсального способа садоводства. Каждый участок так же уникален, как и его владелец. Однако общеизвестно, что некоторые вредные привычки вызывают лишние проблемы или гибель растений. Давайте разберем несколько садоводческих привычек, которых следует избегать.

Слишком много работать. Садовые работы должны приносить удовольствие и расслаблять. Если от нагрузки болят спина, колени, вы плохо себя чувствуете, возможно, пришло время изменить некоторые садовые привычки. Цель садовода – работать умнее, а не усерднее.

Например, для облегчения полива установите систему капельного орошения. Если у вас болит спина, обязательно организуйте высокие грядки. Сажайте только такое количество грядок, за которыми у вас есть время ухаживать. Если у вас болят колени от наклонов, приобретите садовый стульчик.

Пренебрежение здоровьем почвы. Не забывайте о том, что ваша главная «садоводческая» задача – обеспечивать среду обитания для множества почвенных организмов и питать их. Улучшение здоровья почвы поможет не только увеличить размер урожая, но и уменьшить проблемы с дренажем участка, ограничить рост сорняков. Создание здоровой почвы – это ежегодное внесение компоста или хорошо перепревшего навоза и отказ от перекопки.

Позволить сорнякам давать семена. Сорные растения известны невероятной продуктивностью. Их семена смогут прорасти практически в любой почве и распространиться по всему саду с одним порывом ветра. Однако многие садоводы имеют привычку позволять сорнякам разрастаться, прежде чем их выдернуть. К сожалению, сорняки растут гораздо быстрее огородных культур. Несколько экземпляров того же одуванчика могут превратиться в сотни менее чем за неделю.

Каждый раз, когда вы оставляете растение цвести и формировать семенные головки, новые семена добавляются в ваш личный «банк семян нежелательных растений». Удаляйте сорняки своевременно!

Оставлять грядки пустыми. Опытные садоводы советуют не оставлять почву голой и открытой для стихий. Хорошая привычка – мульчировать грядки смесью органических материалов: соломы, коры, щепы. Такой метод поможет сохранить влагу, высвободить питательные вещества и поддерживать активность микроорганизмов.

Другой метод – высевать на освободившиеся от сбора урожая грядки быстрорастущие овощные культуры, способные дать урожай до заморозков. К примеру, салат.

Загущенные посадки. Начинающие садоводы могут подумать, что посадка большого количества семян на одной грядке даст большой урожай в целом, но это не так. Для каждой культуры есть идеальное расстояние для полноценного роста.

Например, если вы оставите расстояние менее 2,5 см между морковью, вы можете получить гораздо меньший урожай, чем если бы проредили их на 10 см друг от друга. Слишком тесное расположение вызывает чрезмерную конкуренцию между растениями.

Каждое отдельное растение борется за то, чтобы получить достаточно солнечного света и воды для своего роста. В результате у вас может оказаться пучок корней размером с зубочистку вместо увесистых корнеплодов.

Неэффективный полив. Садоводы, забываясь об экологии, могут взять за привычку поливать насаждения более эффективно. Проще всего реализовать эту идею в виде капельного орошения. Вы также можете экономить, собирая дождевую воду в бочках, мульчируя грядки и поливая культуры по утрам, когда вода испаряется медленнее.

Чрезмерный полив. Основная причина чрезмерного полива заключается в предположении, что растениям все время нужно одинаковое количество воды. Это не так. Чрезмерный полив быстро нанесет вред вашим растениям, вызывая корневую гниль, задержку роста и отсутствие плодов.

Изменения температуры, влажности, количества осадков, стадии роста растения и типа почвы существенно влияют на то, сколько воды потребуется в определенное время. Возьмите за привычку проверять влажность почвы перед тем, как полить.

САЛАТ «МОНАСТЫРСКИЙ»

ВКУСНО ПОЕДИМ!

www.russianfood.com

Рецепт этого салата с шампиньонами приходит на помощь в пост. Сытно, вкусно и просто.

Потребуется на 4 порции: консервированная кукуруза – 350 г, рис – 5 ст. ложек, шампиньоны – 400 г, морковь – 1 шт., огурцы маринованные – 2 шт., репчатый лук – 2 шт., растительное масло – 2 ст. ложки, постный майонез – по вкусу, соль – по вкусу, укроп – по вкусу.

Приготовление: промыть рис. Отварить до готовности 25-30 минут. Промыть и почистить лук, морковь и грибы.

Морковь натереть на крупной терке. Лук порезать кубиками. Отделить половину. Грибы порезать кусочками.

Разогреть сковороду. Налить растительное масло и выложить лук и морковь. Тушить, помешивая, 2-3 минуты на среднем огне. Добавить грибы. Тушить все вместе, помешивая 5-7 минут. Охладить.

С консервированной кукурузы слить воду. Порезать кубиками маринованные огурцы.

Все ингредиенты смешать, посолить, заправить майонезом. Не забудьте отложенный в сторону лук. Все хорошенько перемешать и выложить в салатницу. Украсить грибочками и мелко нарубленным укропом.

КАКИЕ МАКАРОНЫ ВЫБРАТЬ?

ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ

здоровое-питание.рф

Макаронные изделия относятся к сложным углеводам, снижают уровень вредного холестерина, снабжают организм клетчаткой, дают долгое чувство сытости.

Полезны для здоровья макароны, произведенные из пшеницы твердых сортов. На упаковках это может обозначаться как «группа А», «1 класс», «пшеница твердых сортов».

Чем больше белка в составе макарон, тем лучше. Минимум – 12 г на 100 г продукта. Качественные изделия – гладкие, желтого или золотистого цвета, стекловидные в месте разлома. Слишком белый цвет, обилие разломанных частичек и крошек указывают на использование мягких сортов пшеницы, такой продукт лучше не покупать.

Если хотите попробовать макароны необычного цвета, прочитайте на упаковке, какой краситель использовал производитель. Берите только изделия с натуральными красителями – свекольный или морковный сок, шпинат, чернила каракатицы.

Соблюдайте правила приготовления.

На родине пасты – в Италии – принято готовить ее до состояния «аль денте». Это значит, что макароны остаются слегка недоваренными. Такой способ позволяет сохранить пищевые волокна, которые стимулируют перистальтику кишечника.

Варить макароны нужно в высокой емкой посуде с толстыми стенками, не жалея воды: 1 л на каждые 100 г. Повара советуют солить воду до закипания, опустить изделия в сильно кипящую воду, а затем убавить огонь до среднего и перемешивать пасту во время варки.

Готовые макароны нельзя промывать водой, особенно холодной. Этим вы сразу уменьшите содержание витаминов в продукте. Подавать пасту на стол нужно с пылу-с жару, дымящейся.

Макароны полезнее всего сочетать с овощами, грибами, постными видами мяса: индейкой, курицей, легкими сырами, например, нежирной брынзой. Заправлять – томатным соусом. Точно не стоит есть макароны с соусами на основе майонеза. Стоит помнить, что даже «правильная» паста – блюдо не на каждый день. Ешьте ее 2-3 раза в неделю, но желательно – не на ужин, тогда макароны пойдут на пользу вашему здоровью.



www.sechenov.ru

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЗАУСЕНЦЕВ

НА ЗАМЕТКУ

«Полезные советы»

Во время работы по дому кожа рук требует регулярной защиты. Работать желательно в перчатках, в конце дня обязательно смазывать руки кремом. Но от заусениц и в этом случае никто не застрахован. Как избавиться от них в домашних условиях?

Одно из самых доступных и действенных средств – ванночки с морской солью. В теплой воде достаточно растворить

1 чайную ложку соли (без горки) и опустить в нее руки на 20 минут. Хорошо добавлять в такие ванночки пару капель эфирных масел. Для профилактики делать трижды в неделю.

Очень эффективен рецепт с каланхоэ: несколько листиков промыть и высушить. Затем растереть в кашицу, которую тут же нанесите на заусеницы, и обмотать пальцы пищевой пленкой. Желательно выдержать 2 часа. После такого компресса промыть руки теплой водой и нанести крем.

КАК СДЕЛАТЬ РАЗРЫХЛИТЕЛЬ ТЕСТА

ДОМАШНИЕ ХИТРОСТИ

www.polsov.com

Сделать разрыхлитель для выпечки своими руками просто, а экономия при этом существенная.

Дозировка указана в частях, так как мерная ложка может быть любая, в зависимости от массы, которую вы хотите приготовить. Большой объем лучше не делать, разрыхлитель может слежаться. Если все же решите сделать больше, то положите в баночку кусочек сахара для устранения влажности.

Потребуется: мука – 12 частей (мука

добавляется для удобства дозирования разрыхлителя, производители иногда используют вместо нее картофельный крахмал, в домашних условиях это ни к чему); пищевая сода – 5 частей; лимонная кислота – 3 части.

Приготовление: в сухую баночку с плотной крышкой всыпать всю муку, затем соду и лимонную кислоту, перемешать массу сухой деревянной ложкой. Затем плотно закрыть банку и хорошенько ее потрясти, чтобы все компоненты равномерно перемешались. Хранить разрыхлитель в плотно закрытой баночке.

СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ

«Милый мой бухгалтер»

«Как замечательно, что в каждом номере моей любимой газеты «Пенсионер» вы печатаете любимые нами, пенсионерами, песни. Прошу, напечатайте слова песни, которая мне нравится», — пишет Анатолий Павлович Баженов из Екатеринбурга.

Слова Алёны Апиной,
музыка Виталия Окоркова

Мне надоело петь про эту заграницу.
Надену валенки да красное пальто,
Пойду, проведу любимую столицу,
Хоть в этом виде не узнает и никто.
Возьму с собой я на прогулку кавалера —
Он песенки мои все знает наизусть.
Не иностранец и не сын миллионера —
Бухгалтер он простой, да ну и пусть!
Бухгалтер, милый мой бухгалтер, —
Вот он какой, такой простой.
Бухгалтер, милый мой бухгалтер,
А счастье будет, если есть в душе покой.
Бухгалтер, милый мой бухгалтер —
Вот он какой, такой простой.
Бухгалтер, милый, милый мой бухгалтер,
Зато родной, зато — весь мой!
Приди в холодную и пыльную конторку,
Разложит с папками бумаги на столе,
Закрутит в трубочку советскую махорку
И будет думать только, только обо мне.
Рабочий день его почти уже закончен,
А дебет с кредитом остался не сведён.
Ему плавать на это, лишь бы днём и ночью
Я пела эту песенку о нём!

РЕКОРДНОЕ ФИНАНСИРОВАНИЕ СВЕРДЛОВСКОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ В 2025 ГОДУ

ОФИЦИАЛЬНО

Депутаты Заксобрания Свердловской области единогласно утвердили Территориальную программу государственных гарантий бесплатного оказания медицинской помощи на 2025-2027 годы.

Этот документ определяет порядок, условия и объёмы оказания бесплатной медицинской помощи уральцам на ближайшие три года. В 2025 году объём финансирования отрасли достигнет рекордных 142,4 млрд рублей, что почти на 13% превышает показатели минувшего года.

Впервые установлены нормативы объёма медицинской помощи для центров здоровья и школ пациентов с различными хроническими заболеваниями. Особое внимание уделено профилактическому направлению, расширены возможности диагностики онкологических заболеваний. Установлены чёткие нормативы по отдельным видам кардиохирургических операций, включая стентирование при инфаркте миокарда и имплантацию кардиостимуляторов. В 2,5 раза увеличен норматив для лечения пациентов с вирусным гепатитом С в условиях дневного стационара.



При этом из программы исключены нормативы на выявление covid-19 в связи со значительным снижением заболеваемости. Теперь тестирование на коронавирусную инфекцию будет проводиться в рамках обычного посещения врача и оплачиваться по системе подушевого финансирования.

«Документ учитывает и федеральные требования, и региональную специфику, что позволит обеспечить качественную медицинскую помощь всем жителям Свердловской области», — отметил областной министр здравоохранения Андрей Карлов.

Департамент информполитики

ХОТИТЕ И ВЫ ОСВОИТЬ ИНТЕРНЕТ?

СОЦФОНД ИНФОРМИРУЕТ

В 2024 году сотрудники отделения Социального фонда России по Свердловской области провели 1013 уроков по компьютерной грамотности и работе в Интернете, открыв двери в мир онлайн-возможностей более чем трем тысячам «серебряных» пользователей.

Большинство занятий было органи-

зовано в Центрах общения старшего поколения, где пенсионеры осваивают компьютер, находят новых друзей, делятся опытом и просто интересно проводят время. В регионе открыто уже 9 таких центров.

Активной ученицей программы компьютерного ликбеза в прошлом году стала 84-летняя Людмила Константиновна Кравцова из Камышлова, которая за-

горелась желанием освоить социальные сети и научиться оплачивать коммунальные услуги онлайн. И у нее получилось!

Одно из главных мероприятий программы — всероссийский конкурс «Спасибо Интернету!». Каждый год он собирает тысячи представителей старшего поколения со всей страны, где участники соревнуются между собой и наглядно демонстрируют полученные на курсах навыки.

Пройти уроки компьютерной грамотности в Свердловской области можно в

Центрах общения старшего поколения, расположенные в Каменске-Уральском, Алапаевске, Карпинске, Первоуральске, Камышлове, Кировграде, Екатеринбурге (Чкаловский и Ленинский районы).

Если остались вопросы, вы можете обратиться в контакт-центр: 8 (800) 100-00-01 (звонок бесплатный, режим работы — с понедельника по четверг с 8.30 до 17.30, в пятницу — с 8.30 до 16.30).

Пресс-служба отделения СФР по Свердловской области

ВЫЛЕЧИТЬ ВАРИКОЗ БЕЗ ОПЕРАЦИИ ВОЗМОЖНО В МНОГОПРОФИЛЬНОМ МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ «АНГИО ЛАЙН».

«Ангио Лайн» уже 15 лет специализируется на вопросах сосудистой патологии. У нас работают флебологи с опытом более 25 лет, кандидаты и доктора медицинских наук. В арсенале — новейшее оборудование для диагностики и лечения варикоза.

Используем все сертифицированные в РФ методы лечения варикозной болезни: биоклей VenoSeal, радиочастотная облитерация (РЧО), лазерная коагуляция (ЭВЛК), все виды склеротерапии, термокоагуляция

- * Лечим даже запущенные случаи варикоза.
- * Работаем с пациентами с тяжелой сопутствующей патологией (в том числе с онкологией)
- * Оказываем помощь после предыдущих неудачных случаев лечения.
- * Предоставляем услугу «Альтернативное мнение флеболога» — любой человек с установленным диагнозом может получить второе мнение эксперта совершенно бесплатно!



По воскресеньям для пенсионеров действует скидка 5% на прием флеболога в филиале на 8 Марта, 86.

Запись на прием
+7(343)304-64-66
www.mc-angio.ru

Екатеринбург, ул. 8 Марта, 86
(м. Геологическая, м. Чкаловская)

Реклама. Л041-01021-66/00351875 от 12.07.2018. ООО Медицинский центр «АНГИО ЛАЙН» ИНН 6679072359 ОГРН 115665802228

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА

НАШ САЙТ: газетапенсионер.рф **Пенсионер** №11 (1241)
ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

подписной индекс: П3196

Подписаться можно в почтовых отделениях области с любого месяца
Платеж через ПАО СБЕРБАНК — ИНН 6659037532

Общественно-политическое издание. Учредитель ООО «Исток», г. Екатеринбург, ул. Шуваловская, 2. Газета зарегистрирована 29.10.1999 г. в Уральском региональном управлении Госкомпечати РФ, №Е-3276. Газета выпускается при финансовой поддержке Министерства цифрового развития РФ.

При перепечатке материалов ссылка на «Пенсионер» обязательна. В соответствии с законом РФ «О средствах массовой информации» редакция имеет право не отвечать на письма и не пересылать их в инстанции. Редакция может публиковать материалы, не разделяя точки зрения автора. Все товары и услуги, рекламируемые в номере, подлежат обязательной сертификации, цена действительна на момент публикации. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. Рукописи не возвращаются и не рецензируются. Решение о публикации или об отказе в ней принимается редакцией.

Адрес редакции и издателя: Россия, 620000, Екатеринбург, ул. Антона Валека, 15, оф. 602.
Телефон: 8-922-019-56-04. E-mail: ps@mediakrug.ru.

Сайт: газетапенсионер.рф

Газета распространяется по подписке, в газетных киосках, почтовых отделениях города и области. Цена — договорная. Газета отпечатана в АО «Прайм Принт Екатеринбург», Россия, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18, корп. Н. Сдана номера в печать по графику — 16.00, фактически — 13.00, 11.03.2025 г. Дата производства 11.03.2025 г.

Выход в свет 12.03.2025 г. Тираж 11 600 экз. Заказ 722.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова,

E-mail: ps@mediakrug.ru

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка В. Маргиева

Отдел объявлений М. Волкова.

Отдел подписки О. Бирюмова, тел. 8 953-825-76-81

По вопросам доставки газеты звонить:

по Екатеринбургу — (343) 371-45-04

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР» по QR-коду

