

Пенсионер

№ 12 (1294)
18 МАРТА 2026 г.

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ

Дежурный по номеру

Какие культурные мероприятия в органах соцзащиты вы посещаете?

Ваши звонки принимаются с 19 по 24 марта. Звоните с 10 до 16 часов.

8-922-102-78-94
Марина Георгиевна Блинова

САМОЕ ГЛАВНОЕ – БЕЗОПАСНОСТЬ!

Елена Зинковская
Фото из открытых источников

Ежегодно 15 марта во всём мире отмечают День защиты прав потребителей. В 2026 году он проходит под девизом: «Безопасные товары, уверенные потребители».

Теме защиты прав потребителей самых разных услуг посвящены несколько публикаций в сегодняшнем номере газеты.

Мы всё чаще покупаем товары в Интернете, заказываем из других стран, сталкиваемся с огромным количеством брендов и продавцов. Как среди этого многообразия не нарваться на опасный или некачественный товар?

По данным Организации экономического сотрудничества и развития, 87% отозванных или запрещенных товаров все еще доступны для покупки в Интернете. Речь идёт не просто о разочаровании от неудачной покупки, а о прямой угрозе жизни, здоровью и имуществу людей. В зоне риска – всё: от детских игрушек с токсичными красителями до некачественной электроники, способной вызвать пожар. Эти товары могут попасть в дом, если не знать своих прав и не уметь их защищать.

Изменения в российских законах

В этом году День защиты прав потребителей совпал с важными изменениями в российских законах.

Всё по-русски. Теперь информация на вывесках, указателях, в магазинах и на сайтах должна быть на русском языке. Это касается текстов, которые предназначены для всех, например, режим работы, условия акций, описания товаров.



Это нужно, чтобы каждый покупатель понимал, что ему предлагают. Никакой путаницы, никаких скрытых условий на непонятном языке. Всё честно и прозрачно.

Кроме того, с 1 октября 2026 года вступает в действие Федеральный закон №289 «Об отдельных вопросах регулирования платформенной экономики в Российской Федерации». Он усиливает ответственность маркетплейсов и интернет-магазинов за безопасность реализуемых товаров.

Как защитить себя?

Никакие законы не будут работать эффективно без активной позиции самих граждан. Чтобы чувствовать себя уверенно при любой покупке, достаточно соблюдать несколько простых правил.

Проверяйте товар. Перед покупкой читайте отзывы, спрашивайте сертификаты соответствия. Читайте этикетки: состав, срок годности, контакты произ-

водителя. Если информации нет или она непонятна, лучше отказаться от покупки. Отсутствие маркировки на русском языке – тревожный сигнал.

Проверяйте продавца, его юридический адрес и условия возврата товара. Отсутствие маркировки на русском языке – тревожный сигнал.

Проверяйте продавца, его юридический адрес и условия возврата товара. Отсутствие маркировки на русском языке – тревожный сигнал.

Цифровые помощники на страже качества

Важную роль в создании рынка безопасных товаров играют современные технологии. Например, внедрение

цифровой маркировки уже позволило не только увеличить объёмы легальной продукции в обороте, но и дало покупателям действенный инструмент защиты от контрафакта. Используйте приложение «Честный знак». Оно помогает получить полную информацию о происхождении и легальности товара.

Государственный информационный ресурс в сфере защиты прав потребителей создан «Роспотребнадзором» по поручению Правительства Российской Федерации. Доступ к ресурсу осуществляется по адресу: zpp.gosspotrebnadzor.ru. Здесь можно проверить, не числится ли товар в реестре опасной продукции.

Специалистами по защите прав потребителей ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» разработан сайт Консультационного центра: www.kc66.pf. По этой ссылке жители нашей области могут оперативно получить электронную консультацию, записаться на личный прием к специалистам по защите прав потребителей и в Екатеринбурге, и в других населенных пунктах Свердловской области.

На сайте представлена полезная информация для граждан. Например, в разделе «Азбука потребителя» можно скачать типовой бланк документа по защите прав потребителей, ознакомиться с памятками по различным вопросам потребительских отношений и видеороликами по защите прав потребителей финансовых услуг.

Задать вопросы можно и по телефону Единого консультационного центра «Роспотребнадзора»: **8-800-555-49-43** (звонок бесплатный). Операторы Единого консультационного центра осуществляют круглосуточный прием звонков, первичную консультацию.

ПРОВЕРКА КРОВЕЛЬ МНОГОКВАРТИРНЫХ ДОМОВ СРЕДНЕГО УРАЛА

ОФИЦИАЛЬНО

Департамент государственного жилищного и строительного надзора Свердловской области организовал осмотры кровель многоквартирных домов в муниципалитетах региона. Инспекторы оценивают состояние крыш, наличие наледи и снежных навесов, соблюдение требований безопасности.

«В период перепадов температур возрастает риск образования наледи и схода снежных масс с крыш. Необходимо проконтролировать, как управляющие организации выполняют обязанности по содержанию общего имущества многоквартирных домов. Это напрямую связано с безопасностью жителей, поэтому выявленные нарушения должны устраняться оперативно», – отметил директор регионального департамента госжилстройнадзора Алексей Россолов.

Главная задача проверок – предотвратить травматизм граждан из-за схода снега и льда с крыш зданий. В ходе осмотров специалисты департамента фиксируют наличие ледяных образований и снежных «шапок», проверяют, установлены ли ограждения в местах возможного схода снега и льда.

В случае выявления нарушений управляющим организациям направляются

требования о соблюдении обязательных норм. Им необходимо оперативно организовать работу по устранению нарушений и обеспечить безопасное содержание кровель многоквартирных домов.

Свердловчане могут сообщить о небезопасном во дворе снеге, нечищенных тротуарах или крышах через приложение «Госуслуги Дом». Для этого необходимо пройти регистрацию через портал госуслуг, выбрать объект недвижимости и описать проблему, приложив фотографии.

Департамент информполитики



ВСЕГДА ГОТОВЫ ПОМОЧЬ



ПРОФЕССИОНАЛЫ СОВЕДУЮТ

Елена Зинковская
Фото из открытых источников

Более 30 лет в областном центре успешно работает Екатеринбургский муниципальный центр защиты потребителей, который бесплатно помогает жителям города и области отстаивать свои гражданские права.

Директор центра Янина Голубева рассказала о его работе, количестве и тематике жалоб на пресс-конференции, приуроченной к Всемирному дню защиты прав потребителей:

«С начала текущего года для жителей мегаполиса и нашего региона было проведено 696 консультаций, оформили 144 претензии и 30 исковых заявлений, 20% из которых направлены в суд и приняты к рассмотрению. В результате специалисты центра уже предотвратили потери потребителей на сумму 2,5 млн рублей. За прошлый год сумма составила более 26 миллионов рублей».

На что жалуются потребители

Лидером стали обращения по бытовым услугам, зарегистрирован 131 запрос. Кроме того, по услугам жилищно-коммунального хозяйства дано 110 консультаций. Большая часть обращений по услугам ЖКХ связана с вопросами

содержания общего имущества многоквартирного дома. На втором месте – коммунальные услуги, далее – вопросы управления.

Больше, чем в прошлом году, стало жалоб на медицинские, косметологические услуги; также 37 человек обратились за консультациями по перевозкам и туристическим услугам; 35 – по вопросам строительства, в том числе – долевого; 25 человек пришли с вопросами по оказанию услуг связи.

Самые проблемные товары – бытовая техника. На втором месте – 38 обращений – качество мебели. Потребители жаловались на попытки продавцов продать мебель с явными недостатками: со сколами, внешними дефектами, потёртостями, царапинами и так далее. На третьем месте по претензиям – одежда и обувь, 37 человек обратились с жалобами на эти товары.

Много проблем вызывает система приёма товаров некоторых маркетплейсов – площадок для онлайн-торговли. «Нередко мы усматриваем злоупотребление некоторыми пунктами выдачи товаров, – заметила Я. Голубева. – Например, иногда потребителя вынуждают принимать товар с явными дефектами. При этом покупатель не выходил за пределы пункта выдачи заказа, чаще всего – даже не примерял товар и технически не мог испортить подошву выданной обуви или поставить жирное пятно на платье, в чём его обвиняют работники пункта выдачи заказов. Таких случаев очень много, мы, как правило, с ними справляемся, и после предъявления грамотной, обоснованной претензии продавцу либо маркетплейсу проблема решается».

Есть в практике специалистов центра защиты прав потребителей и истории с продажей явных подделок при отсутствии информации об этом. Нередко возникают проблемы с возвратом бракованных товаров, которые продаются на маркетплейсах, но поступают из-за рубежа. Обычно добиться решения такого вопроса в свою пользу для потребителя сложно и дорого, поэтому профессионалы рекомендуют при выборе товара и продавца особенно тщательно взвешивать все «за» и «против».

Иногда маркетплейсы неверно трак-

туют статью 26.1, пытаясь применить к ней перечень товаров, которые не подлежат обмену или возврату. Они отказывают в возврате нижнего белья, которое не подошло, ювелирных изделий из драгоценных металлов с драгоценными камнями или, например, мебельных гарнитуров. После предъявления продавцу обоснованной претензии чаще всего спор разрешается в досудебном порядке.

Про уловки продавцов

«Мы обращаем внимание и на злоупотребления в некоторых магазинах при проведении рекламных акций, – продолжила Янина Голубева. – Например, в этом году мы, к сожалению, накануне 23 февраля и 8 Марта выявили, что несколько магазинов, торгующих парфюмерией, косметикой, пытались сбывать товар или на пределе, или уже за пределом срока годности. Здесь хотелось бы напомнить нашим предпринимателям, что товар, на который установлен срок годности, должен быть продан таким образом, чтобы потребитель мог его употребить до окончания срока годности. С такими ситуациями, конечно, будем работать на предупреждение и перед очередным праздником рассказывать потребителям, как не попасться на уловки продавцов.

В последнее время стали довольно популярны подарочные сертификаты. Человек, которому его подарили, может по своему усмотрению выбрать покупку, а в некоторых случаях – сдать сертификат обратно. Но иногда, через несколько месяцев после праздников, к нам поступают обращения, связанные с отказом предпринимателей возвращать деньги за сертификат. Здесь и у судов, и у других правоприменителей позиция одинаковая: сертификат можно вернуть вне зависимости от того, какие правила устанавливает продавец. Потому что сертификат – это всего лишь аванс за какой-то товар и услугу. И если вы по каким-то объективным причинам не можете подобрать товар, необходимый вам на данный момент, тогда помните о том, что право на возврат сертификата и получение денег у вас, безусловно, есть. Если не получается, приходите к

нам, мы поможем вам это сделать. Но всё же мы рекомендуем потребителям не злоупотреблять этим правом и постараться выбрать товар у продавца, не лишая его прибыли в наше сложное время».

Потребительский экстремизм или незнание закона?

«Часто мы встречаемся с предпринимателями. Наша задача – донести информацию об изменениях в законе о защите прав потребителей, которые вступили в силу уже в этом году. А их очень много, поэтому мы обсуждаем с предпринимателями каждую статью, каждое положение закона о защите прав потребителей, – продолжает Я. Голубева. – Очень часто мы слышим о потребительском экстремизме, но при этом за 30 лет работы нашего учреждения явные случаи злоупотребления правом выдаются незначительными. Право потребителями сами продавцы или исполнители, когда любое требование потребителя, даже абсолютно законное, кажется им неправильным, несправедливым. Я бы хотела напомнить нашим предпринимателям, что закон о защите прав потребителей – это нормативный акт, который устанавливает правила поведения, правила игры между вами и потребителем, поэтому знать его нужно всем. На мой взгляд, незнание закона – это отчасти профессиональная непригодность в той или иной сфере рынка».

Помимо консультационной работы, специалисты центра провели более 80 мероприятий по информированию населения об их правах – и с людьми старшего возраста, и с молодежью. На встречах с пожилыми людьми обсуждались разные темы – от вопросов о том, как защитить себя от обмана и мошенничества, до грамотного выбора туристических, медицинских, бытовых услуг, пенсионеров учили составлять претензии и прочие документы, которые пригодятся им, чтобы защитить свои потребительские права.

О НАЛОГОВОМ ВЫЧЕТЕ ЗА ФИЗИКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ

К СВЕДЕНИЮ

С 2025 года действует государственная программа «Спорт России», направленная на популяризацию массового спорта и повышение качества жизни россиян. Одна из важнейших целей государственной программы – к 2030 году вовлечение в занятия спортом до 70% россиян.

Как известно, немало россиян среднего и старшего возраста, которые входят в категорию предпенсионеров и пенсионеров, продолжают активную трудовую деятельность. А если они при этом регулярно занимаются физкультурой, спортом, то имеют право на получение соответствующего налогового вычета

В 2026 году Правительство РФ упростило процедуру отбора спортивных организаций, за услуги которых граждане могут получить налоговый вычет. Теперь Минспорт будет ежегодно самостоятельно формировать список фитнес-клубов, тренажерных залов, бассейнов и других компаний, а также индивидуальных предпринимателей, которые занимаются спортивной деятельностью.

Минспорт России в нынешнем году уже подготовил и разослал в регионы перечень из более чем 53 тысяч компаний и предпринимателей. Если человек занимается физкультурой и спортом в одной из организаций, включенной в перечень Минспорта, он может получить налоговый вычет. Максимальная сумма вычета – 19,5 тыс.

рублей, предельная сумма расходов, из которых он может быть рассчитан, – до 150 тыс. рублей.

На вычет может претендовать только трудоустроенный человек с официальной зарплатой. С 2026 года налоговый вычет также предоставляется налогоплательщикам, оплатившим занятия спортом за своих родителей, получающих пенсию, назначаемую в порядке, установленном пенсионным законодательством РФ.

КАК ПОЛУЧИТЬ НАЛОГОВЫЙ ВЫЧЕТ

В налоговой инспекции по месту жительства. Для этого нужно заполнить и предоставить налоговую декларацию по форме 3-НДФЛ, копию договора на оказание физкультурно-оздоровительных услуг и кассовый чек.

У работодателя. Потребуется комплект документов – копия договора на оказание физкультурно-оздоровительных услуг и кассовый чек, заявление в налоговый орган по месту жительства на получение уведомления о праве на социальный налоговый вычет. Такое уведомление получают по истечении 30 календарных дней и приносят работодателю, оно является основанием для того, чтобы НДФЛ не удерживался из зарплаты.

Через «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц». Получить доступ туда можно через сайт ФНС или через онлайн-приложение. В этом случае справку 3-НДФЛ и пакет документов предоставлять не потребуется.

Федеральная налоговая служба

ЗАЩИТА ПРАВ ЖИТЕЛЕЙ В СФЕРЕ ЖКХ: ПРАКТИКА ПОМОЩИ ДЕПУТАТА ЕКАТЕРИНЫ ЕСИНОЙ

Вопросы жилищно-коммунального хозяйства остаются для жителей Свердловской области одними из самых волнующих. Состояние подъездов, работа управляющих компаний, начисления в квитанциях, вывоз мусора и благоустройство дворов напрямую влияют на качество жизни людей, особенно старшего поколения.

Именно поэтому к депутату Законодательного собрания Свердловской области от партии «Справедливая Россия» **Екатерине Есиной** регулярно поступают обращения граждан по вопросам ЖКХ. Жители сообщают о затянувшемся ремонте подъездов, бездействии управляющих компаний или сомнительных начислениях в платежных документах.

Как отмечает Екатерина Анатольевна, защита прав граждан и помощь людям в решении повседневных проблем – один из ключевых принципов работы партии «Справедливая Россия». «Важно, чтобы люди чувствовали реальную поддержку. Когда речь идет о состоянии домов, дворов и справедливых коммунальных платежах, такие вопросы нельзя оставлять без внимания», – подчеркнула депутат.

Практика показывает, что после депутатских запросов Екатерины Есиной в управляющие организации, в адрес региональных операторов и в надзорные органы многие проблемы удается решить.

КОГДА УПРАВЛЯЮЩАЯ КОМПАНИЯ НЕ ВЫПОЛНЯЕТ СВОИ ОБЯЗАННОСТИ

Согласно статье 161 Жилищного кодекса РФ, управляющая организация обязана обеспечивать надлежащее содержание общего имущества многоквартирного дома, безопасные условия проживания и своевременное проведение необходимых работ. К общему имуществу относятся подъезды, крыша, фасад, инженерные сети, подвалы и придомовая территория. Перечень работ по их содержанию установлен Постановлением Правительства РФ №491.

Однако на практике жители нередко сталкиваются с тем, что управляющая компания выполняет свои обязанности не полностью: подъезды убирают нерегулярно, территория возле дома находится в неудовлетворительном состоянии, а ремонты откладываются.

С подобной проблемой к депутату Законодательного собрания Свердловской области Екатерине Есиной обратились жители одного из домов Екатеринбурга. Они сообщили о разрушении отделки стен и потолков в подъездах, захламлении придомовой территории и отсутствии уборки. После обращения граждан депутат направила запрос в надзорные органы. В ходе проверки с участием жилищного надзора и прокуратуры нарушения подтвердились, управляющей компании внесены представления об их устранении. Такие ситуации показывают, насколько важно жителям не оставаться равнодушными и защищать свои права.

НАЧИСЛЕНИЯ В КВИТАНЦИЯХ: КОГДА СТОИТ ПРОВЕРИТЬ

Еще одна распространенная проблема, с которой граждане обращаются на прием к депутату Екатерине Есиной, это правильность начисления платы за коммунальные услуги.

В соответствии со статьей 153 Жилищного кодекса Российской Федерации, обязанность по оплате коммунальных услуг возникает у собственника помещения. Порядок предоставления коммунальных услуг установлен Постановлением Правительства РФ №354.

Однако на практике возникают ситуации, когда начисления производятся некорректно. Например, в адрес депутата поступило обращение жительницы Екатеринбурга по вопросу начисления платы за обращение с твердыми коммунальными отходами. Женщина указала, что количество проживающих, указанное в квитанции, не соответствует действительности.

После депутатского запроса региональный оператор провел проверку, в ходе которой было установлено, что начисления действительно производились исходя из неверного количества проживающих. В результате гражданине был произведен перерасчет платы и направлена новая корректная квитанция.

Как отмечает Екатерина Анатольевна, подобные ситуации нередки, поэтому

гражданам важно внимательно относиться к платежным документам.

НУЖНО ЛИ ПЛАТИТЬ, ЕСЛИ В КВАРТИРЕ НИКТО НЕ ЖИВЕТ

Этот вопрос часто интересует жителей старшего поколения, особенно если квартира используется не постоянно.

Согласно жилищному законодательству, обязанность по оплате коммунальных услуг возникает у собственника независимо от факта проживания. Конституционный суд РФ подтверждает: собственник участвует в расходах на содержание дома и придомовой территории.

Однако закон предусматривает перерасчет платы. В соответствии с Постановлением Правительства РФ №354, перерасчет возможен, если гражданин отсутствует в квартире более 5 дней подряд и предоставляет подтверждающие документы – справку о лечении, командировке или временной регистрации.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВАШИ ПРАВА НАРУШЕНЫ

Если возникают проблемы с ЖКХ, Екатерина Есина рекомендует действовать следующим образом:

- Направить письменное заявление в управляющую компанию.
- Зафиксировать проблему: фотографии, подписи соседей.
- Обратиться в Департамент государственного жилищного и строительного надзора Свердловской области.
- При необходимости – в органы прокуратуры (района, города, области).
- Провести общее собрание собственников, если требуется коллективное решение.

В сложных ситуациях жители могут обратиться за помощью к Екатерине Есиной.

ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ

Если вы столкнулись с неправильными начислениями, бездействием управляющей компании или неудовлетворительным состоянием дома и придомовой территории, вы можете обратиться к депутату Законодательного собрания Свердловской области Екатерине Есиной.

Практика показывает: депутатские запросы помогают привлечь внимание к проблемам жителей и ускорить их решение.

Прием граждан депутатом Законодательного собрания Свердловской области **Екатериной Есиной**

(партия «Справедливая Россия») проходит

каждый четверг с 10 до 16 часов по адресу:

г. Екатеринбург, ул. Малышева, 101, каб. 363.

Для записи на прием необходимо предварительно позвонить по телефону:

8 (343) 354-74-51.



ОБНОВЛЕНИЕ ТЕПЛОВЫХ СЕТЕЙ В СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ОФИЦИАЛЬНО

Десять участков тепловых сетей общей протяженностью 25,8 км модернизировали в Свердловской области в 2025 году по программе обновления коммунальной инфраструктуры с привлечением льготных займов Фонда развития территорий.

Работы проведены в Первоуральске и Екатеринбурге, благодаря чему стабильным теплоснабжением обеспечены более 49 тысяч жителей.

В рамках завершенных четырех проектов в Первоуральске модернизировано 22,7 км тепловых сетей, в Екатеринбурге введено в эксплуатацию еще 3,1

км. Работы направлены на повышение устойчивости системы теплоснабжения и снижение потерь при транспортировке тепловой энергии. В этом году будут реализованы семь проектов с привлечением средств Фонда национального благосостояния.

За счет средств Фонда национального благосостояния в 2022-2025 годах реализованы проекты в Первоуральске, Каменске-Уральском, Сысерти, Екатеринбурге и Арамили. Они позволили улучшить качество коммунальных услуг для более чем 95 тысяч жителей региона, а также создали условия для подключения новых потребителей и снижения нагрузки на инфраструктуру.

Всего за это время в Свердловской

области обновлено 42,9 км сетей теплоснабжения, введены в эксплуатацию очистные сооружения хозяйственно-бытовых сточных вод в Арамили, котельная в Каменске-Уральском и насосная станция в Екатеринбурге.

Губернатор Свердловской области Денис Паслер неоднократно отмечал, что своевременное завершение строительных и модернизационных работ на объектах коммунальной инфраструктуры, включая котельные, водопроводы и очистные сооружения, напрямую влияет на надёжность отопительного сезона и устойчивую работу жизнеобеспечивающих систем во всех территориях Среднего Урала.

Губернатор также направил на раз-



витие коммунальной инфраструктуры Нижней Салды порядка 165 млн рублей из областного бюджета. В городе будет построен новый трубопровод тепловой сети.

Департамент информполитики

ЭТАЖИ МЕДИЦИНЫ

ЗАЩИТА ПРАВ ПАЦИЕНТОВ

«Российская газета»
Фото: kamtfoms.ru

С 2026 года в системе обязательного медицинского страхования произошли серьезные изменения. Выросло финансирование, появились новые виды помощи, впервые в программе госгарантий отдельный раздел посвятили инвалидам.

О том, как теперь лечиться бесплатно, зачем нужны страховые представители и почему не надо бояться искусственного интеллекта, рассказал председатель Федерального фонда ОМС Илья Баланин.

Илья Валерьевич, с начала года в системе ОМС много новшеств. Денег стало больше или меньше?

- Бюджет фонда в последние годы растет, и 2026-й – не исключение. Он утвержден по доходам в размере почти в 4,7 трлн рублей – на 8,6% выше прошлого года. Все направления медпомощи сохранены, даже выросло число застрахованных – сейчас более 145 млн человек. Это произошло благодаря новым регионам: в этом году они перешли на единые общероссийские стандарты системы обязательного медстрахования.

Какие новые виды бесплатной помощи появились?

- Кроме развития медицинских технологий, основной упор – по-прежнему на профилактику: в этом году около 102 млн человек смогут пройти профосмотры и диспансеризацию. Добавлены несколько новых исследований, направленных на раннее выявление рисков сердечно-сосудистых и других заболеваний. Например, тест на уровень липопротеина – один из скрытых факторов риска инфаркта, инсульта и атеросклероза. Также скрининг на вирусный гепатит С для пациентов старше 25 лет – 1 раз в 10 лет. Это поможет выявить заболевание до развития цирроза печени.

Отдельно говорят о новых правилах для инвалидов. Что изменилось?

- Да, впервые у нас появился отдельный раздел программы, где прописываются правила помощи инвалидам. Главное новшество касается 1-й группы инвалидности. Теперь при лечении в стационаре их близкие могут находиться рядом бесплатно. Раньше этот вопрос постоянно возникал, люди не понимали, почему они должны платить за пребывание рядом с родным человеком, когда нужен уход. С 2026 года это закреплено в программе: нахождение родственника или официального представителя оплачивается за счет ОМС.

Как развивается высокотехнологичная помощь?

- Продолжается включение в программу ОМС сложных методов лечения, которые ранее были доступны только в федеральных центрах. Теперь ФОМС финансирует проведение таких операций, новых методов лечения, их активно внедряют на региональном уровне – например, в областных больницах. Инновационное лечение становится доступнее, за ним не надо ехать в столичные города. Пожалуй, самое важное изменение – включение в базовую программу ОМС трансплантации почки.

До 2026 года трансплантация не входила в базовую программу ОМС и финансировалась в рамках государственного задания. Это ограничивало количество операций, пациентам приходилось дольше ждать своей очереди.

Часто по полису ОМС услугу по проведению обследования, например, УЗИ, МРТ, приходится ожидать от 2-х недель до 2-3 месяцев, если случай не экстренный...

- В рамках ОМС медорганизации работают по единым требованиям и правилам, сроки ожидания прописаны в Программе госгарантий оказания бесплатной медицинской помощи. Например, максимальный срок ожидания МРТ при первичной медико-санитарной помощи не должен превышать 14 календарных дней, а для пациентов с подозрением на онкозаболевание – 7 дней. Если срок ожидания исследования по ОМС существенно превышает нормативный, пациент вправе обратиться к главному врачу или связаться со страховым представителем, который поможет разобраться в ситуации и при необходимости направить в другое медучреждение, где смогут провести исследование в установленные сроки.

В медицине активно внедряется искусственный интеллект. В ОМС он уже работает?

- Впервые ИИ появился в программе в 2024 году, его стали применять для обработки снимков при маммографии. Результаты оказались настолько хороши, что теперь технологию расширяют. В 2025 году сделали 3,2 млн исследований с использованием ИИ. Сейчас к маммографии добавились флюорография, КТ, ЭКГ, колоноскопия. Но искусственный интеллект используется только как «второе мнение». Основное решение всегда принимает врач.

Онкологическая помощь – одна из самых дорогих статей расхода. Денег хватает?

- Только за прошлый год на онкологическую помощь направили 433 млрд рублей. С 2019 года, когда стартовал нацпроект по борьбе с онкозаболеваниями, финансирование выросло более чем в 2 раза. Растут и объемы помощи: появляются новые дорогие таргетные препараты, развивается иммунотерапия, радиологические методы. Особенно важно, что благодаря диспансеризации на ранних стадиях сейчас выявляется 61% онкозаболеваний. Значит, что шансов на успешное лечение и долгую жизнь у пациентов стало гораздо больше.

Люди часто идут в платные клиники, даже не зная, что ту же помощь можно получить бесплатно. Как быть?

- У нас 9 тысяч страховых представителей, чья прямая задача – помогать людям разбираться в случае возникновения сложностей с получением лечения. Если вам отказывают в бесплатной помощи или предлагают платные услуги либо вы не можете неделями записаться к узкому специалисту, достаточно позвонить на «горячую линию» своей страховой компании. Они обязаны проконсультировать, а если есть нарушение – подключиться к решению вопроса.

Но человек должен еще догадаться туда позвонить...

- Согласен. Мы недавно встречались

с Всероссийским союзом страховщиков и договорились: нужно активнее рассказывать о работе страховых представителей. Но система реально работает. И мы решили пойти дальше: с 1 января этого года фонд получил право составлять публичный рейтинг страховых медицинских организаций. Критерии рейтинга разнообразны – например, эффективность информирования застрахованных о прохождении диспансеризации, качество экспертной деятельности, включая наличие случаев необоснованного признания медпомощи некачественной, а также эффективность защиты прав граждан, в том числе – в досудебном порядке.

Если терапевт направляет на анализы, но в государственном медучреждении сделать это не получается, например, слишком долго ждать, можно ли сдать их в частном медучреждении? Обязан ли в этом случае врач принять их к рассмотрению? Бывают случаи отказов в приеме результатов из частных клиник и лабораторий. Ссылаются на то, что будут трудности при оплате страхового случая со стороны ОМС...

- Пациент вправе сдать анализы или пройти исследование в частном медучреждении. Врач обязан принять их результаты при соблюдении ряда условий: любое исследование должно проводиться после назначения врача, быть актуальным по сроку, результаты должны быть правильно оформлены, а сама процедура должна соответствовать медицинским стандартам и порядку оказания помощи. Чтобы не было спорных ситуаций, рекомендуем перед сдачей анализов в другой клинике уточнить нюансы у администрации своей медорганизации или у лечащего врача.

К вам поступают жалобы на то, что врач навязывает платные услуги?

- Таких жалоб, к счастью, немного. Мы с каждым случаем разбираемся. Когда у медицинской организации финансовая ситуация стабильная, когда хватает средств на зарплату и лекарства, рискуют никто не будет. Если поликлиника выполняет установленные объемы медпомощи, поводов склонять пациентов к платным услугам просто нет.

Коллега рассказал историю: пришел в поликлинику с проблемой, а ему сказали: «Вы диспансеризацию прошли? Нет? До свидания». И он ушел в частную клинику. Это вообще законно?

- Конечно, нет! Такие случаи недопустимы. Диспансеризация – дело добровольное. Отказаться в помощи из-за того, что человек ее не прошел, не имеют права. Это грубейшее нарушение. Если столкнулись с таким, надо сразу звонить страховому представителю. Кстати, многолетние усилия переломить равнодушное отношение россиян к прохождению диспансеризации не прошли даром. Люди стали осознаннее относиться к здоровью.

Сейчас, чтобы попасть к узкому специалисту, например, ревматологу, нужно пройти терапевта, сдать анализы, потом опять к терапевту, он выпишет направление, и только потом – к узкому специалисту. Особенно тяжело пожилым, малоподвижным. Почему нельзя напрямую?



- Я понимаю возмущение пациентов. Но давайте смотреть шире. Мы, люди без медицинского образования, часто не можем правильно оценить, какой врач нам нужен. Терапевт – это фильтр. Он проводит первичную диагностику, назначает базовые анализы. Это оптимизирует работу узких специалистов: они сразу занимаются проблемой, а не тратят время на первичный сбор данных.

В программу ОМС впервые вписана возможность телемедицинских (дистанционных) консультаций пациента с врачом-специалистом. Это поможет упростить процесс попадания к нужному специалисту?

- Телемедицинские консультации «врач – пациент», как правило, используются для повторных приемов, когда уже есть диагноз. Первично оценить состояние онлайн, без осмотра и личного живого общения с пациентом, без сбора анамнеза очень сложно, а зачастую невозможно. А вот скорректировать лечение или оценить динамику – вполне. И такие консультации становятся все более доступными.

Правда ли, что полис ОМС теперь – только цифровой? И работает ли он в любом регионе?

- Сам полис с 1 декабря 2022 года существует только в цифровом виде. Если у вас на руках – старый пластиковый или бумажный, он действителен. Новый застрахованным выдают только цифровой. Можно распечатать выписку, но не обязательно, для получения медицинской помощи сегодня достаточно предъявить документ, удостоверяющий личность: паспорт для взрослых, свидетельство о рождении для детей до 14 лет. Полис работает на всей территории России. Экстренную помощь окажут где угодно. Для плановой нужно направление, но получить помощь в другом регионе можно.

Во многих поликлиниках теперь висят QR-коды, чтобы пациенты оценивали качество. Врачи, когда пациент пытается их отблагодарить, говорят: «Оставьте отзыв». Еще один способ улучшить качество медицины?

- Обратная связь – действенный способ и стимул стать лучше. Самый главный контролер – это пациент. Лучше него никто не скажет, получил он качественную помощь или нет, доволен или нет. Если вы видите проблемы – сообщайте. Если, наоборот, все хорошо, тоже не стесняйтесь сказать медикам спасибо. Нам важна любая обратная связь для развития и движения вперед.

ПЕРВЫЙ



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+
10.40, 11.25, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.40 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+
12.30, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+
13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.40 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+
15.00 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «ПАВЕЛ. ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ» 16+
00.00 ВРЕМЯ ГЕРОЕВ 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, 02.15, 03.30 Т/С «МОСКОВСКАЯ БОРЗА» 12+
17.00 МАЛХОВ 16+
21.30 Т/С «АЛА-ТАКСИ» 12+
23.40 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ



04.45, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.15 СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «МЕРТВАЯ ТОЧКА» 16+
22.10 Т/С «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ» 16+
00.35 «Ч.Т.Д.» С МАРГАРИТОЙ СИМОНЬЯН 16+
01.10 Т/С «ПОТЕРЯННЫЕ» 16+

МАТЧ ТВ 2



08.00 НЕПОБЕДИМЫЙ 12+
08.30 БИНАТОЛ 12+
09.00 11.00 НОВОСТИ
09.05, 13.45, 17.05, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
11.05 БОКС. КВБК РФ. МУЖ. ФИНАЛЫ 16+
11.55, 19.15 ФУТБОЛ. МИР РОС. ПРЕМЬЕР-ЛИГА. ОБЗОР 6+
12.55, 14.10 СКЕЛЕТОН. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. МУЖ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
16.25, 17.30 БОБСЛЕЙ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. МУЖ. ДВОЙКИ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
18.15 Д/Ф «НЕЙМАР. НОМЕР ОДИН В БРАЗИЛИИ» 12+
20.15 ГРОМКО. ПРЯМОЙ ЭФИР
21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. 1/8. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.00 БИЛЛЯРД. ВЕТСМОМ ЛЧ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА K

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
07.15 Д/Ф «ПЕРВЫЕ В МИРЕ» 16+
07.35 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
11.50 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ 16+
08.45 Х/Ф «ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА...» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.55 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАПОДАТЕЛЬ 16+
11.15, 00.55 Х ВЕК 16+
11.45 Х/Ф «ЦВЕТ БЕЛОГО СНЕГА» 16+
12.45 НОВОСТИ ПОДРОБНО 16+
13.00 Д/Ф «Д. БЛОХИНЦЕВ. ЧЕЛОВЕК ЭПОХИ» 16+
14.00 Х/Ф «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА» 0+
15.05 «Д. КУЗНЕЦОВ. ГУЛЯЕТ ДУША ОБНАЖЕННОЙ». Д/Ф 16+
15.55 АТОРА 16+
17.15 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
18.05 Д/Ф «САМАРА. ДОМ САНДРЫ» 16+
18.35 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 МОНОЛОГ В 4 Ч. 16+
20.35 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ! 16+
20.50 Д/Ф «НЕ ЗАБУДЬТЕ НАШИ ГОЛОСА» 16+
21.30 САТИ... 16+
22.15 Х/Ф «ПАСАЖИРКА» 12+
00.10 ДУБНА. РОЖДЕНИЕ МИРА 16+

Домашний



06.30, 04.10 ОДНА ЗА ВСЕХ 16+
06.55, 05.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
09.00, 05.00 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
09.00, 02.30 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
11.05, 23.05 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
12.05, 00.15 Д/С «ПОРЧА» 16+
13.10, 01.10 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.45, 01.35 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.20, 02.05 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.55 Х/Ф «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ» 16+
19.00 Х/Ф «ПОМОГИ СЕБЕ САМА» 16+

МИР



06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
06.10, 10.20 Т/С «ОДНОЛОБЫ» 16+
10.10 БЕЛОРУССКИЙ СТАНДАРТ 12+
13.15 МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ 16+
14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.30 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ 16+
20.25 МИЛЛИОН ЗА 5 МИНУТ. ДЕТИ 6+
21.10 МИЛЛИОН ЗА 5 МИНУТ 16+
21.50, 22.35 ИГРА В КИНО 16+
23.20 ИГРА В КИНО. ЧЕМПИОНАТ МИРА 16+
00.05 НАШЕ КИНО. ИСТОРИЯ БОЛЬШОЙ ЛЮБВИ 16+

ЗВЕЗДА



05.50 Д/Ф «ГЕРОЙ 115» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15 Д/С «ТАЙНЫ ПОБЕДЫ» 16+
11.00 Д/С «СТУПЕНИ ВОЕННОЙ РАЗВЕДКИ» 16+
11.50, 13.20, 01.20 Х/Ф «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ» 12+
14.45, 17.10 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 СКРЫТЫЕ УТРОЗЫ 16+
21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15 Т/С «КАТЯ И БЛЭК» 16+

ТВ Центр



06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ОМЕГ. ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
08.40 Т/С «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» 16+
10.45, 00.35 ПЕТРОВКА, 38 16+
10.55 ГОРОДСКОЕ СОБРАНИЕ 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ 11.50 Х/Ф «ТАКЖИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «КОЧЕВНИЦА» 12+
16.55 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+
18.10 Х/Ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ» - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА» 16+
22.35 10 САМЫХ... 16+
23.05 ЗНАК КАЧЕСТВА 16+

СПАС



06.00 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
11.00 Д/С «БЕЛОРУССКИЙ. ДОРОГА К СВОБОДЕ» 16+
11.45, 00.50 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
11.55, 12.25 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
12.50 Х/Ф «ЧУЖОЙ ЗВОНКО» 0+
14.05 ЧЕЛОВЕК НА СВОЕМ МЕСТЕ 0+
16.05 Х/Ф «ВЫЗЫВАЕМ ОГОНЬ НА СЕБЯ» 0+
18.00 ГЛАВНОЕ. С.А.ШАФРАН. НОВОСТИ НА СПАСЕ 16+
19.30 Х/Ф «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА» 6+
20.20 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
21.20 ПОЛЕ БИТВЫ 16+
22.10 БЕСОГОН 18+
23.00 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
00.00 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+

5 канал



06.10, 09.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» 3+ 16+
08.05 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+
08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 12+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
09.45, 13.30, 16.10 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» 4+ 16+
17.30, 21.25 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20, 01.15 Т/С «СВОИ-7» 16+
23.05, 00.30 Т/С «СВОИ-5» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГ 16+

ТНВ



06.00, 13.05, 01.10 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.00, 22.20 КОНЬЕРТ 12+
08.30, 19.35 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
09.50 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05, 23.10, 04.20, 05.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00, 02.45 СЕМЬ ДНЕЙ+ 16+
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
17.30, 00.45 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
18.25 Т/С «БЕЗ ЛУНЫ ЗВЕЗДА НАМ СВЕТИТ» 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
21.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЫАНКИ 12+
21.55 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+
03.30 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+

ОТВ



06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00 ПРОКУРАТУРА 16+
08.20, 15.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
08.40, 12.30, 16.30, 20.30, 23.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
09.00, 11.00, 18.00, 21.00, 23.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
10.00 Д/Ф «МОДА С РИСКОМ ДЛЯ ЖИЗНИ» 12+
11.30 Д/Ф «РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ» 16+
12.00 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
13.00, 16.30, 00.00 ДНК РОССИИ 12+
13.30 «ЛЮДИ ПРАВА» 12+
14.00, 17.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
14.10 Д/Ф «ЧЕРНАЯ МЕТКА» ДЛЯ ЗВЕЗДЫ» 12+
15.25 НОВОСТИ ТМК 12+
15.40 ВЕСТИНК КОРПОРАЦИИ 16+
16.00 ПАРЛАМЕНТСКИЙ ВЕСТИНК 16+
17.10, 00.30 Д/Ф «СОВЕТСКИЕ МАФИИ» 16+
18.50, 20.45 НОВОСТИ 12+
19.00, 21.30 НОВОСТИ ТАУ 9/2 16+
20.00, 22.30 СОБЫТИЯ 16+

ОТР



06.00, 09.00 КАЛЕНДАРЬ 12+
06.25 РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ 12+
07.20 Х/Ф «ЧУЖАЯ» 16+
09.30 Д/Ф «ГОРОД С ИСТОРИЕЙ» 12+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.50, 14.00, 15.00, 17.00, 20.00, 22.00 НОВОСТИ
10.05, 10.35 ПЕСТРЫЙ МИР 12+
11.05, 11.35, 12.05, 14.05, 15.10, 20.20 ОТРАЖЕНИЕ
13.00, 01.40 Д/Ф «В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО ИСКУССТВА» 16+
17.10 Х/Ф «ОХОТА НА ЛИС» 16+
19.00 ОЧЕВИДУ. ВЕРОЯТНО 12+
19.40 НОВОСТИ СОВЕТА ФЕДЕРАЦИИ 12+
22.15 Х/Ф «ПОЛИЦЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ» 16+
00.05 Х/Ф «ПЛОМБУМ, ИЛИ ОПАСНАЯ ИГРА» 16+
02.30 НА ПРИЕМЕ У ГЛАВНОГО ВРАЧА 12+
03.30 ОТРАЖЕНИЕ. ИТОГИ 12+
04.30 БОЛЬШАЯ СТРАНА 12+
05.30 СВЕТ И ТЕНИ 16+

РЕН ТВ



05.00, 18.00, 00.55, 04.30 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА 16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+
14.00 НЕВЕРЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.00, 20.00 БЕЗУМНЫЕ ФАКТЫ 16+
17.00, 01.50 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
20.25 Х/Ф «ПЕРЕКРОК» 16+
22.35, 23.25 Х/Ф «КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД. ВОСМЯЗДИЕ» 16+

ВТОРНИК, 24 МАРТА

ПЕРВЫЙ



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+
10.40, 11.25, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+
11.40, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+
15.00 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «ПАВЕЛ. ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ» 16+
00.00, 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, 02.15, 03.30 Т/С «МОСКОВСКАЯ БОРЗА» 12+
17.00 МАЛХОВ 16+
21.30 Т/С «АЛА-ТАКСИ» 12+
23.40 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ



04.40, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.15 СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «МЕРТВАЯ ТОЧКА» 16+
22.10 Т/С «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ» 16+
00.35 ЗАКАР ПРИЛЕТИН. УРОКИ РУССКОГО: 12+
01.05 Т/С «ПОТЕРЯННЫЕ» 16+

МАТЧ ТВ 2



08.00 НЕПОБЕДИМЫЙ 12+
08.30 НЕУЗВЕШТЫЕ СТРАНИЦЫ КУБКА МИРА 12+
09.00 11.00 НОВОСТИ
09.05, 13.35, 17.05, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
11.05 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
11.25 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
11.55 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ. ОБЗОР ТУРА 6+
12.55, 14.20 СКЕЛЕТОН. ЧЕМПИОНАТ РФ. ЖЕН. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
16.25, 17.30 БОБСЛЕЙ. ЧЕМПИОНАТ РФ. ЖЕН. МОНОБОБ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
18.15 Д/Ф «ПЕЛЕ. КОРОЛЬ ФУТБОЛА» 12+
19.15 МИР РП. ПРЯМОЙ ЭФИР
21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. 1/8. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.00 БИЛЛЯРД. ВЕТСМОМ ЛЧ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
02.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. ОБЗОР ТУРА 6+

КУЛЬТУРА K

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
07.15 ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ 16+
07.45, 00.15, 18.45 ДУБНА. РОЖДЕНИЕ МИРА 16+
08.25 Х/Ф «ПАСАЖИРКА» 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАПОДАТЕЛЬ 16+
11.15, 00.55 Х ВЕК 16+
12.45 НОВОСТИ ПОДРОБНО. КНИГИ 16+
13.00 Д/Ф «НИКОЛАЙ БОГОЛОБОВ. ДВА ХРАМА» 16+
13.45 Х/Ф «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА» 0+
14.50 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
15.45 САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА... 16+
16.30 ЭРИМАХ 16+
17.15 МУЗЫКА ЭПОХИ БАРОККО 16+
18.05 Д/Ф «А. БАРТШОВИЧ. СЛАДКИЙ ЯД» 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 МОНОЛОГ В 4 Ч. 16+
20.35 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ! 16+
20.50 ИСКУССТВЕННОЙ ОТБОР 16+
21.30 БЕЛАЯ СТУДИЯ 16+
22.15 Х/Ф «ДЕНЬ АНГЕЛА» 16+
23.30 Д/Ф «РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ» 16+

Домашний



06.30, 05.40 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.40, 04.50 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.40, 02.25 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.45, 23.05 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
11.50, 00.05 Д/С «ПОРЧА» 16+
12.55, 01.05 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.30, 01.30 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.05, 02.00 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.40 Х/Ф «ОДНОКЛАССНИКИ СМЕРТИ» 16+
19.00 Х/Ф «ПОМОГИ СЕБЕ САМА» 16+

МИР



06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
06.15, 10.10 Т/С «ОДНОЛОБЫ» 16+
13.15 МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ 16+
14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.30 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ 16+
20.25 МИЛЛИОН ЗА 5 МИНУТ. ДЕТИ 6+
21.10 МИЛЛИОН ЗА 5 МИНУТ 16+
21.50, 22.35 ИГРА В КИНО 16+
23.20 ИГРА В КИНО. ЧЕМПИОНАТ МИРА 16+
00.05 НАШЕ КИНО. ИСТОРИЯ БОЛЬШОЙ ЛЮБВИ 16+

ЗВЕЗДА



05.30, 14.45, 17.10, 04.05 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00 Д/С «ТАЙНЫ ВОЕННОЙ РАЗВЕДКИ» 16+
12.00, 13.20, 01.20 Х/Ф «ОТВЕТНЫЙ ХОД» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 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 Т/С «КАТЯ И БЛЭК» 16+
02.45 Х/Ф «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ» 12+

ТВ Центр



06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ДОКТОР И... 16+
08.40 Т/С «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» 16+
10.35 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ 11.50, 02.50 Х/Ф «ТАКЖИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
13.45, 05.00 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «КОЧЕВНИЦА» 12+
16.55 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+
18.10 Х/Ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ» - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. ПОКЕРФЕЙС» 16+
22.35 ЗАКОН И ПОРЯДОК 16+
23.05 Д/Ф «ПЛОХИЕ ПАРНИ» 16+
00.35 ПЕТРОВКА, 38 16+

СПАС



05.00 ВСТРЕЧА 12+
06.00 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
11.00 Д/Ф «ОБИТЕЛЬ СВЯТОГО ЕФИМИЯ. НИКОЛО-ВЯЖИЦКИЙ МОНАСТЫРЬ» 0+
11.50, 00.20 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
12.00, 12.30, 12.55, 13.25 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
13.45 Х/Ф «ЗВЕЗДОЧЕТ» 12+
15.00, 16.55 Х/Ф «ВЫЗЫВАЕМ ОГОНЬ НА СЕБЯ» 0+
18.30, 23.25 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
19.30 Х/Ф «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА» 6+
20.20, 04.10 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
21.20, 02.35 ПОЛЕ БИТВЫ 16+
22.10 БЕСОГОН 18+
00.30 ДУБ-РОССИЯ И СЕРБИЯ. ИСПЫТАНИЕ: «БЕРОСОКОЗ» 16+
01.00 Д/Ф «СИЛА» 16+

5 канал



06.35, 07.15 ОНИ ПОТРЯСЛИ МИР 16+
08.05 СТРАНА СОЛНЦА 16+
08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 12+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
09.30, 13.30, 16.05 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» 4+ 16+
17.30, 21.25 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20, 01.15 Т/С «СВОИ-7» 16+
23.05, 00.30 Т/С «СВОИ-5» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК 16+

ТНВ



06.00, 13.05, 01.10 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.00, 22.20 КОНЬЕРТ 12+
08.30, 23.10, 04.20 СТОЛЕТИЕ ВМЕСТЕ! 16+
09.30 ЗАКОН. ПАРЛАМЕНТ. ОБЩЕСТВО 16+
10.00 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЫАНКИ 12+
10.30, 17.30, 19.35, 00.45 ТАТАРЫ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05, 21.25 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00, 02.45 СЕМЬ ДНЕЙ+ 16+
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
18.25 Т/С «БЕЗ ЛУНЫ ЗВЕЗДА НАМ СВЕТИТ» 16+
20.00 НАРОД МОЙ 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
03.30 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+
05.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+

ОТВ



ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+

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

НТВ

04.30 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС-16»
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 НЕПОБЕДИМЫЙ 12+
08.30 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
09.00 11.00 НОВОСТИ
09.05 12.55, 17.05, 18.10, 19.20, 20.30, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ДИАЛОГ О ЖИВОТНЫХ 16+
07.15 ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕГОПИТЬ 16+
07.45 00.15, 18.45 ДУБА. РОЖДЕНИЕ МИРА 16+

Домашний

06.30 06.10 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.30 05.20 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+

МИР

06.00 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+

ЗВЕЗДА

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ДОКТОР И... 16+
08.35 Т/С «ДЕТА ЖИТЕЙСКИЕ» 16+

СПАС

05.00 ВСТРЕЧА 12+
06.00 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+

5 канал

05.00 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
05.50 06.25, 07.10, 08.00, 09.30, 04.40 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» 16+

ТНВ

06.00 13.05, 01.10 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.00, 22.15 КОНЦЕРТ 12+

ОТВ

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55 ПОГОДА НА ОТВ 16+

ОТВ

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55 ПОГОДА НА ОТВ 16+

ОТР

06.00 09.00 КАЛЕНДАРЬ 12+
06.30 ПРЕДОЛЕНИЕ 12+

ПЕН ТВ

05.00 18.00, 00.40, 04.30 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

ЧЕТВЕРГ, 26 МАРТА

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+

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

НТВ

04.50 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС-16»
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 НЕПОБЕДИМЫЙ 12+
08.30 ВИД СВЕРХУ 12+
09.00 11.05 НОВОСТИ
09.05 12.50, 16.55, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ДИАЛОГ О ЖИВОТНЫХ 16+
07.15 ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕГОПИТЬ 16+

Домашний

06.30 06.00 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
08.10 05.10 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+

МИР

06.15 10.10 Т/С «ЖИТЬ СНАЧАЛА» 16+
06.00 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+

ЗВЕЗДА

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.15 ДОКТОР И... 16+
08.40 Т/С «ДЕТА ЖИТЕЙСКИЕ» 16+

СПАС

06.00 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
11.00 Д/Ф «ТАЙНА НОВОГО КОВНЕГА» 0+

5 канал

06.25 09.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» 16+

ТНВ

06.00 13.05, 01.10 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.00, 22.15 КОНЦЕРТ 12+

ОТВ

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 16+

ОТВ

11.30 Д/Ф «РАССЕКРЕНЕННАЯ ИСТОРИЯ» 16+

ОТР

06.00 09.00 КАЛЕНДАРЬ 12+
06.30 02.30 ПОСЛЕДНОЕ. ВЕРЯЮТНО 12+

ПЕН ТВ

05.00 18.00, 00.55, 04.30 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

Маргарита, дочь знаменитого мастера

ЗЕМЛЯКИ

Раиса Гилева

Среди уральцев, представителей старшего поколения, есть немало тех, для кого активное долголетие – не просто расхожее понятие, а образ жизни. Сегодня – рассказ об удивительной женщине, над творчеством которой года не властны.

- Когда у вас работает клуб «Модница», которым руководит Важенина? – спросила я у вахтера Центра культуры и досуга «Орджоникидзевский» в Екатеринбурге.

- Все рабочие дни, кроме четверга, – ответил он.

И ничего не было бы примечательного в этом коротком диалоге, если не знать, что совсем скоро Маргарите Григорьевне Важенной – создательнице и бессменному председателю известного клуба – исполнится 90 лет! Беседа с ней началась с пожелания Маргариты Григорьевны: «Не забудьте отметить, что в следующем году нашей «Моднице» будет 45 лет!».

Но сначала хочется рассказать об отце М.Г. Важенном – знаменитом уральшевском кузнеце Григории Коваленко. Известно, что во время Великой Отечественной войны на «Уралмашзаводе» главной задачей было производство самоходных гаубиц и установок, танков, бронекорпусов и башен для танков. Работники завода находились на казарменном положении – не уходили домой до завершения работ. Трудовой день мог длиться 16-18 часов в сутки.

О мастерстве кузнеца Григория Коваленко ходили легенды. В войну он выполнял нормы на 400-500 процентов. Григорий Михайлович был награжден

двумя орденами Ленина и орденом Трудового Красного Знамени.

Григорию Коваленко, как рассказывал директор музея завода «Уралмаш» Сергей Агеев, ничего не стоило ударом 5-тонного молота закрыть крышку карманных часов, и они после этого шли! Однажды этот фокус он показал в Китае. Но еще больше он поразил начинающих китайских машиностроителей своими рабочими приемами: детали, которые ковались несколько часов, он обрабатывал за несколько минут. За одну смену он выполнил месячное задание китайского кузнеца!

А каким он был отцом? Маргарита Григорьевна, старшая среди его троих детей, говорит: «Отец был очень добрым, очень щедрым. Он гордился Уралмашем. Отец любил говорить, убеждать, часто был оратором на митингах и собраниях».

Маргарита тоже стала «уралмашевкой». На заводе ее, старшего инженера-технолога одного из отделов, в скором времени узнали и как председателя женской комиссии завкома профсоюза.

- Как вы стали руководить «Модницей», почему именно такое название выбрали?

- В 1980-е годы был страшный дефицит всего, в том числе – материи. А мы занимались в кружке кройки и шитья в новом заводском дворце культуры и многим тогда помогли красиво одеться. Очень благодарны за постоянную помощь и поддержку со стороны директора дворца Зиновия Абрамовича Миляевского. Росли, развивались, в феврале 1982 года появилась идея создать клуб под названием «Модница», чтобы можно было показывать готовые изделия. Мы в то время были очень востребованы, часто участвовали в различных показах моды.

- То есть сами были моделями?
- Действовали в тог дашнем Свердловске неплохие ателье, но в них шили одни

женщины, а изделия демонстрировали другие. А мы сами и шили, и выступали на подиуме. Представьте картину: идет городской показ моды. Нас объявляют так: «Выступает клуб Уралмаша «Модница»! Они сами кроют, сами шьют и показывают сами!» Зал насторожился. И выходят наши модели. Дальше объявляют, что на сцене – хирург, инженер, конструктор, крановщица... На нас прекрасно сидят белые юбки, блестящие кофточки и красные пиджаки в белый горошек. И зрители не только стали бурно аплодировать, но даже дружно встали!

В новом ДК Уралмаша, который люди так называют и сегодня по старой привычке, мастерицы занимались 20 лет. Потом «Модница» переехала на бульвар Культуры, в так называемый старый ДК, ныне – Центр культуры и досуга «Орджоникидзевский».

- Когда дефицит одежды остался позади, чем вы стали заниматься?

- Проще сказать, чем мы не занимались. Был период, когда большую популярность завоевало плетение макраме. Никогда не угасало увлечение вышивкой, вязанием, живописью. Посмотрите на наших кукол – таких красавиц не сделают ни на одной фабрике! Мы стараемся идти в ногу со временем, осваиваем новые направления.

Несколько лет назад пресса отмечала выставку панно «Теплые картины», созданных мастерицами клуба в технике ковровой вышивки и представленных в музейном центре «Гамаюн». Равовали зрителей своим разнообразием наши панно – пейзажи, натюрморты, орнаментальные композиции, темы славянской мифологии. Студия ковровой вышивки, в основном составе которой были рукодельницы Людмила Аббакова, Эльвира Акимова, Татьяна Васильева, Людмила Дудина, Тамара Золотницкая, Тамара



Новикова, Елизавета Суханова, открылась при клубе 15 лет назад.

- О вашем клубе земля слухами полнится. Моя соседка благодаря вам освоила искусство декупажа мебели. Сейчас на ее дачу можно экскурсии водить, так красочно преобразилась старая мебель!

- Некоторым хватает нескольких занятий, другие ходят гораздо дольше, а 6 женщин занимаются с основания клуба. Сегодня в «Моднице» – 50 мастериц самого разного возраста. И профессии у них разные: инженер, экономист, медработник, служащий. Конечно, много пенсионеров. Сколько было у нас ярмарок, выставок! Участвовали в уличных проектах, занимались благотворительностью...

Однажды Маргарита Григорьевна и мастерицы клуба «Модница» привели в восторг французскую актрису Сесиль Плеше, которая десять лет назад занималась на Урале съемками своей программы «Сесиль в стране чудес» для телеканала «Моя планета». Актриса примеряла нарядные изделия, попросила уральшевских модниц показать дефиле на камеру. Они и сегодня радуют гостей своим творчеством.

ГОЛОС, КОТОРЫЙ ЗВУЧИТ В НАШИХ СЕРДЦАХ

ТАЛАНТЫ И ПОКЛОННИКИ

Любовь Долматова, г. Североуральск
Фото автора

Хочу поделиться с читателями любимой газеты нашей семейной любовью к Владимиру Высоцкому и рассказать о событии, которое оставило незабываемое впечатление.

Песни В.С. Высоцкого – советского музыканта, барда, актёра театра и кино – слышал и знает каждый житель нашей страны. В Североуральске, во дворце культуры «Современник» состоялся концерт-монолог Уральского государственного русского оркестра к 88-летию Владимира Высоцкого под названием «Я, конечно, вернусь...».

Это был не просто концерт. Любителям творчества В.С. Высоцкого, заполнившим зрительный зал дворца культуры, было представлено невиданное мною доселе, бесподобное произведение искусства, созданное в Уральском центре народного искусства имени Е.П. Родыгина. Уральский государственный русский оркестр играл с невероятной энергией, трогательно создавая неповторимую

атмосферу нового познания музыкального творчества Высоцкого. Каждый инструмент звучал ярко и отчетливо, молодой и очень обаятельный дирижёр Павел Васильев умело управлял оркестром, создавая различные музыкальные эффекты. Концерт был наполнен глубокими эмоциями, чувствами, которые передавались залу через оркестровую народную музыку. Душевные и яркие оркестровые трактовки известных сочинений Владимира Высоцкого тронули сердца зрителей. В программе концерта были песни «Он не вернулся из боя», «Дом хрустальный», «Скалолазка», «Охота на волков», «На Большом Каретном» и другие произведения великого автора, которые никого не оставили равнодушным в этот вечер.

Удивительно органично, последовательно и интересно была составлена и текстовая программа концерта. Текстовые монологи солиста Сергея Боднева стали дополнительным украшением этого незабываемого концерта. Так органично сливалось всё в единый спектакль! Трогательную тишину и необыкновенное внимание зала к музыке и каждому исполнению песни прерывали только бурные аплодисменты.

Хочу сердечно поблагодарить Уральский государственный русский оркестр за концерт, который прошёл на одном дыхании! Он стал настоящим творческим памятником Владимиру Высоцкому. Восхитительно звучала в исполнении оркестра русских народных инструментов гитарная музыка великого Высоцкого. Это было сделано очень достойно!

Для меня это стало настоящим праздником сердца, праздником поклонения жизни Высоцкого, великой симпатии к нему. Всколыхнулась в сердце во время концерта светлая память о моей маме Анне Семёновне Коваленко. Как она любила Высоцкого! На стене в её квартире висели два фотопортрета великого певца и артиста. На одном снимке он крупным планом изображён поющим под гитару, на другом – вместе с любимой Мариной Влади. Теперь эти портреты вместе с маминим вышитым ковром украшают мой дачный домик, который я ласково называю «Мамина избушка».



Однажды кто-то из друзей мамы, узнав о её большой симпатии к Высоцкому, сделали ей подарок – бюст барда. Этот очень дорогой для меня сувенир мамы я тоже бережно храню и беру с собой на литературные или музыкальные памятные встречи, посвящённые творчеству В.С. Высоцкого.

В области много домов и дворцов культуры. Уважаемые читатели «Пенсионера», пригласите Уральский государственный русский оркестр выступить с этим концерт-монологом и у вас. Уверю, не пожалеете!

ОБРЕЧЕННЫЙ БЫТЬ СТОЛИЦЕЙ

ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Алексей Банников
Фото автора

Много путешествуя по стране, я заметил одну особенность у представителей органов местного самоуправления и активных горожан. Они любят называть свой населённый пункт «столицей», аргументировано объясняя свою позицию.

Но в нашем регионе есть город, который именуется столицей по праву. Духовной столицей.

Мне хочется представить вам небольшой город Свердловской области, который действительно обладал и до сих пор обладает статусом столицы. Речь идёт о Верхотурье.

Сегодня это небольшой провинциальный город, чего не скрывают и местные краеведы, но в нашем регионе он значится как духовная столица Урала. И этот статус у Верхотурья – по праву. Мне не дадут соврать не только православные паломники, коих в этом городе всегда много, но прежде всего исторические факты.

Верхотурье – самый старый город Свердловской области, основанный в 1598 году. Именно здесь появились первые православные монастыри. Позже через этот город прошла царская дорога, которая соединяла европейскую часть страны с Сибирью. В следующем веке в Верхотурье появились государственная служба и таможня. Сам верхотурский уезд по размерам был как вся наша Свердловская область, а руководили столь важным регионом царские



воеводы. По сравнению с другими волостями России тех времён верхотурцы жили очень богато. И неудивительно, ведь отсюда поставлялся один из главных тогдашних экспортных ресурсов нашей страны – пушнина.

Из Москвы сюда посылали инженеров для строительства зданий из камня. Именно в этом городе был построен самый маленький кремль в России. Конечно, крепости строили и позже, но вот такая, кремлёвского типа – наверное, самая последняя постройка такого рода архитектуры в нашей стране. Строилось много храмов, а расцвет храмового строительства – это признак богатства региона.

В начале следующего, XVIII века был основан Екатеринбург, появились более короткие и простые в использовании дороги. Еще столетие спустя случилось неизбежное. Вся экономика, логисти-

ческая связь с Сибирью через Средний Урал сместилась южнее – в Екатеринбург, в первой половине XX века Свердловск получил официальный статус столицы региона. И теперь Верхотурье – некогда богатейший город Урала – среди самых маленьких городов России.

Однако я не советовал бы нам драматизировать эту череду исторических событий. Многие ли помнят сегодня, что некогда и Суздаль обладал статусом столицы Северо-Восточной Руси? Теперь Суздаль – практически город-заповедник. А наше Верхотурье – это брат-близнец Суздали! И это обстоятельство имеет своё очарование. Вы приезжаете в тихое прекрасное место, пропитанное духом истории. Вы можете подняться на обзорную башню и увидеть нашу страну такой, какой она была сто, двести, триста лет назад!

Ничего подобного в Екатеринбурге с его небоскрёбами и новостройками вы увидеть не сможете.

Нужно каждому побывать здесь лично, посетить музей-заповедник Верхотурского кремля, монастыри и храмы. Только личное соприкосновение с заповедным пространством позволит вам проникнуться духом истории, почувствовать неразрывную связь с нашими предками. Лично для меня такое соприкосновение дорожке всех удобств современных «третьих столиц» России. Богатство нашей страны – не только в углеводородах, промышленности и энергетике, но и в великом многообразии, в связи времён, без которых у другой страны нет ни хорошего настоящего, ни перспективного будущего. А у нас есть!

В том числе – благодаря таким городам, как Верхотурье!

ГРИБОК НЕ ТОЛЬКО КОСМЕТИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА!

ПОЭТОМУ КРЕМЫ И МАЗИ - НЕ ВЫХОД! БОРЬТЕСЬ СО «ЗЛОДЕЕМ» ВАЖНО ИЗНУТРИ

СУБСИДИЯ ВСЕГО
14 руб. за 1 уп.

Грибок не болит, но способен не только портить настроение своим внешним видом, но и негативно влиять на состояние и работу сосудов, суставов, сердца, глаз. Споры грибка проникают в кровь через микротрещины, пыль, хлеб, воздух. Справиться с грибком бывает довольно сложно. С возрастом риск заражения хотя бы одним штаммом грибковой инфекции существенно возрастает. А всего этих штаммов более 400. Из них 200 могут оказывать существенное влияние на качество жизни.

- Можно ли с ним справиться? Давайте спросим у врача-миколога Фаины Романовны.

- Конечно, можно. Отлично помогает в борьбе с грибком средство с «говорящим» названием - «ГРИБКОТОКС». Он не только препятствует росту грибка, но и помогает организму очищаться от токсинов, которыми эти грибки отравляют ткани.

- То есть способ помочь организму подавить активность грибка, не перебирая бездумно «тонны» средств?

-Увы, мы так устроены: появился грибок на ногте или между пальцев - помазали и ждем чуда. А чудес не бывает. Грибок укоренился надежно, как дерево пустил свои корни глубоко внутрь. А споры в кровь пошли и разносили инфекцию по всему организму. И вот уже мицелий влияет на качество работы внутренних органов. Могут начаться воспаления, боли, усталость и даже различные заболевания. Конечно, пока иммунитет силен, грибок спит. Но стоит организму ослабнуть (стресс, антибиотики, заболевания), и грибок активируется.

- «Грибокоток» — не антибиотик?

- Ни в коем случае! Антибиотики вообще не действуют на грибок. Более того, они убивают микрофлору и снижают иммунитет, создавая идеальные условия для его роста. «Грибокоток» — это новое слово в борьбе с грибковой инфекцией. Он подавляет споры грибка изнутри, способствует очищению крови и лимфы, помогает вывести токсины и продукты распада грибка, восстановить иммунитет, что даст организму возможность лучше защи-

щаться от любых патогенов. Состав сиропа деструктивно действует ТОЛЬКО на грибок и его споры. А наши живые клетки он, наоборот, бережет и защищает.

- То есть «Грибокоток» борется с причиной грибка?

- Именно. Это единственный способ справиться с такой стойкой инфекцией. Поэтому эффект от «Грибокоток» системный – вы не только помогаете организму бороться с проявлениями грибка, но и улучшаете общее самочувствие. А значит, чем раньше вы нейтрализуете активность грибка, тем дольше сохраните здоровье.

ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ
«КАЖДОМУ ПЕНСИОНЕРУ – ЗДОРОВЫЕ НОГТИ»

Страдаете от грибка ногтей или кожи? Тогда вы имеете право на субсидирование расходов по приобретению сиропа «Грибокоток». Субсидия действует только до 22 апреля 2026 года.

Внимание! Программа действует только для граждан, рождённых в СССР (до 1990 года). При получении необходимо предъявить паспорт!

Чтобы воспользоваться субсидией:

1. Позвоните по телефону **8-800-303-05-55**
2. Продиктуйте код **8620** и получите сироп «Грибокоток».

ВСЕГО ЗА 14 РУБЛЕЙ!

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

«ВОТ ПОЧЕМУ КО МНЕ МНОГИЕ ХОРОШО ОТНОСЯТСЯ»

ОТКРОВЕННО

Дарья Соколова, «Моя семья»
Фото: sar.afishagoroda.ru

Денис Майданов – народный любимец. Его песни знают и поют все от мала до велика. Многие стали народными хитами. Недавно в Кремлёвском дворце состоялся большой благотворительный концерт, приуроченный к 50-летию артиста.

- Денис Васильевич, какое у вас отношение к юбилею?

- Пятьдесят – сильная дата, крепкая, мужская. Я регулярно занимаюсь спортом и стараюсь держать себя в форме. Помню, как Кобзон выходил на сцену и обращался к залу: «Ребята, если вы в свои 50 или 60 думаете, что это много, то хочу сказать, что мне 80 с лишним и я многих могу... – он сделал паузу – понять».

- Каким вам запомнился Иосиф Давыдович?

- Кобзон для меня – эталон. Во-первых, это человек, которого очень любили как артиста. Во-вторых, он многим помогал. А третья его ипостась – политическая деятельность, где он был значимой фигурой. И когда я в творчестве уперся в потолок и понял, что могу и хочу большего, то пошёл на государственную службу. Когда победил на выборах в Государственную Думу, раздался звонок: «Денис Васильевич, предлагаем вам должность первого заместителя председателя комитета по культуре». Я ответил: «Вы представляете, что это для меня значит? Ведь до меня в этой должности работал Иосиф Давыдович Кобзон».

- Как вы осваивались в совершенно новой для себя сфере?

- Вначале было сложно. Я учился существовать в политическом мире, смотрел, как работает государственный жезл. Когда меня только позвали на выборы, советовался с другими артистами, и все говорили: «Конечно, иди. Пускай в Думе будет наш представитель». Это большое доверие и ответственность. Обо мне нельзя сказать, что я оторван от народа. В силу деятельности общаюсь со всеми – и с водителем, который встречает в аэропорту, и с руководителями регионов и предприятий. Ну, а когда во всём разобрался, то встал вопрос времени. Потому что я – действующий артист с высокой востребованностью, у меня много гастрольных предложений со всей страны. И в то же время есть свой регион – западное Подмосковье. Здесь много городов и много людей, за которых я в ответе. Ко мне часто обращаются с просьбами, в основном житейскими и бытовыми. Помогать людям – это радость, честь и ответственность.

Третья моя ипостась – продюсирование. В какой-то момент я понял, что мне нужны механизмы для воплощения проектов и ведения идеологической работы, создания молодёжных сериалов и художественных фильмов, мероприятий патриотического характера. Ежегодно при поддержке правительства Москвы мы проводим всероссийский праздник – День отца. Я был его инициатором: в 2021 году являлся одним из тех, кто обратился к Президенту с просьбой учредить в России эту важную дату. Сегодня

День отца символизирует акцент, который государство делает на отцовстве. Мы проводим мероприятия на федеральных каналах и распространяем по всем регионам России методички, где рассказывается, как следует проводить праздник. Сейчас я получаю огромное количество благодарностей со всей страны.

- Вы – отец двух детей. Скажите, а кто подбирал им такие красивые славянские имена? И как растут ваши дети?

- Когда мы с женой Наташей называли дочку Владой, то решили, что это имя ей очень подойдёт, особенно если она станет заниматься творчеством. Вот почему она Влада Майданова.

Дочь продолжает творческую династию с самого детства. Я ей сказал: «Тебе будет гораздо сложнее, чем мне, потому что я-то – из грязи в князи, а у тебя – уже известная марка». На что Влада ответила: «Тогда, папа, я буду развиваться под своим именем и под своей маркой». И взяла псевдоним Майвл – это производное от «Майданова Влада». Под этим именем она снимается в кино и выходит на сцену. Она – гордый человек: «Пап, мне не нужна твоя аудитория, не нужно твоих побед, мне не нужны твои радио, телевидение, вообще твои ресурсы. Я должна пройти свой путь сама». И сейчас, в свои 17 лет, Влада очень много делает для того, чтобы продвигать своё творчество. Разумеется, она окончила музыкальную школу и профессионально занималась актёрским искусством. Когда ей исполнилось 13 лет, я сказал: «Влада, хватит играть Бахов и Шопенов. Если хочешь создавать свою музыку, то возьми гитару». Гитара – инструмент, на котором отлично создаются песни. Влада быстро научилась играть и к 15 годам написала первый альбом. Причём, это не детские песни. Я говорю это как продюсер и человек, который много всего переслушал. Этот ее первый альбом стал саундтреком сериала «Музыка времени», который побил все рекорды просмотров в Интернете среди подростков. Более того, она сыграла там главную роль. Сейчас планируются съёмки второго сезона сериала «Музыка времени», Влада пишет новый альбом.

- А сын?

- Сына хотели назвать Борисом. Потом я сказал жене: «Борис или Денис – это какой-то «кис-кис», давай используем славянский корень». И назвали Бориславом. Наш Боська – так мы зовём сына дома – иногда говорит: «Ну, зачем вы меня так называли? Я всё равно представляюсь Борисом. А если назовусь Бориславом, все переспрашивают: как-как?». Я отвечаю: «Исполнится тебе 14 лет, пойдёшь получать паспорт, если захочешь, станешь Борисом». Борислав учится в кадетском классе, сознательно туда пошёл. Ему 12 лет. Влюблён в историю, геополитику. Может рассказать хронику любого государства испокон веков до наших дней. Я думаю, он пойдёт в профессию, связанную с госслужбой, или станет учёным.

- Вам самому в детстве и юности пришлось несладко. С 13 лет начали работать, помогали маме.

- Было начало 1990-х. Да, вы правы. В родном Балакове я работал и сторожем в садике, и бетонщиком на заводе желе-



зобетонных изделий, и монтажником на нефтеперерабатывающем заводе, даже машины мыл. Денег не хватало – родители развелись, когда мне исполнилось 8 лет. Мама много работала, но мы не процветали. Было непростое время, я очень хотел зарабатывать, помогать маме. Эти трудности меня только укрепили, научили с детства добиваться цели собственным трудом. Конечно, меня всему научил дед Пётр Афанасьевич. Дорогой мой любимый дед, с которым мы вдвоём построили дачу. Стены из кирпича возвели мужики, остальное мы делали сами. Пол, облицовка стен, штукатурка, окна, потом ставили стропила, возводили второй этаж, устанавливали крышу. Эта работа мне многое дала: я умею обращаться с рубанком, молотком, топором, электричеством. Но всегда мечтал о творчестве.

- Вы даже успели поучиться в техникуме...

- Да, я даже не окончил 11 классов. Мама сказала: «Иди в техникум, быстрее получишь мужскую специальность». Вдобавок в техникуме платили стипендию. Так что владею специальностью «техник-механик по ремонту и обслуживанию оборудования предприятий химической промышленности». Однако моей мечтой были режиссура, продюсирование. И в 19 лет я исполнил свою мечту, поступил в Московский университет культуры на специальность «менеджер-постановщик шоу-программ». После окончания вернулся в Балаково, меня пригласили на работу в администрацию города. Стал специалистом по массовым мероприятиям в управлении культуры Балакова. Но после двух лет работы решил, что я – не чиновник, а композитор, музыкальный продюсер, и уехал в Москву.

- Как покорялась столица?

- Два года было трудно. Сменил немало мест жительства, ночевал на Павелецком вокзале, когда кончились средства за существованию. Отсыпался на Кольцевой линии метро после ночных смен на студиях. Но потом зацепился, появились первые артисты, которым я написал песни, своя студия. А в 2008 году произведения в моём исполнении зазвучали на радиостанциях.

- У вас очень узнаваемый тембр. Как вы работали над голосом?

- Никак не работал. Просто пел во дворе под гитару. Я в 13 лет взял в руки инструмент и просто повсюду пел свои песни. Это, собственно, и сделало меня артистом и автором-исполнителем. До сих пор, когда говорят «певец Денис

Майданов», меня это раздражает. Певец – это оперный или эстрадный исполнитель. Я – автор-исполнитель, моё оружие – слово, я много внимания уделяю тексту. А за то, что у меня узнаваемый тембр, спасибо Господу, это действительно важно для артиста.

- Вы – верующий человек?

- Когда бываю в разных городах и выдаётся возможность посетить местный храм, всегда делаю это с огромным удовольствием: молюсь, ставлю свечки и понимаю, что церкви – это места силы, которые несут в себе веру людей, живущих здесь. Многие из храмов связаны с определёнными историческими событиями. Не зря говорят: «Поеду по святым местам». Просто так место святым не назовут.

- Обратитесь к вашей семье. Поделись рецептом хороших взаимоотношений в браке.

- Когда я стал артистом, у нас с Наташей возник вопрос: кто будет моим директором? Как только зазвучали мои песни, Наташа с Владой на руках – полгодика дочке было – уже обзванивала Сибирь и Урал, формировала мой первый гастрольный тур. Вместе мы с 2003 года, в прошлом году отметили 20-летие свадьбы. Живём душа в душу, у нас общие цели и мечты, планы и путешествия, а также работа. Мы не устаём друг от друга, каждый тянет тяжёлую ляжку. Наташа продюсирует несколько проектов. Если я по складу ума – гуманитарий, то она по первой специальности – инженер транспорта, потом получила второе образование – «маркетинг». Она – аналитик, мы прекрасно друг друга дополняем. Главное, мне кажется, чувствовать, что твоя любовь, твоя семья, твой круг – это крепость, с одной стороны. А с другой – клумба. Её всегда нужно питать, удобрять, защищать, поддерживать и беречь. И, конечно, быть искренним, честным, порядочным человеком. Жена говорит: «Ну, почему ты такой прямолинейный! Где-то надо и схитрить». А я говорю: «Наташ, не могу, я потом себя уважать не буду». Может, поэтому ко мне многие хорошо относятся.

- Вас окружает много поклонниц. Наталья ревнует?

- Жена говорит, что не ревнует, но я знаю, что да. Однако между нами существует высокая степень доверия. С недоверием очень тяжело жить. Что касается поклонниц, то они приходят на мои концерты, чтобы ощутить атмосферу семьи. Я пропагандирую счастливую здоровую семью. Вот почему женщины приводят на концерты мужей. А бывает наоборот – мужья приводят жён.

- Заключительный вопрос – о вашем юбилейном благотворительном концерте в Кремле. Почему он был благотворительный?

- Потому что на нём я не зарабатывал деньги. Все собранные средства пойдут в фонд «Защитники Отечества», они предназначены для поддержки, помощи и реабилитации ветеранов и участников СВО. Я посчитал долгом в свой юбилей совершить такой поступок. Спасибо всем, кто меня поддержал: Льву Лещенко, Николаю Баскову, Олегу Газманову, Александру Маршалу, Михаилу Шуфутинскому, Александру Иванову, «Хору Турецкого», ансамблю песни и пляски «Росгвардии» и другим.

Любителям сада и огорода

ПРИХОДИТЕ!

27-28 марта в Уральском государственном аграрном университете вновь пройдут региональная научно-практическая конференция «Достижения науки – садоводам Урала» и выставка-продажа «Моя земля».

27 марта с 11 до 14 часов состоится лекторий, посвященный 80-летию селекционера по косточковым культурам Маргариты Исаковой.

В ПРОГРАММЕ:

- «Селекция, сорта, агротехника косточковых культур на Среднем Урале (вишня, слива, терн)». Лектор – старший научный сотрудник, селекционер по косточковым культурам Свердловской селекционной станции садоводства Маргарита Исакова;

- «Абрикос на Урале: биология, сорта, агротехника». Лектор – к.с.-х.н., завотделом садоводства Южно-Уральского института садоводства и картофелеводства (Челябинск) Фирудин Мамедага Оглы Гасымов;

- «Вредители и болезни косточковых культур: защита и профилактика». Лектор – руководитель Свердловской селекционной станции садоводства Татьяна Слепнева;

- «Лещина на Урале: биология культуры, агротехника». Лектор – к.б.н., доцент, преподаватель кафедры овощеводства и плодородства имени Н.Ф. Коняева УрГАУ Михаил Лезин.

В течение двух дней с 10 до16 часов – консультации на стендах участников выставки.

Организаторы: факультет агротехнологий и землеустройства Уральского ГАУ, кафедра овощеводства и плодородства имени профессора Н.Ф. Коняева, Уральская школа садоводства и огородничества.

Место проведения: УрГАУ, г. Екатеринбург, ул. Тургенева, 23, корпус 4, актовый зал, 2-й этаж.

Справки – по телефонам: **8 (343) 350-97-56, 8 (343) 221-40-36**

Вход свободный. Участникам необходимо иметь при себе документ, удостоверяющий личность.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте газетапенсионер.рф

В дружную команду газеты «Пенсионер» требуются менеджер по рекламе и специалист по ведению проектов! Ваш возраст – это ваше преимущество. Вы умеете договариваться, знаете жизнь и не боитесь ответственности. Мы научим всем современным тонкостям, а вы поделитесь с нами главным – опытом и надежностью. Тел.: 8-922-220-74-12

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

● **РЕМОНТ ПОЛОВ. СКРИПЫ! ЛАМИНАТ. Тел. 8-902-87-16-750.**

● **Куплю гараж! Тел. 8-908-633-63-09**

● **Продам картины:** «Чашка кофе», в раме 16x25, постель; «Зонтик», 20x30, в раме, постель; «Красноуфимский виадук», 20x30, графика, в раме. Тел.: 8-900-207-80-59

● **Продаю новые отрезки ткани, черной, серой, хаки; куклы из Чехии в национальных костюмах; новую посуду – тарелки, чашки, бокалы, чайник,**

сахарницы, блюдец; чайный и кофейный наборы; графин и 6 стаканов; бижутерию. Тел.: 8-912-251-74-95

● **Продам участок** в Верх-Исетском районе в черте Екатеринбурга, разрешена прописка. Дом бревенчатый, 2 этажа, 3 комнаты, 65 м², участок 5 соток, большая теплица, баня с верандой, парилка, гараж скважина. Транспорт рядом – автобусы № 64, 48. Тел.: 8-952-137-12-58

● **Возьму в аренду садовый участок** на летний сезон. Тел.: 8-992-331-19-61

● **Продаю участок, 5,7 сотки, в саду №5, недорого.** Все насаждения, клубника, теплицы, домик. Тел.: 8-343-97-600-32

● **Продаю 2-комн. квартиру, 57 м², в пгт, рядом с основным лесом, 100 км, от Екатеринбурга.** Тел.: 8-904-387-01-47

● **Продаю книги по медицине, справоч. худ. альбомы – театры, музеи, «100 великих художников», «Музеи мира»; магнитики.** Тел.: 8-982-602-7-20

● **Продам книги:** большой русско-польский словарь, в 2 т., 65 т. слов, 1970 г. вып. – 600 р.; книги для чтения на польском языке. Тел.: 8-908-634-14-83

● **Продам цветок алоэ, 5 лет.** Тел.: 8-982-646-01-29

УСПЕВАЙТЕ!
Акция!
Только до 30 апреля 2026 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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕВОЗМОЖНО КОМБИНИРОВАТЬ.

Реклама. Медилицензия №Л041-01021-66/00358956

С днём рождения!

Пусть в доме будет только радость, уют, достаток и покой. Друзья, родные будут рядом, Беда обходит стороной!

85 лет

Людмила Георгиевна АСТАХОВА,
Екатеринбург

80 лет

Римма Алексеевна ПРОЗОРОВА,
Реж

75 лет

Любовь Дмитриевна КОВЕШНИКОВА,
Екатеринбург

70 лет

Татьяна Сергеевна СЕДОВА,
Екатеринбург

День рождения

Алла Юрьевна АЛЕКСАНДРОВА,
Екатеринбург

Галина Федоровна АНИСЬКИНА,
Верхняя Пышма

Лидия Семеновна БИКЕЕВА,
Нижний Тагил

Тамара Федоровна ДУНАЕВА,
Красноуфимский район

Евдокия Васильевна ДЮНДИНА,
Полевской

Ольга Александровна КОРЗУНИНА,
Верхотурский район

Нина Владимировна ЩИНОВА,
Краснотурьинск

Поздравляю с юбилеем

Галину Петровну ДЕНИСОВУ
Сегодня день рождения у тебя, А сколько лет – значенья не имеет. Так оставайся доброй, как всегда, И сердце никогда пусть не стареет!

Л. М. Титова, п. Шала

Поздравляем с 60-летием совместной жизни

Галину Васильевну и Николая Архиповича ВЕНИДИКОВЫХ

Ваши сердца – и вправду бриллианты, Добра в них хватит мир весь обогреть. Союзу шестьдесят – невероятно! На вас двоих так радостно смотреть! Ещё вы много лет заботой нежной Друг друга согревайте день за днём. Пусть все ваши сбываются надежды. Гармония не покидает дом!

Родные, друзья, с. Таборы

Поздравляю с днем рождения Людмилу Константиновну ОРЛОВУ

Здоровья крепкого желаю На много-много лет вперед. Пусть ангел ваш вас охраняет И все невзгоды заберет

Валентина Молодых, д. Яр, Байкаловский район

Поздравляем с годовщиной свадьбы

Павла Егоровича и Тамару Павловну ВЫСОКИХ!

Семьи вашей крепче, конечно же, нет. Вы вместе, на радость, уж 70 лет! В порядке и дети, и куча внучат. И все вас поздравить душевно хотят! Пусть ваши глаза добрым светом горят, Вас Бог и родные от бед защитят, Всегда помогают, заботу дают, На сердце чтоб радость, а в душе – уют!

Родные, п. Пионерский, Талицкий района

Поздравляю с 95-летием Марию Ивановну КУЗНЕЦОВУ

Вы эту жизнь измерили ногами За много лет уж вдоль и поперек. Сегодня восхищаемся мы вами – Уж 95-й вам годок! Здоровья и долгих лет.

Племянники, Екатеринбург

Клуб одиноких сердец

● **Надеюсь встретить одинокую женщину, 60-70 лет, и прожить с ней остаток жизни среди цветов в саду. О себе: вдовец, военный пенсионер, без в/п.** Тел.: 8-908-906-91-31

● **Вдовец, из Нижнего Тагила, познакомится с женщиной, 60 лет.** Тел.: 8-950-653-27-69

● **Познакомлюсь для уютной семейной жизни с добрым мужчиной. О себе: 75 лет, без в/п, с ч/ю, из Екате-**

ринбурга. Тел.: 8-963-051-21-71

● **Мужчина, 67 лет, русский, простой, без в/п, трудолюбивый, согласен на переезд. Познакомится с женщиной младше или старше своих лет.** Тел.: 8-952-144-09-41

● **Веселая, энергичная женщина познакомится для с/о с мужчиной, согласным на переезд, 67-72 лет, из Режа, Артемовского, Сухого Лога.** Тел.: 8-982-652-80-80

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 _____

ПЕРВЫЙ

- 05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+

РОССИЯ

- 05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.

НТВ

- 04.45, 09.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ!

МАТЧ ТВ

- 08.00 НЕПОБЕДИМЫЙ 12+
08.30 ФОРМУЛА-1 12+
09.00, 11.05 НОВОСТИ
09.05, 12.00, 16.55, 01.55 ВСЕ НА МАТЧ!

КУЛЬТУРА

- 06.30 Д/Ф «ШАРЦА НЕБЕСНАЯ. ФЕОДОРОВСКАЯ ИКОНА БОЖИЕЙ МАТЕРИ» 16+
07.15 ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ 16+

Домашний

- 06.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.55, 05.20 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.55, 03.05 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+

МИР

- 06.15, 10.10 Т/С «ЖИТЬ СНАЧАЛА» 16+
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+

ЗВЕЗДА

- 05.05 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ» 2» 16+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

- 06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.05, 11.50 Х/Ф «ЖЕНЩИНА ЕГО МЕНТЫ» 12+

СПАС

- 05.00 ВСТРЕЧА 12+
06.00, 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+

5 канал

- 06.30, 09.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» 16+
08.30 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ 12+

ТНВ

- 06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 19.00, 22.15 КОНЦЕРТ 12+

ОТВ

- 06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+

РЕН ТВ

- 05.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+

ОТР

- 06.00, 09.00 КАЛЕНДАРЬ 12+
06.30 МОЯ ИСТОРИЯ 12+

ОТР

- 07.20 Х/Ф «ТРОИХ НАДО УБРАТЬ» 16+
09.30 ЧЕЛОВЕК И СУДЬБА 16+

РЕН ТВ

- 05.00 ЭТО СДЕЛАНО В РОССИИ 12+
06.05, 01.55 Х/Ф «М. ИЛИ ГОРОД ИЩЕТ УСИЛИЮ» 16+

СУББОТА, 28 МАРТА

ПЕРВЫЙ

- 06.00 ДОБРОЕ УТРО. СБ 12+
09.00 УЛИЧНИ И УЛИЧКИ 12+

РОССИЯ

- 05.00 УТРО РОССИИ. СБ 12+
09.00 ВЕСТИ. СУББОТА
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+

НТВ

- 06.20 ЖДИ МЕНЯ 12+
07.20 СМОТ 0+

МАТЧ ТВ

- 08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА UFC. АЛЕКС ПЕРЕРА ПРОТИВ ИСРАЭЛЯ АДЕСАНИ.

КУЛЬТУРА

- 06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.05 М/Ф «ЦАРЕНА-ЛЯГУШКА» 16+

Домашний

- 06.30 Х/Ф «ВЕРНУТЬ ЖИЗНЬ» 16+
10.00 УЮТНОЕ УТРО 16+

МИР

- 05.45 ВСЕ, КАК У ЛЮДЕЙ 6+
07.55 МУЛЬФИЛМЫ НА СПАСЕ 0+

ЗВЕЗДА

- 06.10, 03.50 Х/Ф «К ЧЕРНОМУ МОРЮ» 12+
07.35 Х/Ф «КИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ» 12+

ТВ Центр

- 06.40 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ 6+
07.05 Х/Ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ БЕЛЫЕ ВЫГРЫВАЮТ. МАСТЕР ИГРЫ В ГО» 16+

СПАС

- 05.00 ЦЕРКОВЬ И МИР 0+
05.20 ЗАВЕТ ЖИЗНИ ХРИСТА 6+

5 канал

- 06.00, 10.05, 13.00, 17.35, 23.05 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+

ТНВ

- 06.00, 05.05 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
06.30, 17.30 TATARSTAN TODAY.

ОТВ

- 05.00, 08.00, 12.00, 15.00 СОБЫТИЯ 16+

РЕН ТВ

- 05.00, 01.30 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

ОТР

- 06.00 ЭТО СДЕЛАНО В РОССИИ 12+
06.05, 01.55 Х/Ф «М. ИЛИ ГОРОД ИЩЕТ УСИЛИЮ» 16+

ОТР

- 07.20 Х/Ф «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!» 16+

РЕН ТВ

- 05.00, 01.30 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 12+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 22.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+

РОССИЯ 1

07.20 В КРУГУ ДРУЗЕЙ 12+
08.00 ВЕСТИ. ВОСКРЕСЕНЬЕ

КУЛЬТУРА K

06.30 М/Ф «ТРИ ТОЛСТЯКА» 16+

НТВ

06.40 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТВЕ 16+

Домашний

06.30 Х/Ф «ОДНОКЛАССНИКИ. БЫВШИХ НЕ БЫВАЕТ» 16+

МИР

05.55 Х/Ф «САДКО» 12+

ТВ Центр

05.45 Х/Ф «ТАЙНА СТАРОГО ПОРТРЕТА» 16+

СПАС

06.05 Д/Ф «НЕПОБЕДИМАЯ ПОБЕДА» 0+

5 канал

06.00 Т/С «ЧЕРНЫЙ ПЕС» 16+

ТНВ

06.00 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+

ОТВ

06.00, 12.00, 18.00, 00.00 ВСЕ ГОВОРИТ ОБ ЭТОМ 16+

ОТР

06.00 ЭТО СДЕЛАНО В РОССИИ 12+

РЕН ТВ

05.00, 01.10 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

СКАНВОРД

Сканворд с изображениями и подсказками. Включает изображения: киношный утонщик, Бард Александр с хитом «Гол-стоп», Собственная оценка, Комнатный столетник, Острая, веселящая компания, Дикярь, который вопил с экрана, «Взгляд» из кабины водителя, Народ - сосед хантов, Лоб (стар.), Спидометр судна, Советский магнитофон, Хитчая птица семейства соколиных, Авто с «портретом» льва, Сказочный дух леса, «Я люблю тебя до слез» (песня), Кличка собаки-комиссара, «Ранжир» должностей, Материк, где ждали Айболита, «Слеза» хвойных деревьев, Пара килограммов на шаг, Все живое, Старинное оружие для пахоты, Галогенная фара автомобиля, Высокий прыжок в балетном танце, Пустыня в Южной Америке, Бедам до сотворения мира, Решето мелкого калибра, Трава на пожаре, Главный инструмент портного, Сигурный цветник, Охотник, друг Незнайки, Женское пальто с переперной, В ней мощи святого лежат, Русский крейсер, Жирное у глупого пингуина, Главный оптический объект, Речной отшельник с клешнями, «...предков», Автотранспортная станция, Детский пистолет, Дефект чашки, Никак на месте не усидит, Под... (втихаря), Все с одинаковым цветом кожи, Стадо под надзором чабана, Вход в локу.

Ответы на сканворд, опубликованный в предыдущем номере. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Искусство. Ремиз. Игата. Соте. Нар. Спасибо. Хатка. Скат. Трусца. Лия. Усик. Надир. Аммиак. Укроп. Толка. Ваню. Фарук. Залог. Акула. Наган. Лау. Нанду. Кордоба. Мощи. Ушко. Досуг. Самба. Сваг. Карета. ПО ВЕРТИКАЛИ: Августин. Азор. Испуг. Анис. Казна. Стояк. Ангел. Дуб. Треста. Олуша. Довга. Орда. Укос. Струна. Аммир. Кокарда. Буер. Дог. Износ. Лаос. Цафра. Бук. Дирхам. Сага. Мир. Найтли. Кяну. Амаяк. Княжна.

ЛОГОПЕДУ ПОМОЖЕТ... БАБУШКА!

ПРОФЕССИИ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Марина Блинова
Фото из архива Т. Сашниковой

*Бабушка наша и варежки свяжет,
Бабушка вечером сказку расскажет,
Слушать ее мы готовы часами,
Что позабудет – расскажем ей сами.*

Я не случайно начала с этого милого детского стишка. Сегодня я хочу рассказать о роли старшего поколения – дедушек и бабушек – в речевом развитии ребенка, в формировании его коммуникативных речевых навыков, а они – залог успешности ребят в садике, школе, в дальнейшей жизни.

Психологи и педагоги придают большое значение взаимодействию старших родственников с внуками. Одной из объективных причин важности такого общения является, безусловно, трудовая занятость родителей детишек. Нередко сказываются и неспособность или нежелание пап и мам самоорганизоваться для занятий с ребенком, отсутствие у них необходимого родительского опыта. Увы, но нынешние родители – это поколение 1990-2000-х годов, на котором не всегда позитивно сказались реформы образования, воспитания и экономики в целом.

Тем важнее общение внуков с бабушками и дедушками. С ними они произносят первые слова, познают мир, учатся складывать фразы, рассказывать стихи и сказки. Об этом – наш разговор с читательницей «Пенсионера» Татьяной Георгиевной Сашниковой, дефектологом-логопедом, чей стаж работы по этой специальности составляет 54 года. Она и сейчас трудится в одном из центров развития детей Екатеринбурга.

Дефектолог-логопед – это специалист, который занимается диагностикой, профилактикой и коррекцией речевых нарушений у детей и взрослых. Он обучает правильно произношению звуков, написанию букв, помогает развивать связную речь, коммуникативные навыки, улучшать внимание, память и мышление.

- Татьяна Георгиевна, в процессе работы вы взаимодействуете непосредственно с детьми. Каким же образом здесь участвуют бабушки и дедушки, нужно ли их участие?

- Сегодня логопеды отмечают: у более чем половины детей в России есть проблемы с речью. Однако к специалистам, как правило, родители обращаются, когда проблема уже запущена. Как избежать этого? С самого раннего детства с ребенком контактируют его родители, бабушки и дедушки. Именно они слушают сначала лепет, а потом и речь ребенка – еще до детского садика и школы, следят за правильностью произношения слов, формулировкой фраз. А разговорная активность, правильность речи – это фундамент дальнейшей успешности человека в жизни. У старшего поколения имеется опыт воспитания собственных детей, опыт исправления слов, речи. Если говорить о развитии речи внуков, бабули и дедули – это кладь мудрости, терпения и безграничной любви, которые могут научить, терпеливо выслушать



и поправить малышек. К трем годам у ребенка складывается речь, многие звуки пока искажены, что нормально в силу физиологии возраста. Но бывает, что малыш говорит много, но плохо, невнятно, нарушены ритм и темп его речи. Такие нарушения, как правило, мало волнуют родителей, иногда они их не замечают. А вот бабушки и дедушки обычно быстро реагируют на эти проявления. Они первыми замечают ошибки и дефекты произношения в речи малыша и начинают беспокоить его родителей, воспитателей, просят обратить на это внимание.

Я занимаюсь на занятиях с детьми, даю задания, а их выполнение, работа над речью дома, включение в речь поставленных звуков – все это должны выполнять с детьми родители. Но дефицит времени, профессиональная и семейная занятость мешают родителям заниматься с малышами. А зачастую они просто не придают должного значения дефектам речи ребенка, не задумываются о последствиях. Ждут чуда, что вот-вот в 4 года дитя разговорится! Но время в развитии ребенка – самый ценный и невозможный ресурс. Упуская его, мы отстаём в графике развития и позволяем сформироваться вторичным проблемам. В итоге некоторые папы и мамы приводят ко мне ребенка, которому уже 5 лет, и приходится исправлять последствия задержки развития, с которой можно было начать работать вовремя. При этом амбиций у родителей много, все хотят учить детей в особых школах – языковых, художественных, математических...

- Значит, роль старшего поколения в воспитании и развитии речи детей чрезвычайно важна?

- Несомненно! Бабушки и дедушки – знатоки различных потешек, игр, сти-

хов, песенок, сказок. Современные гаджеты этому научить не могут. Поэтому все эти бабушкины «придет серенький волчок и ухватит за бочок», «курочки рябы» и «мишки косопалые с оторванной лапой» – это активный ресурс для развития ребенка. Фраза «Моем руки, моем уши, вытираем посуду» – не только речь, это и побуждение к правильным действиям! И запоминается почти мгновенно. Старшие члены семьи благодаря богатому жизненному опыту могут найти подход к ребенку в любой ситуации. Их терпение и способность прощать создают атмосферу любви и доверия. В отличие от занятых родителей они имеют больше свободного времени, могут часами слушать, отвечать на бесконечные «почему?», повторять слова и фразы. Они – носители богатого культурного наследия: помнят народные песни, сказки, стихи, которые передавались из поколения в поколение. Бабушки, как правило, говорят более размеренно и четко, что облегчает для ребенка восприятие речи. Они развивают слуховое восприятие и память ребенка, но и обогащают его словарный запас, знакомят с образным языком и народной мудростью. И умеют превратить любое занятие в удовольствие.

- Существует мнение, что в современных гаджетах можно найти все и не надо изобретать сказки, стишки и песенки. Вручил смартфон ребенку – и спокоен...

- Отчасти с этим согласна, но, чтобы они были полезны, необходимо их вместе с ребенком смотреть, слушать, разбирать и объяснять. Это требует внимания, усилий родителей, желательного, чтобы такая информация шла из родной культуры, родного языка. Да, нынешние дети с раннего возраста умеют пользоваться гаджетами. Они очень быстро осваивают взаимодействие с современными технологиями и почти не расстаются с ними. Но при этом на ребенка обрушивается гигантский поток информации, которую его мозг просто еще не в состоянии «переварить». При отсутствии родительского контроля сведения, полученные из Интернета, могут вызывать страх, злость, отвращение, тревогу, раздражение. Психика ребенка становится расторможенной, гиперактивной и гиперактивности звучит всё чаще. Появляется понятие «клиповое сознание» – вид мышления, когда человек воспринимает информацию в виде коротких фрагментов и отрывистых образов, окружающий мир видится обрывочно, в виде несвязанных явлений. Человек начинает мыслить узко, легче поддается на различные уловки, им проще манипулировать. Такова расплата за информационное изобилие.

- Учитывая, насколько сложной и эмоционально затратной является ваша профессия, у вас не возникало желание сменить вид деятельности?

- Студенткой, будучи на практике, я поняла, что стану работать с детьми. В первую очередь хотела доказать самой себе, что смогу, справлюсь. Еще в институте я стала участником экспериментального проекта по созданию первого диагностического класса для детей с ограниченными возможностями, где их должны были обучать по специально разработанным методикам в течение года. Затем, успешно освоив этот материал, они могли продолжать обучение во 2-м классе обычной общеобразовательной школы. Кроме того, почти все свободное время я проводила в детской дорожной поликлинике, где работала моя мама и возглавляла методическую логопедическую службу Свердловской ЖД, вела приемы и консультации детей в поликлинике. А сегодня во время работы я встречаюсь с замечательными ребятами. Знаете, какие курьезные случаи бывают в моей практике, можно писать книгу! Одна старательная бабушка делала с внуком все упражнения, которые я задавала для постановки звука «Р». И все у ребенка получилось. При этом бабушка сама не выговаривала правильно эту букву и научилась тоже! В результате подруга, услышав ее речь по телефону с четко произнесенной «Р», не узнала ее и решила, что позвонили мошенники.

- Какие качества должны присутствовать у представителя вашей профессии?

- Любовь к детям, уверенность в успехе, терпение, внимательность, чуткость и самодисциплина, креативность мышления, профессиональный азарт, постоянное совершенствование знаний и навыков. Необходимо также знать и понимать особенности диагноза ребенка, с которым занимаешься. Моя работа, особенно с детьми с ДЦП и другими сложными нарушениями, начинается очень рано, иногда за год до того, когда ребенок должен произнести своё первое слово. Я поняла, что могу быть полезна этим детям, могу улучшить качество жизни этих ребятшек, следовательно, и их семей. Я видела слезы отчаяния мам, а потом – и слезы радости, когда все получилось. И это не измерить никакими материальными ценностями. Что может быть выше и важнее этого!

- Ваши советы дедушкам и бабушкам, которые занимаются с внуками.

- Регулярное совместное чтение книг – один из самых мощных инструментов для развития речи. Не упускайте также ни одной возможности поговорить с ребенком. Описывайте происходящее вокруг, задавайте ему вопросы, слушайте его. Пойте ему песни и рассказывайте стихи. Не перебивайте ребенка, если он допускает ошибки, а мягко и ненавязчиво поправляйте. Поощряйте его самостоятельность в речи, хвалите за нее. Дети учатся, наблюдая за взрослыми, поэтому и сами говорят четко, выразительно. Ваша грамотная речь – это образец для подражания. И не забывайте о том, что общение с ребенком, его развитие – это процесс двусторонний: помогая ему, общаясь с ним, мы и сами дольше остаемся молодыми!

ПИЩЕВЫЕ ПРИВЫЧКИ, ОТ КОТОРЫХ ПОРА ОТКАЗАТЬСЯ

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

«Красота и здоровье»

Советская эпоха оставила глубокий след в культуре питания россиян. Многие продукты стали любимыми, привычки плотно засели в голове, но некоторые из них давно перестали соответствовать современным представлениям о здоровом питании.

Обилие хлеба. Хлеб был основой рациона советских граждан. Его подавали ко всем блюдам. Сейчас мы знаем, что чрезмерное потребление углеводов ведет к набору веса и проблемам с пищеварением. Современная диетология рекомендует ограничивать употребление белого хлеба и выбирать цельнозерновые варианты.

Обязательно все доесть. Одна из ключевых особенностей советской культуры питания заключалась в том, что еда воспринималась как дефицитный ресурс. Все, что находилось на тарелке, следовало обязательно доесть, даже если чувство насыщения наступило гораздо раньше. Это привело к формированию привычки переедания, которое провоцирует проблемы с весом и здоровьем желудочно-кишечного тракта. Переедание нарушает обмен веществ и снижает чувствительность к сигналам сытости. Важно прислушиваться к своему организму и останавливаться, когда чувствуете себя сытыми.

Принцип 3-разового питания. Традиционная советская трапеза включала три обязательных компонента: горячее блюдо – первое, основное блюдо – второе и напиток. Такое разделение еды игнорировало индивидуальные потребности организма. Питание по принципу «первое-второе-компот» приводит к нагрузке на желудок. Организму полезнее получать небольшие порции питательных веществ каждые 3-4 часа, поддерживая стабильный уровень энергии и предотвращая скачки инсулина.



здоровоепитание.рф

Суп – обязательно. Еще одна характерная черта советского меню – обязательное наличие горячего жидкого блюда. Суп считался необходимым элементом каждого обеда. Современные специалисты отмечают, что ежедневное поедание супа может стать причиной дефицита клетчатки и белка. Для поддержания здорового баланса рацион должен включать разнообразные продукты, богатые витаминами и минералами.

Консервированные овощи и фрукты. Консервы были важной частью советского рациона, особенно зимой, когда свежие овощи и фрукты были редкостью. Однако консерванты и соль негативно влияют на здоровье. Лучше отдавать предпочтение замороженным овощам и фруктам.

Колбасные изделия. Колбасы и сосиски были популярными источниками белка в советское время. Современные исследования показывают, что переработанное мясо повышает риск развития рака толстого кишечника. Лучше выбрать свежеприготовленные мясные блюда или сыры.

Чрезмерное потребление сахара. Сладкое было любимым лакомством. После каждой трапезы – чай с сахаром, конфеты, пряники, печенье. Избыток сахара приводит к диабету, кариесу и другим заболеваниям. Вместо конфет лучше съесть горсть орехов или сухофруктов.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЧТО-ТО В ГЛАЗ ПОПАЛО

ПОМОГИ СЕБЕ САМ

stolichki.ru

Это может произойти с каждым. Внезапно что-то попадает в глаз и вызывает резкую боль и слезы. Как правильно действовать, чтобы быстро помочь себе и избежать осложнений?

Главным признаком является ощущение инородного тела. Кроме этого, беспокоят резь, жжение и боль, покраснение глаза, слезотечение, светобоязнь, непроизвольное моргание или спазм века. Также может наблюдаться временная нечеткость зрения, особенно если инородное тело находится в центральной зоне роговицы.

Чаще всего дискомфорт могут вызывать механические частицы – пыль, песок, мелкие насекомые, ресница, стружка, осколки стекла; химические вещества – бытовая химия, косметика, пыльца растений.

Вот правила, которые помогут избавиться от соринки в глазу. Приготовьте кипяченую или бутилированную воду комнатной температуры. Наклоните голову над раковиной или тазиком. Пострадавший глаз должен быть ниже, чтобы вода с соринкой стекала вниз.

Аккуратно оттяните веки пальцами и капните воду из пипетки, шприца без иглы. Можно подставить глаз под слабую струю воды. Поморгайте несколько раз под водой. Если после промывания дискомфорт сохраняется, повторите процедуру несколько раз.

Если инородное тело не выходит, попробуйте осмотреть глаз при хорошем освещении. Для начала оттяните нижнее веко вниз – часто соринка прячется именно там. Для осмотра верхнего века аккуратно приподнимите его с помощью ватной палочки. Если заметили соринку, попробуйте удалить ее уголком чистого влажного платка или ватной палочки, двигаясь от внешнего уголка глаза к внутреннему.

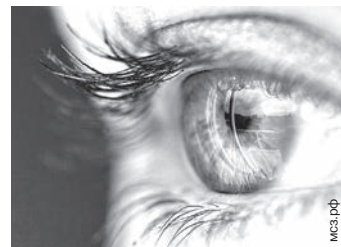
Немедленно обращайтесь к офтальмологу, если не удается удалить инородное тело самостоятельно после нескольких попыток промывания; предмет был острым или попал в глаз на высокой скорости; в глаз попала едкая жидкость; после удаления соринки боль и покраснение не проходят; заметили ухудшение зрения: помутнение, двоение; появились гнойные выделения – признак развития инфекции.

Если в глаз что-то попало, важно не усугубить ситуацию. Нельзя тереть глаз, так вы рискуете вогнать соринку глубже или поцарапать роговицу; не нужно пытаться удалить предмет пинцетом, зубочисткой или другими твердыми предметами;

не следует промывать глаз водой из-под крана, используйте только бутилированную или кипяченую воду. Если попала кислота или щелочь, не пытайтесь нейтрализовать их, например, содой. Это может вызвать опасную химическую реакцию. Также важно не закапывать противовоспалительные и антибактериальные капли без назначения врача, самолечение может ухудшить ситуацию.

Чтобы снизить риск попадания инородных тел и сохранить здоровье глаз, используйте защитные очки при работе с инструментами, во время садовых работ и при контакте с химическими веществами.

Мойте руки перед любыми манипуляциями с глазами. При необходимости используйте увлажняющие капли.



мкс.рф

«НЕТ» ГЕПАТИТУ С!

СОВЕТЫ ВРАЧА

Марина Старостина

Гепатит С – заболевание, которое вызывается вирусом гепатита С. Поражает преимущественно печень, однако могут повреждаться и другие органы, например, почки или щитовидная железа. Об этом грозном заболевании мы говорим с терапевтом центра спортивной медицины городской поликлиники №13 Екатеринбург Натальей Артюгиной.

- О гепатите С существует немало мифов. Например, что гепатит С – болезнь наркоманов. Приличный человек заразиться не может...

- Это не совсем так. Основной группой риска были и остаются потребители инъекционных наркотиков и их половые партнёры, а также лица с большим количеством случайных половых партнёров. Но группой риска также являются люди, которым по состоянию здоровья

переливают кровь и её компоненты. Не стоит забывать о стоматологии и о травмирующих косметических процедурах, включая маникюр и педикюр. Случается, что частицы крови остаются на поверхности инструментов, в случае микротравм вирус может попасть в ранку и вызвать заболевание. Такое возможно, если в салонах используются нестерильные инструменты. Поэтому проверяйте, какими инструментами вам собираются проводить процедуры.

- Правда ли, что после заражения гепатит С долго себя никак не проявляет?

- К сожалению, это так. Недаром его называют «тихим убийцей». При заражении вирусом гепатита С от времени инфицирования до установления диагноза хронической формы заболевания может пройти несколько лет. Острый гепатит С – первые 6 месяцев болезни – может сопровождаться неявными симптомами ОРЗ, кишечной инфекции, которые могут пройти очень быстро. Желтуха развивает-

ся далеко не у всех пациентов. Но вирус сохраняется в организме и длительно не выдаёт себя. Хроническая форма у большинства пациентов выявляется только при обследовании в рамках диспансеризации. Симптомы, которые позволяют заподозрить инфицирование: слабость, апатия, быстрая утомляемость, сниженная работоспособность, нарушение сна, подавленное настроение, отсутствие аппетита, периодические боли в животе.

- Чем опасен гепатит С?

- При длительном течении заболевания при инфицированного человека происходит замещение нормальной ткани печени соединительной тканью – фиброз печени. Поэтому всем людям с хроническим гепатитом С важно наблюдаться у врача и регулярно проходить необходимые обследования.

- Во время плановой диспансеризации пациентов проверяют на гепатит С?

- Нет, тесты на гепатит С в программу плановых медосмотров не входят. Но

их в обязательном порядке делают при подготовке пациента к хирургическим операциям, женщинам во время беременности, представителям отдельных профессий и людям в учреждениях постоянного пребывания. Специалисты рекомендуют взрослым людям время от времени делать тесты на гепатиты по собственной инициативе.

- Излечим ли гепатит С?

- Современные препараты могут практически полностью избавить пациента от этого заболевания, если начать терапию вовремя. Печень способна к самовосстановлению и после избавления от вируса может восстановить свои функции.

- Как защитить себя от инфекции?

- Выбирать медицинские организации, косметические салоны, в которых тщательно стерилизуют инструменты или используются одноразовыми. Не делить с другими бритвы, маникюрные принадлежности. Будьте внимательны, берегите свое здоровье!

КАК Я ХРАНЮ ОТКРЫТЫЕ БАНКИ С СОЛЕНЬЯМИ

ДОМАШНИЕ ХИТРОСТИ

[dzen.ru/Блог экономки](http://dzen.ru/Блог_экономки)

Я стараюсь заготавливать солёные и маринованные огурчики и помидорчики в маленьких баночках. Но бывает, что и литровую банку солений невозможно сразу съесть. Через неделю соленья начинают портиться...

А свои труды очень жаль. Бабушка научила меня, как хранить открытые банки с соленьями. Нужно взять готовую горчицу или приготовить пасту самостоятельно.

Это очень просто: покупаем порошок горчицы. Немного насыпаем в банку. Заливаем холодным рассолом из-под огурчиков, помидорчиков. Размешиваем.

Оставляем в тёплом месте на ночь. Горчица получается изумительная!

Так вот, чтобы спасти соленья от порчи, надо положить горчичную пасту на салфетку, а сверху прикрыть другой салфеткой. И эту конструкцию – в баночку к огурчикам, или лечо, или помидорам. А сверху закрыть обычной пластмассовой



крышкой. И всё! Соленья будут оставаться свежими долго, горчица не позволит появиться нехорошим бактериям.

ЗАПЕЧЕННЫЙ БАТАТ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

ВКУСНО ПОЕДИМ!

www.botanichka.ru

Батат есть в продаже в магазинах, но не все знают, как его готовить. А ведь блюда из сладкого картофеля могут стать вкусным гарниром. По вкусу батат ничем не напоминает картофель, он больше похож на морковь или репу.

Выбирайте крупные клубни без вмятин, пятен и видимых повреждений. Мякоть батата бывает кремовой, белой, желтой, оранжевой и даже фиолетовой. Вкус разноцветных корнеплодов немного отличается, но рецепт подходит для любого сорта батата.

Потребуется: 2 больших клубня батата; 2 грецких ореха; 2 зубчика чеснока; 2 ч. ложки сладкой паприки (хлопья); 1 ст. ложка сливочного масла; 1 ч. ложка сушеного тимьяна; растительное масло, соль и перец – по вкусу.

Приготовление: овощным скребком счищаем с клубней тонкую кожуру. Очищенный сладкий картофель нарезаем

круглыми ломтиками толщиной 7 мм. Для запекания подойдет любая огнеупорная форма или обычная чугунная сковорода. Кладем в сковороду лист бумаги для выпечки. Выкладываем на бумагу нарезанный батат.

Два больших зубчика чеснока очищаем от шелухи, пропускаем через пресс. Добавляем раздавленный чеснок к сладкому картофелю. Посыпаем ломтики солью и сушеным тимьяном. Добавляем хлопья сладкой паприки и сбрызгиваем растительным маслом.

Растапливаем сливочное масло. Грецкие орехи рубим ножом или разминаем скалкой. Поливаем батат растопленным сливочным маслом и посыпаем измельченными грецкими орехами.

Разогреваем духовой шкаф до 180 градусов. Ставим сковороду с бататом на средний уровень. Запекаем 20-22 минуты. Проверить готовность можно вилкой или зубочисткой так же, как вы проверяете готовность вареной картошки. Подаем на стол в качестве гарнира к рыбному или мясному блюду или как самостоятельное блюдо.

БАЛКОННЫЙ КАБАЧОК. ВОЗМОЖНО ЛИ ЭТО?

СОВЕТЫ БЫВАЛОГО САДОВОДА

Римма Врубель
Эл. почта: WrubellRimma@mail.ru
Тел.: 8-904-980-30-77

«По совету вашей газеты я уже несколько лет выращиваю на лоджии огурцы и помидоры, лук на зелень, сею укроп. Всего понемногу, но хватает. А нынче захотелось посадить и кабачки, но вырастут ли они?» – этот вопрос волнует Наталью Сергеевну Золотареву из Первоуральска.

Балконным садоводством в последние годы стали увлекаться многие горожане. Польза двойная: и люди занимаются любимым делом, и свежая зелень, витамины всегда под рукой, в магазин ходить не надо. Немаловажно и то, что такой урожай зелени и овощей можно получить намного раньше, чем на даче.

Учеными выведены даже специальные сорта балконных овощных культур. К сожалению, пока нет сортов кабачков, предназначенных для выращивания в защищенном грунте. Но сортов их – великое множество, без труда можно выбрать подходящий. И необязательно дожидаться, когда кабачок наберет килограмм веса, а то и больше. Желательно снимать их более мелкими, не перезревшими. Для выращивания на лоджии или балконе подойдут сорта «Цукеша», «Ажур», «Искандер», «Аэронавт» и другие.

Теперь – об агротехнике выращивания этой культуры в не привычных для нее условиях. Во-первых, надо позаботиться о таре. Если размещать растения в горшках, они должны быть довольно объемными, не менее 5-литровых. Можно приспособить и широкий тазик, и старую ванну, куда высадить 3-4 кустика. Вторая особенность выращивания балконных кабачков – отсутствие насекомых-опылителей, а без них урожая не будет. Потребуется ручное опыление.

Надо сорвать мужской цветок – без утолщения внизу – и аккуратно приложить его тычинки к пестику женского цветка с завязью внизу. Проводить процедуру надо утром, до наступления жары.

Кабачки, где бы ни росли, с благодарностью отзываются на подкормки микроэлементами, особенно бором и йодом. Растворы для опрыскивания готовятся в пропорции: 1 чайная ложка борной кислоты на 1 литр воды и 1 капля йода на такое же количество воды.

Особая забота – о поддержании соответствующего микроклимата на лоджии или балконе. Если они застеклены, в жаркую погоду необходимо открывать все форточки и окна. Если не застеклены, то на случай похолодания на ночь нужно обязательно накрывать растения пленкой. Полив должен быть умеренным, но влажность в таких «помещениях» надо поддерживать, опрыскивая балконные стекла водой из пульверизатора.



РИСОВАЯ КРУПА ПРИГОДИТСЯ В БЫТУ

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

www.novochag.ru

Пакет этой крупы найдётся на любой кухне. Но если у купленного вами риса подходит к концу срок годности, не спешите его выбрасывать в мусорное ведро. Он отлично поможет в хозяйстве.

Незрелые фрукты. В магазинах нередко продают незрелые фрукты. Как быть, если хочется полакомиться спелым манго, авокадо или бананом, но они, как назло, еще зеленые? Ничего страшного! Благодаря рису они дозреют буквально за пару дней. Положите фрукты в емкость, засыпьте доверху крупой, накройте тонким полотенцем и оставьте в теплом месте. Рис ускорит процесс созревания и не даст плодам заплесневеть.

Неприятный запах. Большинство наших вещей в гардеробе – сезонные, значит, мы их убираем на хранение. Однако за долгий отрезок времени такая одежда может отсыреть и приобрести неприятный запах. Избежать этой проблемы поможет рис, достаточно оставить миску либо открытый пакет с крупой рядом с вещами. Он отлично впитывает лишнюю влагу из воздуха и убирает посторонние запахи.

Ржавчина. Многие хранят инструменты в обычной коробке или ящике, нередко на балконе. В таких условиях плоскогубцы, ножницы и другие приспособления быстро покрываются ржавчиной. А это портит их внешний вид и негативно сказывается на функциональности. С такой неприятностью легко справиться, если хранить инструменты, засыпав их рисом. Крупа не позволит коррозии навредить металлическим предметам.

Удобрение для комнатных растений. Опытные хозяйки знают, что рисовую крупу важно замачивать перед приготовлением, тогда она выйдет более вкусной и рассыпчатой. Использованную для этой процедуры воду просто выливают.



И напрасно. Лучше полейте ею домашние цветы. Вода из-под риса содержит немало полезных микроэлементов и витаминов, необходимых домашним растениям.

Отсыревшие специи. Соль и перец частенько отсыревают, сбиваясь в комочки, из-за чего их бывает невозможно вытрясти через маленькие отверстия. Чтобы не менять специи постоянно, положите пару зерен риса в каждую посуду. Рис защитит специи от излишней влаги.

Мытье высоких ваз и бутылок. Когда моешь подобную посуду, полностью очистить ее затруднительно даже с ершиком. Насыпьте в вазу или бутылку пару столовых ложек крупы, добавьте тёплой воды и немного моющего средства. Прикройте ладонью горлышко и полминуты энергично потрясите сосуд, зернышки уберут все загрязнения.

Натуральный освежитель воздуха. Из просроченного риса можно сделать великолепный ароматизатор для квартиры. Насыпьте в блюдо тонким слоем крупу, накапайте 10 капель любимого эфирного масла и перемешайте. Раз в два дня встряхивайте полученную смесь, чтобы запах стал насыщеннее. Такой самодельный освежитель воздуха будет долго сохранять свои функции.

Проверка температуры на сковороде. Согласно большинству рецептов для приготовления продукты необходимо добавлять на сковороду с предварительно разогретым растительным маслом. Но как точно определить температуру? Возьмите 5-6 рисовых зернышек и бросьте в посуду: если они потонули, значит, масло недостаточно горячее. А если сразу всплыли, тогда самое время приступать к жарке.

СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ**«Лучше нету
того цвету»**

Эти строчки известной и любимой многими песни исполнила легендарная Мария Пахоменко, суперзвезда советской эстрады 1960-1980-х годов. Также это произведение в разные годы исполняли Тамара Синявская, Надежда Кадышева и многие другие артисты. Вспомнить чудесную песню предлагает Ольга Ивановна из Красно-турьинска

**Музыка Матвея Блантера,
слова Михаила Исаковского**

Лучше нету того цвету,
Когда яблоня цветет,
Лучше нету той минуты,
Когда милая придет.

Припев:
Как увижу, как услышу –
Все во мне заговорит,
Вся душа моя пылает,
Вся душа моя горит.

Мы в глаза друг другу глянем,
Руки жаркие сплетем,
И куда – не знаем сами –
Словно пьяные, бредем.

Мы бредем по тем дорожкам,
Где зеленая трава,
Где из сердца сами рвутся
Незабвенные слова.

А кругом сады белеют,
А в садах бушует май,
И такой на небе месяц –
Хоть иголки подбирай.

За рекой гармонь играет –
То зальется, то замрет...
Лучше нету того цвету,
Когда яблоня цветет!

ТАКОЙ ХОККЕЙ НАМ НЕ НУЖЕН**СПОРТ**

Владимир Васильев
Фото: соцсети ФХМР

Начались решающие матчи чемпионатов России в двух разновидностях хоккея: мужском русском – с мячом и женском канадском – с шайбой. Свердловские команды до этой стадии соревнований не добрались.

Беспросветный аутсайдер

Средний Урал стоял у истоков развития женского хоккея с шайбой в России. Екатеринбургский клуб «Спартак-Меркурий» играл в чемпионатах страны с первого розыгрыша, который прошёл в сезоне 1995-1996, и около 15 лет был одним из сильнейших в России. Он 6 раз становился бронзовым призёром, 7 раз – серебряным, а однажды – в сезоне 1999-2000 – завоевал золото. Несколько уралочек входили в состав сборной страны, участвовали в чемпионатах мира и Олимпийских играх. Последнего серьёзного успеха «Спартак-Меркурий» добился в 2010 году, когда занял в чемпионате России 3-е место.

После этого у областного женского хоккея наступил жёсткий кризис, вызванный, прежде всего, недостатком финансирования.

Сейчас в Женской хоккейной лиге (ЖХЛ) Средний Урал представляет коллектив, который даже не имеет полноценного имени и выступает под описательным названием Сборная команда Свердловской области (СКСО). Результаты её выступлений чудовищны. За 10 лет, прошедших со дня образования ЖХЛ, она в чемпионате лиги 9 раз заняла последнее место и один раз – предпоследнее. Количество набранных очков за один сезон всего раз превысило цифру 9.

СКСО занесена в книгу рекордов Гиннеса как самая незадачливая команда в истории мирового женского хоккея: она не могла выиграть ни одной встречи пять с лишним лет – с октября 2013 года по январь 2019-го. Серия поражений составила 172 матча подряд.

В этом сезоне свердловские хоккеистки в 36 поединках одержали всего две победы и набрали жалкие 5 очков. В итоге – 7-е (последнее) место. От занявших шестую строчку челябинских «Медведиц» СКСО отделила пропасть в 14 очков. Екатеринбургски забросили в ворота соперниц всего 58 шайб, в среднем – полтора гола за матч, а пропустили – 228. Беспросветно худшие показатели в лиге.

Хочешь – не хочешь, возникает вопрос: Свердловской области точно нужна такая команда?

Надежд не оправдали

Первоуральский клуб «СКА-Уральский трубник» занял в заканчивающемся чемпионате России 5-е место. Вроде бы не сильно лучше, чем у СКСО, но на самом деле разница принципиальная, потому что в турнире по хоккею с мячом участников не 7, а 12... Кроме того, нынешний результат – лучший для «скаутов» с 2019 года, когда они завоевали бронзовые медали, после чего у команды началась чёрная полоса: за шесть лет они ни разу не пробилась в плей-офф.

Но ощущения удовлетворенности от выступления «Трубника» нет ни у болельщиков, ни у владельцев клуба: от команды ждали большего, поскольку в прошлое межсезонье она очень усилилась. Серьёзность своих амбиций первоуральцы продемонстрировали в Кубке России, где впервые в своей истории дошли до финала, что является повторением лучшего результата в истории свердловского бэнди.



Эксперты предполагали, что «Уральский трубник» в чемпионате 2025-2026 должен минимум выйти в полуфинал и всерьёз побороться за бронзовые медали. Но реальность вышла другой. Команда никак не могла закрепиться в первой четвёрке, попадание в которую даёт преимущество своей площадки в первом раунде плей-офф. Не довольные таким развитием событий владельцы поменяли тренера, но революционных изменений это не принесло: «скауты» финишировали на 5-м месте.

Это усложняло задачу по выходу в полуфинал, но не делало её невозможной. С архангельским «Водником», который стал соперником «скаутов» в четвертьфинале, они в регулярном чемпионате сыграли на равных: каждая команда выиграла по одному матчу.

Однако в плей-офф «Трубник» не смог оказать «Воднику» серьёзного сопротивления: серию до трёх побед он отдал всухую – 4:8, 3:5 и 2:4.

В турнире за 5-8-е места первоуральцы сначала легко переиграли Кировскую «Родину» (8:3), а в решающем матче с огромным трудом одолели красноярский «Енисей», который в чемпионате опередили на 9 очков. Матч окончился со счётом 5:4, решающий гол был забит за две минуты до финального свистка.

Очевидно, что в наступающем межсезонье «скауты» ждут серьёзные изменения.

ВНИМАНИЕ, «ГОРЯЧАЯ» ЛИНИЯ!

Начинается очередной дачный сезон, значит, для садоводов вновь актуальными становятся вопросы правил землепользования в садовых некоммерческих товариществах.

У владельцев дачных участков Свердловской области есть уникальная возможность получить профессиональную консультацию по поводу земельных вопросов в СНТ. Обсудить волнующую вас проблему можно в ходе специальной «горячей» линии.

На вопросы садоводов ответит председатель Союза садоводов Екатеринбурга и Свердловской области Надежда Локтионова. «Горячая» линия пройдёт в рамках реализации проекта «Единое окно садоводам: правовая помощь онлайн» при поддержке Фонда президентских грантов.

Задать вопрос можно по номеру, указанному слева, а также в течение недели с момента выхода этого номера «Пенсионера» по телефону редакции: **8-977-211-21-00**.

**ПРОЕКТ «ЕДИНОЕ ОКНО САДОВОДАМ:
ПРАВОВАЯ ПОМОЩЬ ОНЛАЙН»**

Позвони на «горячую линию» для садоводов и получи бесплатную консультацию от юристов Союза садоводов Свердловской области

8-800-222-41-84

Каждую пятницу с 10.00 до 17.00

- Как провести общее собрание без ошибок
- Как зарегистрировать дом или оформить земельный участок
- Какие взносы и платежи

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ ПРИНЕСУТ ПОЛЬЗУ!

НАШ САЙТ: газетапенсионер.рф **Пенсионер** №12 (1294)
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 «Истоки», г. Екатеринбург, ул. Шуваловская, 2. Газета зарегистрирована 29.10.1999 г. в Уральском региональном управлении Госкомплеча РФ, пер. НФЕ-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: 8 977-211-21-00. 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 «Трайм Принт Екатеринбург», Россия, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18, корп. Н. Сдана номера в печать по графику – 16.00, фактически – 13.00, 17.03.2026 г. Дата производства 17.03.2026 г.

Выход в свет 18.03.2026 г. Тираж 6 500 экз. Заказ 4203.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова,

E-mail: ps@mediakrug.ru

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка В. Маргиева

Отдел объявлений М. Волкова.

Отдел подписки тел. 8 995-743-10-48

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР» по QR-коду

