



Пенсионер

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ

№ 7 (1185)
14 февраля 2024 г.

Дежурный по номеру



Мы продолжаем практику общения с читателями.

Какой должна быть современная газета?

Ваши звонки принимаются с 15 по 20 февраля. Звоните с 10 до 16 часов.

8-912-229-31-01
Олеся Викторовна Киданюк-Бироимова

СУБСИДИЯ ЗА УСЛУГИ ЖКХ: НОВЫЕ ИНИЦИАТИВЫ

Получив за январь огромные счета за отопление, многие пенсионеры задали резонный вопрос: почему так много? Поставщики услуг объясняют гигантские цифры в платежках так: нынешняя зима выдалась морозной, приходилось сильнее подогревать исходный теплофидат, затраты на это выросли. А на кого у нас принято их перекладывать? Правильно, на конечных потребителей.

В такой ситуации те, у кого пенсия невелика, начали обращаться в газету с просьбой объяснить, как получить субсидию на коммунальные услуги.

Время пересматривать параметры

О субсидиях на услуги ЖКХ нынче заговорили не только пенсионеры и малоимущие граждане, но и законотворцы. Что же они предлагают? А предлагают депутаты пересмотреть параметры предоставления таких субсидий. В Госдуме разработан соответствующий законопроект. Об этом сообщает «Российская газета».

По данным Росстата, общая сумма долгов населения за жилищно-коммунальные услуги в 2023 году выросла на 8,7% и достигла 833,5 млрд рублей. Растущие неплатежи бьют по деятельности предприятий ЖКХ и негативно сказываются на состоянии отрасли в целом. И все потому, что услуги ЖКХ дорожают, люди не всегда могут их вовремя оплачивать. Особенно если доходы не слишком высокие. «Полагаем, что в нынешней ситуации стоит пересмотреть подходы к адресному предоставлению субсидий на жилищно-коммунальные услуги. Необходимо расширить группы лиц, которые могут получать субсидии, а также пересмотреть для них порог доходности семьи, позволяющий обращаться за такой помощью», – говорится в пояснительной записке депутатов – инициаторов законопроекта.

Согласно статье 159 Жилищного кодекса РФ, в случае, если расходы на оплату жилого помещения и коммунальных услуг превышают величину,



соответствующую максимально допустимой доле расходов на оплату жилого помещения и коммунальных услуг в совокупном доходе семьи, граждане имеют право на получение субсидии. Размер максимально допустимой доли расходов граждан на оплату жилого помещения и коммунальных услуг в совокупном доходе семьи каждый регион устанавливает самостоятельно. Но есть и федеральный стандарт допустимой доли расходов на ЖКХ в доходе семьи: они не должны превышать 22%.

Обеспеченные субъекты Российской Федерации, к которым относятся Москва, Санкт-Петербург, Екатеринбург, Уфа и другие, имеют возможность снижения порога оплаты жилищно-коммунальных услуг, однако в большинстве субъектов РФ максимально допустимая доля расходов граждан на оплату ЖКУ составляет уже упомянутые 22%. И возникает парадоксальная ситуация, когда в дотационных регионах с низким уровнем жизни расходы граждан на оплату коммунальных услуг

выше, чем в регионах с более высоким уровнем жизни. А в некоторых регионах, к примеру, в Краснодарском и Пермском краях, для оказания финансовой помощи одиноким пенсионерам и многодетным семьям по оплате ЖКУ максимально допустимую долю их расходов установили ниже, чем для всех остальных граждан.

Депутаты предлагают внести изменения в ст. 159 Жилищного кодекса РФ и предусмотреть установление федерального стандарта максимально допустимой доли собственных расходов одиноких пенсионеров и многодетных семей на оплату жилого помещения и коммунальных услуг в совокупном доходе семьи в размере 10%, а для всех остальных граждан – в размере 15%. Если расходы на коммуналку будут превышать эти пороги, можно будет обращаться за субсидиями.

Посмотрим, как сложится судьба нового законопроекта, поддержит ли его «Госдумовское» большинство или отклонит.

А как сейчас в Свердловской области?

Выше было отмечено, что наш регион относится к благополучным, обладающим собственными финансовыми возможностями для оказания помощи в виде субсидий на услуги ЖКХ. Но величина суммы, которую получит конкретный нуждающийся гражданин, напрямую завязана на размер регионального прожиточного минимума, установленного для той или иной категории граждан.

Напомним, что 1 января 2024 года Постановлением Правительства Свердловской области от 07.09.2023 №642-ПП утверждена величина прожиточного минимума на 2024 год:

- в расчете на душу населения – 15 298 рублей;
- для трудоспособного населения – 16 675 рублей;
- для пенсионеров – 13 156 рублей.

Окончание на 2-й стр.

СУБСИДИЯ ЗА УСЛУГИ ЖКХ: НОВЫЕ ИНИЦИАТИВЫ

Окончание. Начало на 1-й стр.

Чтобы получить субсидию в Свердловской области, доля расходов на оплату жилого помещения и коммунальных услуг в совокупном доходе семьи должна быть выше 22%. Для одиноко проживающих граждан и семей, которые имеют среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума в Свердловской области, максимально допустимая доля расходов установлена в размере 12%.

Субсидии предоставляются гражданам в случае, если их расходы на оплату жилого помещения и коммунальных услуг, рассчитанные исходя из размера региональных стандартов нормативной площади жилого помещения и стоимости жилищно-коммунальных услуг, превышают величину, соответствующую максимально допустимой доле расходов граждан на оплату жилого помещения и коммунальных услуг в совокупном доходе семьи.

Нужно не забывать о том, что при этом учитываются все виды полученных семьей доходов в денежной и натуральной форме, в том числе – доходы по месту работы; стипендия; пенсия; пособия; алименты; суммы компенсаций на оплату жилья и коммунальных услуг;



денежные средства опекуну на содержание подопечного; подаренные денежные

средства; доходы, полученные от сдачи жилья в поднаем, и иные виды доходов.

Наталья Березнякова
(по материалам сайтов)

То есть если малоимущий пенсионер живет в семье с детьми и внуками, которые получают доходы, никто ему одному субсидию на услуги ЖКХ не предоставит.

Размер предоставляемой субсидии не должен превышать фактически численную конкретному гражданину или семье плату за жилое помещение и коммунальные услуги. Субсидия предоставляется сроком на 6 месяцев. Затем нужно снова подавать заявление на предоставление субсидии. Документы можно подать в орган социальной политики по месту жительства или в офисе многофункционального центра (МФЦ).

При этом получатель субсидии должен своевременно сообщать обо всех изменениях в своем материальном положении. В случае неоповещения уполномоченного органа о таких событиях:

- изменения постоянного места жительства получателя субсидии;
- изменения основания проживания, состава семьи, гражданства получателя субсидии и членов его семьи, размера доходов получателя субсидии и членов его семьи, приходящихся на расчетный период, заявитель обязан будет вернуть необоснованно полученные денежные средства в бюджет.

То ли есть то поле, то ли его нет...

ВОЗВРАЩЕНИЕ К ТЕМЕ

Андрей Сальников

В материале «Несколько вопросов министру Смирнову» («Пенсионер» №3 за 2024 год) один из вопросов редакции был основан на гневном письме читательницы Пушкаревой о невозможности в посёлок Зайково нормально контактировать с представителями управляющей организации – МУП УЖК Ирбитского района. Цитата из письма: «Контора – дом ЖКХ – есть, а начальников – нет. Живут в Ирбите. Всё увезли туда же. Нет никого. Появляется когда-то человек, но его найти можно изредка и с трудом...».

Коммунальное предприятие обиделось на такое заявление, его сотрудник несколько раз звонил в редакцию со встречным вопросом: мол, информацию перед публикацией проверяете? Проверяем! По сведениям, полученным от третьих лиц, не заинтересованных в приукрашивании или очернении участников спора, но тоже проживающих в Зайково, ситуация выглядит следующим образом. Офис упомянутого МУПа по адресу: посёлок Зайково, ул. Коммунистическая, 171, действительно, работает. Но, судя по отзывам жителей, двери его нередко закрыты, телефон частенько не отвечает. Так что жалоба читательницы, на наш взгляд, все же имеет под собой конкретную основу. Просим других читателей, живущих в Зайково, отозваться, позвонить в редакцию и поправить нас, если мы не правы и напрасно недовольны работой МУП ЖКХ Ирбитского района в этом конкретном поселке.

Расширяем географию путешествий по стране

К СВЕДЕНИЮ

Елена Зинковская

Сприближением теплых дней уральцы все чаще задумываются о том, как провести отпуск с пользой не только для грядков, но и для души. Куда поехать, чтобы отдохнуть и набраться новых впечатлений? Какие направления для путешествий предпочитают жители региона? Каковы прогнозы на весенне-летний туристический сезон 2024 года? Об этом недавно говорили эксперты туристической индустрии.

НА ВСЕ СТОРОНЫ СВЕТА

Если в 2022 году соотношение организованных и самостоятельных поездок за рубеж было примерно 60% к 40%, то в 2023 году доля организованных поездок выросла до 80%. Глава Уральского подразделения Российского союза туристической индустрии Михаил Мальцев отметил: «Можно с уверенностью сказать, что наблюдается восстановление туристических потоков и расширение географии. В топе – Египет и Объединенные Арабские Эмираты. Около 7 млн россиян отправились в прошлом году в Турцию, 1,5 млн человек – в Таиланд. С 4 ноября 2023 года начались вылеты из Екатеринбурга в Шри-Ланку.

В перспективе – прямые авиAPERелеты из Екатеринбурга в Малайзию, Вьетнам, КНР и даже в Северную

Корею. Но это направление скорее относится к разряду экзотических. В десятке лидеров предстоящего сезона – поездки в Белоруссию, Казахстан, Абхазию, Грузию, Азербайджан, Армению, Узбекистан и в Киргизию на Иссык-Куль».

В МОДЕ – ВНУТРЕННИЙ ТУРИЗМ

На 20% увеличилось в минувшем году и количество поездок по родной стране. Одни российские регионы ориентируются на пляжный отдых, другие – на экскурсионный, третьи – на санаторно-курортное лечение, четвертые – на экстремальный и приключенческий туризм. В разнообразии и кроется туристический потенциал России. Лидирующие направления поездок по стране – Москва, Санкт-Петербург, Московская и Ленинградская области, Краснодарский и Ставропольский края, Крым, Татарстан, Свердловская и Тюменская области. Очень популярны поездки в Калининградскую область, особенно в санатории Светлогорска и Зеленогорска. Хорошим спросом в прошлом году пользовались активные туры на Камчатку, Сахалин, во Владивосток.

– У внутреннего российского туризма – огромный потенциал развития, – считает президент Российского союза туристической индустрии Илья Уманский. – Все больше регионов включаются в конкуренцию за туристический поток, повышается частота поездок, расширяется сезонность, и даже традиционные

летние направления получают круглогодичную загрузку. В февральские и мартовские праздники пользуются спросом недельные туры по России и туры выходного дня в Москву, Санкт-Петербург, Казань. Интерес уральцев вызывают поездки в Карелию, Мурманскую область, Башкирию, а также на аквакомплексы Тюмени. Вскоре из Кольцово стартует рейс в Архангельск, для путешественников станет доступнее еще один уникальный российский регион. Конечно, и сама Свердловская область имеет огромный потенциал для развития туризма. Мы должны способствовать тому, чтобы россияне больше путешествовали по своей стране. Сегодня в моде – внутренний туризм.

БРОНИРУЙТЕ ЗАРАНЕЕ

Директор одной из фирм-туроператоров Ольга Коршун дает совет путешественникам: «Вероятнее всего, цены в новом сезоне продолжат расти, поэтому стоит воспользоваться услугой раннего бронирования. Опытные туристы, которые хотят попасть в конкретные отели и в конкретные даты, предпочитают бронировать места заранее. Это помогает зафиксировать стоимость, сэкономить на авиаперелете. Поэтому, чтобы перед отпуском не столкнуться с нехваткой предложений, инвестируйте в свой отдых сейчас. Например, февраль – идеальное время для бронирования мест в санаториях Краснодарского края».

«СТАРШИЕ»: С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА?



РЕАЛИТИ-ШОУ

Подготовила Мария Волкова

В нашем шоу снова определился лидер – Н.А. Демина. За нее в минувшем туре проголосовали 25 человек, за И.М. Шихова – 14.

На этот раз по просьбам читателей мы выяснили у наших участников, в чем, по их мнению, заключается патриотизм, а также попросили назвать любимые книги. Продолжайте голосовать и задавайте участникам свои вопросы.

Ждем звонков по телефону редакции: **8 (343) 377-00-47**, дежурного корреспондента – указан на первой странице. А также в группе «ВКонтакте»: vk.com/pensioner66, в период с **14 по 20 февраля**.

ИВАН МИХАЙЛОВИЧ ШИХОВ

Часть большой страны

Родина – в первую очередь, то место, где ты родился, вырос и сформировался как разумный человек. Патриот – человек, который любит свою родину. Всё начинается в ее малой части, в моем случае – это маленькая деревня в Пермском крае, где я родился и рос до 10 лет. Помню, как я гордился тем, что маленький ручеек, который протекал на ее окраине и через него можно было просто перебраться, впадал в речку Березовку, затем в Лысьву – более широкую, та, в свою очередь, впадала в Каму, затем – Волга и Каспийское море.

Я сидел на берегу и думал: вот эта вода, что протекает около моих ног, проходит такой долгий путь, который охватывает почти половину страны. Чувствовал причастность к чему-то большому и важному: я, маленький 6-летний паренёк, также являюсь частью большой страны под названием СССР. Меня переполняло счастье от того, что я родился именно в этой стране. Известный советский лозунг «Прежде думай о Родине, а потом – о себе» я впитал тогда и живу с ним до сих пор.

Мама преподавала географию, отец – историю. На стенах висели карты, на полках стояли книги соответствующей тематики. Читать я всегда любил и до сих пор сохранил привычку, читая книгу, заглядывать в географические карты. Мне интересно, где происходило событие, которое описывается в этом произведении. Я путешествовал вместе с героями книг. Вместе с путешественником Арсеньевым открывал



Иван Михайлович Шихов

Приморский край, с Федоровым в «Каменном поясе» осваивал Урал...

Спасибо Путину

Душой ощущал величие российского государства, его громадную территорию и какой-то особенный дух, который никогда не поймёт житель европейского государства. Мне кажется, в этом и кроется особенность менталитета российского человека.

Для меня одинаково важны Куликовская или Полтавская битвы и сражение на Курской дуге. И неважно, кто руководил страной: царь, император или генеральный секретарь. У меня имперское мышление, мы всегда были сильной страной, империей, я жалею, что СССР распался. Особенно не нравились 1990-е и «нулевые» годы, когда нам прививались западные ценности, и мы себя считали людьми второго сорта.

«Если удастся соединить жесткий рационализм рожденных в «лихие девяностые» с опытом поражения, который систематизируют в своих катакомбах советские старики, в России через 10-15 лет на арену выйдет дееспособное патриотическое поколение. Ему будет некуда бежать, а выжить можно будет, только сохранив Россию», – высказывает правильные мысли В. Меньшов. Я согласна.

Нина Афанасьевна Демина

Я благодарен нашему Президенту за то, что он вернул мне чувство гордости за Родину. Это – не пафос, а мои искренние мысли и настрой. Фамилия у нашего лидера – Путин, он прокладывает путь – в духовном смысле этого слова, указывает правильное направление, по которому надо идти России, предлагая построение новых межгосударственных отношений.

Любитель приключений

Читать я стал с 5-летнего возраста. Читал много, запоём, иногда с фонариком под одеялом. История, фантастика, приключения – вот основные жанры, которые меня увлекали.

Ещё нравилось читать про геологов, на этой волне я даже чуть не поступил в геологоразведочный техникум после 8-го класса. Сейчас читаю гораздо меньше, сказывается зрение, устают глаза. К аудиоверсиям книг пока не привык. В данный момент читаю Олега Маркеева, цикл его книг про приключения Странника. Это такой политикомистический боевик о «девяностых» и «нулевых» годах нашей страны. Интересно узнавать скрытый смысл многих

событий, которые мы пережили 20-30 лет назад. Иногда приходишь к парадоксальным выводам, что это – не фантастика, всё так и было...

НИНА АФАНАСЬЕВНА ДЕМИНА

Быть человеком

Сегодня слова «патриот» и «патриотизм» особо популярны. Но «патриотам» с экранов телевизоров или газетных страниц это не мешает хранить деньги на зарубежных счетах, отправлять детей за границу учиться и на ПМЖ, бережно охранять свои льготы, не соразмерные с тем, что имеет основная часть населения страны. Я помню, как такая утонченная и интеллектуальная Хакамада на вопрос, будут ли ее дети участвовать в СВО, ответила примерно так: ищите дураков в другом месте. Или Нарышкин на заседании Совбеза России, когда Путин его прямо спросил, поддерживает ли он присоединение Донбасса и Луганской области к России, лепетал что-то невнятное и явно не в тему. Современная российская элита, да и общественность в целом, более не различает и не осознает такого понятия, как предательство. Лишь недавно появились первые признаки достойных ответов нашим «звездам» и «звездюлькам». Вот не они будут учить меня правильному отношению к своей стране и ее политике.

Говорить о личном патриотизме как-то неловко. Да, начинается он, как и Родина, с «картинки в моем букваре, с хороших и верных товарищей, живущих



Нина Афанасьевна Демина

поэтому нам было легче учиться, взрослеть и жить в нравственной норме. Я мат впервые услышала после второго курса. Наш девичий стройотряд жил в здании, где за дощатой перегородкой располагалась слесарная мастерская. Там не стеснялись в выражениях. Отец недовольство выражал просто: «макс садовый» или «японский городской».

Сегодняшнему подрастающему поколению реально сочувствую. Их детские мозги промывает реформированная школа, родителям приходится вкалывать, чтобы соответствовать новым социальным стандартам, им не до детских проблем. Нравственные границы разрушают коммерциализированное ТВ и помойка Ютуба (известный видеосайт). У большинства отняли социальные лифты, введя платное высшее образование. Вот и растут, «хайпую» в меру своего воображения в необъятном пространстве «разрешено все, что не запрещено», не сознавая целей и не видя возможностей. («Хайповать» – молодежный сленг, означает, поднимать шумиху, ажиотаж вокруг чего-либо).

«Если удастся соединить жесткий рационализм рожденных в «лихие девяностые» с опытом поражения, который систематизируют в своих катакомбах советские старики, в России через 10-15 лет на арену выйдет дееспособное патриотическое поколение. Ему будет некуда бежать, а выжить можно будет, только сохранив Россию», – высказывает правильные мысли В. Меньшов. Я согласна.

Книги должны быть бумажными

Люблю светлую, очень лексически точную прозу Ивана Алексеевича Бунина. Несколько слов: «обычный обман ранней весны», а какая картинка перед глазами! С удовольствием могу перечитать А.Н. Куприна или А.П. Чехова. Из современных авторов нравится проза Н. Нестеровой, А. Марининой. Как-то не получается осознать «интеллектуальную мощь и самобытность» таких современных модных писателей, как Пелевин, Мураками или Зюскинд, хотя они на слуху. Вообще, мне сегодня больше нравится женская проза, в том числе – детективы. Авторы-женщины обычно не закапывают смыслы в словесной шелухе. А мужчины претенциозны, изобретают новую философию, сквозь эту заумь продираться очень трудно.

О воспитании

Мы росли в достаточно строгих рамках общественной морали и множества обязанностей. Никаких тебе свобод личности и прочих вольностей. Думаю,



Дежурный по номеру
Римма Врубель

За окном – сугробы, грядки и кустарники под толстым слоем снега, но у многих земледельцев посадочно-посевной сезон 2024 года уже начался.

Планы ближние и дальние

«Я уже в середине января посеяла ремонтантную землянику «Ароматный сюрприз». Привлекли внимание крупные красные и желтые ягоды удлиненной формы, – рассказала екатеринбурженка **Тамара Степановна Михеева**. – Всходы малюсенькие, забочусь о них. За день по несколько раз переставляю с места на место, чтобы было тепло и светло».

«Прошлая осень была теплой, поэтому я многое посадила под зиму, чтобы разгрузить себя весной, – начала рассказ другая жительница Екатеринбурга **Евгения Павловна Ершова**. – Семена морковки, петрушки, укропа осенью сеяла и раньше, в прошлом году добавила к ним лук-севок. Немного побаиваюсь, не вымерзнет ли? Если опыт удастся, буду делать так и дальше».

«Ждем с нетерпением весну, когда приедем в сад, – поделилась планами **Раиса Николаевна Чернова** из Нижнего Тагила. – Нынче собираемся бурить скважину. Много лет нам верой-правдой служил колодец, воды хватало, но он сильно засорился, а чистить его не хватает сил. Вот и решили пробурить скважину, расставаться с садом не хотим».

Прошлым летом житель Первоуральска **Сергей Федорович Калугин** был в гостях у родственников в Тюмени. Там ему очень понравилась вишня. Ягоды были крупные, сладкие, ему

захотелось развести такую же. Сергей Федорович взял несколько веток, дома поставил в воду, те, которые пустили корешки, осенью прикопал на своем участке. Весной собирается перенести их на постоянное место.

«Предпочитаю цветы-многолетники. Хочу развести клематисы, – загорелся идеей **Сергей Леонидович Мелкозеров** из Верхней Туры. – Обычно заказываю саженцы в Артемовском, никогда не подводили, всегда получаю качественный материал».

Римма Владимировна Терентьева из Нижнего Тагила решила к Пасхе вырастить собственные огурчики. Взошли неплохо, но остановились в росте. «Наверно, потому, что нынешний год – високосный», – предположила читательница.

Надежда Петровна Соломатина из Байкалово с детства помнит вкус брюквы. Сладкие, сочные корнеплоды в голодные послевоенные годы заменяли им арбузы. Она давно мечтала развести ее в своем огороде, но не могла найти семена. В ноябре ездила на юбилей к подруге в другой район, та решила угостить ее этим забытым овощем, достав из погреба несколько крупных «головков». Одну Надежда Петровна привезла домой, чтобы весной посадить в землю. Именно так делала ее мама, чтобы получить семена капусты, свеклы, моркови. Уверена, что попытка будет успешной.

«Хочу посадить айву, – поделилась планами на новый сезон **Валентина Михайловна Кожевникова** из Каменска-Уральского. – У знакомой видела это чудо в начале лета, усыпанное яркими светло-красными цветками. Правда, плоды ее на Урале вырастают твердыми, идут только на компоты и вино, но из-за красоты стоит держать на участке».

Однажды **Людмила Федоровна Киселева** из Среднеуральска увидела у соседки, как растут огурцы в дырявой бочке, и решила тоже попробовать. Как раз прохудились две бочки, в которых «зреет» компостная смесь. В них и намерена нынче посадить огурцы.

«Я отношу себя к консерваторам, – призналась **Анна Алексеевна Сазонова** из Ирбита, – использую только проверенные семена. Но перед Новым годом у меня был 75-летний юбилей, внучка подарила большой пакет с семенами цветов, помидоров, огурцов, перцев, моркови. Названия многих я и не знала. Конечно, посажу, узнаю про новинки. Может, приживутся».

Муза Николаевна Русакова поселилась четыре месяца назад в селе Косулино Белоярского района, где семья ее дочери купила просторный дом. Несмотря на 86-летний возраст, Муза Николаевна с удовольствием весной поможет дочери разрабатывать грядки.

Как я была «скорой помощью»

В течение дежурства по номеру я ежедневно общалась с **Лидией Вячеславовной Зворыгиной** из Качканара. В начале января она выписалась из местной ЦГБ, но после проведенного там лечения лучше ей не стало. Корреспонденту «Пенсионера» она пожаловалась на то, что в своей поликлинике не может добиться направления в областную больницу. Я посоветовала ей позвонить на «горячую линию» областного министерства здравоохранения и обратиться в свою страховую компанию, что пенсионерка и сделала. Оператор минздрава вызвала ей врача на дом.

На следующий день к Лидии Вячеславовне пришла терапевт и дала направление в стационар. Сын повез ее в больницу, но в приемном покое ей только поставили обезболивающий укол и отправили домой. Посоветовала выпить что-нибудь успокоительное. В домашней аптечке оказалась настойка пустырника. Она и выпитые таблетки немного помогли, медработник, придя вновь на дом, зафиксировала улучшение здоровья.

В приемный день главного врача Качканарской ЦГБ В.В. Мартеньяновой я позвонила в регистратуру, чтобы Л.В. Зворыгину записали на при-

ем. Сотрудница регистратуры пояснила: «Приема не будет, Валерия Владимировна в командировке».

Так наша попытка получить направление в вышестоящее лечебное учреждение закончилась провалом. Но я снабдила Лидию Вячеславовну необходимыми телефонами областной больницы. В том числе – консультативного центра и больничной гостиницы, в которой можно остановиться. Но без направления это будет уже платный прием. Питаю надежду, что в Качканарской ЦГБ ветеран труда, почетный донор все-таки получит направление в областную больницу.

С думой О НОВОМ урожае

Бартер по-деревенски

Среди наших читателей немало тех, кто по состоянию здоровья или из-за преклонного возраста уже не может в полную силу трудиться на своих «сотках», но по-прежнему живет этими заботами.

«Мне 84 года. Раньше целыми грядками выращивала любимые астры и тюльпаны, теперь стало трудно работать, – рассказала **Лидия Федосеевна Морозова** из поселка Южный Нижнесергинского района. – Сейчас только подсказываю детям, внукам и правнукам, как нужно это делать».

«Когда-то у меня был огород в 30 соток, сажал много капусты, картошки накапывал по 80-90 ведер. Когда остался один, стал лениться, – признался **Александр Михайлович Костырев** из села Абрамовское Сысертского района. Сажаю немного лука, чеснока, свеклы, моркови. Но люблю ходить в лес. Возвращаюсь с ведром то малины, то черники, а то и рыжиков, маслят. Места у нас благодатные. Но не все могут ходить в лес, поэтому у нас

установился бартер: я приношу ягоды и грибы, а мне дают овощи. И всем от этого хорошо».

Жительнице Первоуральска **Галине Михайловне** 88 лет, подводят ноги, но продавать сад не хочет. «Ищу помощников, – рассказала она. – Можно приезжать по выходным. Рядом – река Чусовая, лес с грибами и ягодами, и овощей всем хватало бы». Может, кто-то откликнется на приглашение пенсионерки? Ее телефон в редакции имеется.

Тяга к земле в последние годы у многих уральцев стала заметной, но не все имеют возможность приобрести ее в собственности. По мнению **Владимира Александровича Чащина** из Асбеста, бывшие колхозные и совхозные поля заросли бурьяном, превратились в целину. «Предлагаю сдавать эту землю в аренду желающим, – говорит он. – Инициатива должна исходить от районных администраций». Хорошая мысль, но дойдет ли она до местных властей?

О недобросовестных УК

Второй год не знает покоя жительница села Толмачево Алапаевского района **Светлана Филипповна Юферова**. Она живет в бараке неизвестно какого «возраста», где, кроме нее, постоянно проживает еще одна соседка. Кстати, это – единственный муниципальный дом в их селе, остальное жилье относится к частному сектору. В бараке нет газа, водопровода, отсутствует канализация. Но счета за коммунальные услуги им приходят исправно – за электроэнергию, вывоз мусора, содержание жилья, капитальный ремонт. Они оплачивают, только вызывает большое сомнение законность счетов по капремонту и содержанию жилья. Ремонтируют крышу, двери, расчищают снег у подъезда, летом скашивают траву во дворе жильцы сами.

Барак обслуживает управляющая компания «Виктория»

из Алапаевска. В прошлом году старушки съездили в УК и интересовались, за какое содержание жилья берут с них деньги, если ничем не помогают? Разговор шел на повышенных тонах. Женщины заявили, что с ними договоров на обслуживание не заключали, значит, ежемесячные счета на 300 с лишним рублей – незаконные. Но УК продолжает присылать их, требуя оплаты. Думается, без вмешательства прокуратуры в ситуации не разобратся.

Александр Семенович Липин живет в микрорайоне Хромпик ГО Первоуральск. В подвале их дома уже четвертый год стоит вода, страшная вонь. Такая же картина – в соседних домах. На жалобы жильцов в управляющей компании отвечают: «Вода убудет, тогда и будем чистить подвалы». А как она убудет по собственной воле?

СТАТИСТИКА

Дежурному поступило **36** звонков из Екатеринбурга, Качканара, Первоуральска, Асбеста, Верхней Туры, Ирбита, Ивделя, Каменска-Уральского, Среднеуральска, Кушвы, Нижнего Тагила, Белоярского, Каменского, Алапаевского, Нижнесергинского, Пышминского, Сосьвинского, Сысертского городских округов.

ПЕРВЫЙ



- 05.00 ДОБРОЕ УТРО 12+
- 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
- 09.05 АНТИФЕЙК 16+
- 09.45 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
- 10.35, 11.20, 01.05, 01.55, 02.40, 03.05, 03.30 ПОДКАСТ ЛАБ 16+
- 12.50, 14.15, 19.00, 22.45 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
- 17.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
- 18.05 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
- 19.55 КУКЛЫ НАСЛЕДНИКА ТУТТИ 16+
- 21.00 ВРЕМЯ
- 21.45 Т/С «ВЕЛИКАЯ. ЗОЛОТОЙ ВЕК» 12+
- 00.10 АЛЕКСАНДР ПРОХАНОВ. ИСПОВЕДЬ 18+

РОССИЯ



- 05.00, 09.25 УТРО РОССИИ 12+
- 09.00, 14.30, 21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
- 09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
- 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 ВЕСТИ
- 11.30, 17.30 60 МИНУТ 12+
- 14.55 НАШИ 12+
- 16.30 МАЛАХОВ 16+
- 21.20 Т/С «АННА МЕДИУМ» 16+
- 23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+
- 02.05 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 12+
- 03.50 Т/С «МОРОЗОВА» 16+

НТВ



- 04.50 Т/С «УГРО» 16+
- 06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
- 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
- 08.25, 10.35 Т/С «ПЁС» 16+
- 13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
- 14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
- 16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
- 17.50 ДНК 16+
- 20.00 Т/С «СТРАХ НАД НЕВОЙ» 16+
- 23.15, 00.00 Т/С «ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ» 16+
- 03.25 Т/С «КОДЕКС ЧЕСТИ» 16+

МАТЧ ТВ



- 08.00 ФОРМУЛА-1. ГАСНУТ ОГНИ 12+
- 08.30 ВСЁ О ГЛАВНОМ 12+
- 09.00, 12.40, 14.55, 16.55 НОВОСТИ
- 09.05, 23.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
- 11.00 ЗИМНИЕ МЕЖДУНАРОДНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ «ДЕТИ ПРИМОРЬЯ 2024». ОТКРЫТИЕ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
- 12.45 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
- 13.40 ЕВРОФУТБОЛ. ОБЗОР 6+
- 14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
- 15.00 ЕСТЬ ТЕМА! 12+
- 16.25 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
- 17.00 ФУТБОЛ. ЖУРНАЛ ЛЧ 6+
- 17.30 ГРОМКО 12+
- 18.45 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. МЕТАЛЛУРГ (МАГНИТОГОРСК) - АК БАРС (КАЗАНЬ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
- 21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. ДИНАМО (МСК) - САЛАВАТ ЮЛАЕВ (УФА). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
- 00.40 Д/Ф «ШЕЛБИ» 16+

КУЛЬТУРА

- 06.30 ПЕШКОМ... 16+
- 07.05 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
- 07.50 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ 16+
- 08.20 ЖИЗНЬ И СУДЬБА 16+
- 08.45, 22.10 Х/Ф «АДЬЮТАН ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА» 6+
- 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.05 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
- 10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
- 11.10, 01.05 ХХ ВЕК 16+
- 12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. АРТ 16+
- 13.00 Д/Ф «КРАСНОЯРСК. УСАДЬБА В. ГАДАЛОВОЙ» 16+
- 13.30, 00.20 Т/С «ПОРУС» 16+
- 14.15 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
- 15.15 Д/Ф «КИНОИСТОРИЯ КОНТРАЗВЕДКИ» 16+
- 15.55 АГОРА. ТОК-ШОУ 16+
- 17.15 ИСТОРИЧЕСКИЕ КОНЦЕРТЫ 16+
- 17.55 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+
- 18.10 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
- 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
- 20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+
- 20.40 САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА... 16+
- 21.20 ВСПОМИНАЯ ЮРИЯ СОЛОМИНА 16+
- 23.35 КТО МЫ? 16+

Домашний



- 06.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
- 07.25 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
- 08.25 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
- 10.40, 23.20 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
- 11.45 Т/С «ПЕЧАТЬ МОЛЧАНИЯ» 16+
- 12.55, 01.30 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
- 13.30, 02.00 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
- 14.05, 02.25 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
- 14.40 Д/С «КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР» 16+
- 19.00 Т/С «АБРИКОСОВАЯ ГОРЕЧЬ» 16+
- 00.30 Д/С «ПОРЧА» 16+

ТНТ



- 07.00, 08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТЫ- 2023 Г 16+
- 08.50 ВЫЖИТЬ В САМАРКАНДЕ 16+
- 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С «САШАТАНЯ» 16+
- 17.00 ЭТО НОРМАЛЬНО? 16+
- 21.00 Т/С «БЕДНЫЕ СМЕЮТСЯ, БОГАТЫЕ ПЛАЧУТ» 16+
- 22.00, 22.30 Т/С «НА РАБОТУ!» 16+
- 23.00 Х/Ф «ТРЕТИЙ НЕ ЛИШНИЙ» 18+
- 01.05, 02.00 ИМПРОВИЗАЦИЯ. КОМАНДЫ 16+

ЗВЕЗДА



- 05.10 Т/С «КОМАНДА 8» 16+
- 07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
- 09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
- 09.20 Д/С «РУССКИЕ САПЕРЫ. ПОВЕЛИТЕЛИ ВЗРЫВА» 16+
- 11.00, 01.10 Х/Ф «ВО БОРУ БРУСНИКА» 12+
- 12.45, 19.10 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
- 13.25 Д/С «ВТОРАЯ МИРОВАЯ» 16+
- 14.20, 17.05, 03.30 Т/С «ОФИЦЕРЫ» 16+
- 17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
- 18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
- 20.10 ИЩУ СВОИХ 12+
- 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
- 22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
- 23.15 Х/Ф «КОНЕЦ ИМПЕРАТОРА ТАЙГИ» 12+

ТВ Центр



- 06.00, 07.45 НАСТРОЕНИЕ 12+
- 07.40, 17.48 ВЫБОРЫ-2024 12+
- 08.15 ТАЙНА ПЕСНИ 16+
- 08.55 Х/Ф «АКАДЕМИЯ» 12+
- 10.55 ГОРОДСКОЕ СОБРАНИЕ 12+
- 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ 16+
- 11.50 Х/Ф «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА» 12+
- 13.40 МОЙ ГЕРОЙ 12+
- 14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
- 15.00 Х/Ф «ДОКТОР ИВАНОВ» 12+
- 16.55 ПРОЩАНИЕ 16+
- 18.15, 00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+
- 18.30 Т/С «БОЛЬШОЕ НЕБО» 12+
- 22.35 «СПРАВА ОТ РАЯ». СПЕЦРЕПОРТАЖ 16+
- 23.05 ЗНАК КАЧЕСТВА 16+
- 00.50 Д/Ф «СЛЕДСТВИЕ ВЕДЕТ КГБ» 16+

4 КАНАЛ



- 06.00, 13.00, 18.00, 21.30, 02.00 Д/Ф «А ДОМА ЛУЧШЕ» 12+
- 07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
- 09.00, 09.30, 14.05, 14.30, 20.00 НАВИГАТОР 12+
- 10.00, 12.00, 14.00, 16.00 НОВОСТИ. ДАЙДЖЕСТ 16+
- 10.05, 15.00, 22.30 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+
- 11.00, 16.05, 01.00 ВНЕ ЗОНЫ 12+
- 12.05, 17.00, 23.30 Д/Ф «КОЛЛЕКЦИЯ» 12+
- 19.00 НОВОСТИ. ИТОГИ 16+
- 19.15 Д/Ф «РУСЬ ИЗНАЧАЛЬНАЯ» 12+
- 19.45 Д/Ф «УРАЛЬСКИЕ ПОДВИЖНИКИ» 12+
- 20.30 Д/Ф «КРАСНАЯ КНИГА» 12+
- 21.00 Д/Ф «МУСОРНЫЙ ЗАВОД» 12+
- 00.30 SLOWTV 12+

5 канал



- 06.40 Т/С «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА» 16+
- 08.55 ЗНАНИЕ-СИЛА 0+
- 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
- 09.30 Т/С «ЧУЖОЙ РАЙОН» 16+
- 12.25, 13.30 Т/С «МСТИТЕЛЬ» 12+
- 17.30 Т/С «СЛЕД» 16+
- 21.25 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5» 16+
- 22.20, 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». Т/С 16+
- 00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГ 16+
- 00.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6» 16+

ТНВ



- 06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
- 08.00, 17.00, 19.10, 00.15 КОНЦЕРТ 12+
- 08.40, 18.20, 23.10 ГОЛОВОЛОМКА 12+
- 09.50 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
- 11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
- 11.30 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ 16+
- 12.05 «И. ГАЗИЕВ ПРЕДСТАВЛЯЕТ». А. КЛЮЧАРЕВ 16+
- 15.25 «ПАРА ЛЕБЕДЕЙ». Ф. КАРИМ 16+
- 16.00 ШАЯН ТВ ПРЕДСТАВЛЯЕТ 6+
- 16.30 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 16+
- 17.30, 00.40 МОЛОДЕЖНАЯ ОСТАНОВКА 6+
- 19.30 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
- 20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
- 21.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
- 21.55 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+

ОТВ



- 05.00, 07.30, 14.30, 18.00, 21.00, 23.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
- 05.30, 09.00, 12.00 НОВОСТИ ТАУ «9 1/2». ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
- 06.30 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
- 07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
- 08.00 ПРОКУРАТУРА. НА СТРАЖЕ ЗАКОНА 16+
- 08.20 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИНТЕРВЬЮ 16+
- 08.40 НОВОСТИ ТМК 12+
- 10.00 Т/С «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА» 16+
- 13.00 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
- 13.30, 18.30, 20.40, 23.10, 02.20, 04.20 ИЗВЕСТИЯ 16+
- 14.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
- 15.00 Д/Ф «ВОЕННЫЕ ТРИБУНАЛЫ» 12+
- 16.00 Т/С «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ» 16+
- 19.00, 21.30, 00.00 НОВОСТИ ТАУ «9 1/2» 16+
- 20.00, 22.30, 01.30, 03.30 СОБЫТИЯ 16+
- 20.30, 23.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
- 01.00 Д/С «СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ-85» 6+

СТС



- 06.00, 05.30 ЕРАЛАШ 0+
- 06.30 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+
- 08.00 МЫ И ОНИ 16+
- 08.55 ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+
- 10.05 М/Ф «ГАДКИЙ УТЁНОК И Я» 16+
- 11.55 М/Ф «ТАЙНА СЕМЬИ МОНОСТРОВ» 6+
- 13.25, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С «СЕМЕЙКА» 16+
- 20.55 Х/Ф «ШУТКИ В СТОРОНУ-2. МИССИЯ В МАЙАМИ» 16+
- 23.15 Х/Ф «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ» 16+
- 01.00 КИНО В ДЕТАЛЯХ 18+

ТВЗ



- 06.00, 05.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
- 07.45 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
- 08.15, 08.45, 16.15, 16.45, 17.15 Т/С «СЛЕПАЯ» 16+
- 09.15 ХОРОШИЕ НОВОСТИ С ВАСИЛИСОЙ ВОЛОДИНОЙ 16+
- 09.30, 10.00, 10.45, 14.30, 15.00, 15.45 Т/С «ГАДАЛКА» 16+
- 11.15, 11.50 Т/С «ЗНАКИ СУДЬБЫ» 16+
- 12.20 МИСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ 16+
- 13.30, 14.00 Т/С «СТАРЕЦ» 16+
- 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/С «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ» 16+
- 23.00 Х/Ф «БЕЗ КОМПРОМИССОВ» 18+
- 01.00, 01.45, 02.30 Т/С «РАННЯЯ ПТАШКА» 16+

РЕН ТВ



- 05.00, 18.00, 02.25 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 НЕВЕРоятНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
- 15.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+
- 17.00, 03.10 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
- 20.00 Х/Ф «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ» 16+
- 22.00 ВОДИТЬ ПО-РУССКИ 16+
- 23.30 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+
- 00.30 Х/Ф «ОВЕРЛОРД» 18+

ВТОРНИК, 20 ФЕВРАЛЯ

ПЕРВЫЙ



- 05.00 ДОБРОЕ УТРО 12+
- 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
- 09.05 АНТИФЕЙК 16+
- 09.45 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
- 10.35, 11.20, 14.15, 19.00, 22.45 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
- 17.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
- 18.05 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
- 19.55 ПРОЕКТ «ЦИВИЛИЗАЦИИ». «ЗАПАД» 16+
- 21.00 ВРЕМЯ
- 21.45 Т/С «ВЕЛИКАЯ. ЗОЛОТОЙ ВЕК» 12+
- 00.10, 01.00, 01.45, 02.30, 03.05, 03.15, 04.10 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ



- 05.00, 09.25 УТРО РОССИИ 12+
- 09.00, 14.30, 21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
- 09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
- 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 ВЕСТИ
- 11.30, 17.30 60 МИНУТ 12+
- 14.55 НАШИ 12+
- 16.30 МАЛАХОВ 16+
- 21.20 Т/С «АННА МЕДИУМ» 16+
- 23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+
- 02.05 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 12+
- 03.50 Т/С «МОРОЗОВА» 16+

НТВ



- 04.50 Т/С «УГРО» 16+
- 06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
- 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
- 08.25, 10.35 Т/С «ПЁС» 16+
- 13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
- 14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
- 16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
- 17.50 ДНК 16+
- 20.00 Т/С «СТРАХ НАД НЕВОЙ» 16+
- 23.15, 00.00 Т/С «ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ» 16+
- 03.20 Т/С «КОДЕКС ЧЕСТИ» 16+

МАТЧ ТВ



- 08.00 МАГИЯ БОЛЬШОГО СПОРТА. ПРЫЖКИ В ВОДУ 12+
- 09.30 ФУТБОЛ. ЖУРНАЛ ЛЧ 6+
- 09.00, 12.00, 14.50, 17.05 НОВОСТИ
- 09.05, 15.25, 16.25, 18.00, 20.45, 23.45, 03.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
- 12.05, 14.30 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
- 12.25 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
- 12.55, 13.50, 14.55, 15.50, 17.10 САННЫЙ СПОРТ. ЧЕМПИОНАТ РФ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
- 13.30 ЧТО ЗА СПОРТ? 12+
- 18.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. АВАНГАРД (ОМСК) - АВТОМОБИЛИСТ (ЕКБ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
- 21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. СПАРТАК (МСК) - ТОРПЕДО (Н. НОВГОРОД). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
- 00.40 ФУТБОЛ. ЛЧ. 1/8. ИНТЕР (ИТАЛИЯ) - АТЛЕТИКО (ИСПАНИЯ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

- 06.30 ПЕШКОМ... 16+
- 07.05 Д/Ф «ВИЖУ ЦЕЛЬ» 16+
- 07.50 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+
- 08.15 ЖИЗНЬ И СУДЬБА 16+
- 08.35, 22.10 Х/Ф «АДЬЮТАН ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА» 6+
- 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.05 НОВОСТИ 16+
- 10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
- 11.10, 01.20 Д/Ф «ПРИТЧА О ВОСКРЕШЕНИИ» 16+
- 12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО 16+
- 13.00 ДНЕВНИК XVII ЗИМНЕГО МЕЖДУНАРОДНОГО ФЕСТИВАЛЯ ИСКУССТВ 16+
- 13.30, 00.20 Т/С «ПОРУС» 16+
- 14.30 ИГРА В БИСЕР 16+
- 15.15 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+
- 15.35 Д/Ф «КИНО ИСТОРИЯ КОНТРАЗВЕДКИ» 16+
- 16.15 САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА... 16+
- 17.15 ИСТОРИЧЕСКИЕ КОНЦЕРТЫ 16+
- 18.45 Д/Ф «ХРАНИТЕЛИ ЖИЗНИ» 16+
- 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
- 20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+
- 20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ! 16+
- 20.45 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТБОР 16+
- 21.25 БЕЛАЯ СТУДИЯ 16+
- 23.35 КТО МЫ? 16+

Домашний



- 06.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
- 07.25 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
- 08.25 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
- 10.40, 23.20 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
- 11.45 Т/С «ПРОКЛЯТЫЙ РЕБЁНОК» 16+
- 12.55, 01.30 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
- 13.30, 02.00 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
- 14.05, 02.25 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
- 14.40 Д/С «КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР» 16+
- 19.00 Х/Ф «ОДНА ЛЮБОВЬ НА ДВОИХ» 16+
- 00.30 Д/С «ПОРЧА» 16+

ТНТ



- 07.00, 08.00, 09.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТЫ- 2023 Г 16+
- 09.30 БИТВА ПИКНИКОВ. ПРАЗДНИКИ 16+
- 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/С «ИНТЕРНЫ» 16+
- 17.00 ЭТО НОРМАЛЬНО? 16+
- 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С «САШАТАНЯ» 16+
- 21.00 Т/С «БЕДНЫЕ СМЕЮТСЯ, БОГАТЫЕ ПЛАЧУТ» 16+
- 22.00, 22.30 Т/С «НА РАБОТУ!» 16+
- 23.00 Х/Ф «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ» 16+
- 01.35, 02.25 ИМПРОВИЗАЦИЯ. КОМАНДЫ 16+

ЗВЕЗДА



- 05.10, 14.20, 17.05, 03.30 Т/С «ОФИЦЕРЫ» 16+
- 07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
- 09.00,

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00
НОВОСТИ
09.05 АНТИФЕЙК 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 14.30, 21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+

НТВ

04.50 Т/С «УГРО» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ
16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00
СЕГОДНЯ

МАТЧ ТВ 2

08.00 МАГИЯ БОЛЬШОГО СПОРТА 12+
08.30 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
09.00, 12.00, 14.55, 16.55, 19.35
НОВОСТИ
09.05, 17.35, 20.45, 23.45, 03.00 ВСЕ
НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05 Д/Ф «ВЫЗОВ ХАОСА» 16+
07.50 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+

Домашний

06.30, 06.15 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+

ТНТ

07.00, 08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ.
СПЕЦДАЙДЖЕСТЫ- 2023 Г 16+

ЗВЕЗДА

05.10 Т/С «ОФИЦЕРЫ»
16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+

ТВ Центр

06.00, 07.45 НАСТРОЕНИЕ 12+
07.40, 17.48 ВЫБОРЫ- 2024 Г 12+

4 КАНАЛ

07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.00, 13.00, 18.00 ВНЕ ЗОНЫ 12+

5 канал

06.00 Т/С «ПРОКУРОРСКАЯ
ПРОВЕРКА» 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 02.40
КОНЦЕРТ
12+

ОТВ

05.00, 08.00, 13.00, 20.00, 22.30,
01.30, 03.30 СОБЫТИЯ 16+

СТС

06.00, 05.30 ЕРАЛАШ 0+
06.30 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+
08.00 Т/С «СЕМЕЙКА» 16+

ТВ3

06.00, 05.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.45 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ

05.00, 18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ
ГИПОТЕЗЫ 16+

ЧЕТВЕРГ, 22 ФЕВРАЛЯ

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.00 НОВОСТИ
09.05 АНТИФЕЙК 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 14.30, 21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+

НТВ

04.50 Т/С «УГРО» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 МАГИЯ БОЛЬШОГО СПОРТА.
ВОЛЕЙБОЛ 12+
08.30 ВИД С ВЕРХУ 12+

КУЛЬТУРА K

07.00 Д/Ф «ПО СЛЕДАМ КОСМИЧЕСКИХ
ПРИЗРАКОВ» 16+

Домашний

06.30, 05.20 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+

ТНТ

07.00, 08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ.
СПЕЦДАЙДЖЕСТЫ- 2023 Г 16+

ЗВЕЗДА

05.05, 14.00, 17.05, 02.35 Т/С
«ОФИЦЕРЫ. ОДНА СУДЬБА НА
ДВОИХ» 16+

ТВ Центр

06.00, 07.45 НАСТРОЕНИЕ 12+
07.40, 17.48 ВЫБОРЫ- 2024 Г 12+

4 КАНАЛ

06.00, 13.00, 18.00 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С
ЛЮБОВЬЮ» 12+

5 канал

06.20 Т/С «ПРОКУРОРСКАЯ
ПРОВЕРКА» 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 00.15,
02.40 КОНЦЕРТ 12+

ОТВ

05.00, 08.00, 13.00, 20.00, 22.30,
01.30, 03.30 СОБЫТИЯ 16+

СТС

06.00, 05.30 ЕРАЛАШ 0+
06.30 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+
08.00 УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ.

ТВ3

06.00, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.45 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ

05.00, 18.00, 02.10 САМЫЕ
ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

ЕСТЬ ТАКАЯ ПРОФЕССИЯ – МЕДБРАТ

ПРЕМЬЕРА РУБРИКИ

Марина Старостина
Фото автора

От редакции. Когда собеседнику предлагают назвать известные ему профессии, чаще всего звучат такие: врач, учитель, строитель, продавец, шофер и прочие из тех, что постоянно на слуху. Низкий поклон представителям этих специальностей за труд. Но мы предлагаем поговорить о людях, которые выбрали делом всей жизни специальности малоизвестные, редкие. Ну, или частые, как в сегодняшнем случае, но для другой категории работников. Секреты их мастерства помогут читателям узнать немало интересного о прежде не знакомых им сферах человеческой деятельности.

Будем благодарны, если вы, уважаемые читатели, предложите своих героев для будущих публикаций в новой рубрике «Дело всей жизни».

С давних времён по всему миру существовал женский уход за больными. Сестры милосердия, сестрички – эти словосочетания всем известны. А вот медбрата в больницах, особенно в детских поликлиниках, встречаются крайне редко.

Один из них – медицинский брат Сергей Николаевич Сенников – работает в процедурном кабинете детской городской поликлиники №13 Екатеринбурга. Стаж его работы – уже около 20 лет. В медицину пришел не случайно, хотя сам – не из врачебной семьи. Родом он из Зеленодольска, Республика Татарстан, мама – кондитер, папа – рабочий. В детстве мальчик часто болел и постоянно общался с доктором, он-то и повлиял на выбор Сергея, тот тоже



решил помогать людям. Благодаря своей мечте, он попал в Екатеринбург.

Поступил в Свердловский областной медицинский колледж на специальность «сестринское дело» и практически сразу, с 1-го курса, в 18 лет начал подрабатывать санитаром в ЦГКБ №1, отрабатывать теорию в деле. За четыре года учебы студенты проходили практику в разных больницах Екатеринбурга – и во взрослых, и в детских. В их студенческой группе было только два мальчика, естественно, они были нарасхват, так Сергей Николаевич и нашел спутницу жизни Зенфиру. Она – медсестра, трудится в реанимации ЦГКБ №1. В семье растут два сына.

У супругов в дипломах записана одинаковая специальность – медицинская сестра. Кстати, одному молодому человеку в России удалось оспорить в суде эту запись, ему выдали новый диплом, где написано, что он – медицинский брат. Сергей Николаевич спокойно

относится к этому: ну, записано и записано

После окончания колледжа он продолжил работать медбратом в Центральной горбольнице №1 Екатеринбурга. Отслужил в армии, вернулся на прежнее место работы. «Я ни на одну секунду не разочаровался в том, что связал свою жизнь именно с профессией системы «человек – человек, нуждающийся в помощи». Для меня это – не просто работа, а образ жизни, здесь очень важно сострадание, – рассуждает С.Н.Сенников. – Медицина для меня – труд по зову сердца, воплощение детской мечты делать мир лучше. Самым важным для меня всегда было приносить пользу людям. Мне важно чувствовать, что я занимаюсь полезной работой, понимать, что делаю какие-то вещи, в которых люди нуждаются».

В сентябре 2011 года Сергей Николаевич перешел в Детскую городскую поликлинику № 13 Екатеринбурга медбратом в процедурный кабинет. В его обязанности входит ставить уколы, делать прививки, капельницы и многое другое. Наладить контакт с детьми ему помогают открытость, спокойствие, добродушие и энтузиазм, с которым он берется за дело. «Прихожу на работу с мыслью о том, что дети – самое главное, что у нас есть и в жизни, и в профессии. Это сильно помогает в работе: ты понимаешь, что ребенку нужна помощь и ты не имеешь права ему отказать. С детьми найти контакт проще, чем с родителями, – убежден С.Сенников. – Мне приходится быть и психологом, успокоить ребенка, а родителям рассказать, почему мы делаем именно эти процедуры. Важно, чтобы люди не воспринимали тебя как какого-то страшного человека в белом халате».

Одна из мам, которая постоянно водит на процедуры троих детей, так отзывается о Сергее Николаевиче: «Если

я вижу, что в этот день принимает наш медбрат, понимаю – нам очень повезло. Он спокойный, выдержанный, ментально находит для детей и взрослых нужные слова, если берет кровь из вены, не ищет, как другие, не говорит, мол, у вас вен нет, с первого раза попадает. У меня даже самый маленький не плачет при этом. Сделав укол или взяв кровь, Сергей Николаевич еще подует на это место, да так нежно, как папа. Профессионал высшего класса».

Александр Вендеттов, коллега Сергея Сенникова, тоже медбрат, написал о своей профессии стихи:

Насколько важная профессия моя,
На первый взгляд так сразу
не заметишь.
Казалось бы, важней врачи на свете,
Но только так не думал я.

Врачи важны, тут нет сомненья,
На помощь вовремя придут,
Ну а медбрата – тут как тут
И выполняют наставленья.

Кому укол поставят в срок,
Кому померяют давление,
Тут тоже надобны уменье
И расстановка, такт и толк...

Научно доказано, что не только лекарства, но и психологический климат очень влияет на состояние пациентов. Трудно переоценить важность и роль медицинских братьев. Их работа требует не только технических знаний и практического опыта, но и особого чувства заботы, сострадания и душевного тепла. Отдавать себя пациентам, оказывать необходимую первую помощь вовремя, в сложной ситуации быть рядом – это призвание. Верю, что большинство родителей труд Сергея Николаевича Сенникова оценивают по достоинству.

«Даже в спецжурналах подобное не описано!»

Сосудистые хирурги ГКБ №40 Екатеринбурга спасли руку 25-летнему пациенту, применив уникальную технологию.

УНИКАЛЬНЫЙ ОПЫТ

Марина Рувинская
На фото автора:
пациент и помогавшие ему медики

Травма у жителя Серова Ивана К. произошла в августе прошлого года на садовом участке. В результате падения на стекло он получил колото-резаную рану левого плеча, повредив сосудисто-нервный пучок. Плечевая артерия и нервы были полностью пересечены. (Все данные приведены с согласия пациента).

Сосудистые хирурги Территориального центра медицины катастроф и неотложных состояний Свердловской области на месте оказали пациенту экстренную специализированную помощь. Операция прошла успешно, но в послеоперационном периоде функциональность конечности не восстанавливалась.

Пострадавшего госпитализировали в нейрохирургическое отделение екатеринбургской ГКБ №40. При дообследо-



вании врачи лучевой диагностики на КТ обнаружили длинную 20-сантиметровую закупорку плечевой артерии. Она препятствовала магистральному кровотоку в руке, кровь не поступала в предплечье и кисть.

Сосудистые хирурги предложили использовать технологию пересадки. Но собственных тканей для пересадки у

пациента не было. Фрагменты вен ноги были уже использованы на первой операции, а диаметр оставшихся участков был настолько мал, что при трансплантации был высок риск возникновения тромбов.

Тогда врачи применили методику увеличения диаметра вены внутри организма пациента. Для этого поверхностную вену сшили с артерией правой ноги,

чтобы кровоток под высоким давлением, которое всегда есть в артерии, «раздул» узенькую вену. За три недели врачи получили достаточный для пересадки выращенный фрагмент, нужная часть вены «выросла» в 2,5 раза.

В конце января сосудистые хирурги ГКБ №40 провели успешную реконструкцию плечевой артерии Ивана К. Сразу после операции молодой человек почувствовал, что рука потеплела, повысилась чувствительность ладони и трех пальцев. Спустя несколько дней пациент отметил значительное увеличение объема движений в кисти. Позитивный процесс в конечности продолжается. Рука с каждым днем оживает.

«Такой способ восстановления артерий в травматологии еще не применялся, даже в специализированных журналах не было описано ничего подобного. Между тем до 20% пациентов с аналогичными травмами сталкиваются с таким осложнением. Используя наш опыт, можно помочь большому количеству больных», – считает врач – сосудистый хирург ГКБ №40 Вячеслав Бочегов.

ЗАБЫТЫЕ СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

ПРИГЛАШАЕМ К ДИАЛОГУ

Елена Зинковская

Многие свердловчане не раз бывали в природном парке «Бажовские места», в литературных музеях П.П. Бажова в Екатеринбурге и Сысерти. Кстати, 27 января исполнилось 145 лет со дня рождения писателя. Но, наверное, мало кто знает, что когда Павел Петрович уже был известен как автор сборника уральских сказов «Малахитовая шкатулка», он часто встречался с читателями. И не боялся добираться к ним в самые глухие уголки края.

Три дня по реке

В селе Таборы старожилы вам обязательно покажут неказистый дом на улице Октябрьской. В нем летом 1941 года, еще до начала войны, проходила встреча П.П. Бажова с читателями. Подробно о ней рассказал писатель Евгений Пермяк, который сопровождал Бажова в этой поездке, а позже описал в книге «Долговекий мастер».

Одна из глав так и называется «Путешествие в Таборы». Это сейчас от Тавды до Таборов проложена хорошая асфальтированная дорога. Расстояние в 88 километров на машине пролетаешь за час с небольшим. А в то время писатели добирались до пункта назначения больше трех суток.

Вот выдержки из книги Е. Пермяка: «Железнодорожного пути в Таборы нет.



Летом – веслом, а зимой – гужом. Мы отправились летом. До станции, города и реки одного и того же названия – Тавда – мы прибыли на поезде. Здесь заканчивалась железная дорога, которая должна была пройти на Тобольск. На реке Тавде нам нужно было найти попутное суденышко в Таборы...».

В главе «Литературный вечер в Таборах» Е. Пермяк описывает встречу таборинцев с П.П. Бажовым: «Литературные вечера в больших городах не всегда проходят с аншлагом. А здесь заняты даже подоконники. Даже открыты окна, а за окнами на принесенных из дому скамьях и столах стоят люди. Здесь Павел Петрович дома. Он даже не притрагивается к рукописи. Он читает по памяти. Ему нечего бояться ошибиться, пропустить строку. Он «сказывает сказы», а не читает их. Таким я его видел только дважды:

в Таборах и на платиновом руднике «Красный Урал»... Когда контакт в Таборах достигает накала свечения, я увидел Бажова страстным, темпераментным мастером чтения. У старика блестят глаза... Потом Таборы вспоминались Павлом Петровичем часто и подробно».

Книги пишут сами

Современные литераторы не балуют таборинцев вниманием. Но жители уральской глубинки не горюют, книги о родном селе пишут сами. Так, по детским воспоминаниям написаны «Взрослое детство» Павла Старжинского и «Записки бывшего деревенского мальчишки» Владислава Романовича. Эдмунд Цейсслер издал книгу «Краткая хронология основных событий Таборинской старины», посвященную 400-летию Пельмы и 375-летию Таборинской слободы.

Не один десяток лет занимается изучением истории своего района Виталий Федорович Мясников: в 2010 году вышли его «Таборинские истории», в 2013-м – «Знай наших, таборинских», в 2014-м и 2017 годах увидели свет поэтические сборники «Отзвуки прошлого» и «Кладезь жизни».

Николай Малевич, много лет отдавший районной газете «Призыв», – автор книг «История в лицах» и «Поклонимся великим тем годам». Он рассказывает об участниках Великой Отечественной войны и людях мирного труда. Владимир Балай в книге «Новосёлово» открыл страницу истории одного из исправительных учреждений Таборинского района. Бестселлером стала книга Екатерины Жданович «Таборы – из века в век».

ОТ РЕДАКЦИИ: у каждого города, села, деревни есть свои традиции, неповторимые культурные и природные ценности. Где-то родился и вырос известный всей стране человек, где-то живут мастера на все руки, где-то восстановлены древний храм или старинная усадьба... А уж красивейшие места – с изгибами рек, зеркалами озер в обрамлении неприступных скал и тайги можно встретить в каждом уголке Свердловской области. «Пенсионер» приглашает читателей рассказать о своей малой родине, поделиться малоизвестными фактами и событиями ее истории. Это поможет нам еще больше любить Урал и гордиться им.

УВАЖАЕМЫЕ ПЕНСИОНЕРЫ!

АКЦИЯ* ОТ КОМПАНИИ

Дом Здоровья

БЕСПЛАТНО
ПРОДУКТОВЫЙ НАБОР



Наши адреса:

г. Екатеринбург:

ул. Посадская, 42, 8(982)751-00-10
ул. Победы, 5, 8(982)751-00-20
ул. Восточная, 162, 8(919)399-20-35
ул. Родонитовая, 18, 8(982)751-00-40

ул. Косарева, 17, 8(912)226-74-01
ул. Амундсена, 61, 8(982)717-50-08
ул. Уральская, 59, 8(912)610-54-36
ул. Братская, 4, 9(919)388-18-29

г. Первоуральск, ул. Ватутина 72А
8(982)620-15-75
г. Каменск-Уральский, пр-кт Победы, 28,
8(982)751-00-70
г. Верхняя Пышма, ул. Мамина-Сибиряка, 4,
8(982)751-00-50

*Подробнее с правилами акции можно ознакомиться в салон-магазине «Дом Здоровья». Набор можно получить при предъявлении пенсионного удостоверения. Салон-магазин оставляет за собой право менять состав набора. Количество наборов ограничено. Необходима предварительная запись по телефону

«Счастье, ребята, – это получить удовольствие и потом не раскаяться»

ОТКРОВЕННО

Марина Хакимова, «Моя семья»

«Моя фамилия стала профессией» – так известный певец, музыкант, заслуженный артист России Валерий Сюткин говорит о себе. Со времён группы «Браво» главный стилиста страны не изменяет своему стилю и вкусу. Он умеет поднять настроение и завести целый стадион зрителей. Интересно, а что «зажигает» его самого?

– Валерий, вы на сцене уже почти полвека и по-прежнему в отличной форме. Дайте рецепт успешности.

– Чтобы добиться успеха, каждому человеку нужны три главные составляющие. Первое – это упорство и энергия, чтобы работать над собой и уметь улучшать ситуацию. Назовём это «сила». Второе – требуется иметь терпение, чтобы принимать то, что ты изменить не можешь. Ну и самое главное – нужно иметь мудрость, чтобы отличать первое от второго.

– Расскажите о ваших друзьях детства. Поддерживаете с кем-нибудь отношения?

– У меня есть друг, с которым мы общаемся с детского садика, с четырёх лет! То есть уже пятьдесят девять лет дружим. Детский садик располагался в нашем дворе, мы туда вместе ходили. Ещё наши бабушки друг с другом дружили. И мамы, и папы. А ведь что такое дружба? За дружбой надо уметь ухаживать. Однако мы сумели пронести наши отношения больше полувека. С другом мне просто повезло. Зовут его Станислав, я его очень люблю.

– О своих родителях, Миладе Александровиче и Брониславе Андреевне, вы говорите так: «Папа – интеллект, мама – энергия». А вы знаете более глубокие корни своей семьи? Среди них есть музыканты?

– Нет, с пением и музыкой никто из моих предков не связан. По отцовской линии – а папа мой рождён на Урале, в Перми, – все, в основном, юристы. Я прекрасно знал и бабушку, и дядю, и папину сестру – мою тётю. Но вот дедушку по папиной линии ни разу в жизни не видел. По нашей семейной легенде, в стародавние петровские времена, когда на Урале верховодил знаменитый российский промышленник Демидов, один из моих предков был у него правой рукой. На Урале и в Коми фамилия Сюткин до-



7days.ru

вольно распространённая. А папа работал в Москве, в строительстве, участвовал в создании многих важных объектов, например, Байконура. Преподавал в Военно-инженерной академии имени Куйбышева.

Мама родилась в Москве. Её девичья фамилия – Бржезицкая, она польских и одесских кровей. Её мама, моя бабушка, – родом из Одесской области. Когда родители расстались, мне было 13 лет. В таком возрасте трудно объективно оценить ситуацию. Прошло время, я сам стал папой. Это новое ощущение мне помогло. Я нашёл в себе силы и связался с отцом. Поговорили. Я всё ему простил, ведь родителей надо прощать всегда, они у нас одни. И им обязательно нужно помогать.

– Родители как-нибудь влияли на ваш выбор профессии?

– Родители не участвовали в выборе моей профессии. Меня музыка крепко зацепила в школьные годы, я очень хотел играть на гитаре, писать песни, исполнять их для людей. Собственно, до сих пор сохранил удовольствие именно от процесса. Результат здесь – не главное. Хотя, конечно, бодрит, когда есть успехи.

– Вы начали работать с четырнадцати лет?

– Да, я работал на каникулах продавцом в магазине «Свет», уборщиком – помогал матери убирать здание НИИ. В молодости – грузчиком на Белорусском вокзале, учеником повара в ресторане «Украина», барменом, даже проводником поездов зарубежного сообщения. Но все профессии подбирались с таким учётом, чтобы оставалось больше свободного времени для занятия музыкой. И они на меня, в принципе, никак не повлияли. Они просто помогли мне финансово и не мешали заниматься любимым делом.

– Хотелось бы уточнить насчёт ученика повара. Вы готовить любите?

– Я вообще никогда не готовлю! Я разогреваю. Этим искусством овладел в совершенстве. А готовит любимая жена Виола.

– В ваших песнях присутствуют ретро-мотивы, но они всегда современны. А какое время лично вам ближе всего? В каком времени мечтали бы жить?

– Ну времена не выбирают! В них просто живут. На мою и вашу долю, уважаемые читатели, выпало интересное время. Но самая замечательная эпоха, на мой взгляд, – это 1950-е и 1960-е годы. И фильмы были яркие, и мужчины ходили в костюмах, и женщины были элегантные. После тяжёлой войны люди стремились к лучшему, это чувствовалось и в советском искусстве. Поэтому мне очень нравится та эпоха. Я в том музыкальном времени и черпаю вдохновение для своих песен.

– В год вашего ухода из группы «Браво», в 1995-м, песня «Семь тысяч над землёй» была признана лучшим шлягером года. Расскажите историю создания этой песни.

– Мелодия «Семь тысяч над землёй» была написана чуть раньше. А текст песни создан вместе с моим постоянным соавтором того времени Сергеем Патрушевым. С ним мы написали тексты к песням «Сорок две минуты», «Джаз ночных авто» и другим. К «Семи тысячам над землёй» я написал припев, потом вкратце рассказал Серёже идею песни. О том, что я лечу на «кукурузнике» к любимой, сзади развевается шарф... Но Серёжа направил наше творчество в несколько иную область – в гражданскую авиацию. И вот я стал пассажиром, который летит над облаками к любимой, его полёт растянут в вечности. Композиция по сей день востребована радиостанциями и живёт, что мне весьма приятно.

– От трёх браков у вас четверо детей. Трое – уже взрослые люди. Пока они росли, что для вас было главным в воспитании?

– Что такое воспитание? Дети видят ваше отношение к жизни, сканируют ваши поступки, анализируют ваши разговоры и вырастают на вашем примере. Поэтому я стараюсь быть с ними искренним, особенно когда им это нужно. Очень важно оказаться рядом с ребёнком, когда ты ему необходим. А самое главное – чтобы они росли в любви. В такой семье всегда больше шансов, что дети вырастут порядочными людьми.

– Ваша старшая дочь Елена по профессии – экономист, сын Максим – географ и путешественник, младшая дочь Виола училась в Сорбонне. Почему никто из старших детей не пошёл по вашим стопам?

– Другое время, другие приоритеты. К счастью, все мои дети заняты там, где сами захотели. У Виолы всегда была большая любовь к театру, сейчас она успешно трудится, посвящая себя театральному искусству на полную катушку. Виола Сюткина, а мою дочь зовут так же, как и жену, – заведующая труппой в театре на Малой Бронной.

– В свои сорок четыре года супруга подарила вам сына Лео. Судя по вашей странице в Интернете, он уже отличается музыкальным талантом.

– Маленький Лев пока с мамой и папой радуется жизни, простым радостям, которые в полтора года нужны малышу. Ему нужны забота и внимание.

– В ваших соцсетях много фотографий с вашей собакой. Расскажите о ней.

– У меня полное взаимопонимание с собаками. Возможно, потому, что я рождён в год Собаки по восточному календарю – 1958 год. Главное – собака всегда вам рада, она делает семью сплочённой. Я благодарен нашей Джульетте, верному другу, который всю семью восхищает своей преданностью и любовью.

– Вы были наставником в проектах «Голос-8» и «Голос-9». Где теперь ваши ученики? Почему на современной эстраде мало молодых?

– По поводу моей наставнической деятельности в рамках проекта «Голос»: мне было бы приятно, если бы ребятам пошло на пользу время, проведённое со мной. Но сегодня проблема – не в исполнителях. Главная проблема сегодня – что петь, как петь? Как делать индивидуальную, уникальную подачу? В «Голосе» мы ставили именно такую задачу. Думаю, у меня были очень яркие ребята, они продолжают трудиться самостоятельно. А мне будет приятно, если они вспомнят своего наставника добрым словом.

– А чем занимаетесь в свободное время?

– Свободное время провожу в семье. С любимой женой Виолой, с которой мы вместе уже почти тридцать лет. С сынишкой Львом. С дочерью Виолой. Любим смотреть документальные фильмы. Я много читаю. Люблю книги о жизни людей, у которых можно чему-нибудь научиться. Знаете, мне в одиночестве очень комфортно. Люблю оставаться один. Потому что страшно не одиночество, страшно невозможность побыть одному.

– «Жизнь слишком коротка, так что нарушай правила» – ваша любимая цитата. А какое правило вы нарушаете чаще и почему?

– Я себя чувствую человеком свободным. Свобода – это добровольное самоограничение. Вот я добровольно себя и ограничиваю от поступков, которые могут навредить другим людям. Счастье, ребята, – это удовольствие без раскаяния! Я сосредоточен на любимом занятии, своих близких и не лезу в процессы, где не смогу улучшить жизнь других. Если некомпетентен – не лезь. Для меня важно, что я – на своём месте, со своими друзьями, своей командой, своей семьёй.



Валерий Сюткин в детстве

uznayse.ru



Валерий Сюткин со своей женой

УСПЕВАЙТЕ!
Акция!
Только до 31 марта 2024 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. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Реклама. Медлицензия №Л041-01021-66/00358956

Клуб одиноких сердец

- Александр, 48 лет, с/о. Познакомлюсь для создания семьи с одинокой простой, доброй, ласковой, красивой женщиной, 35-45 лет, из деревни. Тел.: 8-953-049-45-02
- Скромный парень, 2-я гр. инвалидности, из Екатеринбурга (Академ. р-н). Ищу девушку для общения и дружбы, можно с инвалидностью, до 40 лет, желательно из Екатеринбурга. Тел.: 8-950-209-54-39
- Одинокий мужчина, 39 лет. Ищет женщину для совместной жизни. Тел.: 8-982-698-67-84
- Хотелось бы встретить свою половинку. О себе: милая, 73/156, не худенькая, из области. Тел.: 8-909-014-28-47
- Вдова, 65/148, полная. Познакомлюсь для с/о с одиноким мужчиной, 65-70 лет, м/о, без в/п, хозяйственным, верным, желателен вдовцом, не судимым. Тел.: 8-982-640-02-04
- Познакомлюсь для встреч, общения с вдовцом, без в/п, добрым. О себе: вдова, 75/160/72, без в/п, добрая, ласковая, из Екатеринбурга. Тел.: 8-967-855-61-44
- Мужчина, 76/173/79, выгляжу моложе, веду ЗОЖ. Познакомлюсь для совместного проживания с женщиной, полной, одинокой, до 73 лет. Приму без жилья или согласен на переезд. Тел.: 8-952-147-98-64
- Познакомлюсь для с/о с мужчиной, из Екатеринбурга, до 60 лет. О себе: 56 лет, работаю, звонить после 20 ч. Тел.: 8-912-623-81-56
- Вдова, 67 лет, надеется на встречу с одиноким мужчиной своих лет, русским, из Екатеринбурга, добрым, с ч/ю, энергичным. Звонить с 18 до 22 ч. Тел.: 8-908-909-35-30
- Вдова, 61 год, ж/о, из Серова, познакомится для общения и отношений с мужчиной, от 60 лет, непьющим. Тел.: 8-950-559-65-17
- Познакомлюсь с мужчиной моих лет, можно вдовцом. О себе: 64/165, русская, живу недалеко от города, свой дом. Тел.: 8-908-925-03-76
- Одинокий мужчина, вдовец, без в/п. Познакомится с одинокой русской женщиной, доброй, бескорыстной, верующей, невысокой, от 60 лет. Тел.: 8-900-216-14-57
- Женщина, за 60 лет, ж/о, м/о. Познакомлюсь с мужчиной, 65-75 лет, в/п в меру, ж/о, добрым. Тел.: 8-904-169-90-52

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте газетапенсионер.рф

- Замки. Установка. Недорого. Не залезут! Гарантия. т.8-950-655-81-391
- РЕМОНТ ПОЛОВ. СКРИПЫ. ЛАМИНАТ. 8-902-871-67-50**
- Продам диван-книжку, почти новый, 3 т. р. Тел.: 8-953-609-22-02
- Продам старинные стаканы, ложки, хрусталь; велосипед типа «Кама», коньки для фигурного катания, р-р 36-38. Тел.: 8-919-369-04-18
- Продам 2-комн. квартиру, 44,3 м², в п. Курорт-Самоцвет, 4/5 эт. Дом кирпичный. Пол – ламинат, балкон застекл., потолок натяжной. С/у раздельный, белые трубы, новые счетчики. 650 т. р. Тел.: 8-982-702-94-43
- Продам раскладушку новую, 5 т. р., баян в футляре, «Малыш», 5 т. р. алюминиевую ступку, 2 т. р.; лопату для уборки снега, нержавеющей, широкая, 3

С днём рождения!

Пусть будет все: любовь, везенье, Удача, радость, настроенье, Тепло, здоровье, чудеса, Достаток, смех и красота!

Сегодня поздравления от газеты «Пенсионер» принимают

85 лет
Людмила Архиповна ЧЕРЕПАНОВА, Красноуральский район
Виктор Петрович ЧИЧЕРИН, Екатеринбург

65 лет
Татьяна Станиславовна МОЧАЛОВА, Ирбит
Лидия Николаевна ПЕРШИНА, Ирбитский район

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ
Фавзия Агзамовна АКРАМОВА, Екатеринбург
Людмила Сергеевна БУЛАТОВА, Талицкий район
Вера Захаровна ВАЛЬЧУК, Екатеринбург

Александр Гордеевич ВАСИЛЬЕВ, Лесной
Римма Степановна КАПУСТИНА, Белоярский район
Анна Арсентьевна КЛЕМЕНТЬЕВА, Пригородный район
Валентина Ивановна КОЗЛОВА, Арамиль
Тамара Федоровна КОУРОВА, Екатеринбург
Анна Егоровна КУБЯКОВА, Красноуральский район
Людмила Александровна ЛАПТЕВА, Березовский
Екатерина Алексеевна ОРЛОВА, Байкаловский район
Нина Павловна СЫРОПЯТОВА, Екатеринбург
Галина Алексеевна ТРУФАНОВА, Белоярский район

ОТ ВСЕЙ ДУШИ

Поздравляю с 75-летием Венеру Сагитовну ГАЙБАДУЛИНУ!
Много вы на веку повидали, И немало еще впереди. Пожелаем, чтоб не увядали, До ста лет продолжали цвести.
Совет ветеранов, д. Приданниково, Красноуральский р-н

Поздравляю с 80-летием Надежду Семеновну РЖАННИКОВУ!
Жить без тоски, хандры не знать, От чудных дней не уставать. Лишь солнца, света и тепла. И с юбилеем, родная, тебя!
Родные, Первоуральск

- т. р., тележку садовую, 3 т. р., 2 коврика для сада, 2 т. р.; кровать «Нуга Бест», или меняю на ноутбук. Тел.: 8-950-209-54-39
- Куплю садовый участок в СНТ, Екатеринбург. Тел.: 8-922-161-83-28
- Ищу бабушку-знахарку. Тел.: 8-950-190-40-24
- Продам участок под строительство, 11 соток, в Артемовском, р-н станции. Есть мет. гараж, бане требуется ремонт. По улице проведен газ. Хорошие соседи. 700 т. р., торг. Тел.: 8-909-013-01-02
- Продам цигейковую шубу, р-р 46-48, 5 т. р.; шапку жен., норковую, р-р 56, 600 р.; электробатарейку с масляным радиатором, 700 р.; сверло аккумуляторное «Интерскол», 800 р.; электр. плитку с 2 конф., настольную; тумбочку на колесиках. Тел.: 8-904-547-01-34
- Продаю самотканые половики, цветные, 30 м; пальто муж., серое, воротник норка корич., р-р 54-56. Тел.: 8-967-855-61-44
- Куплю книги, вырезки из журналов и газет по женской самообороне, карате, тайскому боксу, кикбоксингу, рукопашному бою; пишущую машинку. Тел.: 8-343-333-72-60

«Ярса Гумба» – отличная поддержка мужских интересов!

Как повысить ЛИБИДО?
По статистике, каждый второй мужчина и каждая третья женщина стесняются говорить о проблемах в интимной жизни. Но чем дольше они молчат, тем хуже становится ситуация – от разлада в отношениях до серьезных проблем со здоровьем. Во-первых, вам нечего стесняться. Избавление от проблемы начинается с ее признания. Во-вторых, все это решаемо. Просто обратитесь внимание на наш новый продукт – Ярса Гумба, который подходит как для мужчин, так и для женщин. Ярса Гумба средство для мужчин на основе одноименного гималайского гриба.

Это полностью природный, натуральный продукт. Легкость применения – один раз в три дня! Самое главное, это результат, который мужчина может получить сразу.

✓ Действует через 30 минут
✓ Повышает половое влечение
✓ Подходит для всех возрастов
✓ Без побочных эффектов

Пенсионерам – существенная СКИДКА, Каждому покупателю – гарантированный ПОДАРОК!

Как Ярса Гумба влияет на сексуальную активность?
Особенность средства для мужчин Ярса Гумба в том, что он не только точно способствует решению определенной задачи, но и комплексно воздействует на весь организм в целом. Ярса Гумба способствует увеличению полового влечения, стимулирует либидо у мужчин и женщин. Полезные свойства Ярса Гумба помогут вам улучшить сексуальную жизнь и избавиться от проблем с физическим и психологическим благополучием, вызванным низким либидо. Принимая средство Ярса Гумба, мужчина открывает в себе второе дыхание. Заметно повышается качество ЛИЧНОЙ жизни, а это значит, что мужчина снова и снова может радовать женщину своими новыми возможностями!

Получить ещё больше информации можно, позвонив по телефону «горячей линии» 8-800-700-12-73. Звонок бесплатный и анонимный!

Реклама. Свид. о гос. регистр. №77-99.11.3.У.7638.8.09 от 13.08.2009 г. ООО «СВ СТУДИЯ». ОГРН 1185074007997 от 29.06.2018 г.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ ПРЕПАРАТОМ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ПЕРВЫЙ

07.00 ДОБРОЕ УТРО 12+
10.00, 12.00 НОВОСТИ
10.15 Х/Ф «ОФИЦЕРЫ» 0+

РОССИЯ

05.40 Х/Ф «КАТКИНО ПОЛЕ» 12+
09.20 ПЯТЕРО НА ОДНОГО 12+

НТВ

04.40 Х/Ф «ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ» 16+
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ

МАТЧ ТВ

08.00 ТРЕТИЙ ТАЙМ 12+
08.30 БОЛЬШОЙ ХОККЕЙ 12+
09.00, 12.00, 16.55 НОВОСТИ

КУЛЬТУРА

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
08.10 Х/Ф «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ» 12+

Домашний

06.30, 03.00 Х/Ф «КАЖДОМУ СВОЕ» 16+
07.50, 04.35 Х/Ф «ТРИ ДНЯ НА ЛЮБОВЬ» 16+

ТНТ

07.00, 08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТЫ. 2023 Г 16+

ЗВЕЗДА

05.50 Х/Ф «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ» 12+

ТВ Центр

06.20 Д/Ф «ПОЧТИ ВСЕРЬЕЗ! АРМЕЙСКИЙ ЮМОР» 16+

4 КАНАЛ

06.00, 13.00, 18.00, 20.00, 23.30 НАВИГАТОР 12+

5 канал

05.00 Д/С «МОЕ РОДНОЕ» 12+

ТНВ

06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 19.10 КОНЦЕРТ РУСЛАНА ДАМИНОВА 6+

ОТВ

05.00 СОБЫТИЯ 16+

СТС

06.00, 05.30 ЕРАЛАШ 0+
06.30 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+

ТВ3

06.00, 09.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+

РЕН ТВ

05.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+

СУББОТА, 24 ФЕВРАЛЯ

ПЕРВЫЙ

07.00 ДОБРОЕ УТРО. СБ 12+
09.00 УМНИЦЫ И УМНИКИ 12+

РОССИЯ

06.05 Х/Ф «НЕ ГОВОРИТЕ МНЕ О НЕМ» 12+

НТВ

06.20 ЖДИ МЕНЯ 12+

МАТЧ ТВ

08.00 МАТЧ! ПАРАД. ЛУЧШИЕ ГОЛЫ 6+
08.30 ЧТО ЗА СПОРТ? 12+

КУЛЬТУРА

07.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+

Домашний

06.30 Х/Ф «ИРОНИЯ ЛЮБВИ» 16+

ТНТ

07.00, 08.00, 09.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТЫ. 2023 Г 16+

ЗВЕЗДА

05.10 Х/Ф «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ» 12+

ТВ Центр

06.25 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ 6+

4 КАНАЛ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30 Д/Ф «КОЛЛЕКЦИЯ» 12+

5 канал

05.00, 05.20, 06.00, 06.40, 07.20, 08.10, 09.30, 10.25, 11.20, 12.15, 13.05, 14.05 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ» 16+

ТНВ

06.00, 01.35 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+

ОТВ

05.00, 05.30, 18.00, 03.30, 04.00, 04.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+

СТС

06.00, 05.25 ЕРАЛАШ 0+

ТВ3

06.00, 05.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+

РЕН ТВ

05.00, 03.40 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10, 01.25 ПОДКАСТ ЛАБ 16+
06.55 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 12+
07.40 ЧАСОВОЙ 12+

РОССИЯ 1

06.10, 01.05 Х/Ф «ШЕПОТ» 12+
08.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВС
08.35 КОГДА ВСЕ ДОМА 12+

НТВ

06.30 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ! 12+

МАТЧ ТВ 2

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА.
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
11.00, 12.00, 14.15, 17.40 НОВОСТИ
11.05, 17.45, 21.00, 00.30, 02.45

КУЛЬТУРА К

06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.00 Х/Ф «ШУМНЫЙ ДЕНЬ» 6+
08.35 ТАЙНЫ СТАРОГО ЧЕРДАКА 16+

Домашний

06.30 Х/Ф «ТЫ МОЙ» 16+
10.00 ПЯТЬ УЖИНОВ 16+
10.15 Х/Ф «СЕКРЕТЫ ЛИЗЫ» 16+

ТНТ

07.00, 07.30 ОДНАЖДЫ В РОССИИ.
СПЕЦДАЙДЖЕСТЫ- 2023 Г 16+
08.30 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

05.25 Х/Ф «ДВА БОЙЦА» 12+
06.55 Х/Ф «НОЛЬ-СЕДЬМОЙ» МЕНЯЕТ
КУРС» 16+

ТВ Центр

06.45 Х/Ф «ДЕДУШКА» 12+
08.35 Х/Ф «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА» 12+
10.35 НАЗАД В СССР. РУССО ТУРИСТО 16+

4 КАНАЛ

05.00, 17.00, 05.30, 17.30, 06.00,
18.00, 06.30 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С
ЛЮБОВЬЮ» 12+

5 канал

05.00 Т/С «ПРОКУРОРСКАЯ
ПРОВЕРКА» 16+
05.40, 06.20, 07.00, 07.45, 08.35,
09.20, 10.15, 11.10, 12.00,

ТНВ

06.00 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 16+
06.30 ЗАКОН. ПАРЛАМЕНТ. ОБЩЕСТВО 16+
07.00 ШАГИ 16+

ОТВ

05.00, 05.30, 08.00, 22.30, 03.30,
04.00, 04.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ
ЭТОМ 16+

СТС

06.00, 05.30 ЕРАЛАШ 0+
07.00 М/Ф «ОТЕЛЬ У ОВЕЧЕК» 0+
07.30 УРАЛЬСКИЕ УМЕЛЬЦЫ 16+

ТВ3

06.00, 08.45, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.45 СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЬЯ 16+

РЕН ТВ

05.00, 23.55 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ
ГИПОТЕЗЫ 16+

СКАНВОРД

Сканворд с изображениями цветов и яиц. Включает подсказки и пронумерованные клетки для ввода ответов.

Ответы на сканворд, опубликованный в №6 за 2024 г. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Увертка. Классики. Лукум. Иже. Услада. Тенге. Кирилл. Рост. Логика. Парнас. Сати. Лувр. Кунак. Литье. Гусар. Ложь. Скоп. Прямая. Мокко. Кроу. Евр. Ранет. Мрия. Извет. Инок. Зам. Еда. Салтыков. Нить. Париж. ПО ВЕРТИКАЛИ: Утеплитель. Единорог. Триера. Спирит. Оскар. Алекс. Урядник. Итон. Укор. Актив. Скляр. Мулла. Омон. Слот. Жмурки. Гильо. Аваги. Князь. Котик. Сдача. Олимп. Лес. Клевер. Веди. Фоторепортаж.

ЧЕМ АРКТИЧЕСКИЙ ОГОРОД ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ТРАДИЦИОННОГО?

УДИВИТЕЛЬНОЕ – РЯДОМ

Наталья Тихонова,
«Российская газета – Неделя-Урал»

Уральские садоводы порой ворчат на природные условия, мол, суровый край, надо много сил приложить, чтобы хороший урожай вырос. А что тогда говорить тем, кто выращивает овощи в условиях Крайнего Севера?

Для большинства россиян словосочетание «полярное земледелие» звучит как оксюморон: вечная мерзлота, короткое лето, для возделывания доступно всего 4,8 процента территории. Что тут выращивать? Между тем в Обдорске, как до 1933 года назывался Салехард (ЯНАО), еще в 1932 году открыли опытную станцию, где выводили новые сорта зерновых, овощных и кормовых культур.

Зачинателем полярного земледелия в СССР считается академик Николай Вавилов. На Ямале подвижником-аграрием стал Дмитрий Чубынин, инженер-метеоролог. В 1927-м он получил от Всесоюзного института прикладной ботаники набор семян, на окраине села ему отвели гектар целины. Вся семья ухаживала за участком во внерабочее время. Местные жители отнеслись к эксперименту скептически, но насмешники были посрамлены: уже осенью 1930-го люди сбегались посмотреть на невиданное чудо – редис. Многие пробовали, уносили домой.

Опыты Чубынин проводил за свой счет, но денег не хватало, поэтому, когда создали Ямало-Ненецкий национальный округ, он послал в организационное бюро докладную записку. Первый окружной съезд Советов депутатов трудящихся в 1932 году выделил на развитие земледелия 650 тысяч рублей. На них организовали сельхозкомбинат с овощным хозяйством и молочной фермой.

В начале 1990-х в Салехарде было больше сотни частных огородов. Выращиванием овощей на собственных грядках и сегодня увлечены многие ямальцы, в том числе – Сергей Ямкин, спикер парламента ЯНАО:

– Мы с родителями, сколько себя помню, жили в частных домах. После переезда в Аксарку появилась возможность заниматься земледелием, так как деревня находится не на болоте, а на возвышенности. Вскопали поляну, поставили небольшую теплицу, посадили картошку. Соседи поделились клубнями.

Когда по работе перебрались в Салехард, тоже обосновались в частном доме с участком. Место хорошее – на

склоне, южная сторона. Мы с женой начали с картофеля, потом стали пробовать выращивать другие корнеплоды.

– Правда, что на Ямале нет колорадского жука, картошка растет сама?

– У нас – вечная мерзлота, а жук закапывается на два метра, в таких условиях он не выживет. Картофель сажаем на небольшую глубину, окучиваем один раз в июне. Потом остается лишь выкопать осенью. Поливать тоже нет необходимости. Видимо, из-за прохладной погоды грядки не так сильно зарастают бурьяном.

Летом солнце не заходит, растения успевают вырасти и набрать силу. Третий год выращиваем капусту, свеклу и морковь на улице, про кабачки вообще не говорю, им очень комфортно в нашем климате. Огурцы-помидоры тепличные, но нужно вовремя пасынковать, встряхивать кусты, чтобы пыльца разлеталась.

– Используете какие-то удобрения?

– Если сажаем в суглинок или песчаную почву, удобряем органикой. Договариваюсь с частником, который держит лошадь. В дело идут и корочки хлеба: складываешь всю зиму в пакет, получается компост, весной – в лунки.

– Ваша самая значимая победа как земледельца и самое большое огорчение...

– Горжусь, что научился выращивать на Крайнем Севере черную смородину и малину. Один сорт малины мне достался от предыдущих хозяев огорода, другой я привез из мурманского питомника, он выведен специально для

арктической зоны. Крупная, вкусная, хорошо выдерживает 40-градусные морозы, укрывать на зиму не надо. А главная беда – аркашка, так у нас называют водяную крысу. Она питается корнями растений и жучками. Избавиться от аркашки сложно: если одна в капкан попала, ее сородичи все остальные ловушки засыпят землей. Внешне огород выглядит нетронутым, но начинаешь ходить, а там целые ходы прорыты, нога проваливается.

– Планируете в ближайшие годы попробовать что-то новенькое?

– Уже привез жимолость – прижилась. Плодов пока мало, но очень вкусная и полезная ягода. Посадил окультуренную рябину, пять кустов, посмотрим, что получится. Вкус ягод не такой горький, хорошо переносит морозы, но растет долго. Иргу пробовал выращивать, кустик вытянулся на 60 сантиметров и остановился. Может, место подобрал не очень хорошее. В магазинах сегодня есть все. Земля – исключительно ради удовольствия сделать что-то своими руками.

Тем временем

Оленевод Михаил Окоэтто разбил теплицу в тундре, посадил помидоры, огурцы, салат, укроп, горох и редис и в 2021 году получил урожай – первый в мире на 70-й параллели! В 2022-м экспериментатор вырастил и картофель в открытом грунте. Его чум находится в 15 километрах от Обской губы.

Чтобы заложить теплицу, оленевод купил 100 кг почвогрунта в цветочном магазине в Салехарде, смешал с навозом из коровника, добавил песок и торф. Получившийся субстрат в четырех мешках вертолетом перевез в ближайший к себе поселок, затем на моторке – до стойбища. Для удобрения использовал раствор золы и кипяченую луковую шелуху. В холодные дни обогревал теплицу электролампой.

При затратах в 50-60 тысяч рублей урожай вышел на 5-8 тысяч, поэтому о рентабельном овощеводстве в частных хозяйствах Арктики говорить рано. Но сам факт того, что в столь суровых условиях можно выращивать сельхозпродукцию, необходимо учитывать. Коренные малочисленные народы Севера в качестве удобрений применяют навоз, перегной, компосты, птичий помет или рыбные останки. Для мульчирования берут опилки, солому. Ухитряются даже клубнику получать. Термоизоляцию используют повсеместно. Северные селькупы прокладывают трубы с горячей водой над грядками, ханты и коми – под землей.



Большинство семян в рознице имеют непонятное происхождение

К СВЕДЕНИЮ

Светлана Добрынина,
«РГ-Урал» (в сокращении)

Около 90 процентов семян овощных культур, используемых в посевной кампании на Урале, импортные. Об этом сообщила министр АПК и потребительского рынка Свердловской области Анна Кузнецова. Если в выведении собственных сортов зерновых культур и картофеля уральские ученые добились больших успехов, то «борщевой набор» до сих пор зависит от поставок семян из-за рубежа.

«Ежик» в тумане

Полки магазинов для садоводов ломятся от разнообразия ярких пакетиков с семенами. На выбор дачникам предлагают сотни сортов огурцов, томатов, перца и прочих культур. Откуда родом это богатство, насколько тщательно контролируется розничный рынок семян?

Сотрудники центра сертификации «Ростест-Урал» провели эксперимент, решив проверить качество семян, продаваемых в обычных супермаркетах. Купили десять пакетиков разных сортов огурцов-кор-

нишонов и столько же – томатов черри. Семена уложили в отдельные, помеченные номерами чашки Петри и поместили в одинаковые условия для прорастания. Результаты оказались оптимистичными: из 20 образцов только один сорт огурцов под милым названием «Ежик» не выдал ни росточка. Остальные дали крепенькие корешки и листики.

Все, кроме двух продавцов, дружно указали, что семена – российского производства. Половина поставщиков утверждает, что они являются агрофирмами и проверяют качество продаваемых семян на своих сортоиспытательных участках. Казалось бы, при таком раскладе российский огород не должен зависеть от импорта. Радужная картина развеялась, как только специалисты начали проверять указанную на пакетиках информацию: выходили на официальный сайт компании. Оказалось, что львиная доля «агрофирм» к сортоиспытаниям не имеет никакого отношения. Они являются банальными перекупщиками: приобретают оптовые партии семян, фасуют по пакетикам и поставляют в розничные торговые точки.

Гибрид почти не виден

Не меньшим сюрпризом стали сорта, указанные на пачках с семенами. На кар-

тинках – красочные плоды, описание – язык проглотить, на деле – рекламный трюк. Четверых из десяти сортов корнишонов просто не существует. В том числе – упомянутого «Ежика», у которого не взшло ни одно семечко. Не числится он, а также «Маша-сибирячка», «Уральский корнишон» в государственном реестре селекционных достижений. Присутствие сорта в официальном списке достижений российской селекции – не почетный статус, это требование является обязательным условием для реализации семян на рынке.

– Если гибриды сорта не внесены в этот перечень, значит, точно нелегальные. Федеральный закон «О семеноводстве» предписывает использовать для продажи только семена сортов и гибридов, внесенных в госреестр. Есть исключение: допускается реализация сортов, которые в последние два года выведены из реестра. Но все остальное – фантазия реализатора, – пояснила Зухра Барбакова, начальник отдела надзора за качеством зерна и семенного контроля Свердловского регионального управления «Россельхознадзора».

Честное семя

Объем российского рынка семян – не менее 12 млн тонн. Овощная доля, по оценке экспертов, – примерно четверть.

Сколько из этого объема уходит на розничный рынок для реализации обладателям 6 огородных «соток», неизвестно. Но, с учетом многомиллионной армии дачников, вероятно, масштаб немалый.

Российские компании-производители, большинство из которых работает в центральных и южных областях страны, производят ежегодно до 300 тонн овощных семян. Вклад уральцев до сих пор был минимальный: и климат не тот, и специализация другая. Но ситуация меняется.

– Для создания нового сорта томата или огурца требуется не менее 12 лет. Плюс еще три года сортоиспытаний, чтобы доказать его качества и получить добро на включение в госреестр селекционных достижений, – пояснил Михаил Карпунин, проректор по научной работе и инновациям Уральского государственного аграрного университета. – Мы должны понимать, что если сегодня нас не коснулся запрет на поставку импортных семян, то не факт, что этого не произойдет завтра. Уходят без предупреждения, надеяться на авось нельзя. Мы должны быть готовы в любой момент заполнить сегмент рынка, от которого зависит продовольственная безопасность страны.

«ПРАВИЛА ПРОСТЫ»

Гастроэнтеролог рассказала, как сохранить желудочно-кишечный тракт здоровым

СОВЕТУЕТ ВРАЧ

Валерия Доброва
Фото Департамента информационной
политики Свердловской области

Мы едим то, что едим. А от еды зачастую зависят многие недуги. Пищеварительный тракт играет одну из главных ролей в жизнедеятельности организма. Заболевания желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) оказывают серьезное влияние на работу других органов и систем человека.

О том, как предотвратить развитие болезней желудка и кишечника, рассказала врач гастроэнтерологического отделения Свердловской областной клинической больницы №1, кандидат медицинских наук Надежда Аркадьевна Осадчая.

– **Какие факторы могут спровоцировать развитие заболеваний желудочно-кишечного тракта?**

– Причин много. Одной из основных можно назвать стресс. Несмотря на то что стрессовое состояние помогает организму быстрее реагировать на опасность и позволяет приспособляться к разным неблагоприятным условиям внешней среды, на работу пищеварительного тракта постоянный стресс влияет крайне негативно. Помимо этого, к нарушению работы желудочно-кишечного тракта приводят и несбалансированное питание, и наличие вредных привычек, и бесконтрольный прием лекарственных средств, БАДов, и малоподвижный образ жизни.

– **На какие симптомы, свидетельствующие о проблемах с ЖКТ, стоит обратить особое внимание?**

– «Тревожными звоночками» являются изжога, тяжесть, нарушение стула, наличие крови в кале, дискомфорт в животе. Кроме того, если человек регулярно испытывает немотивированную слабость и снижение работоспособности, то это тоже может говорить о сбое в работе ЖКТ. И, несомненно, когда появляется боль, надо обязательно обратиться к врачу.

– **Есть распространенное мнение: если болит – значит, гастрит? На него списывают практически любые боли в животе. Так ли это?**

– Гастрит не болит. Гастрит – это воспаление в слизистой оболочке желудка. В большинстве случаев заболевание обусловлено наличием инфекции *Helicobacter pylori*. Заражение происходит фекально-оральным путем. Врач ставит диагноз «гастрит» на основании морфологического обследования слизистой оболочки желудка. Исследование проводится под микроскопом. А если пациент испытывает боли, скорее всего, это нарушение сократимости желудка, 12-перстной кишки. Боль при гастрите может быть, но она обусловлена именно нарушением сократимости желудка, а не наличием воспалительных изменений.



Надежда Аркадьевна Осадчая,
врач гастроэнтерологического отделения
Свердловской областной клинической больницы №1

– **Каких правил нужно придерживаться, чтобы не заболеть гастритом?**

– К основным принципам профилактики гастрита относятся здоровый образ жизни и правильное питание. Необходимо ограничить употребление острых, соленых и кислых продуктов. Отказаться от фастфуда, избытка специй, жареного, копченого, консервированного и большого количества кофе. Эти продукты раздражают слизистую оболочку. Порции должны быть

стой причиной развития гастрита является инфекция *Helicobacter pylori*. Если не лечить хеликобактерную инфекцию, она может привести к атрофическим изменениям в слизистой оболочке, возможна трансформация клеток в злокачественные, в конечном итоге, может даже развиваться рак желудка.

– **Рак желудка – одна из самых распространенных онкоболезней в России. Кто в зоне риска?**

– Прежде всего, пациенты, имеющие продвинутую стадию хро-

Гастрит не болит. Гастрит – это воспаление в слизистой оболочке желудка. В большинстве случаев заболевание обусловлено наличием инфекции *Helicobacter pylori*. Заражение происходит фекально-оральным путем. Врач ставит диагноз «гастрит» на основании морфологического обследования слизистой оболочки желудка. Исследование проводится под микроскопом. А если пациент испытывает боли, скорее всего, это нарушение сократимости желудка, 12-перстной кишки. Боль при гастрите может быть, но она обусловлена именно нарушением сократимости желудка, а не наличием воспалительных изменений.

адекватного размера, после еды не должно быть чувства переедания. Важно поддерживать регулярность приемов пищи. Стоит воздержаться от больших временных интервалов между ними. При этом прием пищи должен быть в спокойной обстановке, дайте в этот момент себе время, чтобы все хорошо прожевать, и не отвлекайтесь на посторонние факторы.

– **А сколько раз в день нужно есть?**

– Здоровому человеку вполне достаточно трёх раз в сутки – завтрак, обед и ужин. А если уже есть симптомы заболевания или выявлена патология, то, помимо основных приёмов пищи, можно устраивать так называемые перекусы, есть 4-5 раз в сутки.

– **К развитию каких болезней может привести гастрит, если его не лечить?**

– Как я уже сказала, наиболее ча-

поддерживать нормальную массу тела, регулярно заниматься физическими упражнениями. Рациональное питание способствует снижению риска развития всех онкологических заболеваний, но самый благоприятный эффект оказывает на риск опухолевого поражения органов пищеварения.

– **Какое питание для здоровья желудочно-кишечного тракта будет являться правильным?**

– Как мы уже говорили, это должен быть регулярный прием пищи. Кроме того, в ежедневном рационе должны присутствовать продукты с высоким содержанием клетчатки, фрукты и овощи. Соблюдение питьевого режима также является неотъемлемой частью правильного питания.

– **Расскажите о питьевом режиме. Сколько нужно пить воды для поддержания здоровья ЖКТ?**

– Любые рекомендации как по питанию, так и по питьевому режиму должны быть индивидуальными. Их дает врач после обследования пациента. Считается, что в среднем человек должен выпивать 1,5-2 литра жидкости, причем, речь идет именно о простой воде.

– **Как влияет уровень физической активности на здоровье ЖКТ?**

– Физическая активность положительно влияет на здоровье не только желудочно-кишечного тракта, но и всего организма в целом. И связь, безусловно, прямая. Физические нагрузки необходимы для регуляции моторики ЖКТ. Если человек мало двигается, соответственно, у него нарушается нормальная сократимость кишечника, могут возникнуть проблемы и в желчевыводящей системе. Кроме того, активный образ жизни помогает поддерживать нормальный вес, отсюда – здоровое пищеварение.

– **Какие регулярные медицинские обследования помогают выявить проблемы ЖКТ на ранних стадиях?**

– Объем и частоту обследований для каждого конкретного пациента должен определить врач. Огромное значение в предупреждении развития различных заболеваний имеет регулярная диспансеризация, особенно показанная людям в возрасте старше 40 лет. Она направлена на то, чтобы определять и выявлять болезни на ранних стадиях, в том числе – и заболеваний ЖКТ.

– **Как свести к минимуму риск возникновения проблем с ЖКТ?**

– Здоровый образ жизни, включающий сбалансированное питание, отказ от вредных привычек, соблюдение правил гигиены, двигательная активность, полноценный сон, позитивный настрой, а также внимательное отношение к любым сигналам бедствия со стороны ЖКТ и других органов и систем организма способны уберечь от многих заболеваний.

Как сделать яблочный уксус

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

«Полезные советы»

Яблочный уксус – очень полезная вещь в хозяйстве. Его используют в приготовлении блюд, ополаскивают им волосы для придания блеска, применяют при варикозном расширении вен. Как можно приготовить яблочный уксус дома?

Понадобится: 1 кг яблок, 1 л воды, 100 г сахара, 10 г дрожжей.

Приготовление: яблоки вымыть и измельчить с помощью терки или мясорубки. Кожуру можно не снимать. Воду вскипятить и остудить, залить в натертые яблоки. Сюда же положить сахар и дрожжи, хорошенько перемешать. Смесь перелить в эмалиро-

ванную кастрюлю, оставить на 10 дней для брожения.

Когда пройдет отведенное время, жидкость следует процедить, положить еще сахара с расчетом 100 г на 1 литр. Тщательно перемешать, чтобы он полностью растворился. Полученную яблочную смесь перелить в стеклянные банки, горлышко прикрыть марлей. Банки убрать в темное теплое место на месяц.

Понять, что уксус полностью готов, можно по опустившемуся на дно осадку и остановке процесса брожения. Жидкость приобретет прозрачный цвет. Полученный уксус надо разлить по бутылкам. Лучше использовать шланг, чтобы осадок не попал в жидкость. Хранить яблочный уксус следует в холодильнике или другом прохладном месте.

КРУГЛЫЕ, КАК АРБУЗЫ И ТЫКВА



СОВЕТЫ БЫВАЛОГО САДОВОДА

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

«Прошлой весной соседка дала мне три кустика необычных кабачков – круглых по форме. Росли быстро и даже в «зрелом» возрасте оставались нежными и сочными. С удовольствием посадила бы такие и в этом году, но соседка не помнит названия этого сорта. Подскажите, пожалуйста», – с такой просьбой обратилась Елена Евгеньевна Котова из Екатеринбурга.

В последние годы селекционеры вывели много новых сортов этой овощной культуры. На грядках уральцев можно увидеть и светлые, и темно-зеленые, и желтые, и полосатые кабачки, но круглые, похожие на арбузы или тыкву, пока встречаются нечасто.

Почти все круглые кабачки – раннеспелые и отличаются только окраской. И еще одна черта объединяет кабачки такой разновидности – мякоть у всех нежная, иногда немного сладковатая. В дело идет и сердцевина с семенами, так как даже у перезревших плодов она остается мягкой. Я лично убедилась в этом, выращивая сорт «Поваренок» темно-зеленой окраски. Кусты были крупными, плоды поспевали очень быстро – знай убирай! Каждый куст дал не менее десятка плодов весом от 500 г до 2-3 кг. Мякоть их оставалась нежной даже после продолжительной лежки.

К темно-зеленым относится сорт «Боцман», гибрид раннего срока созревания. Первые плоды появляются

через 40-45 дней с момента появления всходов. Растение очень мощное, с обилием женских цветков. С учетом этих особенностей кустики нужно высаживать подальше друг от друга.

К группе круглых кабачков относятся и «Буржуин». Плоды его достигают веса в 2-3 килограмма, их украшают зеленые полоски.

В группу светло-зеленых «кругляшей» входят сорта «Теща хлебосольная», «Морячок», «Мячик», «Колобок», «Тинторетто» и другие. «Колобок» относится к разновидности цукини: плоды его ребристые, с полосками. У «Тинторетто» мякоть в полной зрелости желтоватая. Очень плодovit «Морячок», он самый раннеспелый: плоды созревают через 40 дней после всходов. Урожайность зависит от частоты сбора – чем чаще их снимают, тем больше нарастает вновь. Хорошо хранится и подходит ко всем видам кулинарии «Теща хлебосольная».

К достоинствам всех видов кабачков относится их низкая калорийность: в 100 г содержится всего 25 калорий. Все богаты полезными микроэлементами – кальцием, цинком, фосфором, натрием, марганцем.

Кабачки неприхотливы к удобрениям. Если сажать их на грядку из перепревшего компоста, больше никаких удобрений не потребуется. Но если этого нет, то в грунте должны присутствовать торф, зола и суперфосфат, а земля должна быть рыхлой.

Все хозяйки знают, что кабачки можно жарить, тушить – отдельно или вместе с другими овощами, испечь из них вкусные оладушки, законсервировать на зиму. А из круглых сортов получается еще и ароматное варенье.

Почему темнеет яблоко?

А ВЫ ЗНАЛИ?

здоровое-питание.рф

Яблоки входят в тройку самых любимых и доступных фруктов в мире. Их выращивают везде, ими можно наслаждаться круглый год, их легко хранить и транспортировать. Однако есть момент, омрачающий эту идиллию. Если разрезать яблоко, оно быстро темнеет. Почему это происходит?

Многие связывают это с реакцией между железом и кислородом, но это не так. За коричневый цвет разрезанных яблок ответственность несут полифенолы – химические соединения, которые помогают нашему организму бороться с различными негативными процессами. Они действуют как антиоксиданты, противодействуя повреждению клеток; уменьшают воспаления, которые могут быть причиной хронических заболеваний.

Так что не железо, а именно полифенолы вступают в реакцию с кислородом. Пока фрукт целый, находящиеся внутри яблока полифенолы придают мякоти бе-

лый или светлый желто-зеленый цвет. Но как только мы отрезаем кусочек, процесс начинается.

Одни сорта темнеют сильнее, другие менее восприимчивы к изменению окраски, это зависит от количества полифенолов, связывающихся с кислородом.

Можно ли есть потемневшее яблоко? В этом нет ничего опасного. Если коричневый оттенок яблока все же вызывает опасения, есть способы задержать потемнение на несколько часов. Сразу после разрезания смочите поверхность яблока сахарным сиропом или посыпьте небольшим количеством сахара.

Также замедлить реакцию может помочь сок лимона. Это поможет уменьшить количество кислорода, проникающего внутрь фрукта.

Яблоки – прекрасный источник клетчатки. Наиболее известная – растворимая клетчатка пектин. Многие из полезных веществ находятся в яблочной кожуре. Если мы чистим фрукт, то вместе с оболочкой удаляем большую часть клетчатки. Поэтому свежее неочищенное, не нарезанное на кусочки, но тщательно вымытое яблоко – лучший выбор!

Как выбирать лук

«РОСПОТРЕБНАДЗОР»

здоровое-питание.рф

Репчатый лук – один из самых распространенных овощей в мире. Он содержит большое количество фитонцидов и обладает противомикробными свойствами.

Самым полезным для организма считается сырой лук, в нем максимально представлены все лечебные элементы. Жареный и вареный теряет большинство витаминов при термической обработке.

Но лук не стоит употреблять людям, страдающим заболеваниями пищеварительной системы, так как он повышает кислотность желудочного сока. Также овощ не рекомендуется при заболеваниях почек, печени, гастрите.

О чем важно помнить при выборе репчатого лука? Поверхность должна быть сухой и достаточно твердой. Луковица должна быть достаточно тяжелой, а если вес луковицы не соответствует ее размеру, то внутри она может быть сухой.

На шелухе и поверхности луковицы не должно быть пятен, точек или следов жизнедеятельности насекомых. Если на поверхности репчатого лука есть увлажненные участки и если такие места еще и сильно пахнут, лук однозначно испорчен. В области корешков хорошего лука не должно быть налета, признаков плесени, слишком большого скопления земли. Аромат у лука должен быть слабым и не едким. Чем светлее репчатый лук, тем более острым вкусом он будет обладать.

Красный лук хранится меньше, чем белый и золотистый, это следует учитывать, если лук приобретается для длительного хранения. Хранить луковицы можно сплетенными и подвешенными в сухом помещении при комнатной температуре. Если такой способ хранения не удобен, поместите их в сухой ящик или корзину с хорошей вентиляцией. Перед хранением важно высушить лук, особенно его шейку.

Разрезанная луковица сохраняется плохо, но можно завернуть ее в пищевую пленку, убрать в холодильник и использовать через некоторое время.

Луковый гуляш

ВКУСНО ПОЕДИМ!

Здоровое-питание.рф

Если свежий сладкий перец зимой не всем по карману, то лук можно приобрести всегда. При приготовлении этого гуляша лук практически весь превращается в соус, который не имеет резкого лукового аромата.

Потребуется: говядина – 700 г, лук репчатый – 700 г, томатная паста – 250 мл, паприка сладкая – 0,5 чайной ложки, перец черный и соль – по вкусу, сахар – 0,5 чайной ложки, сок лимонный – 2 чайные ложки, масло растительное – 2 столовые ложки, вода – 600 мл.

Приготовление: в кастрюлю или сотейник наливаем масло, ставим на огонь и высыпем весь лук. Обжариваем лук до прозрачности. Пока жарится лук, нарезаем мякоть говядины средним кубиком. Добавляем мясо к луку. Жарим до изменения цвета мяса. Добавляем томатную пасту, паприку и черный молотый перец. Вливаем воду. Доводим до кипения, убавляем огонь до минимума, прикрываем крышкой и оставляем томиться на 3,5 часа. При необходимости доливаем воду. Потом добавляем соль, сахар и лимонный сок, перемешиваем. Прибавляем огонь до среднего и томим еще полчаса без крышки.

Подаем с отварным картофелем или рисом.

СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ

«Все
к лицу тебе идет»

По просьбе Софии Дмитриевны Левшиной из поселка Половинный (ГО Верхний Тагил) публикуем слова лирической песни.

Музыка С. Туликова.
Слова М. Пляцковского.

Все тебе к лицу идет:
И заря, и небосвод,
И косынка голубая
В белую горошину;
Лента синяя реки
И ромашек лепестки –
Все тебе к лицу идет,
Моя хорошая.

Все тебе к лицу идет:
И крутых бровей разлет,
И сверкание дождинок,
Щедрой тучей брошенных,
И пушистых яблонь цвет,
И звезды далекой свет.
Все тебе к лицу идет,
Моя хорошая.

Все тебе к лицу идет:
И березок хоровод,
И тропинка луговая,
Травами поросшая.
А еще тебе идет
Тот, кто под руку ведет,
Это я с тобой иду,
Моя хорошая!



shedevrum.ai

Нашли таёжного отшельника в заброшенной деревне...

СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА

Дзен. «Русские тайны»

Глухие таежные леса... Я отправляюсь в край брошенных деревень, чтобы найти отшельника. Расскажу, как он в одиночку ведёт своё хозяйство, как выживает в этой глуши. Добраться до него можно только по жуткому бездорожью. Добро пожаловать в забытый мир русской деревни.

Заброшенные деревни

Ехали мы без точного адреса, только по очень приблизительному описанию. На карте я насчитал около 20 домов в первой встреченной нами деревне, все они – в непонятном состоянии. По описанию, которое у нас было, отшельник живет в черном доме с тремя окнами. Он чудом выжил после жуткого пожара в округе.

В этой деревне другие дома не походили по описанию на жилище отшельника. И все они были разграблены.

Вот и вторая заброшенная деревня. Здесь также было множество пустующих домов. И тут мы увидели дачника, я решил поговорить с ним.

– Здравствуйте! Какая пустая деревня, никого нет, – сказал я.

– Людей здесь нет, никто не мешает, не кричит, – ответил он.

– Говорят, продукты перестали возить? – спросил я.

– Продукты – да, никто не возит, сами себе достаем.

Он пригласил нас к себе. «Я родился в этом доме, – начал рассказывать, – этот дом мне дорог, я не хочу, чтобы он развалился, как остальные»...

Попрощавшись, мы отправились дальше.

В деревне по соседству осталась пара жилых домов. Возле одного стоял трактор. К нам вышел человек: «Здравствуйте! Меня Аркадий зовут. Живем тут втроем: я и там, напротив, две сестры. Больше никого».

– Ничего себе, столько деревень без

людей, – ответил я. – Как же вы тут без медицины, без продуктов живете?

– Вот трактор у меня стоит, это – и продукты, и медицина. Сел и поехал, – пожал плечами Аркадий.

Долгожданная встреча

Переночевав в палатке, мы отправились дальше. Перед нами оказалась преграда в виде ужасной дороги. Мы оставили машину и пошли пешком.

Наконец мы дошли до четвертой деревни – последней точки из нашего списка. Увидели величественную некогда церковь. Часть развалилась, но купол стоял.

Мы прошли по улице и решили зайти в один из домов – очень красивый, с богатыми резными наличниками. Внутри все разгромлено. Я залез на чердак, обычно там можно найти много интересного. И обнаружил гроб! Нам рассказывали, что старики готовили все, в чем их будут хоронить. Вот такие находки бывают на чердаках...

И вот впереди мы услышали лай собаки и увидели долгожданного отшельника. А вот и тот самый черный дом с тремя окнами. «Здравствуйте, – сказали мы. – Мы – туристы».

– Меня Николай зовут, – ответил мужчина. – Не бойтесь собаки. Она молодая, резвая. Тут без собак никак. Безопаснее.

– А вы один живете в этом доме?

– Один, все по хозяйству один делаю. А там после моего дома – все пустые дома. Всё дело – в отсутствии дороги.

– А вы кто по образованию?

– Ну, 8 классов окончил всего, потом в этом месте деревня сгорела. Я-то здесь родился в 1957 году.

– Много всего видели?

– Да, когда маленький был, в церкви был склад, зерно хранили, а потом склад закрыли, начали на кирпичи церковь разбирать – на печи и на другое. А потом все в деревне вымерли, – продолжил он. – Я тут 45 лет работал, а потом никому не нужен стал.

– А пенсия какая у вас, если не секрет?

– 25 500 рублей.

Мы прошли к сараю. Николай открыл дверь и показал:

– Вот мои 13 коз, из них 6 дойных. Раньше поросёнка и корову держал, потом сложно стало. У меня огород большой, свекла, помидоры, капуста, кабачки, вот вам чеснок дарю! А молодежи ничего не надо. Им надо отдыхать, гулять, они не знают, что такое коса и как косить ею надо. Что сейчас с полями происходит – все заросло...

– Вообще у меня все свое. Молоко, мясо, творог, – говорил Николай.

– А что-то вы покупаете?

– Сахарный песок, соль, хлеб, крупы, масло. А так у нас даже колодца не было до недавнего времени. Мы на реку ходили, как наши бабки.

– Как можно без колодца в деревне выжить? – поразился я.

– Вот так, без колодца и прожили всю жизнь. Возили нам бочку-цистерну, а у прудов стирали.

– Как тут зимой жить? Тут же жутко тяжело.

– А куда денешься? Может, и тяжело, но мы привыкли. А куда поедешь от этого? В городе я не могу, не привык там жить. Я родился здесь и здесь умру.

– Есть ли еще поблизости деревни с местными?

– Да везде по 1-2 дома живых, остальные пустые, брошенные дома. Люди в центр уехали. По белому свету много таких деревень. Дома стали забрасывать, кому они нужны?

– Что нужно делать для восстановления деревень?

– Нужно дороги делать, газ и водопровод проложить. Пожалуй, они и восстановятся.

Честно, я так и не понял, где Николай покупает продукты, потому что очевидно, что невозможно себя всем обеспечить. Думаю, связь с цивилизацией он поддерживает благодаря почтальону, который и к нему ездит, и к соседним жителям.

Вот мы и побывали в гостях у удивительного человека, который десятки лет живет в глухой деревне как настоящий отшельник. И самое главное – он не хочет уезжать, ведь ему хорошо на родной земле.

За что в 2024 году могут оштрафовать тех, у кого в квартире есть газовая плита?

ВОПРОС-ОТВЕТ

По материалам сайтов

Этот вопрос газете задали несколько читателей, услышавшие о том, что с 1 января нынешнего года владельцы внутриквартирного газового оборудования должны заключить новый договор на обслуживание с газовой службой. Тем, кто это не делает, грозят штрафы.

За «старый» договор на техобслуживание. В прошлом году были внесены серьезные изменения в правила техобслуживания газового оборудования (Федеральный закон от 18 марта 2023 г. № 71-ФЗ; Постановление Правительства РФ от 29 мая 2023 г. № 859). Главное из них: договоры на техобслужива-

ние внутриквартирного газового оборудования, которые были заключены до 1 сентября 2023 г., с 1 января 2024 года автоматически признаются утратившими силу.

Собственники квартир в многоквартирных домах должны перезаключить эти договоры с учетом нового требования: техобслуживание газового оборудования в квартирах должна осуществлять та же специализированная организация, с которой заключен договор на техобслуживание внутридомового газового оборудования.

Поэтому с начала 2024 года собственникам квартир грозит штраф за уклонение от заключения договора на техобслуживание внутриквартирного газового оборудования, даже если ранее они его заключали, но он был аннулирован до 1 сентября 2023 года. Размер штрафа для граждан составляет от 1 до 2 тысяч рублей (ч. 2 ст. 9.23 КоАП РФ). А

в дополнение к штрафу могут приостановить подачу газа (п. 80 Постановление Правительства РФ от 14 мая 2013 г. № 410).

За старую плиту. Помимо ежегодного техобслуживания газовое оборудование должно проходить обязательную диагностику: пригодно оно для дальнейшей безопасной эксплуатации или нет.

У собственника жилого помещения возникает обязанность провести такую диагностику, если у его газовой плиты истек нормативный срок службы, установленный изготовителем; этот срок обозначается в технической документации на плиту. После этого плиту запрещено использовать без положительного заключения по результатам диагностики. Штраф за отказ от заключения договора на техническое диагностирование составляет от 1 до 2 тысяч рублей, в случае повторного выявления правонарушения

повышается до 2-5 тысяч рублей (ч. 4, 6 ст. 9.23 КоАП РФ).

Кроме того, эксплуатация неисправных газовых приборов, а плита с истекшим сроком службы без прохождения диагностики признается таковой, является нарушением правил пожарной безопасности. Это грозит еще одним штрафом – от 5 до 15 тысяч рублей (ч. 1 ст. 20.4 КоАП РФ).

За отказ впустить сотрудников газовой службы. Если собственник жилого помещения не предоставит доступ к своему газовому оборудованию для проведения техобслуживания в указанное в предварительном уведомлении время, это тоже признается административным правонарушением. Штраф составляет от 1 до 2 тысяч рублей (ч. 3 ст. 9.23 КоАП РФ). При повторном отказе в допуске могут приостановить подачу газа в помещение.

6+ НАШ САЙТ: газетapенсионер.pf
ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Пенсионер
№7 (1185)

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 Госкомпечати РФ, рег. №Е-3276. Газета выпускается при финансовой поддержке Министерства цифрового развития РФ.

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

Адрес редакции и издателя: Россия, 620000, Екатеринбург, ул. Маршала Жукова, 10. Телефон: (343) 377-00-47. Отдел рекламы: 377-00-50. E-mail: ps@mediakrug.ru www.gazetapensiонер.pf

Газета распространяется по подписке, в газетных киосках, почтовых отделениях города и области. Цена – договорная. Газета отпечатана в АО «Прайм Принт Екатеринбург», Россия, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18, корп. Н. Сдача номера в печать по графику – 16.00, фактически – 16.00, 13.02.2024 г. Дата производства 13.02.2024 г. Выход в свет 14.02.2024 г. Тираж 14 200 экз. Заказ 4780.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова,
E-mail: ps@mediakrug.ru

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка М. Гареев

Отдел объявлений М. Волкова.

Отдел подписки О. Киданюк, тел. (343) 377-00-47

Отдел рекламы: (343) 377-00-50 (57)

По вопросам доставки газеты звонить:
по Екатеринбургу – (343) 371-45-04;

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР»
по QR-коду

