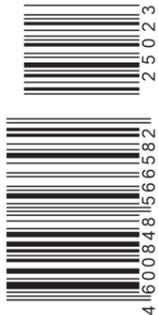


**ТВ**  
ПРОГРАММА  
со 9 по 15  
ИЮНЯ



# Пенсионер

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ

№ 23 (1253)  
4 ИЮНЯ 2025 г.



Чтение – это один из истоков мышления и умственного развития.

Василий Сухомлинский

## СПЕШИТЕ ПОДПИСАТЬСЯ! ДЕКАДА СНИЖЕННЫХ ЦЕН УЖЕ НАЧАЛАСЬ

Друзья, с 3 по 13 июня вы сможете выгодно выпустить газету «Пенсионер» в рамках Всероссийской декады сниженных цен.

### Декада и день подписчика

«Декадные» цены будут действовать в указанное время во всех отделениях и на сайте «Почты России». Напоминаем, что «Пенсионер» в подписных каталогах можно найти по короткому индексу ПЗ196, а для быстрого доступа к подписке на сайте «Почты России» можно воспользоваться кодом, размещенным в выходных данных каждого номера.

Обращаем внимание, что в дни декады инвалидам 1-2-й групп, ветеранам Великой Отечественной войны дополнительная скидка предоставляется только в почтовых отделениях при предъявлении соответствующего документа.

Не забывайте, что подписка на газету может стать приятным и полезным подарком для ваших родных и друзей, например, ко дню рождения или другим значимым событиям. Каждую неделю, получая газету, они с благодарностью будут вспоминать вас.

Традиционно в один из дней декады мы проведем день подписчика газеты «Пенсионер». **Ждем всех желающих 11 июня с 10 до 12 часов на главпочтамте: г. Екатеринбург, ул. Ленина, 39.** Вы сможете выпустить газету по «декадной» цене, пообщаться с представителями редакции «Пенсионера» и получить небольшие подарки.



Фотоиз архива редакции

### Не упустите возможность!

После окончания декады цены поднимутся до прежнего уровня и останутся такими до окончания подписного периода. С 20 июня подписка на «Пенсионер» с июля 2025 года станет невозможна.

Конечно, мы будем рады и тем, кто вернется к дружбе с нами с августа, но ведь это значит, что вы упустите целых пять выпусков любимой газеты! А в них вас ждут не только давно полюбившиеся темы и статьи о наболевшем, но и прогноз солнечной активности, полезные советы, рецепты, сканворды. А еще новые рубрики, о которых вы давно просили, например, о спорте, национальной самобытности Среднего Урала и другие.

Для нас важно оставаться другом для старшего поколения. Мы продолжим публиковать по вашим заявкам тексты любимых песен, поздравления для вас и ваших близких, а также частные объявления. Наверняка вы обратили внимание, что в программе телепередач произошла замена: несколько месяцев назад, идя навстречу вашим просьбам, мы добавили в перечень телеканал «Спас». Оставаясь с нами, вы по-прежнему сможете влиять на наполнение вашей любимой газеты.

Впереди вас ждет немало видов активности. Например, прямо сейчас, когда вы читаете сегодняшний выпуск «Пенсионера», наши сотрудники ведут переговоры с площадкой, где пройдет

гала-концерт вашего любимого фестиваля творчества старшего поколения «Осеннее очарование». Кстати, у фестиваля развивается онлайн-клуб «Осеннее очарование | Пенсионер». О нем и других онлайн-клубах, а также о живых встречах для участников мы обязательно расскажем на страницах издания, поэтому оставайтесь с нами!

### Важно!

Сегодня «Пенсионер» – лидер по почтовой подписке в Свердловской области, неоднократный обладатель знака отличия Союза журналистов России «Золотой фонд прессы». Огромную роль в достижениях издания сыграли ваша любовь, поддержка и преданность газете. Мы и дальше хотим продолжать этот путь вместе с вами, быть вам искренним советчиком, помощником и другом.

### И еще раз о главном!

- Декада подписки пройдет с 3 по 13 июня.
- День подписчика – 11 июня с 10 до 13 традиционно в фойе Главпочтамта: г. Екатеринбург, пр. Ленина, 39.
- Окончание подписной кампании на 2-е полугодие 2025 года – 20 июня.
- Для опытных владельцев смартфонов на последней странице газеты есть QR-код, с помощью которого можно подписаться на газету без посещения почты.

Редакция

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

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

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

- \* Лечим даже запущенные случаи варикоза
- \* Работаем с пациентами с тяжелой сопутствующей патологией (в том числе с онкологией)
- \* Оказываем помощь после предыдущих неудачных случаев лечения



Предоставляем «Альтернативное мнение флеболога» – любой человек, получивший назначение на операцию в другом медицинском центре, имеющий заключение врача и протокол УЗИ вен, но сомневающийся в необходимости операции или её виде, может получить второе **мнение эксперта совершенно бесплатно!**

Запись на прием +7(343)304-64-66 [www.mc-angio.ru](http://www.mc-angio.ru)  
Екатеринбург, ул. 8 Марта, 86 (м. Геологическая, м. Чкаловская), ул. Сиреневый бульвар, 8

Реклама. Л041-01021-66/00351875 от 12.07.2018; ООО Медицинский центр «АНГИО ЛАЙН» ИНН 6679072359 ОГРН 1156658027228

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА

## СМОЖЕТ ЛИ ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ЗАМЕНИТЬ ВРАЧА?

### КОМПЕТЕНТНО

«Российская газета»

**С этого года расширяется сфера применения искусственного интеллекта (ИИ) в системе обязательного медицинского страхования (ОМС). Может ли ИИ заменить врача? Об этом рассказал председатель Федерального фонда ОМС Илья Баланин.**

**- В прошлом году в нескольких регионах началось внедрение цифрового медицинского профиля. Зачем он нужен?**

- В цифровом медпрофиле будет храниться полная информация обо всех полученных медицинских услугах, независимо от места их получения по ОМС. На основании обработки этих данных людям с хроническими заболеваниями будут предложены персональные маршруты диспансерного наблюдения и диспансеризации. Медицинским работникам система позволит более качественно подготовиться к визиту пациента, контролировать прохождение диспансерного наблюдения. Поэтапное внедрение цифрового медицинского профиля по всей стране планируется в 2025 – 2026 годах с последующим подключением новых регионов.

**- С 2024 года в тарифы ОМС включены затраты на получение «второго мнения» от ИИ при анализе маммограмм. Каковы результаты?**

- Новая технология помогла обследовать более миллиона человек. ИИ помогает врачу и экономит его время. Например, он предзаполняет медицинские документы, врач меньше тратит времени на бумажную работу. Если результаты маммограммы оцениваются без применения искусственного интеллекта, то с ними должны ознакомиться два врача и оба должны дать свое заключение. При наличии ИИ снимок оценивает один врач и искусственный интеллект. Значит, второй врач может заниматься другими пациентами. Мы рассчитываем, что в этом году все регионы начнут применять ИИ при проведении маммографии.

С этого года применение ИИ в ОМС расширяется. Теперь его можно применять в рентгенографии, флюорографии, КТ органов грудной клетки. Не нужно беспокоиться, ИИ никогда не сможет полностью заменить врача, ведь медицина – это индивидуальный подход, умение принимать решения в нестандартных ситуациях. Однако ИИ – мощный инструмент, который способен обрабатывать огромные объемы данных, выявлять закономерности, что ускоряет и улучшает процесс диагностики.

**- С чем связан рост расходов системы медстрахования на онкологию? Люди стали чаще болеть?**

- Благодаря диспансеризации, которую в прошлом году прошли 97 млн человек, растет выявляемость онкопатологии на ранних стадиях. Только за прошлый год было дополнительно выявлено 117,4 тысячи случаев с подозрением на злокачественные новообразования.

Значит, должны увеличиваться объемы медпомощи по этому направлению, и они растут.

**- А что такое центры здоровья?**

- В современной медицине основной акцент делается на профилактическое направление. Ежегодно профосмотрами и диспансеризацией охватывается 70% населения, при этом у 30 млн человек есть факторы риска: люди формально здоровы, но имеют избыточный вес, повышенный холестерин, уровень глюкозы, то есть у них – предрасположенность к сердечно-сосудистым заболеваниям и другим патологиям. Для работы с такой категорией граждан создаются центры здоровья. Их основная задача – помочь людям сохранить здоровье и минимизировать существующие риски.

**- С этого года в программу ОМС вошли еще 43 новых метода высокотехнологичной медпомощи. Какие именно?**

- В систему ОМС входят сотни видов высокотехнологичной медицинской помощи по нейрохирургии, онкологии, травматологии и ортопедии, хирургии, неонатологии и так далее. Включение такого метода в систему ОМС гарантирует повышение его доступности. Это значит, что лечить с помощью этого метода научились врачи во всех регионах страны, в каждом появилась материально-техническая база для такой медпомощи.

С этого года в систему ОМС вошли два уникальных метода лечения сердечно-сосудистой хирургии и трансплантации органов: транскатетерное протезирование аортального клапана, при котором заменяют сердечный клапан через сосуда, не разрезая грудную клетку, стоимостью 2,5 млн рублей; имплантация желудочковой вспомогательной системы длительного использования, которая сохраняет работу сердца и отдаляет его пересадку, стоимостью более 11 млн рублей. Для граждан РФ, имеющих полис ОМС, эти медицинские вмешательства будут бесплатны.

**- Финансирование медицины через систему ОМС себя оправдало?**

- У каждого медучреждения есть план: какое количество человек в нем должны обследовать, прочесть, сколько должно прийти на диспансеризацию. За каждый случай организация получает деньги из Фонда ОМС. Такое планирование позволяет оценить необходимый объем ресурсов – врачей, среднего медперсонала, оборудования, лекарственных препаратов – для обеспечения качественного лечения запланированного количества пациентов. В ОМС есть и система поощрения медорганизаций, если они достигают заявленных показателей, в частности, эффективно производят профилактические мероприятия, диспансерное наблюдение. За 2024 год более 3 тыс. медучреждений в стране получили дополнительные выплаты на сумму 10,2 млрд рублей.

При этом важно понимать, что эффективность здравоохранения зависит не только от объема ресурсов, но и от их рационального использования. Правильное распоряжение имеющимися средствами позволит и дальше повышать качество и доступность медпомощи для наших граждан.

## ДЛЯ БЕЗОПАСНОСТИ И КОМФОРТА ЖИЛЬЦОВ



### ДЕЛА КОММУНАЛЬНЫЕ

Елена Зинковская

**О традиционных и новых формах надзора в жилищной сфере рассказала на недавней пресс-конференции заместитель директора департамента государственного жилищного и строительного надзора Свердловской области Наталия Миленина.**

- В основные задачи департамента госжилстройнадзора Свердловской области входят региональный государственный жилищный и строительный надзор, контроль в области долевого строительства многоквартирных домов и лицензионный контроль предпринимательской деятельности по управлению многоквартирными домами.

За формулировками официально-делового стиля скрывается то, что касается каждого человека – «жилищный вопрос». В поле зрения надзорного ведомства находятся более 33 тыс. многоквартирных домов Свердловской области. Их жильцы ежедневно пользуются услугами, которые предоставляют управляющие компании, ТСЖ, ресурсоснабжающие организации, провайдеры и другие субъекты. В Свердловской области департаменту поднадзорны более 2 тыс. организаций: свыше 600 управляющих компаний, имеющих лицензии на право управления многоквартирными домами, порядка 2 тыс. товариществ собственников жилья, жилищных и иных специализированных потребительских кооперативов, осуществляющих управление. Кроме того, департамент контролирует деятельность более 400 ресурсоснабжающих организаций, 4 региональных операторов по обращению с твердыми коммунальными отходами, более 130 организаций, осуществляющих ремонт и обслуживание лифтового оборудования, 6 газораспределительных организаций.

- Современный надзор – это уже не та привычная история, которая была раньше: поступила жалоба, приняли меры, выдали предписания, привлекли к административной ответственности... За последние годы мы провели огромное количество мероприятий, результатом которых является достижение определенного благополучия граждан, – отметила Н. Миленина. – Красной линией в сфере управления многоквартирными домами в 2024 году проходили меры,

направленные на обеспечение безопасного проживания в газифицированных многоквартирных домах. На территории Свердловской области – более 18 тыс. газифицированных домов. С сентября 2023 года обслуживанием газопроводов в них могут заниматься только специализированные газораспределительные организации, таких в регионе шесть. Прошла большая кампания по заключению новых договоров, перезаключению действующих и началу фактической работы этих 6 организаций. Мы ведем постоянный мониторинг по выполнению таких договоров, ведь каждый газифицированный дом, каждая квартира должны быть проверены раз в год в обязательном порядке. К сожалению, наблюдаем недостаточно высокий уровень ответственности граждан, которые проживают в многоквартирных домах. Некоторые из них не только не заключают договоры на техническое обслуживание газового оборудования, но даже двери не открывают, когда к ним приходят сотрудники ГРО. В 2024 году мы привлекли к административной ответственности более 600 человек за недопуск в свои квартиры для проверки газооборудования, с начала 2025-го – уже более 150 человек.

Большой блок вопросов связан с обеспечением вентиляции в газифицированных домах, ведь вентиляция – это «легкие» жилища. Те, кто управляет многоквартирными домами, обязаны проверять ее 3 раза в год. К тем УК и ТСЖ, которые не проводят проверки вентиляционных каналов, госжилстройнадзор принимает меры административного воздействия.

В этом году вступили в силу изменения, касающиеся порядка нахождения операторов связи в многоквартирных домах. К сожалению, длительный период операторы связи заходили в дом лишь на основании заявок жителей. В итоге почти в каждом подъезде, особенно в старом жилом фонде, можно видеть огромное количество проводов, которые уже не эксплуатируются и неизвестно, от какого оператора связи они остались. Поэтому 2025-й год пройдет под девизом «Приберем все провода в многоквартирных домах». До 1 марта все операторы, предоставляющие услуги связи, должны были промаркировать свои сети. Если сети не промаркированы, то следующая стадия – это голосование жильцов и принятие решений о демонтаже таких линий связи.

### ВАЖНО!

Адреса Департамента государственного жилищного и строительного надзора Свердловской области:

- г. Екатеринбург, ул. Малышева, 101;
- ул. Чапаева, 7;
- г. Ревда, ул. Цветников, 20;
- г. Нижний Тагил, ул. Красноармейская, 36 / ул. Горошникова, 56;
- г. Серов, ул. Льва Толстого, 40;
- г. Каменск-Уральский, ул. Ленина, 34;
- г. Ирбит, ул. Азева, 35.

Для направления обращения используйте электронную форму по ссылке: [nadzor.midural.ru/faq/list](http://nadzor.midural.ru/faq/list).

Тел.: 8 (343) 312-00-32

Сайт: [nadzor.midural.ru](http://nadzor.midural.ru)

# НАРОДАМ УРАЛА ЕСТЬ ЧТО ПОКАЗАТЬ ГОСТЯМ

## КУЛЬТУРНОЕ МНОГООБРАЗИЕ

Наталья Березнякова  
Фото Марии Волковой

**Средний Урал – край многонациональный. Поэтому так важны для нас добрососедские отношения, межнациональное единство. Немалую роль для укрепления дружеских связей народов играют культура, традиции, обычаи. Вспомните, с каким интересом каждый из нас пробует национальные блюда, рассматривает орнаменты народных костюмов, большим интересом пользуются выступления творческих коллективов, которые знакомят зрителей с искусством своего народа.**

Самобытная культура разных народов, для которых Урал является родиной, наверняка может стать ещё одной «фишкой», которая привлечёт в наш регион гостей из разных уголков России. Да и для самих жителей Свердловской области будет небезынтересно познакомиться с разными культурами земляков-уральцев.

Об этом мы говорим с Алексеем Старостиним, кандидатом исторических наук, помощником руководителя Свердловского регионального отделения «Ассамблеи народов России», членом Экспертного совета при Федеральном агентстве по делам национальностей России.

**- Алексей Николаевич, давайте уточним, сколько именно народов населяют наш регион? Сколько из них официально оформлены в национально-культурные объединения?**

- По итогам переписи 2021 года, Свердловская область – одна из многонациональных в России. Здесь живут представители 121 национальности. Из них 38 имеют этнокультурные общественные объединения, причем, некоторые – не по одному-два, а значительно больше. К примеру, у нас большое количество татарских этнокультурных объединений, немало башкирских, еврейских и ряда других народов. Есть среди них объединения муниципального уровня, есть регионального. В целом на Среднем Урале больше сотни таких общественных объединений.

**- По каким направлениям работают эти объединения?**

- Прежде всего, они ведут деятельность в сфере сохранения культуры своего народа, стремятся знакомить с ней других жителей нашей области. Всем широко известен татарский и башкирский народный праздник Сабантуй. Кстати, в Свердловске / Екатеринбурге его отмечают с 1930-х годов, интересный факт, что первый раз его провели в парке им. Маяковского как антирелигиозное мероприятие. А сейчас у нас в регионе, в разных районах, проходит не менее 40 Сабантуев ежегодно. Нынче 6 июля в Кадниково Сысертского района вновь пройдет областной Сабантуй, на который обещал приехать Раис (глава) Республики Татарстан Рустам Минниханов. Конечно, такие масштабные мероприятия интересны не только для местных жителей, но и для гостей нашей.

Регулярно проводится и федеральный Сабантуй – такой «кочующий» праздник: каждый год Республика Татарстан



определяет, в каком именно регионе он состоится. Очень мощное событие, на которое из многих районов Татарстана и Башкортостана приезжают фольклорные коллективы, обязательно участвуют местные национальные коллективы региона, который принимает праздник. В Екатеринбурге он проходил в 2010 году, я там был и помню, с какой радостью люди говорили: «Я впервые за 20 лет вспомнил, что я – татарин, тубетейку надел...». Такие праздники действительно актуализируют национальную культуру, причем, даже среди самих представителей конкретного народа, и знакомят других с национальными традициями.

Похожие народные праздники, связанные с завершением весенних сельскохозяйственных работ и началом лета, есть и у других народов. У марийцев он называется Агапайрем, соответственно, он проходит в местах проживания марийцев, на юго-западе нашей области. У чувашей есть аналогичный праздник Акатуй. У удмуртов – Гербер, он скоро состоится в Реже. Такие праздники – всегда яркие, конечно, уже редко носят сугубо национальный характер, в них с удовольствием принимают участие и русские жители нашей области, и представители других национальностей.

**- Как еще, кроме проведения праздников, национальные объединения могут пропагандировать самобытную культуру своего народа среди гостей региона?**

- Второй вид возможного развития этнокультурного туризма в Свердловской области – это национальные музеи, которые демонстрируют культуру того или иного народа. Из локальных я бы выделил музеи в виде традиционной марийской избы в селах Юва и Сарсы-Первые Красноуфимского района, где есть дома, которые демонстрируют традиционный быт марийцев XIX – первой половины XX века. Есть ряд татарских музеев, где показывают традиционный быт татарского народа.

К примеру, в Березовском есть достаточно неплохая экспозиция, этот музей под названием «Милли йорт» (национальный дом) переехал в новое здание в 2023 году. В музее представлены предметы быта, костюмы, утварь, книги, журналы уральских татар. В Серове имеется татаро-башкирский центр «Чулпан» где создан уголок татарского быта. Еще среди этнических музейных комплексов нашей области надо обязательно выделить этнопарк возле Верхней Пышмы «Земля предков» – частный и для Свердловской области уникальный. Его создали энтузиасты по материалам этнографических экспедиций в места проживания народов севера – хантов и манси. Все аутентично, находится недалеко от Екатеринбурга. Очень интересный объект и для жителей

нашего региона, и для его гостей. У нас манси осталось всего 150 человек в Ивдельском районе, к ним еще попробуй доберись. А «Земля предков» близко, музей интерактивный, там показывают и литье металла, и как хлеб пекут, и одежду можно примерить. То есть используются современные варианты привлечения гостей, которые могут познакомиться с бытом и образом жизни малых народов. Также всем советую посещать Центр традиционной народной культуры Среднего Урала в Екатеринбурге, там проходит много интересных выставок и мастер-классов, знакомящих с традициями народов нашего региона.

**- Частный энтузиазм – это здорово! Но есть ли «официальные» инициативы, благодаря которым в конкретный муниципалитет приезжают гости?**

- Если говорить в этнографическом срезе, то в нашей области имеется очень популярный бренд – Ирбитская ярмарка. Здесь она проводится ежегодно, наши этнокультурные общественные объединения устраивают свои подворья – так называемая Чайная улица, где демонстрируют традиции чаепития разных народов. Конечно, гости ярмарки могут здесь же попутно познакомиться с культурой разных этнических групп, проживающих на Урале. Издавна Ирбит – место притяжения разных национальностей, потому что эта ярмарка по обороту капиталов была второй в Российской империи. Сюда приезжали торговать люди самых разных этнических групп – из Средней Азии, Сибири, Китая, Монголии, из европейской части России и из европейских стран. Очень интересное место, куда гости региона точно поедут, надо только упор на самобытность народов сделать.

Еще одним из широко известных праздников является День народов Среднего Урала, который проводится в начале сентября. В последние годы он проходит в Екатеринбурге в парке им. Маяковского. Яркий праздник, где демонстрируются традиции разных народов, есть национальные подворья, можно попробовать кухню этих народов.

Ну и, конечно, все муниципалитеты, если у них есть такие интересные коллективы, например, татарский, марийский, цыганский, кавказский, обязательно задействуют их в праздничных программах, но мы не можем говорить, что это какая-то чисто этнографическая тематика. Зато это показывает многонациональность

территории, национальные коллективы создают определенный колорит.

**- Многие национальные объединения, отдельные энтузиасты создают авторские экскурсии, связанные с вкладом того или иного народа в развитие Среднего Урала. Я сама была на таких экскурсиях и видела, что они интересны и гостям нашей области...**

- Действительно, ряд этнокультурных общественных объединений создали свои экскурсионные программы. Всем известны экскурсионные туры – «Императорский маршрут», «Демидовский маршрут», которые привлекают значительное количество туристов на нашу территорию, потому что история Среднего Урала была связана с историей царской семьи, становлением российской промышленности и так далее. Но есть и этнографические маршруты, которые создаются силами работников музеев, активистами национальных автономий. Например, давно существует такая экскурсионная программа, как «Еврейский Екатеринбург». Ее разработал Благотворительный фонд «Менора», она основана на исторических фактах и документах. Экскурсантов водят по городу и знакомят с местами, связанными с еврейской культурой, с жизнью выдающихся представителей еврейского народа.

В 2020 году был разработан маршрут «Екатеринбург немецкий» – это проект «Музея истории Екатеринбурга». Он и виртуально существует, то есть экскурсию можно посмотреть на компьютере. Есть также маршрут, связанный с жизнью старообрядцев в Екатеринбурге, действительно, город очень связан с культурой старообрядцев, есть что посмотреть, сохранились объекты, знаковые места.

Есть не менее интересный маршрут – «Татарская слобода Екатеринбурга». Так называемая «татарская слобода» в конце XIX – начале XX века находилась в границах улиц Маршала Жукова, Челюскинцев, Московской, Ленина, то есть в самом центре нынешнего Екатеринбурга. Здесь находятся два дома татарских купцов Агафуровых, сквер, названный в их честь, здание на улице Шейнкмана – «Мусульманский очаг Урала» и другие интересные объекты. И еще есть старое мусульманское кладбище, где находятся два значимых объекта – памятник участнику Великой Отечественной войны, которые похоронены на этом кладбище, и мавзолей Агафуровых. Проект успешный, экскурсии проходят регулярно.

## В ТЕМУ

Врио губернатора Свердловской области Денис Паслер в конце мая принял участие в семинаре-совещании, посвященном реализации Стратегии государственной национальной политики России до 2025 года. Его провели заместитель руководителя Администрации Президента России Магомедсалам Магомедов и полномочный представитель Президента в УрФО Артём Жога.

«В Свердловской области вопросам реализации государственной национальной политики традиционно уделяется большое внимание. Наш регион – один из самых многонациональных, входит в пятерку субъектов с наиболее высоким миграционным потоком, – сказал Денис Паслер. – Активно работаем с этнокультурными организациями как по поддержке их собственных проектов, так и по вовлечению в общероссийские мероприятия. Здесь нам оказывает содействие региональное отделение «Ассамблеи народов России».

В этом году завершает своё действие Стратегия государственной национальной политики до 2025 года, реализация которой шла на протяжении 13 лет, и ожидается принятие нового документа, рассчитанного на период до 2036 года. Он, как и прежний, будет ориентирован на укрепление единства многонационального российского народа при сохранении этнокультурного многообразия народов.

## «ДОБРОЕ ТЕПЛО»

### ИНИЦИАТИВЫ

О. Мелкозерова,  
психолог АНО СОН «Лазурит»

**В Режевском муниципальном округе 30 апреля 2025 года завершилась успешная реализация проекта «Доброе тепло», ставшего лауреатом конкурса «Сила внимания», который был запущен 1 ноября 2024 года при поддержке гранта Фонда Тимченко.**

Основная цель проекта – обеспечение всесторонней поддержки социально незащищенным слоям населения, в частности, пожилым людям.

Проект реализовывался при участии АНО СОН «Лазурит» и включал в себя два основных направления:

- Предоставление психологической помощи пожилым людям, часто сталкивающимся с одиночеством, потерей близких, ухудшением здоровья, социальной изоляцией и финансовой нестабильностью, что может приводить к

депрессивным состояниям, тревоге и снижению общего качества жизни.

- Решение вопроса обеспечения теплом тех, кто не имеет возможности самостоятельно приобрести дрова. Многие пожилые люди испытывают финансовые трудности, поэтому подобная поддержка становится особенно важной.

Психологическую поддержку получили 40 пожилых граждан. Дважды в месяц с ними работал психолог АНО СОН «Лазурит» Ольга Васильевна Мелкозерова. Применялись разнообразные технологии: индивидуальное консультирование, арттерапия, диагностика индивидуальных психических состояний, упражнения, направленные на синхронизацию работы полушарий головного мозга («Ухо – нос», «Ленивые восьмёрки»). Это позволяло предоставить необходимую помощь и создать атмосферу доверия и общения, что крайне важно для пожилых людей.

В рамках проекта за счет средств гранта осуществлялась доставка дров. Проект «Доброе тепло» обеспечил 10 пожилых граждан необходимым топли-



вом. Благодаря поддержке, оказанной в рамках проекта, пожилые люди смогли решить бытовые проблемы, связанные с приобретением дров, и уделить внимание другим важным аспектам своей жизни. Обеспечение пожилых людей дровами для отопления в зимний период осуществлялось в соответствии с графиком, согласованным с поставщиком Ю.П. Ярославцевым.

Успех проекта «Доброе тепло» подчеркивает важность комплексного подхода к поддержке пожилых людей. Сочетание психологической помощи и материальной поддержки в виде дров позволило создать благоприятные условия для улучшения качества жизни подопечных. Проект стал примером эффективного сотрудничества между некоммерческой организацией, фондом и частными поставщиками, что позволило достичь значимых результатов в короткие сроки.

Полученный опыт будет использован

для реализации новых инициатив, направленных на поддержку пожилых людей и других социально незащищенных групп населения. В планах – расширение географии проекта, увеличение количества участников и внедрение новых форм помощи, учитывающих индивидуальные потребности каждого подопечного.

Важным аспектом дальнейшего развития проекта является привлечение волонтеров. Участие добровольцев позволит расширить охват помощи, создать дополнительные возможности для общения и социальной интеграции пожилых людей. Мы уверены, что совместными усилиями можно создать более заботливое и справедливое общество, где каждый человек чувствует себя нужным и защищенным.

Подводя итоги, можно с уверенностью сказать, что проект «Доброе тепло» стал не просто успешной реализацией благотворительной инициативы, а настоящим символом добра и заботы. Он показал, как небольшие усилия могут принести огромную пользу тем, кто в этом нуждается, и вдохновить других на добрые дела.

## «ПОЧТИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»

### СВОИМИ ГЛАЗАМИ

Светлана Соловьёва

**В 80-е годы XX века среднее образование получали после 8-го класса. И я после успешной сдачи экзаменов получила от мамы подарок: я поеду к тётке Клаве и дяде Пете в Киргизию – во Фрунзе – одна! Ну, почти одна – наша соседка по площадке тётя Ан едет с сыном Тимуром во Фрунзе, а меня ей «подкинули»...**

Я достала большой коричневый чемодан с металлическими блестящими уголками и маленьким замочком, чтобы в обратную дорогу взять больше яблок. Тётя Клава по телефону сказала: «Светочка, возьми большой чемодан, у нас большой сад и много яблок». Первый раз в жизни я поеду так далеко без мамы. Было очень волнительно, воображение

будоражило – как-то всё будет...

И вот мы едем в купейном вагоне, я лежу на верхней полке, читаю или смотрю в окно. Природа меняется на глазах: всё меньше сосен, затем и берёзы пропали... Равнина и редкие кустарники, затем холмы и горы. Ехали три дня.

На вокзале я увидела тётю Клаву – невысокого роста, как и мама, быстрая в движениях: обняла, поцеловала и стала спрашивать про поездку. Рядом стоял дядя Петя и улыбался. Очень высокого роста, как Пётр I на картинке в учебнике истории. Я увидела, что тётя Клава и дядя Петя искренне радуются моему приезду.

Город Фрунзе покорила меня с первого взгляда. Много солнца, дома светлые, тополя причудливые – пирамидальные, почти по каждой улице бежит ручей. Дядя Петя пояснил, что это – арык. В первый же день меня поразило, как быстро ушло солнце: в девять часов вечера ещё светло, а через несколько минут – уже совсем темно. Я по-

думала: «Наверное, горы мешают видеть, как солнце садится?», но оказывается, так происходит повсюду на юге.

Сходили в музей советского полковника Михаила Фрунзе. Большое современное здание, а внутри – дом, в котором он жил. Дерево, которое Фрунзе посадил около дома, не спилили, а сделали отверстие в крыше, и оно растёт и зеленеет.

Тётя Клава работала в саду и позвала меня посмотреть сад. Это был общественный сад, который тянулся на несколько километров. Женщины и дети собирали яблоки и ровными рядами укладывали в ящики по сортам. А мужчины относили их на тележку и отвозили к дороге, где их потом забирал грузовик. Тётя Клава предложила мне поработать в саду, я согласилась. Был сезон урожая, всех брали на работу. Это была первая моя работа за деньги! Я гордилась собой: привезу маме деньги за свою поездку!

Однажды мы поехали в горы посмо-

треть озеро Иссык-Куль. Дорога была извилистой, смешно называлась – Тёщин Язык... Переехали перевал, и перед глазами открылось красивое озеро с голубой водой, которая завораживала и манила. Несмотря на солнце, вода в озере очень холодная, я купаться не стала, а дядя Петя окупался несколько раз. Мы с тётей Клавой умылись и ножки «помочили» – побродили вдоль берега.

... Закончились мои каникулы, пора домой, в школу. Достала я свой большой коричневый чемодан, а тётя Клава поставила передо мной корзину с яблоками и положила кипу газет: «Выбирай, какие глянуть, и каждое яблочко заверни в газету, чтобы не испортилось».

В поезде меня поручили проводнице, которая меня опекала. На вокзале была радужная встреча! Ура! Я дома! До сих пор с благодарностью вспоминаю это почти самостоятельное путешествие!

## ВСПОМИНАЮ ШКОЛУ ЮННАТОВ

### ПРОФЕССИЯ

Клара Анчарова

**Окончила я биофак Уральского государственного университета им. Горького в далёком 1978 году. В дипломе запись: биолог, преподаватель биологии и химии. За 40 лет работы пришлось поменять много мест и направлений деятельности, но самые тёплые воспоминания остались у меня о недолгой работе в Свердловской областной станции юных натуралистов.**

Пришла я туда случайно, после сокращения на заводе в 1992 году, совсем не имея педагогического опыта. Но было у меня увлечение – фелинология, с друзьями в конце 1980-х мы создали первый в Свердловске клуб кошек, проводили городские выставки, где меня заметил директор СЮН и взял на работу.

В непродолжительный период «лихих девяностых» я попала в иной мир – в дружную семью специалистов дополнительного

образования. Познакомилась с замечательными людьми. Любовь к детям и великолепные знания своего дела – вот главные составляющие их успеха!

Начала я с руководителя кружка зоологии, затем стала методистом, вскоре возглавила учебно-методический отдел. С огромным энтузиазмом наш дружный коллектив организовывал слёты, сборы и фестивали юннатов, лучших участников награждали, поощряли и педагогов-наставников, которые учили ребят чуткому отношению к природе, умению видеть прекрасное.

Свердловской станции юннатов давно не существует, здание, построенное комсомольцами в 1942 году, давно снесли, на его месте на улице Шейнкмана в Екатеринбурге красуется большая частная клиника. После многочисленных реорганизаций исчезло и само название СЮН. Но пять лет, проведённых в добром творческом педколлективе, оставили глубокий след в моей душе.

## ЧТОБЫ ЛЕБЕДИ НА ОЗЕРО ВЕРНУЛИСЬ

### МЫСЛИ ВСЛУХ

Виктор Субачев

**Далеко не многие жители мегаполиса знают, что у северной границы Екатеринбурга находится небольшое, но очень красивое озеро Лебяжье. Оно расположено рядом с городом-спутником Верхней Пышмой.**

Созерцать водную гладь можно из окна вагона современного трамвая «Львенок», маршрут которого под номером 333 запущен из Екатеринбурга в медную столицу Урала три года назад. Трамвайный путь пролегает в шаговой доступности от озера. Смотришь на природный островок, и возникает желание выбрать время, чтобы погулять с фотоаппаратом по берегу.

На водоеме еще гнездятся немногочисленные стайки уток и чаек. Но где же

лебеди, в честь которых названо озеро? Увы, они уже давно не прилетают. «Мы запомнили его скорее не Лебяжьем, а утиным. Из-за постоянного загрязнения различными стоками и неприятного запаха воды Лебяжье перестало пользоваться популярностью у птиц», – пишут краеведы.

Между тем приозерная территория активно застраивается. В Екатеринбурге решили в текущем году построить еще больше жилья у озера Лебяжьего. Но хочется высказать такое пожелание инициаторам большого градостроительного проекта: параллельно с возведением домов выделить финансовые средства на работы по очистке самого озера, реконструкцию очистных сооружений. Эти меры и различные природоохранные мероприятия: анализы качества почв и воды, посев кормовой травы и другие – помогут снова сделать некогда красивое озеро привлекательным для лебедей.

ПЕРВЫЙ



05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+

РОССИЯ



05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.

НТВ



05.00, 08.25, 10.35 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+

МАТЧ ТВ



08.00 ФУТБОЛ НА ВСЕ ВРЕМЕНА 12+
08.30 ВСЕ О ГЛАВНОМ 12+
09.00, 11.00, 14.55, 17.40 НОВОСТИ

КУЛЬТУРА

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
07.20 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+

Домашний



06.30, 05.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25, 04.40 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+

ТНТ



07.00, 06.00 «УТРО ТНТ» 2025 16+
08.00, 03.30, 04.20, 05.10 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА



06.00 Т/С «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр



06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 СМЕХ, ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
08.45 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2» 16+

СПАС



06.00, 08.00 УТРО НА СПАСЕ 0+
10.00 Д/Ф «ИОАНН РУССКИЙ. ЦИКЛ СВЯТЫХ ВОИНОВ» 6+

5 канал



05.25, 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» Т/С 16+
08.05 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+

ТНВ



06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 22.20, 04.20 Х/Ф «СЕРДЦЕ ЖДЕТ ЛЮБВИ» 16+

ОТВ



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

СТС



06.00, 04.25 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
07.00 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+
07.15 СУПЕРИНДИЯ. ДЕТИ 12+

ТВ3



06.00, 05.15 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ



05.00, 18.00, 02.50 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

ВТОРНИК, 10 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ



05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 15.00, 18.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+

РОССИЯ



05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.

НТВ



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

МАТЧ ТВ



08.00 ФУТБОЛ НА ВСЕ ВРЕМЕНА 12+
08.30 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
09.00, 11.00, 14.55, 17.40 НОВОСТИ

КУЛЬТУРА

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
07.20 Д/Ф «НИКОЛАЙ ЧЕРКАСОВ» 16+

Домашний



06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+

ТНТ



07.00, 06.00 «УТРО ТНТ» 2025 16+
08.00, 09.00, 10.00, 03.25, 04.10, 05.00, 05.45 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА



05.15 Т/С «КУРЬЕРСКИЙ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+

ТВ Центр



06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.15 ДОКТОР И... 16+
08.45 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2» 16+

СПАС



05.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
06.00, 08.00 УТРО НА СПАСЕ 0+

5 канал



06.00, 09.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» 16+

ТНВ



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

ОТВ



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

СТС



06.00, 04.25 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
07.00 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+

ТВ3



06.00, 05.15 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ



18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 15.00, 18.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+

НТВ

04.50 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
08.25, 10.35 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СУДЬБЫ» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ФУТБОЛ НА ВСЕ ВРЕМЕНА 12+
08.30 ВИД СВЕРХУ 12+
09.00, 11.00, 14.55, 17.40 НОВОСТИ
09.05, 13.35, 17.45, 20.40, 23.30 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
07.20 Д/Ф «А.БОРИСОВ. ЧТО ТАК СЕРДЦЕ РАСТРЕВОЖЕНО...» 16+
07.50, 00.50 Х/Ф «АКАДЕМИК ИВАН ПАВЛОВ» 0+

Домашний

06.30, 05.10 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.30, 04.20 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.30, 02.25 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+

ТНТ

07.00 «УТРО ТНТ» 2025 16+
08.00, 09.00, 10.00, 03.50, 04.35, 05.20, 06.10 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

05.40 Д/Ф «ГЕРОЙ 115» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.15 ДОКТОР И... 16+
08.45 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2» 16+

СПАС

05.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
06.00, 08.00 УТРО НА СПАСЕ 0+
10.00, 10.35 СВЯТЫЕ ЦЕЛИТЕЛИ. СВЯТИТЕЛЬ ЛУКА КРЫМСКИЙ 0+

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
05.35, 06.15, 06.55, 07.45, 09.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-5» 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15 КОНЦЕРТ 12+
08.30 ТЕЛЕОЧЕРК О РЕНАТЕ ЕНИКЕЕВЕ 16+

ОТВ

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00, 12.00, 15.00, 20.00, 22.30 СОБЫТИЯ 16+

СТС

06.00, 04.55 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
07.00 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+
08.05 Т/С «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+

ТВ3

06.00, 05.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
08.30, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ 16+

ЧЕТВЕРГ, 12 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10, 01.20 ПОДКАСТ ЛАБ 16+
07.00 ДЕНЬ РОССИИ. ПРАЗДНИЧНЫЙ КАНАЛ 16+

РОССИЯ 1

06.35 СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ 12+
07.10 Х/Ф «ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ» 12+
09.00, 11.00, 13.00, 17.00 ВЕСТИ. ДЕНЬ РОССИИ 16+

НТВ

05.00 Х/Ф «БЕССМЕРТНЫЕ» 12+
07.00, 08.20, 10.20, 16.20 Т/С «ДЕЛЬФИН» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
09.00, 11.00, 13.50, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 17.30, 21.30, 01.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.05 М/Ф «В НЕКОТОРОМ ЦАРСТВЕ...» «ЦАРЕВНА-ЛЯГУШКА» 16+

Домашний

06.30, 00.50 Т/С «ЖЕРТВА ЛЮБВИ» 16+
14.35 Х/Ф «СОЛНЦЕ ЗА ОБЛАКАМИ» 16+

ТНТ

07.00, 08.00, 09.00, 03.15, 04.05, 04.50, 05.35, 06.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

05.25 Х/Ф «СЕМЕН ДЕЖНЕВ» 12+
07.00 Х/Ф «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ» 6+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.05 «ЧТО БЫ ЭТО ЗНАЧИЛО?» ЮМОР 12+
06.55 Х/Ф «ЖЕНЩИНА С ЛИЛИЯМИ» 12+

СПАС

05.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
06.05 Х/Ф «БОЛЬШОЙ КОНЦЕРТ» 6+
08.15 Д/Ф «РОМАНОВЫ. ЦАРСКОЕ ДЕЛО» 0+

5 канал

07.25, 09.40 Х/Ф «ТИХИЙ ДОН» 12+
12.05 Х/Ф «ВАРВАРА-КРАСА, ДЛИННАЯ КОСА» 0+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15 КОНЦЕРТ 12+
08.30 КЭМИТ ЖЭВИТ 16+

ОТВ

06.00, 06.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
07.00, 01.15 Д/С «ТАЙНА НА КАРТЕ. ДИРИНГ-ЮРЯХ» 16+

СТС

06.00, 04.40 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
07.00 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+

ТВ3

06.00, 05.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00, 08.40, 09.15 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ 16+

## «МАТЕРИНСКИЙ КРИК – В ПАМЯТИ НАВСЕГДА»

### ЭХО ВОЙНЫ

Ирина Зеленцова

**Читатели газеты из поколения «детей войны» продолжают рассказывать в письмах и телефонных разговорах с корреспондентами газеты о том, что им довелось пережить в раннем возрасте. Это – свидетельства тех, кто лучше прочих понимает, почему подобное не должно повториться.**

Нина Васильевна Чечушкова из Красноуфимска говорит о том, как не просто было ей узнать информацию о погибшем брате: «Я родилась в глухой

деревне. Не было у нас ни репродукторов, ни радио. Со второго класса нас, детей, выводили на поле собирать остатки колосков после общей уборки и картофель. Часто это было уже по заморозкам. Холодно, пальцы мерзли. Мой брат Михаил Васильевич Пятков накануне войны ушел служить в армию. Войсковая часть его располагалась в Белоруссии. Он попал в плен в первые дни войны. Там и погиб. Было ему 23 года. Узнали мы с мамой о судьбе брата уже после войны. Помню, мама сильно плакала несколько дней. В прошлом году на мой запрос пришел официальный ответ: в каком плену был, в каком лагере погиб. И даже его лагерный номер написали. Наконец-то я смогла нашего Мишеньку в церкви отпеть.

Одна из собеседниц пожелала остаться неизвестной, но ее рассказ мы должны напечатать: «Я – ребенок

войны! Почему о нас забыла власть? Почему до сих пор нет федерального закона о «детях войны»? Даже не деньги столь важны, сколько признание этого факта. Мы – есть! Мой отец Иван Павлович Черепанов воевал и в финскую, и в Великую Отечественную. Погиб в 1944 году в Белоруссии. У мамы нас было трое детей. В 1942 году папа приходил в отпуск после ранения. Это была наша последняя встреча с ним.

Помню день, когда почтальон принес похоронку. Казенный конверт, которого все боялись. Почтальон молча зашла к нам во двор, отдала письмо маме и быстро ушла. Стоял жаркий июль. Светило яркое солнце. Мама позвала нас, детей, радостно: «Идите скорее, письмо от папки!» А в руки взяла, перевернула – казенное письмо о смерти отца. Через несколько минут раздался душераздирающий крик! Бедная мать!

Как она рыдала... Сбежались люди – помочь, поддержать. Женщины плакали. Я, тогда девочка пяти лет, спросила: «Мама! Письмо от папки, почему ты плачешь?» Соседка прижала меня к себе и ответила: «Нет больше вашего папы». Тот материнский крик на всю улицу и ее рыдания – в моей памяти навсегда. Каждый День Победы мама горько плакала!

Жили мы бедно. Пенсия по потере кормильца мизерная. Сколько помню – мама всегда работала. Она старалась нас вырастить, дать все, чтобы не хуже было, чем у других. Она хорошо шила. Это помогало сводить концы с концами. Мы были всегда одеты. В школе на большой перемене нас подкармливали – давали кусочек хлеба с маслом, посыпанный сахаром. Как мы ждали этого кусочка хлеба. Мама мало прожила. Измученная трудом, горем, заботами о нас, умерла в 62 года».

## СЕРДЦЕ ВСЕ ПОМНИТ

### СУДЬБА

Марина Старостина

Фото из архива И. Тарховой

**У «детей войны» разные судьбы, но их объединяет невосполнимая потеря прекрасного мира детства. Они все – до срока повзрослевшие, невероятно стойкие. Одна из них – Ираида Александровна Тархова, врач-педиатр городской детской поликлиники № 13 Екатеринбурга.**

- Родилась я в октябре 1942 года в Порецком районе Чувашской ССР. У отца Александра Егоровича Никитина был порок развития левой руки, его на фронт не взяли, он работал электриком на гидростанции. Мама трудилась в деревенском сельпо. Помню, что жили мы с мамой, поскольку папа работал далеко от нас, у нас была небольшая комната с кухонькой, я спала на печке. Мама часто была в отъезде по работе, поэтому отправила меня жить к бабушке в другое село. Как-то лежу на печке, мимо окон проходит женщина в черном платке, я кричу: «Бабушка, нищенка идет!». Женщина зашла к нам, с бабушкой заговорила, вроде чужая тётенька, а голос почему-то мамин. Это и правда

оказалась мама, пока она шла 18 километров из нашего села, очень устала. Она пришла, чтобы меня домой забрать, мне было пять лет.

С этого возраста началась моя трудовая жизнь. Мама работала с утра до позднего вечера, на мне было хозяйство. Мама говорила: «Доченька, обязательно дрова занеси в дом и сложи в печку, чтобы я утром рано успела печь затопить и сварить». Кроме этого, на мне была скотина, мы держали кур и козу. Козу я выгуливала, училась доить, но не всегда получалось.

Когда я пошла в школу, мама сказала: «Получишь первую пятёрку, куплю тебе арбуз». И ведь она мне его купила! Школа была деревянная, очень уютная. У моей первой учительницы было сложное имя – Ефимия Константиновна, она нас воспитывала в патриотическом духе. Мы перед уроком пели песни старинные – «По Дону гуляет казак молодой» и другие.

Я училась с удовольствием. В школе был большой физкультурный зал, а среди одноклассников был баянист, он на перемене играл вальсы, так я научилась танцевать. Еще я очень любила вышивать. Электричества не было, я приходила из школы, зажигала керосиновую лампу и творила.

В 1957 году я окончила 7 классов, дальше все дети должны были пойти за 6 километров в райцентр, там был интернат, где учились с 8 по 10 класс. Я в интернат не поехала: с детства знала,

что стану врачом, это и мамино желание было когда-то, но ей не удалось. Поэтому я пошла учиться на фельдшера – я окончила школу с отличием и могла поступить без экзаменов.

Но пришлось ехать в медицинское училище в Карагандинской области, далеко от дома. Мне – всего 14 лет, я одна, первый год все плакала. А потом мне подсказали, что в Казани есть такое же училище, меня туда приняли, и два года я там училась. После окончания в 1960 году меня по распределению направили фельдшером в село за 60 километров от Казани. Там познакомилась с парнем Владимиром Ипатовым и вскоре вышла замуж.

Потом с ним уехала в закрытый город Красноярск-26, жили в бараке, там родился в 1961 году наш сын. Мужа забрали в армию на 3 года, я с грудным ребенком осталась одна. Как раньше в деревне, воду носила, дрова колола, печку топила. Пришлось выйти на работу в ясли, в одной группе был мой 3-месячный сын, а я в «ползунковой» группе работала.

В это время узнала, что нужно для поступления в медицинский институт, взяла учебники и стала по вечерам готовиться к поступлению. Сыну было три года, муж служил в армии, когда я поступила в Красноярский мединститут на педиатрический факультет на вечернее отделение. В 1971 году получила специальность – педиатр.

В Красноярске-26 прожила 13 лет и



уехала с сыном к маме в Нижний Тагил – родители к тому времени туда переехали. Трудилась год в детской больнице. Потом переехала в Ханты-Мансийский округ. Работала педиатром – и прием вела в поликлинике, и по адресам на вызовы ходила, и детей в стационаре лечила. Затем судьба очередной кульбит совершила – я переехала в Свердловск, устроилась на работу в городскую детскую больницу № 13. Спустя время вновь вышла замуж и стала Тарховой, родился второй сын...

На отдых ушла в 69 лет. С 2019 года являюсь председателем совета ветеранов 13-й детской городской поликлиники. У меня есть любимая внучка, сад, плету сети для СВО. Пытаюсь писать свои воспоминания, чтобы оставить их близким, ведь сердце все помнит!

## ПОД ПУЛИ НЕ ПОЕДЕШЬ...

Римма Врубель

«Собиралась к 80-летию Победы съездить в Курскую область на могилку к погибшему отцу, но не получилось, – рассказала екатеринбурженка **Светлана Сергеевна Попова**. – Отец погиб в 1943 году в одном из танковых сражений под деревней Прохоровка и захоронен в братской могиле. Первый раз я была там 10 лет назад, когда отмечалось 70-летие Великой Победы. Нашла в списке погибших героев отца, поклонилась и

возложила цветы к братской могиле. Ко второй поездке готовилась несколько лет, но не получилось. В военкомате мне объяснили, что это небезопасно – на многострадальной курской земле снова идут бои. Украинские неонацисты не жалеют и мирных жителей. Боюсь, как бы не пострадали от их бомбежек могилы советских воинов».

По этой же причине не может съездить на родину, в Ивано-Франковскую область на Украине, другая жительница Екатеринбурга – **София Михайлов-**

**на Белозерова**. «Последний раз мы ездили туда с мужем в 2009 году, – рассказала она. – Почти 50 лет назад он проходил там воинскую службу, в увольнение пришел в наш клуб на танцы, так мы и познакомились. Демобилизовавшись, позвал меня с собой. Я стала уралочкой. Мы не раз ездили на Западную Украину. Мои родственники и все жители деревни всегда приветливо встречали нас, приглашали в гости. Не понимаю, что произошло с бывшей Украинской ССР, как к власти пришли

новые бандеровцы и националисты, как быстро забыли они обо всем, что сделал для них Советский Союз. Сердце подсказывает мне, что простые украинцы скоро одумаются и Украина снова станет прежней».

«Я родился на Дальнем Востоке, отслужил в морфлоте, а потом, женившись на уралочке, переехал в Нижний Тагил. Но часто ездили в гости к родственникам. Последний раз были там лет 7 лет назад» – поделился **Леонид Николаевич Тихомиров** из Нижнего Тагила.

## ТАКИЕ ЗНАКОМЫЕ ПРИШЕЛЬЦЫ...

## ЭТО ИНТЕРЕСНО

Садовый сезон набирает обороты. Но владельцам дачных участков хочется не только высадить рассаду, обиходить плодовые деревья и кустарники, но и больше узнать о тех культурах, которые растут на их сотках. Идем навстречу пожеланиям.



Ко многим овощам мы так привыкли, что считаем, будто они всегда росли на нашей земле. Однако это не так. Расскажем о двух из них, наиболее известных.

Так, картофель появился в Европе сравнительно недавно – в 1565 году. Его привезли из Южной Америки испанские моряки. В Россию он проник в конце XVII века. Предполагается, что Петр Первый лично отправил из Голландии мешок картофеля.

Русское название новый для нашей страны овощ получил от итальянского слова «тартуфолли» – трюфель. Клубни этого растения были похожи на хорошо известные итальянцам грибы. Однако первая попытка распространения этой культуры в России была неудачной: крестьяне использовали в пищу не клубни, а ядовитые семенные ягоды, что приводило к массовым отравлениям. Сейчас это кажется неправдоподобным, но в то время крестьяне насильно заставляли сажать картофель, который они называли «чертовым яблоком». В 30-40 годах XIX-го века из-за этого даже проходили «картофельные» бунты.

Не знали на Руси и цветную капусту. Ее родиной является остров Кипр, где ее впервые обнаружили древние римляне. Но через некоторое время она была благополучно забыта Европой и вновь появилась там лишь в XIV веке, но уже с востока. Новый овощ пришелся по вкусу, но европейцы долго не могли научиться получать ее семена, приходилось привозить их из Константинополя. Может быть, именно по этой причине она стоила очень дорого – мера цветной капусты равнялась трем мерам пшеницы.

Прошли столетия, и обладателями семян этой культуры стали страны, имевшие колонии с подходящими климатическими условиями. К примеру, голландцы покрыли сетью капустных огородов мыс Доброй Надежды, где получали семена и продавали их во всей Европе. И лишь в XIX веке после того, как французский садовод-любитель барон де Кальвар сумел получить в своем поместье европейские семена цветной капусты, она стала доступной для всех.

Теперь мы уже и не представляем наши сотки без грядок с цветной капустой!

## КОГДА ОТ ХРЕНА ХОЧЕТСЯ ИЗБАВИТЬСЯ

## БЫВАЕТ И ТАК

«Помогите избавиться от хрена. Так разросся, что «шагнул» даже в теплицу» – с такой просьбой обратилась садовод из Екатеринбурга Ольга Алексеевна.

Хрен – пряная приправа, соусы из которой идеально подходят к холодцу, пельменям, мясу, также его используют для засолки овощей. Но все хорошо в меру. Хрен способен разрастаться так, что порой угнетает соседей. Избавиться от него трудно – основной корень глубоко уходит в землю, а боковые побеги расползаются вокруг куста в радиусе до полуметра.

Но ограничивать хрен в его «аппетитах» надо. Можно уничтожить его с помощью соли и уксуса. Но тут – палка о двух концах. Соль и уксус в большой концентрации, убивая хрен, наносят непоправимый вред земле, на ней долго ничего не будет расти, а слабая их концентрация не уничтожит хрен.

Самый простой и экологичный способ вывести это растение – лишить его солнечного света. Но, чтобы избавиться от него таким способом, надо набраться терпения, так как на это уйдет 2-3 года.

Ранней весной, как только появились первые всходы, надо накрыть их черной пленкой и закрепить ее на поверхности, чтобы не сдуло ветром

и туда не проникал солнечный свет. В качестве укрывного материала можно использовать также старый линолеум, фанеру, шифер или другой материал, который плотно ляжет на землю и не пропустит свет.

Бывает, что не обойтись без гербицидов. Их применяют, когда на растениях будет хорошая зеленая масса. Для обработки используют препараты «Ураган», «Торнадо», «Раундап» и подобные. Инструкции по их применению указаны на упаковках. Но при опрыскивании мельчайшие водяные брызги зачастую попадают на соседние растения, и они тоже гибнут. Поэтому обработку лучше проводить вдвоем: один распыляет раствор гербицида, а помощник защищает высокую пленкой соседние растения.

Специалисты рекомендуют использовать в этих целях также аммиачную селитру. Большим ее количеством нужно плотно засыпать почву вокруг куста. На куст хрена потребуется не менее 1 кг селитры.

А что делать, если, как у нашей читательницы, хрен появился в теплице? На мой взгляд, должен помочь такой прием. Надо глубже разгрести землю вокруг ростка хрена и несколько раз пролить лунку кипятком. Одного раза будет недостаточно. Делать это надо как можно чаще, чтобы не дать возможность корню «прийти в себя».

## ВЫПУСКНОЙ ЭКЗАМЕН «УРАЛ» НЕ СДАЛ

## СПОРТ

Владимир Васильев  
Фото автора

**Команда остаётся в низшем классе на второй год**

Футболисты екатеринбургского «Урала» завершили сезон 2024–2025 годов на минорной ноте: они не смогли вернуться в высшую российскую лигу, проиграв в стыковых матчах команде «Ахмат» (Грозный).

«Урал» вылетел из элитного дивизиона, в котором выступал 11 лет подряд, в прошлом году. Произошло это также в стыковых матчах. Тогда в чемпионате екатеринбуржцы заняли 14-е место и должны были сыграть два поединка с тольяттинским «Акроном». Первая игра, прошедшая в Екатеринбурге, завершилась сенсационной победой тольяттинцев со счётом 2:0.

После этого тогдашний тренер «Урала» Виктор Гончаренко был отправлен в отставку, на ответный матч команду повёз один из его помощников Евгений Аверьянов. Во встрече, которая прошла в Жигулёвске, «Урал» одержал победу, но минимальную (2:1), чего было недостаточно. По сумме двух встреч место в сильнейшем дивизионе получил «Акрон».

## Сил не хватило

Вылетев из элиты, «Урал» сразу заявил о намерении вернуться туда уже через год. Но такую задачу поставили перед собой ещё несколько клубов, не-

давно игравших в премьер-лиге, – калининградская «Балтика», московское «Торпедо», «Сочи»... Так что борьба за путевки в сильнейший дивизион российского футбола была нешуточной.

Чтобы сразу выйти в премьер-лигу, надо было занять одно из двух первых мест. С этой задачей «Урал» явно не справлялся и большую часть сезона держался от дуэта лидеров на расстоянии 6-7 очков. Руководство клуба пыталось исправить ситуацию: дважды за сезон меняло тренеров, привлекало новых игроков – удалось, например, заключить контракт с бывшим вратарём московского «Спартака», чемпионом России 2017 года Александром Селиховым, но ситуация радикально не менялась. В результате «Урал» занял 4-е место. Итоговое отставание составило от чемпиона «Балтики» – 10 очков, от серебряного призёра «Торпедо» – 6 очков.

## Последний шанс

Место в четвёрке лучших оставляло команде шанс пробиться в премьер-лигу вторым способом – через стыковые матчи. Соперником екатеринбуржцев стал грозненский «Ахмат».

Первый матч состоялся в столице Урала в минувшую среду. Посмотреть его пришли 19 679 зрителей – это рекорд сезона. Игра выдалась «валидольной»: было много неоднозначных судейских решений, два отменённых гола и удаление одного из тренеров «Урала» – Олега Шатова...

После первой половины встречи екатеринбуржцы уступали 0:1, но во втором



тайме перевернули игру. Хорватский легионер Мартин Секулич забил два гола, и хозяева победили – 2:1. Сразу после финального свистка тренер «Ахмата» Сергей Ташуев узнал, что он уволен...

В ответной игре, которая прошла в последний день мая в Грозном, было не менее жарко. Первый тайм закончился без голов, а едва начался второй, «Ахмат» забил после довольно сомнительного пенальти.

– Мелкадзе (футболист «Ахмата», заработавший этот 11-метровый – прим. ред.) сам первым ударил нашего защитника локтем в лицо. Надо было ему фол давать, а не нам! – возмущался после игры президент «Урала» Григорий Иванов.

После забитого гола воодушевлённые грозненцы выдали свои лучшие полчаса за последнее время. С этим согласился и тренер уральцев Сергей Томаров: «Во втором тайме соперник давил, нагнетал, исполнил много стандартов».

Уральцам долго удавалось сдерживать соперника, и они почти дотянули до дополнительного времени, но когда пошла 93-я минута матча, «Ахмат» забил во второй раз. Вышедший на замену Даниил Зорин, получив передачу у линии штрафной, хлестко и точно пробил в касание с отскоком от газона в дальний угол...

В итоге – грустное дежавю: как и в прошлом году, «Урал» в стыковых матчах выиграл одну встречу со счётом 2:1, проиграл вторую 0:2 и не смог получить места в элитном дивизионе.

– Обидное поражение, – сказал после матча главный тренер «Урала» Сергей Томаров. – Три тайма из четырёх мы смотрелись хорошо: два тайма в Екатеринбурге, и здесь первый тайм. Но на концовку нас не хватило.

Григорий Иванов на следующий день после матча заявил, что тренерский штаб «Урала» вряд ли продолжит работу с командой в будущем.

# УСТАЛА ОТ АМПЛУА СКРОМНОЙ ДЕВОЧКИ...

## ОТКРОВЕННО

uznayvse.ru  
Фото: Яндекс Дзен

Евгению Симонову зрители полюбили как Машу из знаменитого фильма Леонида Быкова «В бой идут одни «старики», Принцессу из культовой картины Марка Захарова «Обыкновенное чудо», Катю из трагикомедии Георгия Данелии «Афоня».

В 1984 году она стала лауреатом Госпремии Советского Союза, в 1995-м – народной артисткой России. Среди множества ее наград – орден «За заслуги перед Отечеством». В начале июня актриса отмечает 70-летие.

... Женя родилась в 1955 году в семье ленинградцев Павла Симонова и Ольги Вяземской. Четырьмя годами ранее родился ее брат Юрий, известный писатель и телеведущий, автор программы «Умники и умницы», о котором мы уже рассказывали на страницах «Пенсионера».

Дедушка со стороны мамы Сергей Михайлович Вяземский был сыном сельского священника, а бабушка Зоя Дмитриевна Богданова – дочерью петербургского работника почтамта. Дедушкой Жени по отцу был арестованный в 1937 году комиссар, поляк по происхождению Станислав Венедиктович Станкевич. Советского офицера обвинили в работе на польскую разведку. Месяц спустя его расстреляли.

Его жену Марию Карловну Гейслер отправили с детьми в ссылку в Архангельскую область. Десять лет спустя они вернулись в Ленинград, но в собственную квартиру вход им был заказан. Марию с детьми пустил в свое жилище одинокий сосед Василий Львович Симонов, скульптор, перебравшийся жить в мастерскую.

Павел, отец будущей звезды киноэкрана, очень привязался к «дяде Васе»: тот воспитывал его, как родного, а когда в 1947 году начались гонения на детей «врагов народа», дал юноше свои фамилию и отчество. Благодаря смене фамилии Павел Симонов поступил в военномедицинскую академию, познакомился с Ольгой Вяземской, создал с ней семью, защитил кандидатскую диссертацию.

Со старшим братом Юрой Жене было интересно с раннего детства. Другие отношения у девочки были с папой, ушедшим в науку с головой. Когда маму, преподававшую английский в институте,



отправили на четыре месяца переводчиком на выставку в Америке, отец предпочел отправить дочку в лесной санаторий, чем заплетать ей ежедневно косички и отвечать на бесконечные вопросы, хотя клятвенно обещал жене этого не делать. Больше всего на свете его интересовала работа в институте высшей нервной деятельности.

Когда Симонова училась в 10-м классе, ее папу, автора научных публикаций о психологии, Олег Ефремов пригласил в Школу-студию МХАТ. Павел Васильевич читал курс лекций, а дома увлеченно рассказывал о работе с будущими актерами. Женя, загоревшись идеей поступить в театральную вуз, попросила отца показать ее кому-нибудь из педагогов на вступительных испытаниях. Она дошла до 3-го тура, но услышала от одного из членов комиссии, что даже из уважения к отцу из нее не смогут сделать актрису.

Но Симонова уже не могла отказаться от мечты. Студенткой она стала в театральном училище им. Щукина. Но ее едва не выгнали после первого семестра: из-за стеснительности она не могла показать даже элементарный этюд. Внимание педагогов помогло Жене преодолеть комплексы.

Свою дебютную роль, летчицу Машу Попову из знаменитого фильма о Великой Отечественной войне «В бой идут одни «старики», Евгения запомнила на всю жизнь. Она училась на 1-м курсе, когда Леонид Быков пригласил ее в картину. Работа проходила в такой теплой атмосфере, что девушка думала: в кино только так и бывает. Лишь позже Симонова поняла, что дело было в личности режиссера, его профессиональной одаренности. После выхода картины на экраны Евгению стали приглашать другие именитые режиссеры. У Георгия Данелия в «Афоне» она сыграла наи-

вную медсестру Катю. После дилогии Вениамина Дормана «Пропавшая экспедиция», где Симонова воплотила образ Таси Смелковой, актрисе стали писать письма со всех уголков Советского Союза. Ее героини, лиричные и скромные, принесли ей славу и любовь зрителей.

Для Симоновой такое амплуа вскоре стало в тягость, она пыталась расширить рамки своих возможностей. В вузе для этого она выбрала мрачный рассказ Всеволода Гаршина и старательно изображала на сцене падшую женщину. Закончилось тем, что Борис Захава, директор «Щуки», сидевший в зале, распорядился дать занавес, поскольку манеры и жесты Симоновой были скорее комичными, чем трагичными. Проститутки на сцене из юной Евгении не получилось.

Зато навсегда запомнилась поклонникам ее необычная Принцесса из сказки Марка Захарова «Обыкновенное чудо», где был подобран блистательный актерский состав: Олег Янковский, Ирина Купченко, Юрий Соломин, Екатерина Васильева, Евгений Леонов... Общение с мэтрами кинематографа для юной Симоновой стало огромным подспорьем в понимании актерской профессии. Поддерживал ее на площадке и Александр Абдулов, сыгравший прекрасного юношу-Медведя, которого должна была поцеловать Принцесса.

Выйти за рамки амплуа «хорошей девочки» актрисе помогли съемки в драме Павла Любимова «Школьный вальс», где она сыграла предательницу Дину Соловьеву. Советская цензура едва не положила фильм на полку, поскольку посчитала, что не могут комсомольцы малодушничать. Вмешался ЦК ВЛКСМ, прокат картины состоялся, вызвав сильный резонанс в обществе.

Длительное время актриса не снималась, сосредоточившись на театре. В 1976 году Симонову пригласил в театр имени Владимира Маяковского режиссер Андрей Гончаров, запомнивший ее по «Афоне». Евгения дебютировала в постановке по пьесе Эдварда Олби «Три высокие женщины» и признавалась, что образ героини скопировала со своей бабушки Марии Карловны.

На большом экране она вновь появилась уже в новом тысячелетии. За роль Софьи Александровны в военной драме Андрея Эшпа «Дети Арбата» актриса получила премию «Золотой орел». В некоторых картинах актриса выходила на съемочную

площадку вместе со своими дочерьми Зоей Кайдановской и Марией Эшпай.

Запомнилась актриса и в сериале Сергея Ашкенази «Дело гастронома №1», где сыграла первую жену главного героя. А в детективе Александра Войтинского «Метод -2» она перевоплотилась в учительницу-маньячку.

Что касается личной жизни, то Симонова официально замужем побывала трижды. На съемках дилогии «Пропавшая экспедиция» девушка встретила харизматичного Александра Кайдановского. Вспыхнула любовь, пара отправилась в загс. В ноябре 1976 года в актерской семье появилась дочь Зоя. Девочке не было и года, когда она с мамой отправилась в Таллин, где проходили съемки фантастической драмы Андрея Тарковского «Сталкер». Отец играл главную роль, картину снимали долго, Евгения решила воссоединить семью и приехала с дочкой в квартиру, которую снимали Кайдановскому. Однако справиться в семейной жизни с Кайдановским Евгения не смогла – слишком тяжелый характер был у этого человека, они постоянно ругались. Через четыре года брака они развелись. Сейчас Зоя – актриса того же театра, где служит ее мама, – создала семью с актером Алексеем Захаровым, родила сына Алешу и дочерей Варю и Соноу.

Снимаясь в фильме Ильи Фрэза «Карантин», Симонова познакомилась с актером Дмитрием Полонским. Быстротечный роман привел их к дверям загса, но семейная жизнь не получилась. Прожив вместе год, пара развелась.

Актриса решила, что с нее достаточно семейных экспериментов. Но однажды за Игорем Костолевым после спектакля заехал товарищ, предложили подвезти и Симонову. Водитель, которым оказался режиссер Андрей Эшпай, постоянно посматривал на новую знакомую. В тот вечер они разъехались по своим делам, а встретились снова лишь через два года на съемках... Когда их общей дочке Маше исполнилось два месяца, официально расписались. Мария Эшпай – выпускница московской консерватории, известная в Дании пианистка.

Симонова востребована и сейчас. Она снялась в триллере Владлены Санду «Идентификация», который в 2020 году был представлен на кинофестивале в Берлине. После этого были роли и в других отечественных сериалах, театральных постановках.

## ЧТОБЫ ПОБЕДИТЬ ГРИБОК, НЕОБХОДИМО ДЕЙСТВОВАТЬ ИЗНУТРИ! ВАШИ НОГТИ И КОЖА МОГУТ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ И КРАСИВЫМИ

У людей часто возникает много вопросов касательно грибка. Сегодня мы решили коротко ответить на самые популярные из них.

**«Почему я мажусь кремами и мазями, а грибок не проходит полностью?»**

Потому что грибок живет не только на поверхности кожи и ногтей, но и глубоко в тканях. Туда действующие вещества наружных

средств, как правило, не достают. В первую очередь, необходимо воздействовать на грибок изнутри. Тогда может быть результат.

**«Можно ли игнорировать грибок?»**

Нет. Грибок будет прогрессировать. Кроме того, вы можете заразить близких, ведь грибок легко передается.

**«Что делать при заражении грибком?»**

Рекомендуем обратиться внимание на на-

туральные средства. Есть растения, которые могут помочь при заражении грибком, так как содержат полезные для организма компоненты. В особенности хочется отметить сок алтайского алоэ. Благодаря тому, что это растение растет в уникальной экологической зоне, оно содержит огромное количество полезных веществ. Также можно использовать корди-

цепс, экстракт дерева ним, душицу и «кошачий коготь». Они обладают противогрибковым эффектом и способствуют повышению защитных сил организма. Все эти средства содержатся в сиропе «Грибокоткс с алтайским соком алоэ».

**«Можно ли победить грибок?»**

Можно, если использовать правильный подход борьбы с ним – воздействуя из-

нутри. В этом случае эффект наступает быстрее, и инфекция полностью выводится из организма. Ногти снова становятся цельными, блестящими, с нормальным цветом. На коже проходят трещины и борозды, она перестает шелушиться, зудеть, исчезает неприятный запах. Кроме того, укрепляется иммунная система, что помогает избежать повторного заражения.



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



Для этого сделайте 3 простых шага:

1. ПОЗВОНИТЕ по телефону:  
**8-800-302-30-30**  
(звонки бесплатные)
2. НАЗОВИТЕ промокод акции **6340**
3. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «ГРИБКОТКС»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!  
КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует до 9 июля 2025 г.

Доставка за счет производителя!

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции до 9 июля 2025 г. \*Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

## С днём рождения!

Поздравляем с днем рождения!  
Пусть будет жизнь полна веселья,  
Не будет грусти и хлопот,  
А только счастье круглый год!

**95 ЛЕТ**

**Зинаида Ефимовна СИЛКИНА,**  
Березовский

**85 ЛЕТ**

**Светлана Васильевна ПОЛТОРАК,**  
Екатеринбург

**65 ЛЕТ**

**Тамара Михайловна ПРЯНИЧНИКОВА,**  
Ирбитский район

**ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ**

**Татьяна Васильевна БОГДАНОВА,**  
Екатеринбург

**Роза Имамхаметовна ГАРЕЕВА,**  
Екатеринбург

**Валентина Ивановна ДРУЖИНИНА,**  
Алапаевский район

**Зинаида Николаевна КАПУСТИНА,**  
Дегтярск

**Валентина Тихоновна КОТОВА,**  
Екатеринбург

**Александра Филипповна КУРАНДИНА,**  
Верхотурский район

**Галина Алексеевна МАХОВА,**  
Березовский

**Зинаида Васильевна МЕРЗЛЯКОВА,**  
Красноуфимск

**Поздравляю с днем рождения**  
**Розу Федоровну БАКУЛИНУ**  
из Кировграда

Желаю много-много счастья,  
Побольше мира, доброты,  
Пусть обходят все ненастья  
И пусть сбываются мечты.

**Раида Ивановна,**  
Невьянск

**Поздравлю с 60-летием**  
**Александра Геннадьевича**  
**СЕРГЕЕВА, с днем рождения –**  
**Виктора Ивановича КИШКО,**  
**Надежду Александровну ИВАНОВУ**

В семье пусть любят, берегут,  
Доходы пусть всегда растут.  
И всем невздадам вопреки  
В душе сияют огоньки!

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

## СМЕЙТЕСЬ ЧАЩЕ!

Человек начинает смеяться уже в возрасте 3–5 месяцев. Ученые подтвердили, что людям не напрасно дано такое умение. Приведем несколько причин, чтобы смеяться чаще.

### 1. Укрепление общественных связей

Смех играет важную роль в социализации. Он сигнализирует о готовности к общению и подтверждает заинтересованность в установлении контакта. В ходе одного исследования ученые наблюдали за реакцией 2-4-летних детей, которым показывали мультфильмы. Оказалось, что дети смеялись в 8 раз чаще, если смотрели мультфильм вместе с другим ребенком.

### 2. Выстраивание романтических отношений

Смех способствует сближению людей. В психологии он входит в тройку главных сигналов симпатии наряду с зрительным контактом и прикосновениями. Улыбка и смех во время общения позволяют партнерам чувствовать себя более комфортно и повышают уровень доверия.

### 3. Поддержание здоровья

Человек – единственный примат, смеющийся на выдохе, что положительно сказывается на работе организма. Во время смеха увеличивается потребление кислорода, что способствует улучшению работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Кроме того, смех ускоряет обмен веществ, так как способствует выбросу нейропептидов.

### 4. Снижение стресса

Смех запускает выработку эндорфинов – «гормонов счастья». В этот момент расширяются кровеносные сосуды, что способствует расслаблению организма. Это естественный способ борьбы со стрессом, который помогает человеку успокоиться и почувствовать себя лучше.

gismeteo.ru



## Клуб одиноких сердец



● Женщина, 66/164/80, без в/п, ж/о, живу в области. Познакомлюсь с мужчиной, без в/п, ж/о, 60-68 лет, с а/м. Тел.: 8-922-130-70-42

● Приглашаю неработающих пенсионеров провести лето в деревне. Тел.: 8-952-136-85-67

## Клиника микрохирургии глаза доктора Игнатьева



Здоровый глаз

Катаракта

**КАТАРАКТА** – прогрессирующее патологическое состояние, связанное с помутнением хрусталика глаза. Единственный эффективный метод лечения – замена помутневшего хрусталика на искусственный.

**ОПЕРАЦИЯ ЗА 15 МИНУТ.** Безболезненно и без госпитализации!

**ОПЫТНЫЕ ХИРУРГИ** регулярно проходят стажировки в лучших зарубежных клиниках.

**МЫ ГАРАНТИРУЕМ** технологичные методы диагностики и лечения вашего зрения. Работаем на современном импортном оборудовании.

**Находимся в центре Екатеринбурга**  
на ул. Ст. Разина, 2 (район Цирка)  
+7 (343) 227-12-34

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

**УСПЕВАЙТЕ! АКЦИЯ!**  
только до 31 июля 2025 г.!  
**СКИДКА 20%**  
на хирургию катаракты!  
**ВСЕГО ЗА 21 000 р**  
(включая операцию и сам хрусталик)  
Комплексная диагностика зрения (по направлению или с подтвержденным диагнозом) и прием врача-офтальмолога **БЕСПЛАТНО**

Реклама. Медлицензия №Л041-01021-66/00358956

## МАГНИТНЫЕ БУРИ В МАЕ

Июнь, как и май, будет беспокойным. Наиболее благоприятные дни месяца – **1-4, 8-9, 30 июня**. А наиболее напряженные периоды придутся на **13-14, 25-26 числа** месяца. В эти дни вероятны сильные и средние магнитные бури. В остальные дни июня солнечное воздействие будет ощутимым, возможны слабые магнитные бури.

Старайтесь не переутомляться, проводите не менее часа в день на свежем воздухе. Употребляйте легкую пищу, ограничьте курение, прием спиртных напитков. Хорошо высыпайтесь, делайте легкую утреннюю гимнастику. Людям с хроническими болезнями следует строго выполнять предписания лечащего врача.

Важно сохранять спокойствие, не преувеличивать влияние магнитной бури на организм

## ОБЪЯВЛЕНИЯ

### Все объявления – на сайте [газетапенсионер.рф](http://газетапенсионер.рф)

● **РЕМОНТ ПОЛОВ. УДАЛЕНИЕ СКРИПОВ. 8-902-871-67-50**

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

● Строительная бригада. Все виды строительных и ремонтных работ. Пенсионерам скидка 25%. Тел. 8962-388-58-00, Олег Сергеевич

● Продам садовый участок, 5 соток, в п. Широкая Речка, Екатеринбург. Земля плодородная, грядки. Есть 2-этаж. дом, 65 м<sup>2</sup>, теплица, баня, гараж, хоз. постройки, скважина. Городская прописка. Фото на Авито, Циан. Тел.: 8-952-137-12-58

● Продается 1/2 дома в п. Ертарский, Тугулымский р-н. Тел.: 8-952-145-73-04

● Продаю скатерть, в упаковке, лен, Белоруссия, 2,6x1,5; наборы чайный и ко-

фейный, подарочные; сахарницы, чайник, тарелки, чайные пары, бокалы; слипоны красные, легкие, мягкие, р-р 40, текстиль, белая танкетка. Все новое, недорого. Тел.: 8-912-251-74-95

● Продаю блоки из нержавеющей стали, 1-1,5 мм, р-р 51x40x80 см. Тел.: 8-908-912-32-75

● Продам швейную машину, детали для ремонта швейных машин, отрезки тканей, уют, матрас, одеяло ватное; цветы комнатные; книги лечебные, по православии, словари – все для школьника; все для садовода; рюкзак, мебель, редкую посуду. Тел.: 8-982-622-68-04

● Продам доску обрезную, длина – 3 м, толщина – 50 мм. 1 куб – 15 т. р. Тел.: 8-950-204-45-92

● Пенсионер из Н. Тагила приглашает в сад помощницу, 60-65 лет. Тел.: 8-950-653-27-69

● Сдам одинокой женщине комнату, 11 м<sup>2</sup>, в Екатеринбурге, Юго-Западный район, в 3-комн. квартире, после ремонта, с мебелью. Звонить после 11 ч. Тел.: 8-902-876-73-05

● Продается сад в п. Малышева, дом с верандой, беседка в лесу. 3 теплицы, баня, питьевая скважина, сортовые насаждения и печное отопление. Тел.: 8-953-007-16-92

● Продам подольскую ручную швейную машинку. Тел.: 8-343-212-04-85

Только для пенсионеров

## Пенсионер Купон

на одно бесплатное объявление

Заполняйте разборчиво и печатными буквами

Текст объявления: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Телефон или адрес: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

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

Фамилия \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

ПЕРВЫЙ 1

05.15, 06.10 Х/Ф «ЕСЛИ МОЖЕШЬ, ПРОСТИ...» 12+
06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.55 Х/Ф «ДОРОГОЙ МОЙ ЧЕЛОВЕК» 0+

РОССИЯ 1

04.20 Х/Ф «ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ» 12+
06.00 Х/Ф «ПОДРУГИ» 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+

НТВ

05.00 Х/Ф «ИМПЕРАТРИЦЫ» 12+
07.00, 08.20, 10.20, 16.20 Т/С «ДЕЛЬФИН» 16+

СУББОТА, 14 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 Х/Ф «ЖЕНИТЬБА» 12+
08.00 Х/Ф «ВАМ И НЕ СНИЛОСЬ...» 12+

РОССИЯ 1

06.10 Х/Ф «ОПЕРАЦИЯ «Ы» 6+
08.00 ВЕСТИ
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+

НТВ

06.20 Х/Ф «ИДИ МЕНЯ» 12+
07.20 СМОТР 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ! 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
09.00, 11.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 15.00, 22.30, 01.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.00 М/Ф «СКАЗКА О МЕРТВОЙ ЦАРЕВНЕ И О СЕМИ БОГАТЫРЯХ»

Домашний

06.30 Х/Ф «ЖЕНЩИНЫ» 16+
08.05 Х/Ф «МОЛОДАЯ ЖЕНА» 16+
10.05 Х/Ф «НИКОМУ НЕ РАССКАЖЕМ» 16+

ТНТ

07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 22.30, 03.00, 03.50, 04.35, 05.25, 06.15 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

05.40 Х/Ф «ДЕМИДОВЫ» 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.15 Х/Ф «ТРИ ПЛЮС ДВА» 0+
07.55 Х/Ф «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ» 12+

СПАС

06.05 Х/Ф «СКАЗАНИЕ О ЗЕМЛЕ СИБИРСКОЙ» 6+
08.10 Д/Ф «РОМАНОВЫ. ЦАРСКОЕ ДЕЛО» 0+

5 канал

06.45 Х/Ф «АФОНЯ» 12+
08.30 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ! 12+

ТНВ

06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
07.00, 19.10, 22.15 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 18.20, 23.10 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+

ОТВ

06.00, 06.30, 13.00, 13.30, 18.00, 18.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+

СТС

06.00, 04.55 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
07.00 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+

ТВЗ

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00, 08.40, 09.00, 09.30 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУЛПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС 16+
09.00, 11.00, 14.55 НОВОСТИ
09.05, 15.55, 22.30, 01.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.00 М/Ф «ДОКТОР АЙБОЛИТ» 16+

Домашний

06.30, 05.45 Х/Ф «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЖИЗНЬ» 16+
09.40 ЕШЬ. ГОТОВЬ. ХУДЕЙ! 16+

ТНТ

07.00, 08.00, 09.30, 10.30, 02.30, 03.15, 04.05, 04.55, 05.45, 06.15 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

05.25 Х/Ф «КОГДА Я СТАНУ ВЕЛИКАНОМ» 12+
07.05 Х/Ф «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ» 12+

ТВ Центр

06.15 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ 6+
06.40 Х/Ф «ПРИЕЗЖАЯ» 12+

СПАС

05.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
06.00 Х/Ф «ВЕСНА» 0+

5 канал

05.00, 06.30, 09.30 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5» 16+

ТНВ

06.00, 05.05 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
06.30, 17.45 TATARSTAN TODAY. ОТКРЫТЫЙ МИРУ 16+

ОТВ

05.00, 05.30, 08.30, 09.00, 09.30, 18.00, 03.00, 03.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+

СТС

06.00, 04.55 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
06.20 М/Ф «ОТ ВИНТА» 12+

ТВЗ

06.00 М/Ф «СТРАЖИ ТЕРРАКОТЫ» 12+
08.00 ВКУСНО 16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ 16+



# ИЗ ВОЛЬЕРА – НА ВОЛЮ!

## ОХРАНА ПРИРОДЫ

Елена Зинковская  
Фото автора

**В центре мониторинга и реабилитации хищных птиц «Холзан» готовят к вольной жизни птенцов западно-сибирского филина, занесенного в Красную книгу.**

### Дом для пернатых

Уникальный питомник «Холзан» был основан в 2003 году. Сегодня он занимает 2,5 гектара в живописном сосновом бору в Сысертском районе и является одним из крупнейших центров в России по содержанию, реабилитации и разведению редких и исчезающих хищных птиц.

У каждого пациента, который оказывается в центре, – своя непростая история. Одни птицы страдают от выстрелов браконьеров, другие сбиты автомобилем или получили травмы, ударившись об окно дома или о провода линий электропередач. География прибытия сюда питомцев очень широка: птиц привозят со всех уголков России.

Сейчас в «Холзане» – около 300 пернатых обитателей. Здесь можно увидеть орлов, соколов, ястребов, грифов и многих других птиц. Среди них есть немало представителей Красной книги, например, очень редкий подвид филина – западно-сибирский. Он обитает в лесах от Урала до Енисея и предгорий Алтая. Наиболее характерные черты этой птицы – массивное «бочкообразное» телосложение, ярко-оранжевые глаза и пучки удлинённых перьев над ними, так называемые «перьевые уши». Отличить западно-сибирского филина от других видов можно по красивому осветленному оперению на спине. Этот хищник относится к семейству совиных, по сути, это – самая большая сова. Размах крыльев у западно-сибирского филина составляет 1,5-2 метра, длина когтей – 3,5-4 см. Самки, а они крупнее самцов, могут достигать роста 75 см и веса свыше 4,2 кг.

К сожалению, встретить их в дикой природе становится всё сложнее. Например, на территории Свердловской области насчитывается не более 20 пар филинов. Поэтому министерство природных ресурсов и экологии Свердловской области с помощью госпрограммы решило поддержать питомник «Холзан», чтобы пополнить численность этих птиц. «Если опыт окажется успешным, то в дальнейшем мы продолжим этим заниматься», – рассказал министр природных ресурсов и экологии Свердловской области Денис Мамонтов. – Ведь сохранение биологического разнообразия, защита и восстановление численности животных на территории региона являются ключевыми задачами нацпроекта «Экологическое благополучие». Это важно для наших потомков».

### Краснокнижные пациенты

А о тонкостях выращивания маленьких филинят и подготовке их к жизни на воле рассказала специалист питомника «Холзан» Анастасия Ширшова:

– С 2016 года у нас размножается пара

филинов-инвалидов. Самочку к нам принесли в 2009 году с огнестрельным ранением крыла. При осмотре ветеринары решили ей крыло отрезать, потому что рана была уже гниющая. Через некоторое время в питомник доставили самца. На автомобильной трассе Екатеринбург-Челябинск он получил серьезную черепно-мозговую травму, в результате которой ему удалили часть костей черепа. В дикой природе эти птицы не выжили бы, а у нас эта пара заводит детей!

Сначала мы наращивали «невольную популяцию»: всех филинят, которые появлялись в питомнике, мы также объединяли в пары. Их кладку помещали в инкубатор, где выращивали птенцов. Это помогло получать больше птенцов, чем в природе. За год одна пара производит на свет не одного птенца, а пять-шесть. Но тогда нам было не так важно, насколько они привыкают к человеку, так как мы передавали филинят в зоопарки или другие питомники. В этом году мы получили одобрение и финансовую помощь на выпуск птенцов филина в природный парк «Бажовские места». Теперь стараемся, чтобы они росли максимально отстраненно от человека.

### Под присмотром старшей сестры

Сейчас питомник готовит к жизни на воле трех птенцов.

– Наш старший филинёнок весит примерно 1,2 килограмма и ещё даже не успел толком опериться. Его высидели приемные родители – молодая пара филинов, которые снесли яйца, но птенцов у них еще не было. Во время недавних заморозков они не стали обогревать птенца, малыш начал мерзнуть. Чтобы он не погиб, мы решились на кардинальный шаг – поместили птенца в переносной вольер, – продолжает А. Ширшова. – Еще двум филинятам сейчас чуть больше двух недель. Они подрастают под крылом у родителей, которые трепетно за ними ухаживают. Эти маленькие пушистые комочки уже питаются самостоятельно, отращивают перышки и время от времени грозно машут крыльями.

В конце июня птенцы смогут самостоятельно делать небольшие перелеты. И тогда мы перевезем их в специально оборудованный вольер на территории парка «Бажовские места». Для птиц подготовим домики из железной сетки и сосновых досок в форме шалаша. Первую неделю они будут закрыты, чтобы молодые филины привыкли к новому месту обитания и осмотрелись.

Наша задача – сделать так, чтобы птицы были полностью готовы жить без помощи человека. Поначалу мы будем хорошо кормить птенцов, чтобы они росли большими и сильными. Их рацион



максимально приблизим к тому, что они могут найти в природе – мыши, крысы, хомяки, курицы, перепелки. Все-таки филины – хищные птицы. Постепенно количество корма будем снижать. Привыкать к самостоятельности филинятам поможет их старшая сестра по кличке Филя – взрослая самка, которая вместо родителей станет их наставницей и нянькой. Она будет учить птенцов общаться на своем языке, ориентироваться в пространстве, развивать охотничий инстинкт и разрывать добычу после поимки.

В природе филины покидают родительскую территорию к сентябрю. В это время нянька вернется к нам питомник, а окрепшие птицы будут выпущены из вольера и полетят осваивать новую территорию, пополняя ряды диких животных Среднего Урала. Конечно, мы будем наблюдать за ними: как там наши маленькие «дети»? Их местоположение помогут отследить фотоловушки и специальные несъемные кольца, снабженные маячками GPS. Их филинам наденут перед выпуском в лес.

### Приезжайте на экскурсии

Учёные давно доказали, что общение с животными снижает тревогу, делает нас более спокойными и расслабленными и даже помогает укрепить иммунитет. А ещё приносит массу удовольствия и приятных эмоций.

Тем, кто хочет поднять себе настроение, классно провести время с семьёй и детьми, советуем обязательно побывать в питомнике «Холзан». Его сотрудники проведут интересные и познавательные экскурсии, расскажут о повадках и образе жизни хищных птиц. Например, суждение о том, что совы спят днем, не соответствует действительности. Совы охотятся в сумерках, а отдыхать они могут и ночью, и днем, – когда есть возможность вздремнуть, ее используют. Здесь вы сможете наблюдать полеты сокола, сфотографироваться с птицей на руке, покормить дальневосточных оленей, горных винторогих козлов – мархуров, и пушистых кроликов.

Центр реабилитации хищных птиц «Холзан» расположен в Сысертском районе в посёлке Кашино на территории базы «СОВА».

### КОНТАКТЫ

Узнать больше о работе центра и его обитателях можно на сайте: [holzan.ru](http://holzan.ru).

Запись на экскурсию – по телефону: 8 (34374) 6-32-29.



В руках у Анастасии Ширшовой птенец филина

## «КУРИТЬ – ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ!» – НЕ ЛОЗУНГ, А КОНСТАТАЦИЯ ФАКТА

### СПЕЦИАЛИСТЫ ПРЕДОСТЕРЕГАЮТ

Марина Старостина

**Курение – наиболее распространенная вредная привычка, которая является причиной множества болезней. Она ежегодно уносит сотни тысяч жизней: около 40% смертей мужчин от болезней сердца связаны с курением.**

Табак является мощнейшим канцерогеном для человеческого организма. Большинство видов рака легких, гортани, глотки, полости рта, пищевода и поджелудочной железы вызваны курением. О вреде курения мы говорим с терапевтом центра спортивной медицины городской поликлиники №13 Екатеринбург Натальей Артюгиной.

- Несмотря на осведомленность общества о здоровом образе жизни,

многие продолжают курить, особенно среди старшего поколения, – отмечает врач. – Курение связано с высоким риском развития раковых заболеваний легких и горла, а также негативно влияет на окружающих. Исследования показывают, что и дорогие, и дешевые сигареты одинаково вредны, поскольку содержат токсичные смолы. Фильтры лишь незначительно уменьшают количество вредных веществ, поступающих в организм. Электронные сигареты и другие альтернативы обычному курению также являются опасными.

Помимо непосредственного вреда самим курильщикам, существует серьезная проблема пассивного курения. Люди, находящиеся рядом с курящими, вынуждены дышать табачным дымом, содержащим опасные химические соединения. Спустя полчаса нахождения в прокуренном помещении в организм некурящего попадают такие

же количества токсинов, как при выкуривании нескольких сигарет.

Курение способствует развитию атеросклероза, гипертонии, является фактором риска инфаркта миокарда. Сигаретный дым вызывает спазм сосудов, увеличивает число сердечбиений. Инфаркт миокарда у курящих людей встречается в 3 раза чаще, чем у некурящих.

Кроме того, пагубная привычка служит причиной развития хронического «бронхита курильщика», который сопровождается постоянным кашлем и одышкой. В результате повреждения значительной части легочной ткани развиваются эмфизема легких, пневмосклероз. Особенно опасно курение для женского организма. Также установлено, что никотин возбуждает нервные клетки, способствует учащению дыхания и сердечбиению, нарушению ритма сердечных сокращений. Расстройство нервной си-

стемы проявляется снижением трудоспособности, дрожанием рук, ослаблением памяти. У курильщика «со стажем» постепенно расшатывается нервная система, появляются раздражительность, обидчивость, несдержанность.

Отказ от курения требует силы воли. Человек принимает решение прекратить курение сразу и окончательно. Этот метод подходит тем, кто лишь недавно приобрел опасную для здоровья привычку. Для людей с многолетним опытом курения предпочтителен второй метод – постепенное снижение количества выкуриваемых сигарет вплоть до полного прекращения курения. Возможны и различные методы помощи в отказе от курения – психотерапия и иглотерапия, однако основной акцент делается на личной мотивации и силе воли. Уберечь себя и близких от негативных последствий курения – значит, сделать первый шаг навстречу здоровой жизни.

## ПЛЕСЕНЬ НА ПРОДУКТАХ: СОМНИТЕЛЬНАЯ ИЛИ ОПАСНАЯ?

### К СВЕДЕНИЮ

www.kiz.ru

**Чаще всего мы замечаем плесень на просроченном хлебе и выбрасываем выпечку. Но что делать, если плесневая оболочка покрыла сыр, колбасу или овощи? Опасна ли она? Или можно срезать неприглядную часть и съесть подпорченный продукт?**

Как известно, бактерии и вирусы не видны невооруженным глазом. С плесенью дело обстоит иначе: мы ее видим, но наблюдаем лишь поверхность грибка, небольшую часть целого организма, проросшего внутрь продукта.

Существуют две опасности плесени для человека. О первой следует помнить тем, кто страдает астмой и аллергией. Главное – не допускать попадания плесени в дыхательные пути; избежать этого можно, поддерживая чистоту и регулярно проветривая жилые помещения. Вторая опасность может угрожать любому человеку, употребившему зараженный плесенью продукт, ведь разные типы плесени производят вызывающие отравление микотоксины. Они поселяются на сельскохозяйственных культурах: крупах, орехах, фруктах и овощах.

Все знают о необходимости хранить в холодильнике сырые продукты – мясо,

рыбу, молоко, овощи, фрукты. Однако даже холодильник не способен спасти от некоторых видов плесени, хотя большинство из них предпочитают тепло и сырость. К тому же плесень обожает сахар. Поэтому ее нередко можно обнаружить на колбасе, сыре, варенье, которые хранятся в холодильнике.

Чтобы плесень не перекечивалась на хранящиеся в холодильнике продукты, необходимо регулярно его мыть и проветривать, особенно это касается углов и закрытых складок. Тщательно мойте содовым раствором полки холодильника и его стенки, а губки, которыми вы удалили грибки плесени, лучше выбросить: не стоит рисковать ими для повторного использования. Проводите такую уборку раз в пару месяцев, уделяя особое внимание резиновым прокладкам, внутри которых любит обосновываться плесень. Вовремя избавляйтесь от щеток, полотенец и мочалок, имеющих неприятный запах – это плесень, которая легко может перебраться на посуду и другие поверхности. Хорошо проветривайте кухню и не допускайте, чтобы влажность в ней превышала 40%.

Продукты следует грамотно упаковывать: если вы нарезали фрукты или овощи, но не съели их, либо ненадолго закройте их в пластиковом контейнере, либо заверните в пленку. Таким же образом можно недолго хранить свежую курицу, рыбу, мясо. Однако буженина,

рулет, ветчина, колбаса быстро способны покрываться плесенью. Обычно она прорастает только на поверхности продукта, ее можно обрезать, а затем употребить продукцию в пищу. Но рисковать не стоит: после удаления плесени с поверхности лучше пустить колбасные изделия на приготовление блюд с термообработкой – солянки, пиццы, рагу. Высокие температуры уничтожат практически все виды плесени.

Если небольшой уголок плесени образовался на твердом овоще или фрукте – моркови, капусте, его тоже можно обрезать, но захватите и соседние с плесневелым здоровые участки. Обрезать можно и плесень на твердых сортах сыра, если она образовалась по краям, но затем необходимо упаковать сыр в другую обертку.

С творога и мягких сортов сыра, сметаны, йогурта, варенья удалять плесень ни в коем случае нельзя. Эти продукты, как бы ни было жалко, нужно выбросить, поскольку большое количество жидкости в этих продуктах позволяет плесени быстро разойтись по всему периметру. По той же причине необходимо выбрасывать и сочные, мягкие овощи – помидоры, огурцы, и фрукты, если вы почувствовали запах плесени и увидели ее на поверхности. Еще один вид плесневелого продукта, подлежащий полной ликвидации – мучные изделия и

хлеб. В этих пористых изделиях плесень прорастает очень быстро.

Плесень может возникать даже на шоколаде: многие наверняка наблюдали, как его поверхность покрывается тонким белесым налетом. Однако он не опасен.

Самым опасным вариантом плесени являются споры, содержащие ботулотоксин и вызывающие ботулизм с тяжелым поражением нервной системы. Они обычно возникают при нарушении процесса консервации продуктов. Обнаружив плесень в консервах, от них следует сразу избавиться.

Потребители должны помнить о симптомах острого отравления при употреблении продуктов сомнительного качества, когда необходимо срочно вызвать «скорую помощь». Эти симптомы проявят себя в течение 30 минут после того, как была принята пища, пораженная плесенью: боль в животе, тошнота, диарея, головокружение, слабость и заторможенность, лихорадка. Интоксикация нервной системы – судороги, проблемы с координацией – тоже возможна.

Пока ожидаете медицинскую бригаду, можно помочь пациенту домашними средствами: дать несколько таблеток активированного угля – одна таблетка на 10 кг веса человека, постоянно давать пить чистую воду. Но самый действенный способ уберечь себя – не употреблять продукты с признаками плесени.

## ПЯТЬ МИНУТ СПАСАЮТ СПИНУ

### ФИЗКУЛЬТ-УРА!

**По данным Минздрава России, большинство работников жалуются на боли в спине и шее уже после 30 лет. Когда человек двигается меньше, чем задумано природой, страдает весь организм.**

«Мышцы слабеют, перестают поддерживать позвоночник, из-за чего возникают боли, сдавливаются сосуды

и нервы, нарушается работа внутренних органов. Снижается тонус сосудов, ухудшается кровоток, могут возникать такие заболевания, как остеохондроз, варикоз, геморрой, ожирение, патологии кишечника и легких», – объясняет врач-физиотерапевт Свердловской областной больницы №2 Оксана Лукашева.

Малоподвижный образ жизни – не просто привычка, а реальная угроза здоровью. Но даже короткая гимнастика способна предотвратить серьезные

проблемы. «Даже простые упражнения могут дать эффект – вращения головой, движения плечами, наклоны, повороты туловища, легкая ходьба на месте, упражнения для глаз и кистей рук. Главное – делать их регулярно, хотя бы 2-3 раза в день по 5-10 минут. Это касается и пожилых людей», – отмечает О. Лукашева.

Физкультура существенно снижает риск развития хронических заболеваний. Регулярные упражнения улучшают

осанку, нормализуют кровоток, снижают стресс. Профилактика – это всегда проще, чем лечение. Даже несколько минут движения в день могут повлиять на ваше самочувствие. Всё зависит от желания. Как говорится, желание – тысяча возможностей, нежелание – тысяча причин. Помните: здоровье начинается с простых шагов, и в буквальном смысле – с шагов по комнате.

Пресс-служба Свердловской  
областной больницы №2

## ЗНАКОМЫЙ НЕЗНАКОМЕЦ СЕЛЬДЕРЕЙ

### ПОЛЕЗНОЕ ПИТАНИЕ

здоровое-питание.рф

**Среди большого разнообразия зеленых культур в рационе особое место занимает сельдерей благодаря своим вкусовым качествам и высокому содержанию ценных веществ.**

Сельдерей – род травянистых растений семейства зонтичные. Разновидности сельдерея: черешковый или стеблевой – мало листьев, зато у каждого имеется длинный, толстый и сочный черешок; корневой – съедобная часть состоит из мясистого основания стебля и грушевидного корня; листового – образует густую щетку крупных нежных листьев, напоминающих гигантскую петрушку. Съедобными являются все части сельдерея – листья, черешки, корнеплоды и семена. Наиболее подходящая для этой культуры почва – суглинки с хорошей влажностью.

Широкий спектр биологического действия сельдерея связан с высоким содержанием антиоксидантов, обладающих антибактериальной, противовоспалительной, сосудорасширяющей активностью. Сельдерей является источником витамина К, который играет важную роль в регулировании свертывания крови, способствует укреплению костной ткани. Овощ содержит достаточно большое количество пектина и пищевых волокон, положительно влияющих на функции систем пищеварения, кровообращения.

Несмотря на достоинства этого растения, у него есть и недостатки. Сельдерей входит в группу продуктов, которые могут вызывать пищевую аллергию. Также нужно ограничить употребление сельдерея пациентам с мочекаменной болезнью, заболеваниями желудка.

#### Как выбрать качественный сельдерей?

Корневой продается без черешков, следует выбирать клубни без повреждений и следов гнили и плесени, плотные, без боковых корней, без излишней внешней влажности. Нижние корни корнеплода должны быть обрезаны на длину не более 5 см. Черешковый (стебли) обычно расфасован в пластиковые пакеты с открытым верхом. Обращайте внимание на оттенок, в норме он светло-зеленый,

стебли хрустящие, упругие, не вялые. Листовой продается в защитных пакетах. Листья должны быть свежими и чистыми.

### Говядина с сельдереем и яблоками



**Потребуется:** бескостная говядина – 0,5 кг, черешковый сельдерей – 0,5 кг, яблоки – 2-4 шт., помидоры – 3 шт., лук репчатый – 1-2 шт., масло растительное – 3 ст. л., соль – по вкусу, щепотка молотого мускатного ореха.

**Приготовление:** сельдерей вымыть, обсушить, нарезать ломтиками длиной 3-4 см.

Отварить сельдерей в кипящей подсоленной воде в течение 5 минут. Откинуть на дуршлаг.

На помидорах сделать крестообразные надрезы, опустить в кипящую воду на 1 минуту, затем обдать холодной водой и снять кожицу. Помидорную мякоть порубить ножом. Лук очистить и нарезать тонкими полукольцами. Яблоки вымыть, нарезать дольками шириной 2 см, удалить сердцевину.

Говядину вымыть и хорошо обсушить бумажным полотенцем. Мясо нарезать кубиками со стороной 3 см и обжарить в разогретом масле 5-6 минут. Переложить в форму для запекания. В сковороде, где жарилось мясо, положить лук и готовить 3-4 минуты.

Влить в форму с мясом 1 стакан воды. Затем добавить обжаренный лук, сельдерей, яблоки и помидоры, приправить солью, перцем и мускатным орехом. Запекать в духовке до готовности мяса.

## «КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОШЛОГОДНЕЙ НАПАСТИ...»

### СОВЕТЫ БЫВАЛОГО САДОВОДА

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

**«Нет теплицы, выращиваю помидоры в открытом грунте. В прошлом году они массово загнивали и на корню, и в коробках на дозаривании. Нынче рассада здоровая, в грунт буду переносить ее в середине июня, но боюсь повторения прошлогоднего опыта. Можно ли предотвратить это?» – с таким вопросом обратилась Людмила Михайловна из Верхотурского района.**

По описанию можно сделать вывод: помидоры болели вершинной гнилью. Проявляется она так: вначале на молодых плодах появляются небольшие темные пятнышки, по мере роста плода они тоже увеличиваются в размерах.

Причиной являются не микробы или бактерии, а погрешности в агротехнике. Прежде всего, избыток влаги в почве. Это происходит или от обильных дождей, или от частого искусственного полива, в результате грунт закисляется. Из такой почвы растения не могут усвоить кальций, который им нужен на стадии налива плодов. Вершинная гниль развивается именно при кальциевом голодании.

Помидоры лучше переносит недолив, чем перелив. Поливать их рекомендуется 2-3 раза в неделю, но обильно, чаще – только в очень жаркую, засушливую погоду.

Вызвать гниль могут как слишком высокая, так и очень низкая кислотность почвы, а также повышенное содержание в ней азота и недостаток кальция. Воспол-

нить дефицит кальция можно с помощью кальциевой селитры, которая хорошо растворяется в воде, вносить ее лучше под корень. Другой препарат такой же направленности – хелат кальция – вносят по листу. Перед тем как применить их, нужно внимательно ознакомиться с инструкциями, чтобы не допустить передозировки. Хелат кальция можно заменить раствором лимонной кислоты: 0,5 чайной ложки на 10 литров воды. Такой раствор помогает всем микроэлементам усваиваться в полной мере.

С удобрениями для помидоров нужно обращаться с осторожностью. К примеру, коровяк, куриный помет, перегной из компостной кучи хороши для повышения плодородия почвы, но в них содержится много азота. Переизбыток в питании тоже приводит к развитию вершинной гнили у томатов. Следует запомнить еще одно правило: перед любой подкормкой почву вокруг растений надо предварительно пролить, чтобы не пострадала корневая система.

Что делать, если заметили темные пятнышки на молодых плодах? Удалить их, а потом опрыскать листья 0,2% раствором хлорида кальция, который продается в магазинах для садоводов. Такую обработку повторить еще дважды в течение недели.

Для профилактики примерно за неделю до высадки помидоров в теплицу или открытый грунт рекомендуется подкормить рассаду калиевой или кальциевой селитрой: 0,5 столовой ложки на 10 литров воды. При посадке в каждую лунку можно положить по горстке золы. Людмиле Михайловне, помимо этого, советую нынче выбрать для помидорной грядки новое место и хорошо удобрить ее золой.

## НОУ-ХАУ РОЗЫ ИВАНОВНЫ

### СМЕКАЛКА

Римма Врубель

**Юристы предупреждают: желтое поле одуванчиков на дачном участке может обернуться многотысячным штрафом.**

По закону владельцы земельных участков должны использовать ее по назначению.

А одуванчики и полынь являются растениями-сорняками, которые указывают на обратное. «Росреестр» отмечает, что если более 50% территории участка зарастает сорняками и при этом в течение последних трех лет на ней не выращивали сельскохозяйственные растения, такой участок можно признать неиспользуемым.

В случае неиспользования участка по его назначению штраф составляет от 1% до 1,5% от кадастровой стоимости земли, но не менее 20 тысяч рублей.

Да, одуванчики уже оккупировали нынче наши сотки. Если не ликвидировать сорняк до того, как цветы превратились в пушистые белые шарики, на будущий год их будет еще больше.

Вот какой способ борьбы с ними придумала екатеринбурженка Роза Ивановна Тихомирова. Читательница рассказала, что ее дети и внуки выкапывают одуванчики вместе с корнями и уже



вывезли с участка несколько больших мусорных мешков, набитых сорняком. Но одуванчики по-прежнему лезут из земли. Складывать их в компостную яму нельзя, ведь они распускаются, даже находясь в темноте, а их семена не теряют всхожести более трех лет.

Роза Ивановна нашла следующий выход из ситуации: ее помощники выкапывают цветущие и готовые зацвести одуванчики и приносят их к ее ногам. Она сидит на низенькой скамеечке и делит сорняки на две части: цветки и готовые раскрыться бутоны – в ведро, остальная часть идет в компостную кучу. Зелень без завязей уже не опасна. Цветки Роза Ивановна заливает кипятком, они становятся не боеспособными. Но на участке их все равно не оставляет. В таком виде их вывезти за территорию легче.

Наверное, можно уничтожать цветки и другими способами, предполагает Роза Ивановна. К примеру, сжечь в печке. Может, у читателей есть свои варианты эффективной борьбы с одуванчиками. Поделитесь ими через газету!

## ОБЫЧНАЯ ГАЗЕТА – И ДЕРЕВЯННЫЙ ПОЛ, КАК НОВЫЙ

### ДОМАШНИЕ ХИТРОСТИ

www.polsov.com

**Многие любят деревянные полы. Они теплые и удобные. Однако есть у такого покрытия серьезный недостаток: полы из дерева «грешат» образованием щелей.**

Но унывать не стоит, вы можете быстро и без особых усилий решить этот вопрос.

Помогут старая газета и вода с мукой и крахмалом. Берем газеты, рвем на мелкие кусочки, заливаем кипятком. Дадим время бумаге размокнуть. А сами займемся приготовлением смеси: 1 часть муки и 2 части крахмала смешаем, зальем кипятком и будем варить 20 минут.

Когда клейстер остынет, отожмем от воды кусочки газеты, добавим их в клейкую массу, перемешаем. Теперь можно



использовать полученную таким способом замазку для заделывания щелей.

Не сомневайтесь, ваш деревянный пол прослужит еще многие годы. Благодаря данной методике, которую используют опытные плотники, вы сможете избежать замены деревянного пола.

**СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ****«Что так сердце  
растревожено?...»**

Недавно по телевидению показали лирическую комедию «Верные друзья», снятую в 1954 году. И сразу несколько читателей попросили напомнить слова романса из этой киноленты.

**Музыка Тихона Хренникова,  
слова Михаила Матусовского**

Что так сердце, что так сердце растревожено,  
Словно ветром тронуло струну?  
О любви немало песен сложено,  
Я спою тебе, спою еще одну.  
По дорожкам, где не раз бродили оба мы,  
Я пройду, мечтая и любя.  
Даже солнце светит по-особому  
С той минуты, как увидел я тебя.  
Все преграды я смогу пройти без робости,  
В спор вступлю с невзгодой любой.  
Укажи мне только лишь на глобусе  
Место скорого свидания с тобой.  
Через горы я пройду дорогой смелою,  
Поднимусь на крыльях в синеву  
И отныне все, что я ни сделаю,  
Светлым именем твоим я назову.  
Посажу я на земле сады весенние,  
Зашумят они по всей стране,  
А когда придет пора цветения,  
Пусть они тебе расскажут обо мне.

**ВЛАДИМИР ПУТИН ПОЗНАКОМИЛСЯ  
С САМЫМ ОПЫТНЫМ ТРЕВЕЛ-БЛОГЕРОМ РОССИИ****ЗНАЙ НАШИХ!**

**Президент России Владимир Путин встретился с 93-летней финалисткой проекта «ТопБЛОГ» Бабушкой Женей. Евгения Семёнова из Арамили стала самой возрастной финалисткой проекта президентской платформы «Россия – страна возможностей».**

«История Евгении Семенович из Арамили вдохновляет. Подумать только: ей 93 года, а Бабушка Женья – под этим именем она известна тысячам пользователей Интернета – активно путешествует и ведёт свою страницу в соцсетях. Пример Бабушки Жени доказывает, что в любом возрасте можно быть активным, учиться новому и просвещать других», – отметил врио губернатора Свердловской области Денис Паслер.

Евгения Семёнова отметила, что участие в проекте «ТопБЛОГ» дало ей силы делиться опытом и вдохновлять других. Её рекомендации пользуются доверием у путешественников по всей стране. На

своей странице Евгения Фёдоровна рассказывает о жизни, семье, путешествиях. «Я часто посещаю молодёжные форумы и говорю: у вас есть огромная возможность жить, творить и делать всё, что вы захотите. Нужно только ваше желание. Я получаю сотни писем от подписчиков, где они пишут, что, глядя на меня, тоже решились на путешествие или начали верить в то, что всё возможно. Я очень благодарна платформе «Россия – страна возможностей» за то, что исполнилась моя заветная мечта – увидеть Вас и сказать спасибо!», – поделилась с главой государства финалистка проекта «ТопБЛОГ» Евгения Семёнова.

Всю жизнь уралочка была увлечённым путешественником и продолжила исследовать Россию и после выхода на заслуженный отдых. Интернетом Бабушку Женю научили пользоваться дети, когда ей было 87 лет. Финалисткой первого сезона «ТопБЛОГа» она стала в 90 лет. Секрет её успеха и долголетия – стремление учиться новому и радоваться каждому дню. Благодаря проекту, она увеличила



аудиторию своего блога в десятки раз, посетила множество уголков страны и стала «двигателем» проекта в Свердловской области. Евгения Семёнова помогает продвигать путешествия по России, что соответствует целям нацпроекта «Туризм и гостеприимство».

Проект «ТопБЛОГ» с 2020 года объединил более 230 тысяч авторов из всех регионов России. Его цель – поддержка и развитие талантливых авторов, создание социально значимого контента. Подать заявку на участие в новом сезоне могут все желающие – без возрастных и географических ограничений на официальном сайте проекта: topblog.rsv.ru.

**Департамент информполитики**

**В ГОСТЯХ – КОЛЛЕГИ ИЗ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА****ВETERАНСКОЕ ДВИЖЕНИЕ**

Юлия Качесова, заместитель председателя СООО ветеранов, пенсионеров

**Активисты Межрегиональной общественной организации Ленинградских ветеранов войны и военной службы – однопольчан посетили Екатеринбург.**

Они проявили большой интерес к коллегам-уральцам и по инициативе пред-

седателя организации Василия Гладышина организовали дружескую встречу с аппаратом Свердловской областной организации ветеранов, пенсионеров.

Комитет МОО Ленинградских ветеранов войны и военной службы – однопольчан – первое в СССР официальное объединение ветеранов Великой Отечественной войны. Инициаторами ленинградского движения стали более 160 объединений фронтовиков и групп однопольчан из различных воинских частей, ополченцев, партизан, принимавших

участие в боях за освобождение Ленинграда. А также в состав вошли ветераны внутренних войск Северо-Западного региона, подразделений КГБ, контрразведки и подпольщики.

Для коллег из Санкт-Петербурга мы организовали обзорную экскурсию по Екатеринбургу, посещение исторического парка «Россия – моя история. Свердловская область», Храма-на-Крови, Ельцин-центра, мемориала на площади Коммунаров с возложением гирлянды к Вечному огню.

Председатель региональной ветеранской организации Юрий Судаков в офисе провел небольшую экскурсию, познакомил коллег с коллективом, с активной деятельностью по реализации социально значимых проектов в Свердловской области. Далее состоялся диалог с петербуржцами по обмену опытом. Юрий Дмитриевич поделился планами на 2025 год, вручил гостям памятные сувениры. Василий Гладышин поблагодарил за теплый прием и пригласил свердловчан побывать в Санкт-Петербурге с ответным визитом.

**КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА****С НУЛЯ ИЛИ РЕМОНТ:**

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

**Скидка пенсионерам и инвалидам от 17 до 25%!**



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

**РАБОТАЕМ КАЧЕСТВЕННО И В СРОКИ! тел: +7 922 03-09-777, Геннадий. +7 922 60-64-777, Сергей**

Реклама, Г.А. Дица, ИНН: 665897399100

6+ **НАШ САЙТ: газетapенсионер.pф** **Пенсионер**  
ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ №23 (1253)

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. Швакишская, 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. Антона Валека, 15, оф. 602.  
Телефон: 8-992-019-56-04. E-mail: ps@mediakrug.ru.  
Сайт: газетapенсионер.pф

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 – 13.00, 03.06.2025 г. Дата производства 03.06.2025 г.

Выход в свет 04.06.2025 г. Тираж 11 200 экз. Заказ 1604.

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

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка В. Маргива

Отдел объявлений М. Волкова.

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

По вопросам доставки газеты звонить:

по Екатеринбургу – (343) 371-45-04

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР» по QR-коду

