

ВЫБИРАЕМ ГУБЕРНАТОРА УЖЕ В ЭТИ ВЫХОДНЫЕ!

Голосование пройдет 12, 13 и 14 сентября 2025 года с 8 до 20 часов.

Областная избирательная комиссия зарегистрировала 5 кандидатов. Публикуем главные обещания каждого из них.

Врио губернатора Свердловской области Денис Паслер, «Единая Россия».

Среди главных обещаний: спроектировать новые ветки метро в Екатеринбурге; построить 11 новых крупных медучреждений, отремонтировать 150 больниц и поликлиник, установить более 140 ФАПов в селах, охватить диспансеризацией 100% населения, перейти на экономику замкнутого цикла (обеспечивает сортировку твердых коммунальных отходов до 100%). До 2030 года модернизировать 2000 объектов ЖКХ, подвести газ к 126 тысячам домов; отремонтировать 50 школ, построить 9 общеобразовательных учреждений и 10 детсадов. Ввести в эксплуатацию дорогу Алапаевск-Махнево-Сосьва – второй транспортный коридор на север области. Построить 16 млн квадратных метров жилья. Построить центр реабилитации участников спецоперации. Запустить туристический маршрут «Серебряное кольцо Урала».

Александр Ивачев, КПРФ
Список обещаний: оптимизировать чиновничий аппарат. Отре-



монтировать треть школ и детских садов. Остановить объединение больниц. Поднять зарплату врачей и восстановить численность младшего медперсонала. Упразднить управленческие округа.

Рант Краев, «Новые люди»

Он обещает: поощрять людей деньгами за сортировку мусора, установку современных счетчиков воды, тепла и электричества. Разрешить молодежи устраиваться на работу после окончания школы и получать среднее специальное образование экстерном. Поддерживать малый бизнес в городах с населением до 100 тысяч человек. Стимулировать внедрение бизнесом современных технологий. Ввести льготную ипотеку 6%.

Александр Каптюг, ЛДПР

В списке: обеспечение участников СВО и их семей всем необходимым. Борьба с ростом тарифов ЖКХ и цен. Ужесточение наказания для мошенников, наркоторговцев. Усиление контроля за качеством реализуемой продукции.

Андрей Кузнецов, «Справедливая Россия»

Основные пункты: вернуть льготу выходного дня по электроэнергетике. Довести минимальный размер оплаты труда до 50 тыс рублей, прожиточный минимум – до 40 тыс рублей. Чистка кадров и защита системы от коррупции.

По материалам сайтов
Фото с сайта: www.drive2.ru



ВЫ – НАШ ВЕЧНЫЙ ДВИГАТЕЛЬ!

Давние друзья «Пенсионера» знают и любят публикации нашего постоянного автора **Риммы Александровны Врубель**.

Опытный садовод, она неустанно делится с читателями собственными опытом и знаниями кропотливой работы на садовом участке, ее советы помогают и начинающим владельцам дачных участков обустроить сад своей мечты.

Ее рассказы об увлеченных людях, с которыми она встречается в разных уголках Свердловской области, свидетельствуют, что возраст не властен над теми, кому жить интересно каждый день, каждый миг, невзирая на годы и возможные недуги.

А ее старания познакомить друг с другом одиноких пенсионеров помогли найти друзей и даже спутников жизни многим пожилым уральцам.

Римма Александровна – настоящий вечный двигатель для «Пенсионера», она полна идей, новых тем, она предлагает такие повороты привычных журналистских сюжетов, что приходится только удивляться ее энергии, творческой самобытности, оригинальности подачи.

С 85-летием, дорогая Римма Александровна! Уверены, что к нашим поздравлениям присоединятся и многотысячная армия читателей «Пенсионера» по всей Свердловской области. Здоровья, щедрых урожаев на садовом участке и новых удивительных встреч на журналистском пути!

Редакция «Пенсионера»



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, может получить второе мнение эксперта совершенно **бесплатно!**



А до 30 сентября действует акция «Зафиксируйте цену на лечение». Мы сохраняем прежнюю стоимость лечения на 14 дней с момента обращения к флебологу. Не откладывайте заботу о своем здоровье на потом, записывайтесь на консультацию уже сегодня!

Запись на прием: 8 (343) 304-63-46

www.mc-angio.ru

г. Екатеринбург, ул. 8 Марта, 86 (ост. Большакова), 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

ДЕНИС ПАСЛЕР ОЦЕНИЛ БУДУЩЕЕ КОМПЛЕКСНОЕ РАЗВИТИЕ СРЕДНЕУРАЛЬСКА

ВЕСТИ С МЕСТ

Врио губернатора Свердловской области Денис Владимирович Паслер побывал в городе с рабочей поездкой, узнал о ближайших планах комплексного развития Среднеуральска.

Амбициозные задачи

«Среднеуральск, зеленый город-спутник Екатеринбурга, в ближайшие 20 лет ждет масштабное обновление. Сегодня работал в этом городе и на месте изучил, что предстоит сделать. В прибрежной части города планируется строительство до 140 тысяч «квадратов» жилья с соответствующей социальной инфраструктурой. В проекте предусмотрены школа на 1200 мест и детский сад на 330 мест. Для жителей города также возведут целый спортивный кластер.

Городская набережная и парковая зона, уверен, станут любимым местом горожан: здесь планируется строительство панорамного пирса, общественной площадки для городских мероприятий, центра водных видов спорта, видовых площадок, променада и многого другого. Кстати, для гостей – думаю, в перспективе их будет немало – возведут гостиницу на 160 мест.

Кроме того, в Среднеуральске будут реконструированы очистные сооружения, что позволит качественно обслуживать свыше 24 тысяч человек – 96% жителей округа, а также школы, больницы и промышленные предприятия.

Задачи очень амбициозные. У региона и у инвесторов есть готовность реализовать их. Уверен, что уже через два-три года мы начнем открывать первые объекты, которые сделают жизнь жителей Среднеуральска еще более комфортной», – отметил глава Свердловской области Денис Паслер.

Также Денис Владимирович посетил набережную Исетского озера и возложил цветы к памятнику в честь погибших участников локальных войн и СВО.

Кроме того, руководитель региона вместе с главой Среднеуральска Алексеем Стесенком дали старт малым олимпийским играм, в которых участвуют воспитанники детских садов и школьники города.

Создание спортивного кластера

Продолжая спортивную тему, Денис Паслер заложил первый камень среднеуральского физкультурно-оздоровительного комплекса и дал старт строительству его первой очереди.

ФОК станет частью спортивного кластера, который построят в городе как часть программы комплексного развития территорий. В современном здании спроектированы зал единоборств, игровой зал, 25-метровый бассейн, медицинский кабинет. В рамках проекта построят футбольное поле с искусственным покрытием и легкоатлетическими дорожками. Пропускная способность комплекса – 700 человек в сутки.

«Я рад присутствовать на таком большом для Среднеуральска мероприятии. Думаю, это очень интересный и знаковый проект, который даст городу новый импульс, комплекс станет точкой притяжения для жителей и для гостей города. Поздравляю всех, уверен, что через год-два будем вместе с вами будем открывать эти объекты, заниматься спортом, а дети и родители будут с удовольствием сюда приходить», – сказал глава Свердловской области Денис Паслер.

Торжественная закладка будущей стены ФОК прошла на центральном стадионе. Денис Паслер, Алексей Стасенко и основатель компании FORUM Олег Черепанов подписали кирпичи и



уложили их в знак запуска подготовки к строительству объекта. Ранее на месте будущей стройки прошел молебен.

«Мы не только заложили камень, но и презентовали концепцию развития Среднеуральска главе региона. Проект ему понравился. С этого объекта начнется возрождение Среднеуральска. Когда-то я уехал из этого города, но сейчас вернулся с приобретённым опытом и хочу его использовать на благо земляков. Хочу вас поздравить с этим большим событием!

Наша задача – сделать так, чтобы из этого города больше никто не хотел уезжать, но напротив – как можно больше людей приезжали сюда жить», – отметил основатель FORUM Олег Черепанов.

Сегодня спортом в Среднеуральске

занимаются более 1000 воспитанников спортивных школ и секций. Новый современный комплекс необходим для качественной подготовки будущих чемпионов.

«Строительства ФОКа мы ждали очень долго, так как в городе сейчас нет специализированного здания для занятий спортом. Переоценить значение этого события для Среднеуральска невозможно. Это тем более важно, что по проекту КРТ в соседнем квартале планируют построить 140 тысяч квадратных метров нового жилья», – сказал глава Среднеуральска Алексей Стасенко.

Пресс-служба администрации
МО Среднеуральск
Фото: vk.com

ГОТОВНОСТЬ РЕГИОНА К ОТОПИТЕЛЬНОМУ СЕЗОНУ – 85%

ОФИЦИАЛЬНО

Подготовка к отопительному сезону продолжается на Среднем Урале. В ряде муниципалитетов уже завершены ключевые работы по капитальному ремонту инженерных сетей.

В Верхнем Тагиле обновлено 2,6 км сетей холодного водоснабжения. Работы велись на улицах Чехова, Ленина, Нахимова, Лермонтова. В Каменске-Уральском заменено 1,2 км сетей. Благодаря проведенным мероприятиям качество коммунальных услуг в этих городах существенно повысится для более чем 100 тысяч свердловчан.

«Ремонт инженерных сетей – важный этап в подготовке региона к предстоящему отопительному сезону. Обновление коммуникаций не только повышает надежность и качество коммунальных услуг, но и способствует созданию комфортных

условий проживания для свердловчан. Мы системно работаем над модернизацией инфраструктуры, вкладывая значительные средства из областного бюджета, чтобы обеспечить бесперебойное снабжение водой и теплом, снизить риски аварийных ситуаций. Порядка 85% запланированных работ уже завершены», – отметил исполняющий обязанности министра энергетики и ЖКХ Свердловской области Алексей Рубцов.

Ремонт продолжается и в других муниципалитетах. Работы на сетях холодного водоснабжения в Первоуральске вышли на финишную прямую. Порядка 7 км обновленных коммуникаций проложили по улицам Береговой, Вайнера, Строителей и бульвару Юности. В Талице модернизируют 3 км, в Кушве – 5 км, в Ирбите – 7 км сетей. В Североуральске ремонтируется свыше 8 км сетей, две трети затрат – за счёт средств из резервного фонда.

В ближайшее время завершатся работы и в Карпинске, здесь меняют 2 км тепловых сетей. Также до конца



строительного сезона обновят свыше 5 км в Кировграде, порядка 1,5 км в Сухом Логу, 6 км – в Туринске.

Всего в Свердловской области в ходе подготовки к предстоящему отопительному сезону будет заменено 240 км теплосетей, 255 км водопроводных сетей и 95 км – канализационных. Качество предоставляемых коммунальных услуг улучшится для более чем 480 тысяч человек. Всего в 2025 году на модернизацию инженерных систем региона запланировано направить свыше 7 млрд рублей.

Департамент информполитики

ОБ АКЦИИ «СОХРАНИМ ЛЕС»

Свердловчане в рамках акции «Сохраним лес» высадили 5,6 тысячи саженцев хвойных деревьев на центральной площадке лесовосстановления в Заречном муниципальном округе.

Благодаря акции «Сохраним лес» новые деревья появятся на 17 площадках по всей Свердловской области, планируется высадить около 100 тысяч деревьев. Главная цель мероприятий – привлечь внимание людей к сохранению и восстановлению лесных ресурсов. Для этого выбирают саженцы пород деревьев, адаптированных к уральскому климату.

За посаженными в рамках акции «Сохраним лес» растениями будут в течение 10 лет ухаживать сотрудники лесничества региона, пока сформируются покрытые лесом площади.

Всего в 2025 году в Свердловской области планируется восстановить лесные массивы на площади более 32 тысяч гектаров. Эта работа включает в себя искусственное лесовосстановление, а также комплекс мероприятий по содействию естественному возобновлению леса. Ежегодная цель акции «Сохраним лес» – высадить в стране 70 миллионов деревьев. Участие в акции может принять любой желающий, зарегистрировавшись на сайте: sohranilmesrfp.ru.

БУДЕТ ОСЕНЬ ДОЖДЛИВОЙ ИЛИ НЕТ, ПОКАЖЕТ ВРЕМЯ

ПРОГНОЗЫ

Какой будет прогноз погоды на осень 2025? Синоптики не готовы ответить на этот вопрос. Прогноз можно дать лишь на ближайшие несколько дней.

На более отдаленные сроки специалисты не загадывают и не советуют этого делать, поскольку проку от долгосрочных прогнозов практически нет. Почему невозможно дать долгосрочный прогноз на предстоящую осень, рассказал климатолог, проректор Сибирского федерального университета Сергей Верховец.

Ориентировочный характер

За прошедшие годы мы привыкли к долгосрочным прогнозам синоптиков. В преддверии каждого лета, осени, зимы, весны они давали приблизительные прогнозы, говорили, что небесная канцелярия готовит на ближайшие месяцы. Однако в последние несколько лет давать долгосрочные предсказания погоды становится практически невозможно. Причина этому – изменение климата.

Как рассказал климатолог Сергей Верховец, в ближайшее время прогнозы погоды, к сожалению, будут нести скорее ориентировочный характер. Погода продолжит преподносить сюрпризы – как приятные, так и не очень.

Обильные осадки, с которыми не справляется существующая инфра-

структура, – лишь часть проблемы. Ситуация будет усугубляться из-за наблюдаемых климатических изменений. Речь идет не просто о глобальном потеплении на полтора-два градуса. Повышение средних температур воздуха и воды приводит к увеличению амплитуды колебаний: резким перепадам температур, неравномерному распределению осадков, усилению ветров и скачкам давления. «Мы сталкиваемся не только с аномальной жарой, но и с аномальными похолоданиями. Это свидетельствует о разбалансировке климатической системы», – отметил Сергей Верховец.

Ледяные дожди

По словам специалиста, общепланетарная система за последние десятилетия существенно разогрелась. Повышение температуры на 2 градуса – это много. Средняя температура стала выше, чем в доиндустриальные эпохи.

Из-за климатических изменений всё чаще в наши регионы проникают воздушные массы из южных широт, вплоть до Средней Азии и Африки. Одновременно через Урал на юг Сибири активнее поступает холодный арктический воздух. Их столкновение приводит к резким перепадам, похолоданиям и выпадению интенсивных осадков. При этом в будущем не исключены и засухи.

Одно из самых опасных последствий климатических изменений – ледяные дожди. Когда теплые массы сталкиваются с арктическим холодом, лёд намерзает на проводах, деревьях и конструкциях,

что приводит к обрывам линий электропередач и повышенной опасности. Увеличивается риск образования наледи, что повышает шансы получить травму.

«Учёные рассматривают несколько сценариев изменения климата. Сейчас мы наблюдаем «влажное потепление»: из-за роста температуры происходит более интенсивное испарение воды с поверхностей океанов, что приводит к увеличению влажности в атмосфере, как следствие – к экстремальным осадкам. Это, в свою очередь, вызывает подъём уровня грунтовых вод и заболачивание территорий», – рассказал эксперт.

Изменения климата приводят к распространению ранее не характерных для Урала, Западной Сибири насекомых-вредителей, например, уссурийского полиграфа, который поедает пихту.

Почему дожди топят города

Подобных непредсказуемых последствий будет много. Проблема в том, что вся наша инфраструктура – жилищно-коммунальная и промышленная – была спроектирована по нормам XX века, ориентированной на усреднённые показатели того периода. «Все строительные нормы и правила, по которым в советские годы создавалась инфраструктура ЖКХ и промышленности, ориентировались на усредненные показатели за последние 50 лет. В XX веке климат был другой. Сейчас мы встречаемся с тем, что у нас дуют ураганные ветры, от которых улетают крыши, или дождями топит



Сергей Верховец

старую ливневку, которая не рассчитана на большой объем одновременно выпавших осадков. Таких факторов будет много: и локальный перегрев в жару, и гололедица, и снежные заносы, и многое другое», – подчеркнул С. Верховец.

Климатолог уверен, что эти тенденции актуальны не только для всей России, но и шире – всей планеты. Например, на Таймуре среднегодовая температура уже выросла на 2,5 градуса и более, в основном за счёт более тёплых зим. Однако это не означает потепления везде, где-то может наблюдаться и снижение температур. Но частота и интенсивность опасных метеорологических явлений будут повсеместно возрастать.

krsk.aif.ru

САДОВОДЫ ПОДВОДЯТ ИТОГИ СЕЗОНА

УРОЖАЙ-2025

Елена Зинковская
Фото автора

В последние дни августа в Уральском государственном аграрном университете состоялись выставки «Цветочный калейдоскоп» и «Медово-яблочный спас».

«Главная цель мероприятия, – считают организаторы, – познакомить садоводов-любителей с новыми высококачественными сортами и гибридами овощных культур российской селекции, с прогрессивными технологиями выращивания растений, которые дают возможность получать высокие урожаи отличного качества».

На открытой площадке перед университетом развернулась ярмарка. На ней представители ведущих хозяйств Свердловской области представили широкий ассортимент посадочного материала – жимолость, смородину, вишню, малину, яблоны, груши, розы, гортензии, клематисы. Отличный повод пополнить свои коллекции. Здесь же можно было приобрести семена, овощи, комнатные цветы, современные удобрения, биопрепараты, товары для здоровья.

Продукцию, выращенную студентами, представил и Уральский государственный аграрный университет. Сорта уральской селекции земляники садовой, лука и чеснока, картофеля прекрасно растут в нашем климате и дают отличный урожай.

Помогают в этом и сбалансированные удобрения, созданные учеными вуза.

Богатую коллекцию плодов и саженцев «Яблочный спас» показала Свердловская селекционная станция садоводства. А на экспозиции «Медовый спас» все желающие могли продегустировать и приобрести более десятка видов меда, собранного пчеловодами области. Представители Свердловского областного общества пчеловодов поделились опытом разведения пчел и рекомендовали посетителям продукты пчеловодства – пергу, пыльцу, маточное молочко.

В холле актового зала УрГАУ развернулась выставка садовых и комнатных цветов «Цветочный калейдоскоп». Поражали разнообразием расцветок более 20 сортов коллекционных гортензий, 50 сортов флоксов, хризантем, а также пеларгоний, колеусов и других экзотических комнатных растений, выращенных уральскими коллекционерами и садоводами-любителями.

В дни работы выставки садоводы могли пообщаться с представителями селекционных компаний России и Урала, прослушать бесплатные лекции и консультации ведущих специалистов научных учреждений России и УрГАУ, задать вопросы преподавателям и коллегам, обменяться опытом друг с другом. Здесь же можно было поучаствовать в мастер-классах, послушать лекции и консультации. Специалисты делились секретами пышного цветения фиалок, рассказывали о том, как лучше

подготовить к зиме пионы, флоксы, гортензии и розы, знакомили с принципами создания гармоничных цветников.

Всегда много слушателей собирается на лекции проректора по научной работе и инновациям, заведующего кафедрой овощеводства и плодородия имени проф. Н.Ф. Коняева УрГАУ, доцента Михаила Карпукшина. Вот и в этот раз он ответил на вопросы садоводов-любителей и дал рекомендации о том, какие работы необходимо провести в осеннем саду. Например, Михаил Юрьевич напомнил собравшимся о том, что осенью нельзя вносить подкормки, содержащие азот. Они вызовут новый рост зеленой массы, а этого сейчас не нужно. Чтобы помочь растениям подготовиться к зиме, необходимо обязательно подкормить их фосфорно-калийными удобрениями. Фосфор и калий – важнейшие элементы питания растений. Они отвечают за иммунную систему, устойчивость к негативным факторам среды, формируют скелет и корневую систему растений, участвуют в цветении, плодообразовании, формируют вкусовые качества плодов.

Ученый советует по периметру кроны плодовых и ягодных культур насыпать 3-5 см мульчи. Это необходимо для того, чтобы защитить корневую систему растений. «У нас в декабре бывает мало снега, и, если в это время придут морозы, корневая система пострадает. Она не замерзает, у нас в принципе все растения зимостойкие, – уточняет М.Ю. Карпукшин, – но во время мороза происходит



иссушение корневой системы, вся влага из нее резко уходит, некоторые корни из-за этого растрескиваются. Чтобы этого не случилось, нужна мульча. Но хорошая мульча должна быть без лишнего азота, лучше брать не органическое удобрение, а перегной».

А вот обрезку плодовых деревьев М.Ю. Карпукшин рекомендует проводить весной: «В этом году нагрузка на яблоны и груши была большой, некоторые ветки сломаны. Все, что сломано, нужно выпилить и замазать садовым варом, чтобы дерево начало приводить себя в порядок. Но сильную обрезку делать осенью в нашей зоне не стоит. Зимовка бывает сложной, не нужно добавлять растениям дополнительный стресс. Лучше формирующую обрезку провести в марте-апреле, до начала интенсивного сокодвижения».

О многих тонкостях садоводства все желающие могут узнать на лекциях Уральской школы садоводства и огородничества, которая ежегодно, с ноября до конца апреля, работает в стенах УрГАУ. Занятия проводятся каждую субботу и бесплатны для слушателей.



Дежурный по номеру
Наталья Горбачева

ШКОЛЬНАЯ «ДОМАШКА» – ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД?

Практически все минувшее лето в России не утихали споры о том, быть или не быть домашнему заданию в школах. Бурную дискуссию вызвала инициатива депутатов фракции партии «Новые люди» в Госдуме РФ.

Закрепляют знания или снижают интерес?

Идею поддержал спикер ГД Вячеслав Володин, выдвинув в качестве аргумента «чрезмерную нагрузку» на школьников и формальное выполнение домашнего задания. Мол, делают уроки, используя технологии искусственного интеллекта и готовые ответы из интернета.

Так или иначе, после летних каникул законодатели обещали вернуться к вопросу, вызвавшему шквал разных оценок и мнений. Не остались в стороне и наши читатели.

Педагог с многолетним стажем **Людмила Михайловна Потомова**, проживающая в деревне Луговая Талицкого района, считает, что к домашнему заданию современная школа должна подходить более вдумчиво и дифференцированно. Важно не перегружать «домашкой» учеников. Особенно младших классов.

«47 лет стажа позволяют мне сделать некоторые выводы и внести предложения. Считаю, что ученикам 1–2-го класса необходимо адаптироваться к учебному процессу. Домашние задания для них следует исключить. А на занятиях делать упор на правописание, постепенно увеличивая нагрузку», – говорит она.

В 3-м классе стоит обратить внимание на предмет «Окружающий мир», в прежние годы он назывался природоведение. «И домашнее задание по этому предмету должно быть нацелено на развитие у ребенка наблюдательности, умение построить рассказ об увиденном. В 3-м классе можно вводить домашнее задание по математике, русскому языку», – поясняет Людмила Михайловна.

Обучение в 4-м классе, по её словам, должно строиться на закреплении знаний, полученных в предыдущие годы. Домашнее задание по разным предметам, по её мнению, следует вводить с 5-го класса. Причем, постепенно. «Об отмене «домашки» не может быть и речи», – заключила ветеран образования.

У бывшего педагога **Рудольфа Николаевича Эделева** из Екатеринбурга – свой взгляд на современную школу: «Не надо отменять, а надо менять. И не домашнее задание, а систему образования. Отмена заданий на дом, возврат оценок по поведению я бы назвал примочками, но не лекарством. Нынешняя система обучения катастрофична. И об этом прямо говорят авторитетные и уважаемые люди, лучшие умы России», – заявил читатель.

Он считает, что в основе школьного образования должно лежать духовно-нравственное начало. «Образовательную систему нужно сделать воспитательно-образовательной, нацеленной на развитие духовно-нравственных качеств личности», – уверяет Рудольф Николаевич.

Знания, как говорит он, сами по себе мало что значат. Ведь они быстро устаревают. Следовательно, школьнику надо понять и принять тот факт, что учиться нужно всю жизнь. Это – одно из главных преимуществ и отличий человека в мире природы.

«Спрашивается, а есть ли система, которая позволит воспитать гармоничную личность? И я отвечу, что есть. За основу можно взять методику одного из лучших педагогов современности, ученого-новатора Виктора Шаталова. Его методы позволяют сделать систему образования эффективной и не допускающей брака. А то у нас со всех трибун кричат, что надо что-то менять в стране. Но, чтобы изменить страну, надо изменить школу», – резюмировал ветеран.

«Пусть губернатор приедет и рассудит»

«Сто раз пожалела о том, что переехала в квартиру в поселке «Мичуринский» – в Верх-Исетском районе Екатеринбурга, на окраине. Всего два автобуса ходят к нам. Вечно битком набитые», – начинает разговор **Лариса Владимировна Грудшевская**.

Недавно «Мичуринский» посетил депутат Госдумы РФ. Говорил о необходимости строить метро для жителей нового района Академический. «Но мы-то дальше живем! Нам бы помочь с обычным общественным транспортом, чтобы до поликлиники можно было добраться без пересадок. Симпатичный, конечно, депутат. Но зачем приезжал, почему раньше не посещал наш поселок, мы не поняли», – смеется читательница.

В её доме на улице Ширококореченской и в соседних многоквартирных домах проживает немало пожилых горожан. «Надо видеть, как мы ползем по скользким нечищенным тротуарам. Я всегда беру с собой маленький складной стульчик. Без него мне до автобуса не дойти. Вот и решила позвонить в редакцию и передать врио губернатора Денису Паслеру просьбу: пусть он приедет и проводит меня разок до остановки. Он сразу всё поймет и, наверное, примет правильное решение», – выразила надежду пенсионерка.

Вместо заработной пенсии – «пшик»

«Без вины виноватые, и некому помочь», – подумала я, выслушав историю **Надежды Александровны Ильиных** из Байкаловского района. Бывший инженер-технолог канувшего в лету некогда прославленного Свердловского дома моделей, она уже много лет живет на мизерную социальную пенсию.

«К моменту выхода на пенсию выяснилось, что мои лицевые счета с пенсионными отчислениями утеряны еще в 1990-е. Начальство дома моделей о сотрудниках не подумало. Может, не знало или забыло. Хотя на тот момент, как я позднее выяснила, существовало Постановление Правительства РФ о сохранности лицевых счетов. Всё это происходило в 1990-е, когда оставшиеся без работы люди думали лишь о том, как заработать на хлеб», – рассказывает пенсионерка.

Размер её социальной пенсии составляет 15 тысяч рублей. «Выживаю благодаря тому, что все последние годы нахожусь с отцом в Байкаловском районе, в своем доме. Я ухаживаю за папой. Он в почтенном возрасте, да и мне уже – за 70 лет. А в Екатеринбурге на 15 тысяч не прожить», – вздыхает Надежда Александровна.

Она неоднократно пыталась восстановить утерянный стаж, обращалась в специальный архив, где ей ответили, что из бывших сотрудников Свердловского дома моделей за помощью обратились порядка 50 человек, всем было отказано. Не помогли обращения и в другие инстанции, к представителям власти всех уровней.

«К кому я только не обращалась – никакого толку! А всё потому, что в федеральном законе о страховых пенсиях содержится лишь единственный способ назначения пенсионных выплат – лицевые счета. Следовательно, в закон нужно вносить поправку. В нынешнем виде он дискриминирует права значительного числа россиян, которые по разным причинам остались без страховой пенсии», – констатирует пенсионерка.

Не жалеете добрых слов и дел

Альбину Васильевну Загловину из Тавды беспокоит дефицит ответственного и доброжелательного отношения в обществе. «Это такая редкость, что когда ты видишь добрые дела, слышишь добрые слова, то искренне радуешься и хочешь поблагодарить в ответ», – говорит она и приводит пример, который, признаться, удивил. Это история о работниках почтового отделения из Тавды, которые всегда готовы откликнуться и помочь.

«Если вдруг потерялась газета или кто-то вытащил из ящика, они другую принесут. Или нужную мне статью перепечатают. Я – маломобильный человек, мне 86 лет, и я не помню случая, чтобы работники этого отделения отказали мне в какой-либо просьбе. Газету «Пенсионер» доставляют регулярно. Словом, там трудятся люди, которые не жалеют добрых слов и дел. Спасибо им за это», – поблагодарила Альбина Васильевна.

Старт подписной кампании на 1-е полугодие 2026 года

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!

Почта запустила основную подписную кампанию на периодические печатные издания на 1-е полугодие 2026 года.

Любимую газету «Пенсионер» можно выписать во всех почтовых отделениях на территории Свердловской области, на сайте: podpiska.pochta.ru; а также у почтальонов, которые оформляют подписку при помощи мобильных почтовых кассовых терминалов.

У клиентов, которые выписывают пе-

риодику онлайн, есть возможность выбрать нужное издание по названию или подписному индексу, теме, алфавиту, интересам, а оформление займёт всего несколько минут. Напоминаем, что в каждом номере нашей газеты на последней странице есть QR-код, с помощью которого удобно оформить подписку на мобильном телефоне.

Газета нуждается в вас, друзья-читатели! Подпишитесь, чтобы наша дружба не прерывалась!

Редакция «Пенсионера»

СТАТИСТИКА

Дежурному поступило **20** звонков из Талицы, Асбеста, Тавды, Байкалово, Верхней Туры, Ирбита, Сысерти, Нижнего Тагила, Екатеринбурга.

ПЕРВЫЙ



09.00, 11.00, 14.00, 17.00, НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.20 ПОДКАСТ ЛАБ 16+
12.20 Х/Ф «Я ШАЖУ ПО МОСКВЕ» 12+
13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.40 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+
15.05 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
15.55 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «БОЙ С ТЕНЬЮ» 16+
23.55 ВРЕМЯ ГЕРОЕВ 16+

РОССИЯ



09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.30 Т/С «ТАИНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «СПАСКАЯ» 16+
23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ



08.25, 10.35 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. ВЕКТОР АТАКИ» 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «СТРАЖНИК» 16+
22.10, 00.00 Т/С «ВАРЯГИ» 16+
00.45 Т/С «ВОЗМЕЗДИЕ» 16+

МАТЧ ТВ



08.00 ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ 12+
08.30 ВСЕ О ГЛАВНОМ 12+
09.00, 11.00, 13.55 НОВОСТИ
09.05, 18.30 ВСЕ НА МАТЧ!
11.05 ЛИЦА СТРАНЫ. АНАСТАСИЯ БРЫЗГАЛОВА 12+
11.25 КОМАНДА МЕНТЫ 12+
12.30 ФУТБОЛ. РОССИЙСКАЯ ПРЕМЬЕР-ЛИГА 6+
13.35 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
14.00 ЕСТЬ ТЕМА!
15.30 ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА. ЧЕМПИОНАТ МИРА 12+
18.55 ФУТБОЛ. «УФА» - «УРАЛ» (ЕКАТЕРИНБУРГ) 12+
21.00 БОРЬБА. ЧЕМПИОНАТ МИРА 12+
22.40 ГРОМКО. ПРЯМОЙ ЭФИР
23.35 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. «КОМО» - «ДЖЕНОВА». ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 12+
03.55 ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА. ЧЕМПИОНАТ МИРА. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ ЯПОНИИ 12+
05.55 НОВОСТИ 0+

КУЛЬТУРА



07.20, 13.00 «ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ. КИРИЛЛ ЛАВРОВ». ИЗБРАННЫЕ ГЛАВЫ 6+
07.45 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
08.40 Д/Ф «АНТОНИМ КАПУСТИН. СОЗДАТЕЛЬ РУССКОЙ ПАЛЕСТИНЫ» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАПОДАТЕЛЬ 16+
11.15 ХХ ВЕК 16+
12.10 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО 16+
13.30 Х/Ф «ПРАВДУ НИЧЕГО, КРОМЕ ПРАВДЫ» 16+
14.45 Д/Ф «ИСТОРИЯ В ШИФРАХ» 16+
15.25 АТОРА. ТОК-ШОУ С МИХАИЛОМ ШВЫДКИМ 16+
16.30 ПЕРЕДВИЖНИК. ИСААК БРОДСКИЙ 16+
17.15 Х/Ф «ТАЙНА ЗОЛОТОЙ ГОРЫ» 16+
18.30 «РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ» 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 Д/Ф «ПРОЖИТЬ ДОСТОЙНО» 16+
20.40 Х/Ф «ДЯДЯ ВАНЯ. СЦЕНЫ ИЗ ДЕРЕВЕНСКОЙ ЖИЗНИ» 16+
23.45 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+

Домашний



06.55, 06.05 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
08.00, 05.15 РАВНЫЙ РАЗДЕЛСЯ 16+
09.00, 02.25 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
11.10, 23.00 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
12.10, 00.05 Д/С «ПОРЧА» 16+
13.15 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.45 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.20 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.55 Х/Ф «КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НЕВЕСТКИ ЗА 10 ДНЕЙ» 16+
19.00 Х/Ф «ПОБЕДА ЛЮБВИ» 16+

ТНТ



07.00 УТРО ТНТ-2025 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00 БОЛЬШОЙ КУШ. БАНГКОК 16+
11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30 Т/С «ИНТЕРНЫ» 16+
16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.25 Т/С «ПЕРВОКУРСНИЦЫ» 16+
20.50, 21.15 Т/С «УНИВЕР. МОЛОДЫЕ» 16+
21.40 Х/Ф «ТАКСИ-2» 12+
23.25 Х/Ф «ГОНКА» 18+

ЗВЕЗДА



07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15 Д/С «НЕИЗВЕСТНЫЕ СРАЖЕНИЯ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ» 16+
11.00 Д/С «ЭВОЛЮЦИЯ ОРУЖИЯ» 12+
12.00, 13.20 Х/Ф «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛЮДИ» 12+
14.50, 17.10 Х/Ф «МАРШ-БРОСОК. ОСОБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 СКРЫТЫЕ УТРОЗЫ 16+
21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15 Х/Ф «АЛЬБА РЕГИЯ» 12+
01.05 Х/Ф «МАФИЯ БЕССМЕРТНА» 16+

ТВ Центр



08.10 СМЕХ, ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
08.45 Х/Ф «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ. ТУФЕЛЬКИ НЕ ДЛЯ ЗОЛУШКИ» 16+
10.45, 17.40 ПЕТРОВКА, 38 16+
10.55 ГОРОДСКОЕ СОБРАНИЕ 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 СОБЫТИЯ
11.50 Х/Ф «КТО ПОЙМАЛ БУКЕТ НЕВЕСТЫ?» 12+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ» 12+
17.05 ФАКТОР БЕЗОПАСНОСТИ 12+
18.15 Х/Ф «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ» 12+
22.35 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
23.10 ЗНАК КАЧЕСТВА 16+
00.40 Д/Ф «ТАЙНАЯ КОМНАТА. СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ» 16+

СПАС



08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
11.00 Д/Ф «ИКОНА БОЖИЕЙ МАТЕРИ КАЛУЖСКАЯ. СПОРИТЕЛЬНИЦА ХЛЕБОВ» 0+
11.35 Д/Ф «КИЕВО-ПЕЧЕРСКИЕ СВЯТЫЕ. ПЕРВЫЕ МОНАХИ» 0+
12.20, 21.40, 03.20 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
13.20, 13.50 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
14.15 Х/Ф «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ» 0+
15.35, 17.20 Х/Ф «БОЙ ПОСЛЕ ПОБЕДЫ» 6+
18.55 ГЛАВНОЕ. С АННОЙ ШАФРАН. НОВОСТИ НА СПАСЕ 16+
20.30 БЕСОГОН 18+
22.40 Д/Ф «ВОСХОЖДЕНИЕ В ИЕРУСАЛИМ» 6+
23.35 ПОЛЕ БИТВЫ 16+

5 канал



09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
09.30 Т/С «СВОИ-6» 16+
08.05 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+
08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 12+
09.35, 10.25, 11.15, 12.05 Т/С «СВОИ-5» 16+
13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.40, 21.30 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20, 01.15 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» 16+
23.10 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» 16+

ТНВ



06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.20 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 18.20 Т/С «ЧЕЛОВЕК УХОДИТ - ПЕСНИ ОСТАЮТСЯ» 16+
09.50, 16.00 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
11.00 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05 ОЧЕРК О КАРИМЕ ТИНЧУРИНЕ 16+
15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
17.30 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
19.35 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
21.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛАНКИ 12+
21.55 КУЛИНАРИЯ ПРОГРАММА 6+
23.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+

ОТВ



07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00 ПРОКУРАТУРА. НА СТРАХЕ ЗАКОНА 16+
08.20 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИНТЕРВЬЮ 16+
08.40, 15.40, 18.30, 23.00, 02.30, 04.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
09.00, 13.00 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
10.00, 14.10 Д/Ф «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ» 12+
11.00, 18.00, 23.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
11.30 Д/Ф «ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ» 12+
12.00 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
12.30, 16.30 Д/С «ДНК РОССИИ» 12+
14.00, 17.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
15.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
15.25 НОВОСТИ ТМК 12+
16.00 Д/С «ДЕРЕВНИ РОССИИ» 12+
17.10 Д/Ф «СВО: КОМПОНЕНТЫ СИЛЫ» 16+
18.50 КОЛ. «АВТОМОБИЛИСТ» (ЕКАТЕРИНБУРГ) - «САЛАВАТ ЮЛАЕВ» (УФА) 16+
21.30 НОВОСТИ ТАУ «9/12» 16+
22.30 СОБЫТИЯ 16+

СТС



08.15 Т/С «ПАЛЫНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+
11.30 ПРЯТКИ 16+
12.45 ОСТРОВ СОКОРОВИЦ. ЗНАКИ СУДЬБЫ 16+
14.55 Х/Ф «БАВИЛОН Н.З.» 16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/С «МИТРИЧ» 16+
19.00 Х/Ф «КРИЗИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ. ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ» 16+
21.05 Х/Ф «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ» 16+
23.25 Х/Ф «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ?» 18+
01.50 Х/Ф «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ» 18+

ТВ3



08.15 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
08.45, 09.15, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Т/С «СЛЕТАЯ» 16+
09.45, 10.20, 11.00, 11.30, 12.00, 12.40, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Т/С «ГАДАЛКА» 16+
18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/С «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» 16+
23.00 Х/Ф «ПРОКЛЯТИЕ АРТУРА» 18+

РЕН ТВ



08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА 16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+
14.00 НЕВЕРЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+
17.00, 02.15 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
20.00 Х/Ф «ДОЧЬ БОЛОТНОГО ЦАРЯ» 16+
22.00 ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО? 16+
23.30 Х/Ф «ОТРИД «ПРИЗРАК» 18+

ВТОРНИК, 16 СЕНТЯБРЯ

ПЕРВЫЙ



09.00, 11.00, 14.00, 17.00, НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.20, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+
11.35, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+
15.05 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
15.55 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «БОЙ С ТЕНЬЮ» 16+
00.00 Д/С «ОБЫКНОВЕННЫЙ ФАШИЗМ-2. ПОСТСКРИПТУМ» 18+

РОССИЯ



09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.30 Т/С «ТАИНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «СПАСКАЯ» 16+
23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ



08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
08.25, 10.35 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. ВЕКТОР АТАКИ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 1 6+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «СТРАЖНИК» 16+
22.10, 00.00 Т/С «ВАРЯГИ» 16+
00.45 Т/С «ВОЗМЕЗДИЕ» 16+

МАТЧ ТВ



08.00 ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ 12+
08.30 НАШ ИНОСТРАНЦ 12+
09.00, 11.00, 13.55 НОВОСТИ
09.05, 00.45 ВСЕ НА МАТЧ!
11.05, 13.35 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
11.25 КОМАНДА МЕНТЫ 12+
12.30 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС. ДЕНИС ЛЕБЕДЕВ ПРОТИВ ДЖЕЙМСА ТОНИ 16+
14.00 ЕСТЬ ТЕМА!
15.30 ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА. ЧЕМПИОНАТ МИРА 12+
18.25 ФУТБОЛ. КУБОК РОССИИ. «ОРЕНБУРГ» - «УФА» (КАЗАНЬ) 12+
20.30 ФУТБОЛ. КУБОК РОССИИ. «АКРОН» (ТОЛЬЯТИ) - «ЛОКОМОТИВ» (МОСКВА) 12+
22.45 ФУТБОЛ. КУБОК РОССИИ. «ПАРИ НН» (НИЖНИЙ НОВГОРОД) - «ДИНАМО» (МАХАЧКАЛА) 12+

КУЛЬТУРА



07.20, 13.00 «ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ. КИРИЛЛ ЛАВРОВ». 16+
07.45, 14.55, 23.50 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+
08.40 Д/Ф «РАССКРЕЩЕННАЯ ИСТОРИЯ». «БЕЛЫЙ ГОРОД В ЗЕЛЕНОМ ЛЕСУ» 16+
09.10, 22.15 Т/С «ЮЛИЙ ЦЕЗАРЬ» 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАПОДАТЕЛЬ 16+
11.15 ХХ ВЕК 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО 16+
13.30 Х/Ф «ДЯДЯ ВАНЯ. СЦЕНЫ ИЗ ДЕРЕВЕНСКОЙ ЖИЗНИ» 16+
15.50 КИНО О КИНО 16+
16.30 Д/Ф «КОЛЛЕКЦИЯ». «МУЗЕЙ ЦЕПТЕР» (БЕЛГРАД) 16+
17.15 Д/Ф «ХОЖДЕНИЕ КУТУЗОВА ЗА МОРЕ» 16+
17.45 «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ОЛИМП». ЛАУРЕАТЫ 16+
18.30 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+
18.45 Д/Ф «М.И.Ф.» 16+
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
20.50 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТОБ 16+
21.30 ВО ЛЕТ ЕВГЕНИЙ ПЕТУСЯНУ 16+
23.05 Д/Ф «РАССКРЕЩЕННАЯ ИСТОРИЯ». «СОЗД-АПОЛЛОН. РУКОПОЖАТИЕ В КОСМОСЕ» 16+

Домашний



08.00 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
09.00 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
11.10, 22.55 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
12.10, 00.00 Д/С «ПОРЧА» 16+
13.15 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.45 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.20 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.55 Х/Ф «ОГОНЬ В МОЕЙ ДУШЕ» 16+
19.00 Х/Ф «ЛЮБОВЬ ПО ПРИНУЖДЕНИЮ» 16+

ТНТ



07.00 УТРО ТНТ-2025 16+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/С «ИНТЕРНЫ» 16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.25 Т/С «ПЕРВОКУРСНИЦЫ» 16+
20.50, 21.15 Т/С «УНИВЕР. МОЛОДЫЕ» 16+
21.40 Х/Ф «ТАКСИ-3» 12+
23.25 Х/Ф «ТАКСИ-2» 12+
01.05 Х/Ф «РЕАЛЬНЫЕ УПЫРЫ» 18+

ЗВЕЗДА



07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00 Д/С «ЭВОЛЮЦИЯ ОРУЖИЯ» 16+
11.50, 13.20 Х/Ф «ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ» 12+
14.35, 17.10 Х/Ф «МАРШ-БРОСОК. ОХОТА НА «ОХОТНИКА» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15 Х/Ф «ПОСЛЕДНИЙ ПОБЕД» 12+
01.10 Х/Ф «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА» 12+

ТВ Центр



08.15 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ. КРАСНОЕ НА БЕЛОМ» 16+
10.40, 04.15 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. ОТРАВЛЕННЫЕ ЛЮБОВЬЮ» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 Х/Ф «АКТЕРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА» 12+
13.45, 04.55 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05, 02.45 Х/Ф «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В РОМАНТИКИ» 12+
16.55 ПРОЩАНИЕ 16+
18.15 Х/Ф «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ-2» 12+
22.35 ЗАКОН И ПОРЯДОК 16+
23.10 Д/Ф «БОЛЬШЕ НЕ СМЕШНО» 16+
00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+

СПАС



08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
11.00 Д/Ф «ВОСХОЖДЕНИЕ В ИЕРУСАЛИМ» 0+
11.35, 23.55 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
12.05, 21.10 ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
13.05, 13.35, 14.05, 14.35 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
15.00 Х/Ф «В ДОБРЫЙ ЧАС!» 0+
17.00 Х/Ф «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД» 0+
18.55, 04.05 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
20.00 БЕСОГОН 18+
22.10, 00.05 Д/Ф «ИКОНА БОЖИЕЙ МАТЕРИ НЕОПАЛИМАЯ КУПИНА» 0+
22.45 Д/Ф «ЕПИСКОП ВАСИЛИЙ РОДЗЯНКО» 0+
23.20 ПОЛЕ БИТВЫ 16+
00.35 Д/Ф «МИТРОФАН» 0+

5 канал



09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
06.00 Т/С «СВОИ-6» 16+
06.35, 07.05, 07.40, 08.05 СТРАНА СОВЕТОВ 0+
08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 12+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05 Т/С «СВОИ-5» 16+
13.

ПЕРВЫЙ

1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.20, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15,
22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ
16+
11.35, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА
16+
15.05 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!
16+
15.55 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «БОЙ С ТЕНЬЮ» 16+
00.00 Д/С «ОБЫКНОВЕННЫЙ ФАШИЗМ-2»
18+

РОССИЯ

1

09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ
12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.40 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ»
16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «СПАСКАЯ»
16+
23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ
СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ

НТВ

06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ
16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35
СЕГОДНЯ
08.25, 10.35 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ.
ВЕКТОР АТАКИ» 16+
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ
16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «СТРАЖНИК»
16+
22.10, 00.00 Т/С «ВАРЯГИ»
16+
00.45 Т/С «ВОЗМЕЗДИЕ»
16+

МАТЧ ТВ

2

08.00 ЛУЧШЕЕ ИЗ ЛУЧШИХ 12+
08.30 ГОЛЕВАЯ НЕДЕЛЯ. РФ 6+
09.00, 11.00, 13.55, 18.30 НОВОСТИ
09.05, 13.55 ВСЕ НА МАТЧ! 11.05, 13.35
СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
11.25 КОМАНДА МЕТЧЫ 12+
12.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. ПЕТР
ЯН ПРОТИВ МАРКУСА МАКТИ 16+
14.00 ЕСТЬ ТЕМА!
15.30 ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА. ЧЕМПИОНАТ
МИРА 12+
19.45 ФУТБОЛ. КУБОК РОССИИ. «КРЫЛЫЕ
СОВЕТОВ» (САМАРА) - «КРАСНОДАР» 12+
22.00 ФУТБОЛ. КУБОК РОССИИ. «ЗЕНИТ»
(САНКТ-ПЕТЕРБУРГ) - «АХМАТ»
(ГРОЗНЫЙ) 12+

КУЛЬТУРА

K

07.20, 13.00 «ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ.
КИРИЛЛ ЛАВРОВ». ИЗБРАННЫЕ
ГЛАВЫ 16+
07.45, 14.55, 23.50 СТУПЕНИ
ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+
08.40 Д/Ф «РАССЕКРЕНЕННАЯ ИСТОРИЯ».
«СОЮЗ-АПОЛЛОН. РУКОПОЖАТИЕ В
КОСМОСЕ» 16+
09.10, 22.15 Т/С «ЮЛИЙ ЦЕЗАРЬ» 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35 НОВОСТИ
КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.15 ХХ ВЕК 16+
11.50 Д/Ф «ЧЕД. СТОЛЕТИЕ ДУБЕНСКОГО
ЗУБРА. МИХАИЛ МЕЩЕРЯКОВ» 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО 16+
13.30 Х/Ф «ДЯДЯ БАНЯ. СЦЕНЫ ИЗ
ДЕРЕВЕНСКОЙ ЖИЗНИ» 16+
15.50 «БЕЛАЯ СТУДИЯ». ЕВГЕНИЙ
ПЕТРОСЯН 16+
16.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
17.15 Д/Ф «ХОЖДЕНИЕ КУЗУЗОВА ЗА
МОРЕ» 16+
17.45 «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ОЛИМП».
ЛАУРЕАТЫ 16+
18.45 Д/Ф «М.И.Ф.» 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
20.50 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ 16+
21.30 ВЛАСТЬ ФАКТА 16+
23.05 Д/Ф «РАССЕКРЕНЕННАЯ ИСТОРИЯ».
«ТРИКОЛОНЕНИЯ ИНОСТРАНЦЕВ В
СТРАНЕ СОВЕТОВ» 16+
00.45 «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ОЛИМП».
ЛАУРЕАТЫ 16+

Домашний

D

07.30 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.30 ТЕСТ НА ОЦТВОСТВО 16+
10.40, 22.55 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ»
16+
11.40, 00.00 Д/С «ПОРЧА» 16+
12.45, 01.00 Д/С «ЗНАХАРКА»
16+
13.20 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО»
16+
13.50 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ»
16+
14.25 ГАРМОНИЧНАЯ ЖЕНЩИНА
16+
14.40 Х/Ф «ТАЙНЫЙ ДНЕВНИК МОЕЙ
СЕСТРЫ» 16+
19.00 Х/Ф «ПОД МАСКОЙ ЛЮБВИ»
16+

ТНТ

TNT

07.00 УТРО ТНТ-2025 16+
08.00 КТО КУДА 16+
08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00,
11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30,
14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00,
16.30 Т/С «ИНТЕРНЫ»
16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30,
20.00, 20.25 Т/С «ПЕРВОКУРСНИЦЫ»
16+
20.50, 21.15 Т/С «УНИВЕР. МОЛОДЫЕ»
16+
21.40 Х/Ф «ТАКСИ-4» 16+
23.35 Х/Ф «ТАКСИ-3» 12+
01.10 Х/Ф «ПЯТЬДЕСЯТ ОТТЕНКОВ
ЧЕРНОГО» 18+

ЗВЕЗДА

★

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00 Д/С «ЭВОЛЮЦИЯ ОРУЖИЯ» 16+
11.50, 18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
12.05, 19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
12.20, 13.20 Х/Ф «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА
ЗОРИНА» 12+
15.00, 17.10 Т/С «СМЕРТЕЛЬНАЯ СХВАТКА»
16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
20.10 Д/С «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ» 16+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15 Х/Ф «ПЛАТА ЗА ПРОЕЗД» 16+
01.10 Х/Ф «МИГ УДАЧИ» 12+

ТВ Центр

U

06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.15 ДОКТОР И... 16+
08.45 Х/Ф «ЧТО ОН КАЗАЛ?» 16+
10.40 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. КТО
СЫГРАЕТ ЗЛОДЕЯ?» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 Х/Ф «ПОКОПАЙТЕСЬ В МОИ
ПАМЯТИ» 12+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В
ПРИМЕТЫ» 16+
16.55 ПРОЩАНИЕ 16+
18.15 Х/Ф «ЧИСТОСЕРДЧНОЕ
ПРИЗВАНИЕ-3» 12+
22.35 ХВАТИ СЛУХОВ! 16+
23.10 ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА 16+
00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+
00.45 Д/Ф «СЛЕДСТВИЕ ВЕДЕТ КТБ.
СОВАРЬ ШПИОНА» 16+

СПАС

СПАС

08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
11.00 Д/Ф «ИКОНА БОЖИЕЙ МАТЕРИ
НЕОПАЛИМАЯ КУЛИНА» 0+
11.35 Д/Ф «МИТРОФАН» 0+
12.20, 23.55 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
12.30, 21.10 ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА
12+
13.25, 13.55, 14.25 МОНАСТЫРСКАЯ
КУХНЯ 0+
14.55 Х/Ф «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД»
6+
16.50 Х/Ф «СТАРШАЯ СЕСТРА»
6+
18.55 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
20.00 БЕСОГОН 18+
22.10 Д/Ф «СВЯТЫЕ РОДИТЕЛИ»
0+
23.20 ПОЛЕ БИТВЫ 16+

5 канал

5

06.45, 07.25, 08.10 Т/С «СВОИ-6»
16+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05 Т/С «СВОИ-5»
16+
13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.50, 17.30,
18.10, 19.00, 19.50, 20.40, 21.30 Т/С
«СЛЕД» 16+
22.20, 01.15 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
ПЯТЕРКА-7» 16+

ТНВ

TНВ

08.00, 17.00, 22.45 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 18.20 Т/С «ПОДМЕНА» 16+
09.30 РОДНАЯ ЗЕМЛЯ 12+
10.00 НАРОД МОЙ 12+
10.30, 17.30 ТАТАРЫ 12+
11.00, 15.00, 18.00, 21.30, 00.00 НОВОСТИ
16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН
16+
12.05 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ
6+
16.00 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ?
12+
19.00 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ КХЛ. «АК
БАРС» (КАЗАНЬ) - «НЕФТЕХИМИК»
(НИЖНЕКАМСК) 6+
21.50 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ
16+
23.10 КЭМИТ ЖВИТ 16+

ОТВ

ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00, 22.30, СОБЫТИЯ:
16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.30, 18.30, 23.00
СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55
ПОГОДА НА ОТВ 6+
09.00, 13.30, 18.00, 23.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ
ЭТОМ 16+
09.30, 16.00 Д/С «ДЕРЕВНИ РОССИИ»
12+
10.00, 14.10 Д/Ф «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ»
12+
11.00 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ. ИТОГИ
НЕДЕЛИ 16+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК
16+
13.00, 16.30, 00.00 Д/С «ДНК РОССИИ»
12+
14.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
17.00 ВЕСТНИК КОРПОРАЦИИ
16+
17.10 Д/Ф «СВО: КОМПОНЕНТЫ СИЛЫ»
16+
18.50 Х/Ф «АВТОМОБИЛИСТ»
(ЕКАТЕРИНБУРГ) - «ТРАКТОР»
(ЧЕЛЯБИНСК) 16+
21.30 НОВОСТИ ТАУ «9 1/2»
16+
00.30 Д/С «БИТВА ОРУЖЕЙНИКОВ»
16+

СТС

СТС

08.30 Т/С «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»
12+
12.45 Х/Ф «РЫЖИЙ ПЕС»
16+
14.40 Х/Ф «ДАЛЬНИЙ КОСМОС»
16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/С «МИТРИЧ»
16+
19.00 Х/Ф «ХОЛОД ИЗ ПАРИЖА»
16+
21.20 Х/Ф «ПЛУС ОДИН»
16+
23.20 Х/Ф «МОЙ ЛУЧШИЙ ЛЮБОВНИК»
16+

ТВЗ

ТВЗ

08.15 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
08.45, 09.15, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00,
17.30 Т/С «СЛЕПЯ» 16+
09.45, 10.20, 11.00, 11.30, 12.00, 12.40,
13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Т/С
«ГАДАЛКА» 16+
18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/С
«СКОРАЯ ПОМОЩЬ» 16+
23.00 Х/Ф «ДРУГИЕ» 18+
01.15, 02.00, 02.45, 03.30, 04.15, 05.00 Т/С
«ПЕНСИЛЬВАНИЯ» 16+

РЕН ТВ

РЕН

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ
16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ
16+
10.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ
16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00, 01.12 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА
16+
14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ
ИСТОРИИ 16+
15.00 Д/С «ЛЕГЕНДЫ И МИФЫ»
16+
17.00, 02.30 ТАЙНЫ ЧАПМАН
16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ
16+
20.00 Х/Ф «ПЕРВОУЧКА» 16+
22.20 БЕЗУМНЫЕ ФАКТЫ 16+
23.30 Х/Ф «УДАЧА ЛОГАН» 16+

ЧЕТВЕРГ, 18 СЕНТЯБРЯ

ПЕРВЫЙ

1

09.00, 11.00, 14.00, 17.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.20, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15,
22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+
11.35, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА
16+
15.05 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!
16+
15.55 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «БОЙ С ТЕНЬЮ» 16+
00.00 Д/С «ОБЫКНОВЕННЫЙ ФАШИЗМ-2»
18+

РОССИЯ

1

09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ
12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.40, 02.10, 03.30 Т/С «ТАЙНЫ
СЛЕДСТВИЯ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «СПАСКАЯ»
16+
23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ
СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ

НТВ

08.25, 10.35 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ.
ВЕКТОР АТАКИ» 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35
СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ
16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «СТРАЖНИК»
16+
22.10, 00.00 Т/С «ВАРЯГИ» 16+
00.45 ПОЗДНЯК 16+
01.00 МЫ И НАУКА. НАУКА И МЫ
12+

МАТЧ ТВ

2

08.00 ЛУЧШЕЕ ИЗ ЛУЧШИХ 12+
08.30 ТРЕТИЙ ТАЙМ 12+
09.00, 11.00, 13.55, 18.30 НОВОСТИ
09.05, 18.35, 00.45 ВСЕ НА МАТЧ!
11.05 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
11.25 КОМАНДА МЕТЧЫ 12+
11.55 БОУЛИНГ 12+
14.00 ЕСТЬ ТЕМА!
15.30 ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА. ЧЕМПИОНАТ
МИРА 12+
19.45 АВТОСПОРТ 6+
20.15 ФУТБОЛ. КУБОК РОССИИ. «ЦСКА»
- «БАЛТИКА» (КАЛИНИНГРАДСКАЯ
ОБЛАСТЬ) 12+
22.30 ФУТБОЛ. КУБОК РОССИИ.
«СПАРТАК» (МОСКВА) - «РОСТОВ»
(РОСТОВ-НА-ДОНУ) 12+

КУЛЬТУРА

K

07.20, 13.00 «ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ.
КИРИЛЛ ЛАВРОВ». ИЗБРАННЫЕ
ГЛАВЫ 16+
07.45, 14.55, 23.50 СТУПЕНИ
ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+
08.40 Д/Ф «РАССЕКРЕНЕННАЯ ИСТОРИЯ»
16+
09.10, 22.15 Т/С «ЮЛИЙ ЦЕЗАРЬ» 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35
НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.15 ХХ ВЕК 16+
12.10 Д/Ф «ЗЫБЛОЕ РЕМЕСЛО» 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО 16+
13.30 К 100-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ
КИРИЛЛА ЛАВРОВА. «ПЕРЕД
ЗАХОДОМ СОЛНЦА» 16+
15.50 2 ВЕРНИК 2 16+
16.30 «ВЫШИВКА ДАГЕСТАНА» 16+
17.15 Д/Ф «ХОЖДЕНИЕ КУЗУЗОВА ЗА
МОРЕ» 16+
17.45 «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ОЛИМП».
ЛАУРЕАТЫ 16+
18.20 Д/Ф «ПАВЛОВО. УСАДЬБА КУТЦА
ВАСИЛИЯ ГОМУЛИНА» 16+
18.45 Д/Ф «М.И.Ф.» «ИГОРЬ МАСЛЕННИКОВ.
НОВЫЕ ВРЕМЕНА» 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 ОТКРЫТАЯ КНИГА. «КОРАБЛЬ
ТЕСЕЙ» 16+
20.50 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
20.50 КИНО О КИНО 16+
21.30 ЗНИГМА 16+
23.05 Д/Ф «РАССЕКРЕНЕННАЯ ИСТОРИЯ»
16+

Домашний

D

08.00, 05.15 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!
16+
09.00 ТЕСТ НА ОЦТВОСТВО 16+
11.10, 23.00 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ»
16+
12.10, 00.05 Д/С «ПОРЧА» 16+
13.15, 01.05 Д/С «ЗНАХАРКА»
16+
13.45, 01.30 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО»
16+
14.20, 02.00 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ
ДУШ» 16+
14.55 Х/Ф «ВРЕМЯ ПРОЩАТЬ»
16+
19.00 Х/Ф «СЛЕПАЯ ЛЮБОВЬ» 16+

ТНТ

TNT

07.00, 06.00 УТРО ТНТ-2025 16+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30,
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00,
13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30,
16.00, 16.30 Т/С «ИНТЕРНЫ» 16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30,
20.00, 20.25 Т/С «ПЕРВОКУРСНИЦЫ»
16+
20.55, 21.25 Т/С «УНИВЕР. МОЛОДЫЕ»
16+
23.55 Х/Ф «ТАКСИ-4»
16+
01.30 Х/Ф «РЕИНКАРНАЦИЯ»
18+

ЗВЕЗДА

★

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ
16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00 Д/С «ЭВОЛЮЦИЯ ОРУЖИЯ» 16+
11.50, 13.20 Х/Ф «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»
12+
14.20, 17.10, 04.35 Т/С «ПОСЛЕДНИЙ
БРОНЕПОЕЗД» 16+
17.50 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ
16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 КОД ДОСТУПА 12+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.15 Х/Ф «ГАДАЛА О ДОБЛЕСТНОМ
РЫЦАРЕ АЙВЕНГО» 12+

ТВ Центр

U

08.10 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «ПОСЛЕДНИЙ ДОВОД» 12+
10.35 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. ПРИКАЗАНО
ПОЛЮБИТЬ» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 Х/Ф «ПРИГЛАСИЛ В ДОМ ПРИЗРАКА»
12+
13.45, 04.55 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В
ПРИМЕТЫ» 16+
16.55 ПРОЩАНИЕ 16+
18.15 Х/Ф «ЧИСТОСЕРДЧНОЕ
ПРИЗВАНИЕ-4» 16+
22.35 10 САМЫХ... 16+
23.10 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. ГЕРОЙ НА
ЧАС» 16+
00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+

СПАС

СПАС

06.00, 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
11.00, 22.10 Д/Ф «СВЯТЫЕ РОДИТЕЛИ»
0+
12.10, 23.55 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
12.20, 21.10, 03.20 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ
СВЯЩЕННИКА 12+
13.15, 13.45, 14.10 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ
0+
14.40 Х/Ф «СТАРШАЯ СЕСТРА»
12+
16.40 Х/Ф «УРОК ЖИЗНИ»
12+
18.55 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
20.00 БЕСОГОН
23.20 ПОЛЕ БИТВЫ
16+
00.05 Д/Ф «КОЧУ ТИШИНЫ»
16+

5 канал

5

09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
07.10, 09.30, 10.20, 11.15, 12.05 Т/С «СВОИ»
16+
08.00 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ!
12+
08.35 ДЕНЬ АНГЕЛА 0+
13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50, 17.30,
18.10, 19.00, 19.55, 20.40 Т/С «СЛЕД»
16+
22.20 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7»
16+

ТНВ

TНВ

06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 18.20, 05.

ПОДАРОК К ДНЮ ПЕНСИОНЕРА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

В ВETERАНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

В июле этого года А. Герасимов, глава Каменска-Уральского, побывав в городском совете ветеранов, рассказал о достигнутых результатах развития городского округа и планах на будущее. Он проинформировал о темпах строительства жилья, ремонте дорог и благоустройстве дворовых площадок. Остановился и на острых вопросах – работе городского транспорта и доступности медицины.

В нашем городе большое внимание уделяется организации полезного досуга жителей, их спортивному, культурному и духовному развитию. Каменск-Уральский хорошеет на глазах: обустроены фонтаны и набережная, спортивные комплексы и центр культурного развития, скверы и парки. Захотелось ветеранам воочию увидеть эти изменения и порадоваться за родной город, ведь в силу почтенного возраста не каждому удается побывать в разных его уголках.

Такую возможность пожилым горожанам предоставила местная администрация: 35 ветеранов и пенсионеров в начале сентября на комфортабельном автобусе отправились на экскурсию по родному городу. В сопровождении замечательного экскурсовода, заместителя директора краеведческого музея Ю. Партиной мы побывали в исторических и современных местах Каменска-Уральского, услышали интереснейшую историю его становления и развития.

Побывав на Соборной площади, мы узнали множество фактов о ее прошлом и настоящем, полюбовались архитектурой Свято-Троицкого собора, поговорили о кинотеатре им. Кирова и драмтеатре, ведь многие из присутствующих посещали их в молодые годы.

Приветливо нас встретил центр культурного развития «Клевер», где занимаются творчеством и школьники, и дошколята, и взрослые. Мы побывали на занятии вокальной студии, увидели прекрасный зал для хореографических занятий, студию эстетического развития и студию цифровых технологий. С особым удовлетворением отметили, что в центре работает клуб для активных пенсионеров! Впервые мы посетили центр прогресса бокса «Витязь», где нас встретил руководитель А. Кукарин, провёл экскурсию по масштабному зданию и подробно рассказал о реализации проекта «Каменское активное долголетие», где люди старшего поколения бесплатно занимаются дважды в неделю и заряжаются бодростью и позитивом. Мы увидели достижения спортсменов в зале спортивной славы. Поразили размахом тренажерный и зал для проведения спортивных мероприятий. Оказывается, некоторые ветераны из нашей экскурсионной группы уже успешно занимаются здесь!

А как преобразилась набережная – чудо: великолепный вид на Исеть, арочный железнодорожный мост, смотровая площадка, скамейки, качели, велодорожки, тренировочная площадка, све-



тильники разных конфигураций. «Здесь хочется гулять и любоваться природой!» – восклицали ветераны. Порадовались ветераны и за другие культурные объекты, к примеру, Байновский сад с зонами отдыха и спортивными площадками, фонтаном с подсветкой и амфитеатром, где наши ветераны праздновали 80-летие Победы в Великой Отечественной войне. Парк «Космос» – место, где можно провести время всей семьей. Здесь часто проходят «Танцевальные веранды», на которые любят ходить люди почтенного возраста. Завершилась экскурсия в библиотеке им. А. Пушкина, где ветеранов радушно встретил ее директор Е. Тишкин, подробную экскурсию провела Л. Глинская, заведующая отделом краеведческой литературы. Учреждение преобразилось благодаря нацпроекту «Культура». Здесь сделан ремонт,

обновлен книжный фонд, установлено современное оборудование и мебель. Наши ветераны – здесь частые гости. «Мы рады, что наша любимая библиотека так преобразилась, – говорят ветераны, – сюда хочется приходить, читать, участвовать в интересных мероприятиях и внуков приводить!»

Совет ветеранов города сердечно благодарит администрацию за предоставленную людям пенсионного возраста возможность увидеть современные изменения знакомых мест и порадоваться за те преобразования, которые делают наш родной город еще краше и привлекательнее.

Яков Никифоров,
председатель совета ветеранов
Каменска-Уральского
Фото предоставлено автором

«УЮТ НАЧИНАЕТСЯ С МИЛЫХ СЕРДЦУ МЕЛОЧЕЙ»



Инициатива

Летом в нескольких выпусках «Пенсионера» мы рассказывали о том, как организовано пребывание пожилых людей в пансионате «Милый дом».

Тема заинтересовала многих читателей, некоторые захотели подробнее узнать, как обустроен быт подопечных пансионата. На этот и другие вопросы читателей отвечает Анна Анатольевна Зализняк – руководитель сети пансионатов для пожилых людей «Милый дом».

- Какие личные вещи можно взять с собой?

- Мы не только разрешаем, но и рекомендуем взять с собой те вещи, которые наполняют комнату теплом и воспоминаниями. Ведь дом создается мелочами.

Кроме базового гардероба – одежда, обувь, гигиенические принадлежности, мы приветствуем

● Частичку дома: небольшие предметы интерьера – настольные часы, любимую вазу, симпатичную салфетку или скатерть.

● Фотографии в рамках: снимки доро-

гих людей и памятных моментов – лучший способ сделать стены пансионата своими.

● Предметы для хобби: книги, журналы, набор для вязания, вышивки, альбом для рисования или кроссворды.

● Религиозные атрибуты: иконы, молитвенные коврики и другие предметы для отправления духовных практик, но с учетом правил безопасности.

● Небольшую аудиотехнику: радиоприемник или плеер с наушниками для прослушивания любимой музыки или программ.

● Комнатные растения: небольшие неприхотливые растения в горшках, например, фиалки, герань, за которыми человеку будет приятно ухаживать.

Важный момент! По соображениям безопасности и комфорта всех постояльцев мы просим избегать громоздкой мебели, дорогих ювелирных изделий и крупных сумм наличных. Ценные вещи оставляйте дома.

- Как можно обустроить личное пространство?

Здесь нет правила «всё по стандарту». Наоборот, мы поощряем персонализацию места проживания! Ваша задача – привезти личные вещи, наша – помочь их грамотно и красиво разместить.

Творческий подход: наши сотрудники помогут расставить фотографии, развесить картины – если это позволяют правила, застелить любимым покрывалом кровать и найти самое солнечное место для цветка.

Безопасность – прежде всего: мы поможем обустроить пространство так, чтобы все вещи были в зоне доступа, а само пространство оставалось безопасным и удобным для перемещения и уборки.

Совместное творчество: мы всегда открыты к диалогу. Если у нашего подопечного есть особые пожелания по расположению мебели или предметов, мы сделаем все возможное, чтобы учесть их – в разумных пределах, конечно.

Комната не должна быть безликим номером. Она может отражать характер, историю и вкусы своего постояльца. Это – его личная территория, его крепость и его уголок спокойствия, где каждая вещь на своем месте напоминает о любви, семье и счастливых моментах жизни.

- Как организовано посещение родственников?

- Мы придерживаемся политики «открытых дверей» для родных и близких, так как верим, что ваше общение – лучшее лекарство.

Время для визитов: посещать своих близких родственники и друзья могут в любое удобное для них время в интервале с 10 до 13 и с 16 до 19 часов, в том числе – и в выходные дни.

Бывают случаи, когда родственники не укладываются в часы приема. Конечно, мы не откажем в визите, а лишь убедительно просим сообщить о своем приезде заранее, особенно если планируется поздний приход. Это нужно для того, чтобы мы могли предупредить вашего родственника,



подготовить его к встрече и не нарушить распорядок дня других подопечных.

Свобода общения: вы можете проводить время вместе в его комнате, гулять на нашей территории, общаться в гостиной или семейной зоне. Ваше присутствие здесь всегда желанно.

Пансионат «Милый дом» – мы создаем не просто условия для проживания, мы помогаем создать новый, но такой же родной дом, где ваше общение будет приносить только радость.

Сайт:
www.Milodomo.ru
+79122040088
«Милый дом».



Татьяна Корус
Фото предоставлено Анной Зализняк

ПЛОХО СЛЫШИТЕ ИЛИ ШУМИТ В УШАХ? ВАМ СРОЧНО НУЖЕН ЛЕЧЕБНЫЙ ПРИБОР, ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ СЛУХ!

**«САМАЯ БОЛЬШАЯ РАДОСТЬ – ЭТО
ВОЗМОЖНОСТЬ ХОРОШО СЛЫШАТЬ
СМЕХ ВНУКОВ И ДЕТЕЙ!»**



КРИК О ПОМОЩИ

«Здравствуйте! Прошу, не откажите в помощи! Сил моих больше нет жить как в закупоренной бочке. У меня тяжелая тугоухость на оба уха. А это значит, что я рядом стоящего человека не слышу, если только он мне на ухо не закричит. Нет ничего страшнее, чем с возрастом не слышать голосов детей и внуков, не иметь возможности поговорить по душам с соседом, да и просто хороший фильм посмотреть. У меня внучка – малышка совсем, третий годик пошел. Такой возраст интересный – вопросы всякие задает, смешные слова говорит. Вот собираемся вместе – жена, сын, дочка, все смеются с ее рассказов, а я как дурак сижу. И так мне обидно, до слез. А сколько раз просил я дочь: оставь мне малышку на денек, я поиграю с ней. Хочется же, чтобы она деда своего запомнила. А дочка боится. Говорит, заплачет ребенок, а ты не услышишь. Дорогие мои, не оставьте меня без помощи! Специалисты к которым обращался не смогли помочь. Народные средства, которые использовал, также оказались бессильными. Верю, что есть на свете средство, которое мне поможет вернуть слух. Для меня это очень важно – ХОРОШО СЛЫШАТЬ!»

Это трогательное письмо потрясло нас до глубины души. Сколько же вокруг таких отчаявшихся людей, мечтающих ясно услышать пение птиц, голос близких, любимую песню! Чтобы протянуть им руку помощи, мы решили узнать мнение у экспертов по вопросам слуха относительно этого животрепещущего вопроса.

– Насколько сложным заболеванием считается тугоухость?

– Если говорить о возрастной тугоухости, которая прогрессирует у людей старше 50–80 лет – для них потеря даже части слуха может привести к неприятным последствиям. Страдают сосуды головного мозга. Могут беспокоить головные боли или головокружения, шум в ушах, шаткость походки. Нередко возникают трудности с распознаванием речи, проблемы с памятью, вниманием или сном. Когда человек не имеет возможности общаться с другими, он замыкается в себе и становится несчастным.

– Слуховой аппарат может решить проблему?

– Слуховой аппарат усиливает слух при постоянном использовании, но не помогает бороться с причиной ухудшения слуха. То есть человек пользуется этим «костылем», в то время как патологические изменения в ухе продолжают прогрессировать.

– Но надежда есть?

– Любую проблему со здоровьем можно решить, если бороться не со следствием, а с причиной ее возникновения. Если мы говорим о возрастной тугоухости, то главным виновником являются загрязненные сосуды. Они «забиваются» бляшками, становятся хрупкими, теряют свою эластичность. Естественно, нарушается кровоснабжение всех тканей органов слуха и отдела коры головного мозга, ответственного за обработку звуковой информации. Клетки звукового нерва, барабанной перепонки, волосковые клетки ушной улитки «голодают» и начинают массово гибнуть.

Лет 20 назад мы бы сказали человеку с тугоухостью, что надежды нет. Но сейчас, к счастью, другое время. В наши дни этот процесс порой удается повернуть вспять. Причину тугоухости можно попытаться устранить, и слух постепенно вернется, если его простимулировать, например, с помощью домашнего медицинского прибора «ФизиоТон».

– Что представляет собой «ФизиоТон»?

– «ФизиоТон» – многофункциональный медицинский прибор, который помогает бороться с тугоухостью. Почему? В этом современном устройстве сочетается электрическое, магнитное, фотохромное и микровибрационное воздействие на органы слуха. Каждый из этих режимов выполняет свои особые терапевтические функции.

Электроимпульсная терапия – помогает растворить холестериновые бляшки, рассосать спайки и рубцы, повысить тонус сосудов и нервов, улучшить кровоток в органах слуха.

Магнитное поле – способствует восстановлению волосковых клеток ушной улитки, отвечающих за хороший слух. Также магнитное поле подавляет воспаление, улучшает звуковую проводимость.

Красное монохромное излучение – улучшает питание и работу барабанной перепонки и слуховых косточек (молоточка, стремечка и наковальни), отвечающих за усиление слышимости.

Низкочастотная вибрация – стимулирует кровоток и выведение токсинов и старых клеток, улучшает тонус сосудов ушей, коры головного мозга, отвечающей за слух и восстанавливает проводимость слухового нерва.

Все эти воздействия в комбинации могут дать мощный оздоровительный эффект. Сосуды очищаются, все ткани органов слуха укрепляются, кровообращение усиливается, активно начинают расти волосковые клетки, слаженно работают слуховые косточки. Восстановление происходит по принципу «снежной лавины». То есть этот многофункциональный медицинский прибор на несколько ступеней выше многого, что ранее было создано для помощи людям с тугоухостью. Он не временно заменяет человеку его собственный слух, не вторгается внутрь, а способствует восстановлению органов слуха и может вернуть естественный и здоровый слух на постоянной основе.

– Говорят, что «ФизиоТон» – настоящая гордость российской медицины?

– Так и есть. Я еще не видел медицинского прибора, который бы имел такой успех на выставках медицинской техники. Более того, «ФизиоТон» номинирован на ряд премий. Он победитель конкурса «100 лучших товаров России», награжден двумя золотыми знаками качества «Всероссийская марка».

– Как меняется жизнь человека с хорошим слухом?

– Поверьте, «домашний доктор» «ФизиоТон» подарит вам возможность прожить счастливую, уверенную, полную общения и прекрасных звуков жизнь. Представьте, как с возвращением остроты слуха все преобразится! Вы будете активно участвовать в жизни своих близких, полноценно вести беседы, понимать шутки и слышать важные объявления. Сможете общаться по телефону, слушать любимые песни и смотреть телепередачи. Начинать пользоваться «ФизиоТоном» в ближайшее время.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8-800-300-77-70

ТЕЛ. ДЛЯ ЗАКАЗА И БЕСПЛАТНОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ

**ВНИМАНИЕ! ДЕЙСТВУЕТ
СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ
ДО 15 ОКТЯБРЯ 2025 Г.!**

**200 АППАРАТОВ
СО СКИДКОЙ
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ** | **ПРОМОКОД
АКЦИИ 8825**
НЕ УПУСТИТЕ ШАНС ПОБОРОТЬ ТУГОУХОСТЬ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

ИП Добрынин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРНИП: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. Срок проведения акции до 15 октября 2025 г. Информацию об организаторе такого мероприятия, правила его проведения можно узнать по телефону 8-800-300-77-70 (звонки по РФ бесплатны). Реклама.

МЕСТО ВСТРЕЧИ – АРАКАЕВО

ЗЕМЛЯ УРАЛЬСКАЯ

Елена Зинковская
Фото автора

В этом году областной туристический слет пенсионеров проходил в селе Аракаево Нижнесергинского муниципального района. О слете газета уже писала в №35. Кроме мероприятия, в этой поездке впечатлило и само старинное татарское село.

Живописные пейзажи

Дорога из Михайловска вывела на небольшой пригорок, и открылся вид, от которого захватывало дух: бескрайние дали, много неба, на горизонте – поросшие лесом отроги Уральских гор, внизу в окружении скалистых утёсов блестит река Серга. По ее берегам уютно разместились бревенчатые домики Аракаево.

Туристы – частые гости этих мест. Село соседствует с природным парком «Оленьи ручьи». Обычно именно здесь заканчиваются сплавы по Серге. Отсюда же спелеологи отправляются в знаменитые пещеры Аракаевскую, Малую Аракаевскую и Нижнюю Аракаевскую.

Стоит посмотреть и на железную дорогу. Сейчас она практически не используется. А раньше тут регулярно ходил поезд Бакал – Чусовская, связывавший три уральских региона – Челябинскую, Свердловскую области и Пермский край. Его пассажиров впечатляли местные пейзажи, особенно проезд по железнодорожному мосту через Сергу. Чуть ближе к станции Михайловский завод железная дорога рассекает гору и идет в живописном каньоне между скал. От Аракаево на реке Серге начинается Михайловский пруд, по берегам которого тоже поднимаются скалы.

Центр вдохновения

Кроме охотников за природными красотами, село привлекает любителей старины и национального колорита. Ведь жители Аракаево, 94 процента из которых – татары, бережно хранят традиции, обычаи, обряды своего народа. Вдохновляющим и организующим центром этой непростой и почетной миссии стал Национальный культурный комплекс села Аракаево. Им руководит заслуженный деятель искусств Республики Татарстан Салават Губаев.

С гордостью рассказывает он гостям о комплексе: «Раньше у нас был деревянный клуб на 50 мест. В 1995-м он сгорел, и 17 лет мы жили в школьном коридоре, на 10 квадратных метрах, без окна. Новое здание строилось больше 20 лет. Начали его в 1989-м, и только в 2012 году мы переехали сюда. Конечно, сначала это была пустая коробка, не было ни звука, ни света, ни одежды для сцены. Многие сделали своими руками, техническое оборудование приобретали на гранты министерства культуры Свердловской области. Приезжие артисты очень удивляются, что в небольшом населенном пункте может быть такое современное учреждение».

В Национальном культурном комплексе есть и прекрасно оснащенный актовый зал, и универсальный зал, который может быть как танцевальным,



так и спортивным, при желании здесь можно организовать и банкет на 250 человек. В конференц-зале проходят обучающие семинары и мастер-классы. На втором этаже разместились зимний сад, любовно созданный жителями села, современная библиотека и музей.

Здесь живет история

Историко-краеведческий музей работает в Аракаево с 1999 года. В его фондах более 7,5 тысячи экспонатов. Их собирали местные жители, привозили соседи из близлежащих сел, из Башкирии и Екатеринбурга. В витринах – богатая коллекция самоваров, часов, гармоней, тютюбеек. Есть предметы, датированные XVI и XIX веками. Найденный в окрестностях Аракаево наконечник стрелы специалисты отнесли к XIV веку. Воссозданный уголок крестьянской избы дает представление о том, как аракаевцы украшали свое жилище, чем пользовались в быту.

С фотографий, аккуратно размещенных на стендах, смотрят ветераны войны, известные уроженцы села. Привлекает внимание посетителей и экспозиция, посвященная генеалогии коренных родов Аракаево с 1660 года. В этом древе – порядка двух тысяч человек, представители шести основных фамилий села: Аракаевы, Субангуловы, Нигаматовы, Гафаровы, Хакимовы, Губаевы. Сегодня их родственники проживают в 11 странах мира – на территории России, в бывших республиках Советского Союза, в Америке, Финляндии, Австралии.

Возрожденное мастерство

Широко представлены в музее образцы национального костюма уральских татар, свадебной одежды и украшений. Особая гордость сельчан – тамбурная вышивка. Ею украшали полотенца, фартики, платья. Если зажиточные горожанки носили традиционный головной убор калфак из бархата, а жилеты расшивали золотыми и серебряными нитями, бисером, жемчугом, то наряды деревенских жителей были намного скромнее. Самым доступным материалом для селян был сатин, в основном черного или коричневого цвета. Конечно, такую ткань женщинам хотелось расцветить. Вязальный крючок в умелых руках творил чудеса, и распускались на черном фоне необыкновенные цветы, яркие узоры, радуя



глаз, превращая невзрачное полотно в настоящее произведение искусства. При этом на изнаночной стороне не оставалось узелков – показатель особого мастерства. У каждого села был свой оригинальный рисунок, так что можно было без труда определить, откуда родом модница.

Тамбурная вышивка – один из древнейших видов рукоделия, зародилась она в Персии. Шов представляет собой цепочку из петелек, звенья которой заходят одно в другое. Прежде этим ремеслом владели многие, но от засилья ширпотреба в последние годы вспоминали о нем все реже. Сохранившиеся в сельском музее 100-летние орнаменты в технике тамбурной вышивки сегодня обретаю новую жизнь. Аракаевские рукодельницы проводят мастер-классы, обучают древнему мастерству всех желающих. Теперь такой вышивкой они украшают сувениры, чехлы для сотовых телефонов, сумки, современную одежду и даже вечерние платья, делая их эксклюзивными. Уникальные изделия разлетаются, как горячие пирожки.

Любимая «Сардария»

Еще одна визитная карточка села – татарский фольклорный ансамбль песни и танца «Сардария». Он образовался в 1958 году, когда в Аракаево, на родину мужа, приехала молодая учительница Сардария Нигаматова. Здесь супруги Нигаматовы растили троих сыновей. Акрам Хизбуллович многие годы возглавлял местную школу, а Сардария Заветовна, помимо преподавания, заинтересовалась фольклором и обычаями местных татар, собирала старинные песни, танцы, изучала историю национального костюма. Она организовала школьный ансамбль, взяла на себя руководство клубной самодеятельностью. Невысокая энергичная женщина была и солисткой, и режиссером, и костюмером. В честь основательницы творческий коллектив был назван ее именем – «Сардария». Ей посвящен и межрегиональный конкурс татарского народного творчества.

Сегодня в ансамбле – почти 200 участников, каждый второй житель села – это четыре поколения артистов разных возрастов – от 3 до 86 лет. Вместе на одной сцене выступают прабабушки, бабушки, внуки, правнуки. Ансамбль «Сардария»



не раз выезжал на зарубежные гастроли, побеждал на межрегиональных и общероссийских фестивалях, конкурсах, покорял сердца зрителей на Кремлевской сцене.

Сохранить родной язык

После службы в армии пришел в ансамбль и Салават Губаев, очень скоро став ведущим артистом. После ухода из жизни Сардарии Нигаматовой он возглавил народный коллектив и вот уже почти 30 лет вкладывает силы, душу, энергию в сохранение и развитие традиционной татарской культуры.

«Любой татарин любит родную песню, танцы, – говорит Салават Губаев. – Поэтому мы постоянно организуем конкурсы, фестивали, концерты. В гости к нам приезжают творческие коллективы из многих регионов России, артисты Сибайской государственной филармонии, Государственного академического ансамбля песни и танца Республики Татарстан. На таких концертах яблоку негде упасть, зрители собираются со всей округи».

Казалось бы, с продвижением народного творчества проблем не возникает. Но руководителя НКК беспокоит другая проблема. Несколько лет назад в Аракаево закрыли школу и детский сад. Теперь детей возят на учебу в Михайловск, за 10 километров от села. Татарский язык там преподают только факультативно, по два часа в неделю. «Этого очень мало, – считает Салават Губаев. – Смогут ли дети читать книги на родном языке, не утратят ли свою идентичность? Поэтому сохранение татарского языка, обучение ему юных сельчан становится приоритетом в нашей работе. Старинные песни и обряды в этом становятся надежной поддержкой».

Иногда гостей у нас собирается больше, чем жителей села. Вы спросите, что они забыли здесь, в маленьком татарском селе? Люди едут сюда, чтобы прикоснуться к истокам, к своим корням, чтобы познать вековую народную мудрость, которая поможет в жизни, творчестве, в воспитании детей. С удовольствием приезжают в Аракаево и туристы разных национальностей. Мы показываем им окрестности, знакомим со своей культурой, проводим экскурсии по музею, мастер-классы по национальной кухне и декоративно-прикладному творчеству, угощаем татарскими блюдами. Мы открыты в общении и готовы делиться историей, опытом, знаниями. Ведь это помогает нам лучше понимать друг друга».

УСПЕВАЙТЕ!

Акция в честь Дня пенсионера Свердловской области продлится до 31 октября 2025 г.!

ДЛЯ ВСЕХ ПЕНСИОНЕРОВ при предъявлении пенсионного удостоверения

ЛЕЧЕНИЕ

КАТАРАКТЫ

по выгодной цене за включая операцию и сам хрусталик

21 000 р.

СОВРЕМЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ОПЫТНЫЕ ВРАЧИ

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
К ЛЕЧЕНИЮ. К ЮРИДИЧЕСКИМ
СЛУЖБАМ НЕ ОТНОСИТСЯ

«Автомобилист» созрел для чемпионства»

СПОРТ

Владимир Васильев
Фото автора

В конце минувшей недели стартовал очередной, 18-й по счёту чемпионат Континентальной хоккейной лиги. Он обещает стать самым интересным в истории: сразу около десяти команд, то есть почти половина участников, публично заявили о своих претензиях на главный трофей – Кубок Гагарина. Среди них – и екатеринбургский «Автомобилист».

Хоккейное межсезонье в России выдалось бурным

На неопределённое время, а может быть, и навсегда снялся с розыгрыша балашихинский «Витязь». «Куньунь ред стар», который формально считается китайским клубом, но базировался в последнее время в подмосковных Мытищах, переехал в Санкт-Петербург и сменил название, теперь это «Шанхай драгонс».

Несколько ведущих клубов КХЛ расстались со своими главными звёздами. Лучший бомбардир лиги прошлого сезона, канадец Джош Ливо, перешёл из «Салавата Юлаева» в «Трактор». Один из топовых форвардов омского «Авангарда» – Владимир Ткачёв – оказался в «Металлурге». Другой яркий сибирский «ястреб» – Рид Буше – пополнил состав «Автомобилиста».

Не менее бурные изменения произошли и в тренерских штабах команд. Игорь Никитин, который привел в прошлом сезоне ярославский «Локомотив» к Кубку Гагарина, через несколько дней после триумфа перешёл в ЦСКА – клуб, который несколько лет назад очень не красиво Никитина уволил.

Новым наставником «Локомотива» стал канадец Боб Хартли, в 2021 году завоевавший Кубок Гагарина с «Авангардом». После того успеха Хартли ушёл на покой, омичи всячески уговаривали его вернуться, но тренер отказывался. И вдруг оказался у руля ярославцев...

Китайские «Драконы», давно не попавшие даже в плей-офф, ухитрились ангажировать на пост наставника канадца Жерара Галлана, который несколько лет назад вывел «Лас-Вегас Найтс» в финал Кубка Стэнли.

Каждый второй мечтает о Кубке

В чемпионате КХЛ сезона 2025-2026 участвуют 22 команды. На предварительном этапе, в так называемом регулярном чемпионате, они проведут друг с другом по 68 матчей; 16 лучших клубов получат право сыграть в плей-офф, который стартует 23 марта.

Претендентов на победу нынче как никогда много: о своих планах на трофей публично заявили «Локомо-

тив», ЦСКА, московское «Динамо» (все – Западная конференция), «Металлург», «Авангард», казанский «Ак барс», «Трактор», «Автомобилист» (Восточная конференция).

Пора оправдывать авансы

Екатеринбургская команда после того, как попала под крыло УГМК, стала получать весьма приличное финансирование, что привело к резкому усилению состава и, соответственно, к зачислению в список топ-клубов. Несмотря на это добиться сколь-нибудь серьёзных успехов у «шофёров» долго не получалось. Наконец в сезоне 2024-2025 команда добралась до полуфинала Кубка Гагарина и стала бронзовым призёром чемпионата.

Поклонники команды надеялись на «продолжение банкета», но в прошлом сезоне «Автомобилист» откатился назад, вылетев из борьбы уже в первом раунде плей-офф. Тем не менее руководство клуба посчитало это случайностью и сохранило и тренерский штаб во главе с Николаем Заварухиным, и почти всех ведущих игроков: Стефана да Косту, Брука Мэйсека, Никиту Трямкина, обоих вратарей – Владимира Галкина и Евгения Аликina. Из ключевых фигур прошлого сезона команду покинул только защитник Ник Эберт, у которого возникли проблемы со здоровьем.

По трансферам «на вход» самым значимым приобретением стал упомянутый выше американец Рид Буше – один из лучших снайперов КХЛ последних лет. Из других новичков эксперты выделяют защитников Романа Горбунова из минского «Динамо» и Дмитрия Юдина из СКА. Последний – уроженец Нижнего Тагила.

Мы считаем, что команда созрела для того, чтобы бороться за самые высокие места, все мы должны ставить перед собой задачу завоевания чемпионского титула, – сказал на предсезонной пресс-конференции директор ХК «Автомобилист» Максим Рябков.

Первый матч в новом чемпионате «Автомобилист» сыграл в понедельник вечером. Первый матч дома – 15 сентября против «Салавата Юлаева».

С днём рождения!

Желаем самых лучших дней,
Больших мечтаний и идей,
Улыбок близких и друзей –
Пусть будет сердцу веселей!

85 лет

Вера Николаевна АНАНИНА,
Екатеринбург

80 лет

**Софья Николаевна
МИТЯКОВСКИХ,**
Ирбит

75 лет

Галина Григорьевна КУЗНЕЦОВА,
Красноуфимск

Нина Евгеньевна СИБИРЦЕВА,
Ирбитский район

День рождения

Галина Николаевна АКСЕНОВА,
Ирбитский район

Ирина Владимировна АЛЕШИНА,
Екатеринбург

Мария Петровна БЕЛОНОГОВА,
Михайловск

Екатерина Ивановна БЕРЕЖНАЯ,
Березовский

**Александра Саватеевна
ВОЛОСЕНЦЕВА,**
Екатеринбург

Владимир Михайлович ГАСНИКОВ,
Пригородный район

Клавдия Петровна ЕВСЕЕЧЕВА,
Екатеринбург

Валерий Федорович КОПЫШЕВ,
Екатеринбург

Сергей Васильевич КОРОЛЁВ,
Екатеринбург

Галина Георгиевна ЛОТОВА,
Пышминский район

Любовь Николаевна ПЕТРОВСКАЯ,
Екатеринбург

Зоя Ивановна ПИМЕНОВА,
Михайловск

Геннадий Карпович РЫЖКОВ,
Пышминский район

Анна Яковлевна СТЕПАНОВА,
Детярск

Нина Дмитриевна ЮРПАЛОВА,
Ревда

Поздравляю с 60-летием
Вячеслава Николаевича СУРКОВА,
с 65-летием – **Сергея Михайловича
ДЕВЯТКИНА,** с днем рождения –

Анну Захаровну КИСЕЛЕВУ
В семье пусть любят, берегут,
Доходы пусть всегда растут.
И всем невзгодам вопреки
В душе сияют огоньки!

Почетный ветеран УВД
А.Н. Глушков, Березовский

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте газетапенсионер.рф

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

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

● Продаю участок, 11 соток, под строительство в Артемовском. Тихий район,

рядом станция. 800 т. р. Тел.: 8-909-013-01-02

● Продаем концентратор кислорода (для дыхания при недостатке). Дешево. Тел.: 8-950-190-40-24

● Продам стир. машину «Дэу»; покрыва для велосипеда, р-р 62-559-26х2,35, 2 шт.; вентилятор, телефоны, детали для телеаппаратуры. Тел.: 8-919-369-04-18

● Сниму жил. площадь, теплый домик при ж/д. Возможно, с последующим выкупом. Пенсионер, без в/п. Тел.: 8-953-007-44-63

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

Пенсионер Купон

Только для пенсионеров

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 подписит

Фамилия

Телефон

Адрес

Подпись



ПЕРВЫЙ

09.00, 11.00, 14.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР
0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.20, 17.00 БОЛЬШАЯ ИГРА
16+
13.10, 14.15 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ
16+
15.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
16.05 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.40 ЧЕЛОВЕК И ЗАКОН 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 ГОЛОС. ДЕТИ. НОВЫЙ СЕЗОН
0+
23.25 Д/Ф «АЗНАВУР ГЛАЗАМИ ШАРЛЯ»
16+

РОССИЯ

09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ
12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.30 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ»
16+
17.00 ПРЯМОЙ ЭФИР 16+
21.30 НУ-КА, ВСЕ ВМЕСТЕ! 12+
23.55 ИСТОРИИ БОЛЬШОЙ СТРАНЫ
12+
00.55 Х/Ф «ПРОВИНЦИАЛКА»
12+

НТВ

08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ!
08.25 Д/Ф «МОИ УНИВЕРСИТЕТЫ. БУДУЩЕ
ЗА НАСТОЯЩИМ» 6+
09.25, 10.35 Т/С «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ»
16+
11.05 Т/С «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ.
ПОЛНЫЙ КОНВОЙ» 16+
13.00 ПРЕЗЫВАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 1
6+
16.45 ДНК 16+
17.55 ХДИ МЕНЯ 12+
20.00 Т/С «СТРАЖНИК» 16+
22.10 Т/С «ВАРЯГИ» 16+
00.20 СВОЯ ПРАВДА 16+

СУББОТА, 20 СЕНТЯБРЯ

ПЕРВЫЙ

09.45 СЛОВО ПАСТЫРЯ 0+
10.00, 12.00 НОВОСТИ
10.15 Д/Ф «ОДНА СЧАСТЛИВЕЙШАЯ
ЖИЗНЬ» 12+
11.05 ВСПОМНИТЬ ВСЕ 12+
12.20 ПОЖАЛИ! 12+
13.10 Д/Ф «УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ» 12+
16.15 Д/Ф «ОГНЕВОЕ ПРЕВОСХОДСТВО
АРКАДИЯ ШИПУНОВА» 12+
17.05 КОТО ХОЧЕТ СТАТЬ МИЛЛИОНЕРОМ?
12+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.25 ДВЕ ЗВЕЗДЫ. СЕМЕЙНЫЙ ПОДРЯД
12+
20.20, 02.20 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
22.00 ВРЕМЯ
22.30 МЕЖДУНАРОДНЫЙ МУЗЫКАЛЬНЫЙ
КОНКУРС «ИНТЕРВИДЕНИЕ»
16+

РОССИЯ

08.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СУББОТА
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+
09.00 ФОРМУЛА ЕДЫ 12+
10.25 ПЯТЕРО НА ОДНОГО 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.30, 20.00 ВЕСТИ
11.30 НАШИ. ВОЕНКОРЫ 12+
12.00 ДОКТОР МЯСНИКОВ 12+
13.00 БОЛЬШИЕ ПЕРЕМЕНЫ 12+
14.30 ЮМОР! ЮМОР! ЮМОР!!! 16+
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
20.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
21.10 Х/Ф «ДАНИЛОВСКИЙ ТУПИК»
16+

НТВ

07.20 СМОТР 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ!
16+
09.20 ЕДИМ ДОМА 0+
10.20 ГЛАВНАЯ ДОРОГА 16+
11.00 ЖИВАЯ ЕДА 12+
12.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС
12+
13.00 Д/Ф «САТЬЯ» 16+
14.00 СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН
16+
16.20 ЧП 16+
17.00 СВОЯ ИГРА 12+
18.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
19.00 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ 16+
20.10 «ИНА СПЕРСТАР» НОВЫЙ СЕЗОН
16+

МАТЧ ТВ

08.00 ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ
12+
08.30 ФОРМУЛА-1. ГАСНУТ ОГНИ
12+
09.00, 11.00, 13.25, 18.55 НОВОСТИ
09.05, 19.00, 20.25, 22.45 ВСЕ НА МАТЧ!
11.05 НЕБЕСНАЯ ГРАЦИЯ 6+
11.25 КОМАНДА МЕТЧЫ 12+
12.30 ФУТБОЛ. КУБОК РОССИИ. ОБЗОР
6+
13.30 ЕСТЬ ТЕМА! 14.55 ФИГУРНОЕ
КАТАНИЕ. ОЛИМПИСКИЙ
ОТЕБОРНЫЙ ТУРНИР
12+
19.40, 20.55 БОРЬБА. ЧЕМПИОНАТ МИРА
12+
23.50 ФУТБОЛ. «БЕТИС» - «РЕАЛ
СОСЬЕДАД»
12+

КУЛЬТУРА

07.20, 13.00 «ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ.
КИРИЛЛ ЛАВРОВА». ИЗБРАННЫЕ
ГЛАВЫ 16+
07.45 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+
08.40 Д/Ф «РАСКОСНЕННАЯ ИСТОРИЯ».
«ССОР И КИТАЙ. ВЕЛИКАЯ ДРУЖБА»
16+
09.10, 22.00 Т/С «ЮЛИЙ ЦЕЗАРЬ» 12+
10.00, 13.20, 17.00, 19.30, 23.45
НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.20 Д/Ф «ГЕРОИ И ПРЕДАТЕЛИ» 16+
12.00 ОТКРЫТАЯ КНИГА. «СОБИРАТЕЛЬ
РА» 16+
13.30 К 100-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ
КИРИЛЛА ЛАВРОВА. «ПЕРЕД
ЗАХОДОМ СОЛНЦА» 16+
15.20 Д/Ф «ВОЛОГДА. УСАДЬБА
БРЯНЧАНИНОВЫХ» 16+
15.50 ЭНГМА 16+
16.30 ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ
16+
17.15 Д/Ф «ХОЖДЕНИЕ КУТУЗОВА ЗА
МОРЕ» 16+
17.45 «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ОЛИМП».
ЛАУРЕАТЫ 16+
18.45 Д/Ф «М.И.Ф.» 16+
19.45 ИСКАТЕЛИ 16+
20.35 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
21.30 Д/Ф «ТАГАНРОГ. ДВОРЕЦ
АЛЮБАКИ» 16+
22.45 2 ВЕРНИК 2 16+
00.00 Х/Ф «НАНКИНСКИЙ ПЕЙЗАЖ»
16+

Домашний

08.00 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
09.00, 02.40 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
11.10, 23.10 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ»
16+
12.10, 00.25 Д/С «ПОРЧА» 16+
13.15, 01.20 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.45, 01.45 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО»
16+
14.20, 02.15 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ
ДУШ» 16+
14.55 Т/С «ФИКТИВНЫЙ БРАК» 16+
19.00 Х/Ф «АНГЕЛ НА БЕЛОЙ КАРЕТЕ»
16+
22.55 ГАРМОНИЧНАЯ ЖЕНЩИНА
16+

ТНТ

07.00 УТРО ТНТ-2025 16+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30 Т/С
«ИНТЕРНЫ» 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30,
14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00,
16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/С
«ПЕРВОКУЗНИЦЫ» 16+
19.00, 20.00, 21.00 КОМЕДИ КЛУБ
16+
22.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ
16+
23.00 СТЕПАН РУЛЕТКА
18+

ЗВЕЗДА

09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ
16+
09.20 ИЩУ СВОИХ 12+
10.05 Х/Ф «НЕПОДЖАДОЩИЕСЯ» 12+
11.50, 13.25 Х/Ф «ЗЕЛЕНый ФУРГОН»
12+
15.45, 17.10 Х/Ф «КЛАССИК»
16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.10 ПОЛИТУКЛАДЧИК 16+
19.40 Д/С «ЗАГАДКИ ВЕКА» 12+
20.30 Д/С «БОЙНА МИРОВА»
16+
21.20 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ. ЧТО
РУССКОМУ СМЕШНО... 16+
22.00 РАДСТВУЙТЕ, ТОВАРИЩИ!
16+
23.30 МУЗЫКА! 12+
00.55 Х/Ф «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ»
16+

ТВ Центр

08.10, 11.50 Х/Ф «ЗАМУЖ ПОСЛЕ ВСЕХ»
12+
11.30, 14.30, 17.50 СОБЫТИЯ
12.35, 15.05 Х/Ф «ПЕРЕЛЕТНЫЕ ПТИЦЫ»
12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
17.00 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. СТАРИКИ.
РАЗБОЙНИКИ» 16+
18.15 Х/Ф «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ
ПРИЗВАНИЕ-5» 16+
22.00 В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ 16+
23.05 ХОРОШИЕ ПЕСНИ 12+
00.45 Х/Ф «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР»
12+
02.05 ПЕТРОВКА, 38 16+

СПАС

08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
11.00 Д/Ф «СВЯТЫЕ РОДИТЕЛИ»
0+
12.20 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ
СВЯЩЕННИКА 12+
13.20, 13.50, 14.15 МОНАСТЫРСКАЯ
КУХНЯ 0+
14.45 Х/Ф «УРОК ЖИЗНИ»
12+
17.00 Х/Ф «СЫН» 6+
18.55 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
20.00 СЛЕДЫ ИМПЕРИИ
12+
21.35 Х/Ф «ПЛЕТАЯ ЖУРАВЛИ»
12+
23.35, 04.15 РУССКИЙ КОВЧЕГ С ЯНОМ
ТАКСЮРОМ
00.30, 01.00, 01.30, 02.00 ПОЛЕ БИТВЫ
12+
02.30 Д/Ф «ВОСХОЖДЕНИЕ В ИЕРУСАЛИМ»
6+

5 канал

09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
07.35, 09.30, 10.20, 11.15, 12.05, 13.30,
14.20, 15.15, 16.05 Т/С «НАШ
СПЕЦНАЗ-3» 16+
08.30 ВАШЕ ЗОДОВОСТЬ 12+
17.30, 18.20, 19.25, 20.25, 21.35, 22.20 Т/С
«СЛЕД» 16+
23.10 СВЕТАСЯ ХРОНИКА
(КАТЕРИНБУРГ) - «СПАРТАК»
(МОСКВА) 16+
00.10 ОНИ ПОТЯЯЛИ МИР
16+

ТНВ

08.00, 22.50 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 18.20 Т/С «ПОДМЕНА» 16+
09.30, 15.20 НАСТАВЛЕНИЕ 16+
10.00 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
10.30, 17.30 ТАТАРЫ 12+
11.00 НОВОСТИ 16 16+
11.30 ПЯТИНАЧАЯ ПРОПОВЕДЬ ИЗ
ГАЛЕВСКОЙ МЕЧЕТИ КАЗАНИ 6+
12.05 ИДРИС ГАЗИЕ ПРЕДСТАВЛЯЕТ
16+
15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ
16+
16.00, 02.45 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
16.30 TATARSTAN TODAY. ОТКРЫТЫЙ
МИРУ 16+
17.00, 22.20 В ДУШЕ МЕЛОДИИ
ТАЛЬЯНКИ 12+
19.00 ХОХКЕЙ. ЧЕМПИОНАТ КХЛ. «АК
БАРС» (КАЗАНЬ) - «САЛАВАТ
ЮЛАЕВ» (УФА) 6+
21.50 РОДНАЯ ЗЕМЛЯ
12+
23.10 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ
16+
00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ?
12+

ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00, 22.30, 02.00,
03.30 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.30, 23.00, 02.30,
04.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
06.00 СВЕДЛОВОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55
ПОГОДА НА ОТВ 6+
09.00, 11.00, 13.30, 18.00, 23.30 ВСЕ
ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
09.30, 03.00 Д/С «ДЕРЕВНИ РОССИИ» 12+
10.00, 14.10 Д/Ф «НАЧНУ
СЕНСАЦИИ» 12+
11.30, 01.30 Д/С «ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ» 12+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00, 16.30, 00.00 Д/С «ДНК РОССИИ»
12+
14.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
16.00 Д/С «ВМЕСТЕ ПО РОССИИ.
ТОМСКАЯ ОБЛАСТЬ» 12+
17.00 ВЕСТНИК КОРПОРАЦИЙ 16+
17.10 Д/С «БИТВА ОРУЖЕЙНИКОВ» 16+
18.30 НОВОСТИ ТМК 12+
18.50 КХЛ. «АВТОМОБИЛИСТ»
(КАТЕРИНБУРГ) - «СПАРТАК»
(МОСКВА) 16+
21.30 НОВОСТИ TAY «9 1/2» 16+

СТС

08.20 Т/С «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»
12+
12.35 УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ.
СМЕХBOOK
16+
13.05, 19.30, 21.00 УРАЛЬСКИЕ
ПЕЛЬМЕНИ
16+

ТВЗ

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ
0+
08.15, 09.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-
КОТ»
6+
09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00,
12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.45
Т/С «ПОРЧА»
16+
15.15, 15.45, 16.15, 17.00, 17.30, 18.00,
18.30 Т/С «СЛЕПЯ»
16+
19.00 Х/Ф «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА
ВЕДЬМ»
16+
21.00 Х/Ф «ВОРОНЫЯ ЛОЩИНА»
16+
23.15 Х/Ф «НЕОБЫЧАЙНЫЕ
ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ»
16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ
16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ
16+
10.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ
16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
17.00 ГЛАВНЫЕ ТАЙНЫ МИРА
16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ
16+
20.00 Х/Ф «ГОНКА СО ВРЕМЕНЕМ»
16+
21.30 Х/Ф «МАЛЫШКА ДЖО»
16+
23.15 Х/Ф «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ»
18+

ПЕРВЫЙ

09.45 СЛОВО ПАСТЫРЯ 0+
10.00, 12.00 НОВОСТИ
10.15 Д/Ф «ОДНА СЧАСТЛИВЕЙШАЯ
ЖИЗНЬ» 12+
11.05 ВСПОМНИТЬ ВСЕ 12+
12.20 ПОЖАЛИ! 12+
13.10 Д/Ф «УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ» 12+
16.15 Д/Ф «ОГНЕВОЕ ПРЕВОСХОДСТВО
АРКАДИЯ ШИПУНОВА» 12+
17.05 КОТО ХОЧЕТ СТАТЬ МИЛЛИОНЕРОМ?
12+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.25 ДВЕ ЗВЕЗДЫ. СЕМЕЙНЫЙ ПОДРЯД
12+
20.20, 02.20 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
22.00 ВРЕМЯ
22.30 МЕЖДУНАРОДНЫЙ МУЗЫКАЛЬНЫЙ
КОНКУРС «ИНТЕРВИДЕНИЕ»
16+

РОССИЯ

08.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СУББОТА
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+
09.00 ФОРМУЛА ЕДЫ 12+
10.25 ПЯТЕРО НА ОДНОГО 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.30, 20.00 ВЕСТИ
11.30 НАШИ. ВОЕНКОРЫ 12+
12.00 ДОКТОР МЯСНИКОВ 12+
13.00 БОЛЬШИЕ ПЕРЕМЕНЫ 12+
14.30 ЮМОР! ЮМОР! ЮМОР!!! 16+
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
20.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
21.10 Х/Ф «ДАНИЛОВСКИЙ ТУПИК»
16+

НТВ

07.20 СМОТР 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ!
16+
09.20 ЕДИМ ДОМА 0+
10.20 ГЛАВНАЯ ДОРОГА 16+
11.00 ЖИВАЯ ЕДА 12+
12.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС
12+
13.00 Д/Ф «САТЬЯ» 16+
14.00 СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН
16+
16.20 ЧП 16+
17.00 СВОЯ ИГРА 12+
18.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
19.00 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ 16+
20.10 «ИНА СПЕРСТАР» НОВЫЙ СЕЗОН
16+

МАТЧ ТВ

08.00 ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ.
ОЛИМПИСКИЙ ОТЕБОРНЫЙ
ТУРНИР
12+
11.00, 12.00 НОВОСТИ
11.05, 18.50 ВСЕ НА МАТЧ!
12.05 Т/С «ЧЕМОЛНЫ» 16+
12.25 РЕБТИ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ.
«КРАСНЫ ЯР» (КРАСНОЯРСК) -
«ДИНАМО» (МОСКВА)
12+
14.25 ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ.
ОЛИМПИСКИЙ ОТЕБОРНЫЙ
ТУРНИР 12+
19.10 ФУТБОЛ. «РЕАЛ» (МАДРИД) -
«ФОРТУНА» 12+
21.15 ФУТБОЛ. «ДИНАМО» (МАХАЧКАЛА)
- «ЛОКОМОТИВ» (МОСКВА)
12+
23.35 ФУТБОЛ. «УДИНЕСЕ» - «МИЛАН»
12+

КУЛЬТУРА

07.30 Х/Ф «ТИМУР И ЕГО КОМАНДА»
0+
08.50 «МЫ-ГРАМОТЕИ!».
ТЕЛЕВИЗИОННАЯ ИГРА 16+
09.30 Х/Ф «СТАКАН ВОДЫ» 0+
11.40 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА
16+
12.20 ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ.
16+
12.50, 00.15 Д/Ф «СИЛА ПРИРОДЫ»
16+
13.45 «РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ
ИСТОРИИ». ВЛАДИМИР
МЕДИНСКИЙ 16+
14.50 БОЛЬШИЕ И МАЛЕНЬКИЕ
16+
16.45 Х/Ф «ЗВЕЗДА ПЛЕННИТЕЛЬНОГО
СЧАСТЬЯ» 0+
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
16+
19.50 Д/Ф «СУДИЩЕНСКАЯ БИТВА.
РЕКА ВРЕМЕНИ»
16+
20.20 Х/Ф «1960»
16+
22.00 АГОРА. ТОК-ШОУ С МИХАИЛОМ
ШВЫДИМОВ 16+
23.00 Х/Ф «ПОРТЮН ИЗ БРУКЛИНА»
16+
01.05 Х/Ф «В ПОГОНЕ ЗА СЛАВОЙ»
0+

Домашний

06.40 Х/Ф «БЕЗ ТЕБЯ МНЕ ЖИЗНИ НЕТ»
16+
10.45 Х/Ф «ОДНА НОЧЬ И ВСЯ ЖИЗНЬ»
16+
14.50 Х/Ф «СЕСТРЫ ПО ЛЮБВИ»
16+
19.00 Т/С «КАМЕНЬ ЖЕЛАНИЙ»
16+
22.30 Х/Ф «НАСЛЕДСТВО»
16+

ТНТ

07.00, 07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 02.50
ОДНАЖДЫ В РОССИИ
16+
11.30 КТО КУДА
16+
12.05, 13.45, 14.15, 15.55, 18.30
ЭКСТРАСЕНС. БИТВА
СИЛЬНЕЙШИХ
16+
21.00 БОЛЬШОЙ ХИТ
16+
23.00 ЖЕНСКИЙ СТЕПАНД
18+
00.00 STANDUP
18+
01.00 ПОГОНЯ
16+

ЗВЕЗДА

07.25 Х/Ф «РЫСЬ ВОЗВРАЩАЕТСЯ»
12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ
16+
09.15 ВТОРОЕ МНЕНИЕ
16+
09.45 ССОР. ЗНАК КАЧЕСТВА
12+
10.35 НЕ ФАКТ!
12+
11.05 ЛЕГЕНДЫ МУЗЫКИ
12+
11.35 ЛЕГЕНДЫ КИНО 12+
12.30 ЛЮБОВЬ НА ЛИНИИ ОГНЯ
16+
13.15 ПОЛИТУКЛАДЧИК
16+
14.00, 19.20 Т/С «ДВА КАПИТАНА»
12+
00.05 Х/Ф «ВОР»
16+

ТВ Центр

07.00 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
6+
07.25 Х/Ф «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР» 12+
09.00 ЗДОРОВЫЙ СМЫСЛ 16+
09.30 СМЕХ, ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
10.05 МИФЫ О ЕДЕ 16+
11.50 ПРОСТО & ВКУСНО 6+
11.30, 14.30, 23.35 СОБЫТИЯ
11.50 СМЕШИТЕ МЕНЯ СЕМЕРО 16+
12.55 АНЕКДОТ-КЛУБ «НЕХМУРЫЕ
ЛЮДИ» 16+
13.25, 14.45 Х/Ф «ОТЕЛЬ «СОЛНЕЧНАЯ
ДОЛИНА» 16+
17.20 Х/Ф «САДОВНИК» 16+
21.00 ПОСТСКРИПТИМ 16+
22.10 ПРАВО ЗНАТЬ! 16+
23.45 Д/Ф «ТАЙНАЯ КОМНАТА. ГОЛАЯ
ПРАВДА» 16+
00.30 Д/Ф «НЕИЗВЕСТНАЯ НАДЕЖДА
КРУПСКАЯ» 16+

СПАС

08.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ НА СПАСЕ 0+
09.00, 21.00, 04.10 ПРОСТЫЕ ЧУДЕСА
12+
10.00, 01.15, 02.00 ПИЛИГРИМ 6+
10.55 СВЯТЫНИ РОССИИ 6+
12.00 ГЛОБУС ПРАВОСЛАВИЯ 12+
13.00, 13.30, 14.00 МОНАСТЫРСКАЯ
КУХНЯ 0+
14.30 В ПОИСКАХ БОГА 12+
15.00, 02.40 ПРОФЕССОР ОСИПОВ 0+
15.35 Х/Ф «ПЛЕТАЯ ЖУРАВЛИ» 12+
17.35 Х/Ф «ПУТЬ К ПРИЧАСТИЮ» 0+
19.25 Х/Ф «ТАЙНА КОМНАТА. ГОЛАЯ
ПРАВДА» 16+
22.00, 03.10 ПРОСНУТЫЙ МИР 12+
23.05 БЕСОГОН 18+

5 канал

05.00, 05.05, 05.50, 06.30, 07.10, 08.05,
11.20, 12.15, 13.05, 14.00, 14.55,
15.50, 18.35 Т/С «УСЛОВНЫЙ
МЕНТ-2» 16+
08.55, 09.30, 10.20, 16.45, 17.40 Т/С
«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6»
16+
09.00 СТРАНА СОВЕТОВ 16+
19.30, 20.20, 21.20 Т/С «УСЛОВНЫЙ
МЕНТ-3» 16+
22.15, 23.05, 01.55, 02.35 Т/С «ФИЛИН-4»
16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ГЛАВНОЕ
16+

ТНВ

06.30, 17.45 TATARSTAN TODAY.
ОТКРЫТЫЙ МИРУ 16+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ
ПОДРАЗВЛЕНИЯ 16+
09.00 ВРЕМЯ ПОВОГОВОРИТ
16+
10.00 ИДРИС ГАЗИЕ ПРЕДСТАВЛЯЕТ
16+
11.00 ИЗ ФОНДОВ ТВ. ПОЕТ ШАМИЛЬ
АХМЕДЗЯНОВ 12+
11.30 ГОРЯЧИЙ КАЗАН 6+
12.05, 22.30 СПЕКТАКЛИ 16+
17.15, 03.15 ТАМ, ГДЕ КИПИТ ЖИЗНЬ
16+
18.15 ТЕЛЕОЧЕРК О ГЕОРГИЕ ИБУШЕВЕ
12+
19.05, 03.45 СПОЕМТЕ ВМЕСТЕ!
12+
20.00 ШАГИ 16+
20.30 ТВОРЧЕСКИЙ ВЕЧЕР ГЕОРГИЯ
И

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 12+
06.55 ЧАСОВОЙ 12+
07.25 ЗДОРОВЬЕ 16+
08.30 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМА 0+
09.10 НЕПУТЬЕВЫЕ ЗАМЕТКИ
12+
09.30 МЕНТАЛИОН 12+
10.15 ЖИЗНЬ СВОИХ 12+
11.05 ПОВАРА НА КОЛЕСАХ
12+
12.15 ВИДЕЛИ ВИДЕО? 0+
12.55 Т/С «КАЗАРОВА» 16+
16.00, 19.00 «ИНТЕРВИДЕНИЕ»
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
21.00 ВРЕМЯ
23.00 Т/С «ТРИГГЕР» 18+

РОССИЯ 1

07.20 В КРУГУ ДРУЗЕЙ 12+
08.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВОСКРЕСЕНИЕ
08.35 КОГДА ВСЕ ДОМА 12+
09.25 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.00 ВЕСТИ
11.30 НАШИ ВОЕНКОРЫ 12+
12.30 «АТОМНЫЙ ПРОРЫВ» 12+
13.00 СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА С БОРИСОМ
КОРЧЕННИКОВЫМ 12+
14.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
15.00 ПАРАД ЮМОРА 16+
17.50 ПЕСНИ ОТ ВСЕЙ ДУШИ 12+
20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ
22.30 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН 12+
23.00 ВОСКРЕСНИЙ ВЕЧЕР С
ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ

08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ! 12+
10.20 ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА 16+
11.00 ЧУДО ТЕХНИКИ 12+
12.00 ДАЧНЫЙ ОТВЕТ 12+
13.00 НАШПОЛЕТНЕАДЗОР 16+
14.00 ОДНАЖДЫ... 16+
15.00 СВОЯ ИГРА 12+
16.20 ЧЕЛОВЕК В ПРАВЕ 16+
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
18.00 НОВЫЕ РУССКИЕ СЕНСАЦИИ 16+
19.00 ИТОГИ НЕДЕЛИ
20.20 «ТЫ СУПЕР!» 6+
23.20 ЗВЕЗДЫ СОШЛИСЬ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС
16+
09.00, 10.35 НОВОСТИ
09.05, 17.30 ВСЕ НА МАТЧ!
10.40 ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ.
ОЛИМПИСКИЙ ОТБОРОЧНЫЙ
ТУРНИР
12+
15.25 ФУТБОЛ. «ЛАЦИО» - «РОМА»
12+
18.15 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ КХЛ. «АК
БАРС» (КАЗАНЬ) - «АВАНГАРД»
(ОМСК)
12+
21.00 ФУТБОЛ. «КРАСНОДАР» - «ЗЕНИТ»
(САНКТ-ПЕТЕРБУРГ)
12+
23.50 ФУТБОЛ. «БАРСЕЛОНА» - «ХЕТАФЕ»
12+

КУЛЬТУРА

07.35 Х/Ф «ДВЕ СЕСТРЫ» 12+
08.40, 01.50 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
09.20 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ 16+
10.00 Х/Ф «В ПОГОНЕ ЗА СЛАВОЙ» 0+
11.25 МЕТОД СОКРАТА 16+
12.10 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ
РОССИИ 16+
12.50 Д/Ф «СОХРАНИТЬ ОБРАЗЫ
СВЯТОСТИ. МУЗЕЙ ИМЕНИ АНДРЕЯ
РУБЛЕВА» 16+
13.30 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ. ТЕОРИЯ
НЕВОЗМОЖНОГО
16+
14.00 Д/Ф «ЭЛЕМЕНТЫ» С ЛЮДМИЛОЙ
САГАЕВОЙ 16+
14.30 «ИГРА В БИСЕР» С ИГОРЕМ
ВОЛГИНЫМ. «НИКОЛАЙ ГОГОЛЬ.
«ВИЙ» 16+
15.10, 00.10 Х/Ф «ВИЙ»
12+
16.30 КАРТИНА МИРА С МИХАИЛОМ
КОВАЛЬЧУКОМ 16+
17.10 «ПЕШКОМ...». МОСКВА
ФИЛОРЕНТИЙСКАЯ 16+
17.40 РОМАНТИКА РОМАНСА 16+
18.40 Д/Ф «СЕРГЕЙ ОЖЕГОВ. ЧЕЛОВЕК И
СЛОВАРЬ» 16+
19.30, 19.45 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
20.25 К 100-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ
КИРИЛЛА ЛАВРОВА. «НАШ ЛАВРОВ»
16+
21.55 Х/Ф «СТАКАН ВОДЫ»
0+

Домашний

09.20, 09.50 МЕТОД РОГОВА
16+
10.20 ПЯТЬ УЖИНОВ 16+
10.35 Х/Ф «ОТЧАЯННЫЕ МЕРЫ»
16+
14.50 Х/Ф «ВЗЯТКА» 16+
19.00 Т/С «КАМЕНЬ ЖЕЛАНИЙ»
16+
22.20 Х/Ф «СЛУЧАЙНЫЙ БРАК»
16+
ТНТ
07.00, 08.00, 09.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ
12+
09.30 ВРЕМЯ ЗАВТРАКА 16+
10.00, 11.35, 13.00, 14.25, 15.55
ЭКСТРАСЕНС. БИТВА
СУЛЬФЕРИШУХ 16+
18.30 БОЛЬШОЙ ХИТ 16+
21.00 ТИТАНЫ 16+
23.00 ШОУ ВОЛИ 16+
00.00 БОЛЬШОЙ ХИТ
16+

ЗВЕЗДА

05.20 Х/Ф «СЛЕДЫ НА СНЕГУ» 12+
06.50 Х/Ф «КЛАССИК» 16+
09.00 НОВОСТИ НЕДЕЛИ 16+
09.25 СЛУЖУ РОССИИ 12+
09.55 ВОЕННАЯ ПРИЕМКА 12+
10.40 ЛЕГЕНДЫ АРМИИ АЛЕКСАНДР
ДАНИЛОВ 12+
11.30 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ГОСБЕЗОПАСНОСТИ»
16+
12.20 Д/Ф «ВОЙНА МИРОВ» 16+
13.10 КОД ДОСТУПА 12+
14.00 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
14.50 СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ 16+
15.40 Д/Ф «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ»
16+
16.30 Д/С «ЗАГАДКИ ВЕКА» 12+
17.20 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ. ЧТО
РУССКОМУ СМЕШНО... 16+
18.00 ГЛАВНОЕ С ОЛЫГ ОЙ БЕЛОВОЙ
16+
19.40 Д/С «ЛЕГЕНДЫ СОВЕТСКОГО
СЫСКА» 16+
23.00 ФЕТИСОВ 12+
23.55 Х/Ф «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ»
16+
01.35 Х/Ф «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ
УБИЙСТВО» 12+

ТВ Центр

07.20 Х/Ф «ЧИСТОСЕРДечНОЕ
ПРИЗНАНИЕ» 5+ 16+
10.55 ПОЛЕЗНАЯ ПРОГРАММА 6+
11.30, 00.35 СОБЫТИЯ
11.50 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
12.35 Х/Ф «СПОРТЛОТО-82» 6+
14.30, 05.30 МОСКОВСКАЯ НЕДЕЛЯ 12+
15.00 ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА 16+
15.55 Д/Ф «НАСТОЯЩИЙ ДЕТЕКТИВ.
ИНЪЕКЦИЯ СМЕРТИ» 16+
16.40 Д/Ф «СЛЕДСТВИЕ ВЕДЕТ КГБ.
ПРИВЕТ ИЗ НЕПАЛА» 16+
17.30 Х/Ф «ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО
КИРТИЧА» 12+
21.05 Х/Ф «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ» 12+
00.50 ПЕТРОВКА, 38 16+
01.00 Х/Ф «ПЕРЕЛЕТНЫЕ ПТИЦЫ»
12+

СПАС

08.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ НА СПАСЕ 0+
09.00 ПРОСТЫЕ ЧУДЕСА 12+
10.00 Д/Ф «ДИМИТРИЙ ДОНСКОЙ»
6+
10.35 ЛЕТО ГОСПОДНЕ. РОЖДЕСТВО
БОГОРОДИЦЫ 6+
12.00 БОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТУРГИЯ. ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ 0+
14.45 РУССКИЙ МИР 12+
15.50 Х/Ф «ВЕРЬТЕ МНЕ, ЛЮДИ»
12+
18.00, 01.20 ГЛАВНОЕ. С АННОЙ ШАФРАН.
НОВОСТИ НА СПАСЕ 16+
19.30, 02.40 ШИПКОЕ 12+
19.40 БЕЗОГОН 18+
20.45, 04.10 ПАРСУНА С ВЛАДИМИРОМ
ЛЕГОВОЙ 6+
21.45 Х/Ф «ПУТЬ В САТУРН» 0+
23.25 Х/Ф «КОНЕЦ САТУРНА»
0+

5 канал

08.25, 09.30, 09.45, 10.40 Т/С «СЛЕДОПЫТ»
16+
09.00 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ
12+
11.40, 12.35, 13.25, 14.25, 15.20, 16.15,
17.05, 18.00, 18.55, 19.45, 20.40,
21.35, 22.25 Т/С «ОПАСНЫЙ»
16+
23.20, Т/С «ЗАСТАВА»
16+

ТНВ

06.30 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ 16+
07.00 ШАГИ 16+
07.30 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
08.00 КОНЦЕРТ 12+
09.00 ГОРЯЧИЙ ХИТ 16+
10.00, 13.35, 21.50 СПЕКТАКЛЬ
16+
11.30 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЫЯНИ
12+
12.05, 00.40 ТАМЧЫ-ШОУ
12+
12.35 НАРОД МОЙ... 12+
13.05, 04.35 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ
16+
15.30, 21.00 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ
16+
16.30 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ КХЛ. «АК
БАРС» (КАЗАНЬ) - «АВАНГАРД»
(ОМСК) 6+
19.05, 23.50 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ
16+
20.00 СЕМЬ ДНЕЙ
16+
01.05 ПАНОРАМА 16+

ОТВ

08.00, 11.00, 22.00 ТАУ «9 1/2». ИТОГИ
НЕДЕЛИ 16+
06.00, 12.00, 00.00 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ
ЭТОМ 16+
07.00, 23.00, 16.00 Д/С «НАУКА И
ТЕХНОЛОГИИ СЕГОДНЯ» 16+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 19.55,
21.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
09.00, 09.30, 01.30, 15.30, 21.30 Д/С
«ДНК РОССИИ» 12+
10.00 Д/С «СОВЕТСКИЕ ПРОРЫВЫ.
ГОРЯЧЕЕ СЕРДЦЕ АРКТИКИ» 12+
10.30, 01.00 Д/С «СОВЕТСКИЕ
ПРОРЫВЫ. МИРНЫЙ АТОМ»
12+
13.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ
НЕДЕЛИ 16+
13.30 ПРОКУРАТУРА НА СТРАЖЕ
ЗАКОНА 16+
14.00 Х/Ф «ДЕНЬ ДУРАКА»
16+
16.50 Х/Ф «АВТОМОБИЛИСТ»
(ЕКАТЕРИНБУРГ) - «НЕФТЕХИМИК»
(НИЖНЕКАМСКИЙ) 16+
19.30 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ
12+
20.00 Х/Ф «ДАБЛ ТРАБЛ»
12+

СТС

08.45 М/Ф «СЫЩИКИ ПОД
ПРИКРЫТИЕМ» 16+
10.35 М/Ф «БАЛЕРИНА»
12+
12.25 Х/Ф «ХРОНИКИ ПРИЗРАЧНОГО
ПЛЕМЕНИ» 16+
14.50 Х/Ф «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ.
ПОСЛАНИЕ ТЬМЫ»
12+
17.00 ПРЯТКИ 16+
18.00 ОСТРОВ СОКРОВИЩ. ЗНАКИ
СУДЬБЫ 16+
20.05 Х/Ф «ВЫЗОВ»
16+
23.35 Х/Ф «СВОЗВЗ ВРЕМЯ»
12+
01.40 Х/Ф «БЕШЕНСТВО»
18+

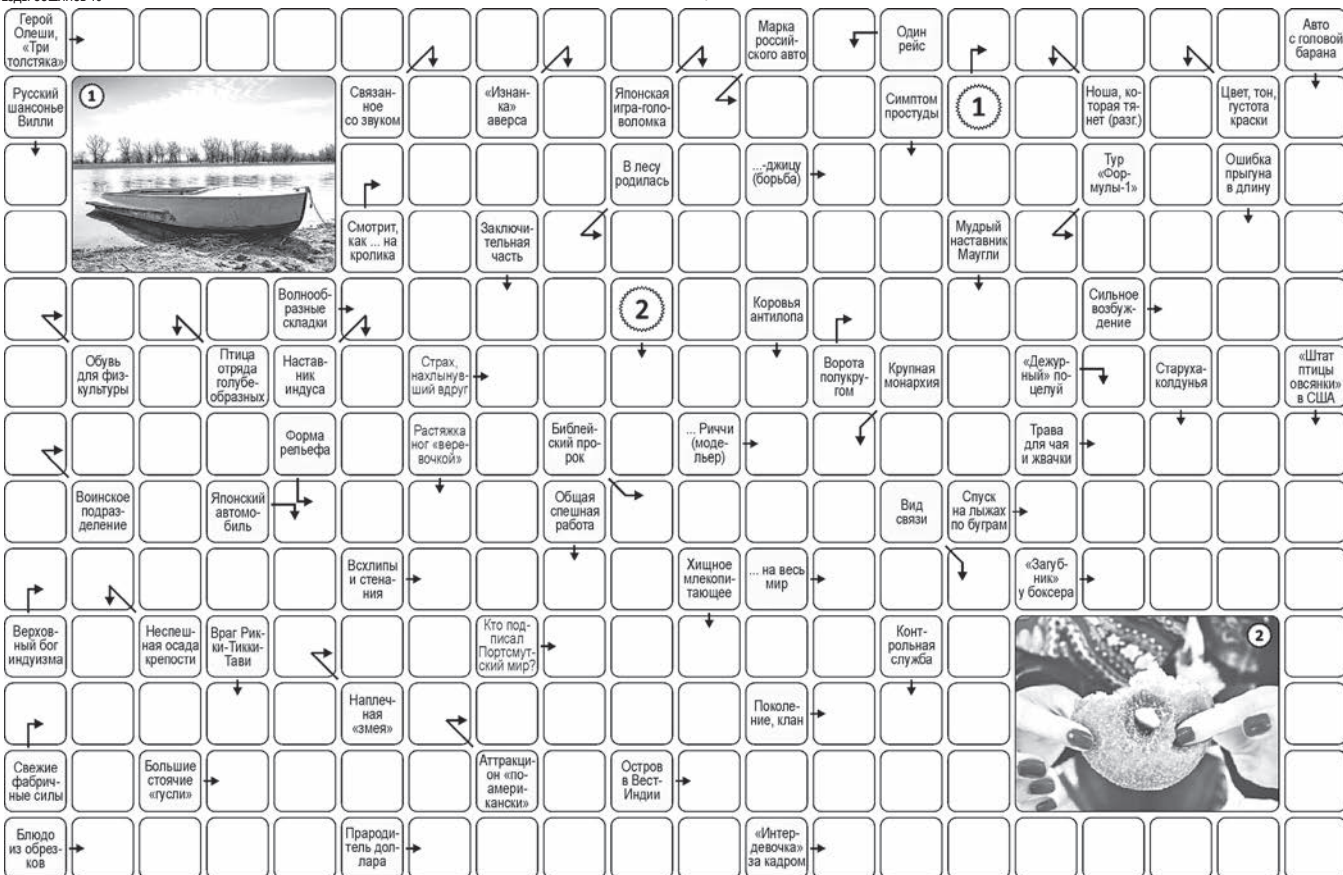
ТВЗ

08.30 КУЧНО С АНФИСОЙ ЧЕХОВОЙ
16+
09.00, 09.15, 09.45, 10.15 М/С «ЛЕДИ
БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
10.45, 11.45, 12.45, 13.45 Т/С
«НЕРОЖДЕННАЯ» 16+
15.00, 16.00, 17.00, 18.00 Т/С «ВЕРА»
16+
19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/С «БУДЬТЕ
СЧАСТЛИВЫ» 16+
23.00 Х/Ф «ОРУДИЯ СМЕРТИ» 18+
01.30 Т/С «МЕТОД МИХАЙЛОВА» 16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30 НОВОСТИ 16+
08.55 САМАЯ НАРОДНАЯ ПРОГРАММА
16+
09.25 ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО? 16+
10.25 НАУКА И ТЕХНИКА 16+
11.30 Д/С «ЛЕГЕНДЫ И МИФЫ» 16+
12.55 НЕИЗВЕСТНАЯ ИСТОРИЯ 16+
14.00 КЛИП-ПРОДАЙ 16+
14.55 БЕЗУМНЫЕ ФАКТЫ 16+
16.00 112 16+
16.55 Х/Ф «БЕЛЫЙ СЛОН» 16+
18.40 Х/Ф «ОБЛАСТИ ТЬМЫ»
16+
20.45 Х/Ф «БЛАДШОТ» 16+
23.00 ИТОГОВАЯ ПРОГРАММА
16+

СКАНВОРД



ВЕК ЖИВИ – ВЕК ТРУДИСЬ!

АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Анастасия Сергеева
Фото автора

Так объясняет своё долголетие жительница Заречного, которой недавно исполнилось 100 лет.

Она сидит за книгой, читает духовное слово протоиерея Андрея Лемешонка «О чём спрашивают люди». Рядом – большая мощная лупа. «Вижу уже не так хорошо: годы!» – иронизирует Мария Петровна Абузязрова.

Стена позади неё украшена рисунками, раскрашенными её рукой, комната выглядит ярко и радостно.

– Уж не знаю, чем я заслужила, чтобы обо мне в газетах писали, – скромничает Мария Петровна. – Но жизнь свою расскажу. Всё, что было 95 лет назад, хорошо помню...

Всё детство переезжали

Родилась Маша в Белоярском районе, в селе Бруснятском. Семья была многодетной – девять детей, но выжили только три дочери и сын.

До 4-х лет Маша прожила в Бруснятах, а в 1929 году начались переезды.

– Стали у нас организовывать колхозы, а папа мой – сердечник, тяжёлые работы выполнять не мог, его определили сторожем на мельницу в Баженово. Мы поехали с ним. Папа научился управлять паровой машиной, его назначили машинистом, а заодно и кочегаром. Потом мельница сгорела, папа пошёл работать на фабрику им. Коминтерна, где производили асбокартон. Но обострилась аллергия, врачи посоветовали папе жить где-нибудь, где нет вредных выхлопов. Так наша семья оказалась в Костюсово: папа пошёл работать в трест «Свердлес» машинистом, – повествует Мария Петровна.

Читать училась по «Правде»

Маленькая Маша тянулась к знаниям. В 5 лет самостоятельно научилась читать: азы постигала по кубикам с буквами, быстро сообразив, как строятся слова.

– У нас печная заборка была оклеена газетами, я эти газетные страницы принялась изучать. «Правда», «Известия» и «Уральский рабочий» – самые первые слова, которые я прочла, – улыбается Мария Петровна.

Пойти в школу её уговорила подружка-пятиклассница. Сказала: «Бери метрики и вместе с мамой приходи записываться в 1-й класс!». Но мама и слышать ничего не хотела: Маша была слишком мала – 7 лет только-только исполнилось (в 1-й класс в те годы с 8-ми лет брали). И ходить далеко: до Баженовской и до Белоярской школ – большие расстояния. Но всё же в школу её записали – в нулевой класс, для семилеток.

– Первый год писали карандашом печатными буквами. Мама много работала и не проверяла, хожу я в школу или нет. По утрам меня не будила, а я такую ответственность чувствовала, что вставала сама и ни разу на уроки не опоздала. Даже в сильные метели шла учиться: помню одну страшную пургу – снег стеной, тропки заметены, не пройти. Но я

разглядела едва видные следы саней и по ним пошла в школу, – вспоминает Мария Петровна.

Выпускной 7-й класс Мария окончила в 1940 году. Оценки были хорошими, а вот отметку по поведению снизили – нечаянно разбила окно. Директор отчитал выпускницу и настрашал, что с поведением «хор.» ни в одно училище не примут, должно быть только «отл.»!

Мечтала стать учителем

Маша всё-таки поступила в Свердловское педагогическое училище: с детства была мечта стать учителем. На вступительных экзаменах нужно было сдавать русский, математику и Конституцию СССР. Ответила отлично, её приняли.

Но поучиться ей не довелось. В октябре наступили холода, купить зимнюю одежду и обувь было не на что. Просить денег у родителей даже в голову не приходило: семья жила небогато. Стипендии в 19 рублей девушка лишилась, так как получила «посредственно» по немецкому языку. Из училища Маша вынуждена была уйти.

Ей было всего 15 лет, на серьёзную работу не брали. Устроилась рассыльной в конторе леспромпхоза. Заменяла и секретаря, выучившись печатать на машинке. Позже работала на коммутаторе.

И вдруг – война...

Марии не было и 16-ти лет, когда началась война. Она тогда училась в школе ФЗО, осваивала работу штукатура. Ей очень нравилась эта специальность! Практику проходили в Свердловске: за управлением железной дороги был построен дом барачного типа, его нужно было оштукатурить. За месяц справились: 20 девушек и 8 юношей работали дружно и весело! И вдруг – война...

– Было воскресенье, вечером мы с подружками собирались в кино. Подходим к клубу, смотрим – народу собралось! С трибуны громко рассказывают о том, что началась война. Внутри всё сжалось, только это слово по сердцу бьёт: война, война... Люди были ошарашены. Но каждый рвался защищать Родину: в первый же день 7 человек записались добровольцами на фронт, – говорит Мария Петровна.

Она тоже подала заявление в военкомат. В назначенный день прошла медкомиссию. Оставалась комиссия мандатная. Но военком вдруг сказал: «Тебе, Токманцева, ещё подрасти надо, годика 3-4!». Маша расстроилась: «Да вы что, 3-4 года! Война уже кончилась!». Военком тяжело посмотрел на неё и ответил: «Дай-то бог, чтобы кончилась...».

– Меня ещё раз вызывали в военкомат – в 1943 году. Мне исполнилось 18 лет, я уже работала в школе ФЗО воспитателем. На медкомиссии мне сказали, что я годна, отправляют на фронт, с собой иметь кружку, ложку и продукты на два дня. Я оформила документы, в столовой попросила выдать хлеб по карточкам на два дня вперёд. Из полотенец сшила вещмешок с ляжками. Но об этом узнал директор ФЗО. Он поднял на ноги райком партии, райком комсомола, разбушевался: «Все педагоги-мужчины, почти все женщины – на фронте, сейчас ещё и девочку забереёт. С кем буду работать?». Словом, отвоевал меня, я оста-



лась в ФЗО, – смеётся Мария Петровна.

Там же, в школе ФЗО, Мария и Победу встретила. В то утро к ней прибежала соседка из общежития с криком: «Война кончилась! Победа!». Мария сначала не поверила. Потом, когда включила радио, до сознания стала доходить великая весть.

Позже за вклад в Великую Победу Мария Абузязрова будет награждена медалью «За доблестный труд в Великой Отечественной войне».

Красивый, весёлый и с медалью

Со временем школу ФЗО расформировали, Мария уехала работать в Ирбит, где открылось ремесленное училище. Проработала там до 1948 года, вернулась домой, устроилась в леспромпхоз.

– У меня было сильное желание создать семью. И в 22 года мне встретился мой супруг – Каюм Абузязров. Красивый, весёлый, старше меня на 3 года. И ничего, что в материнских галошах на свидание ходил, – надеть было нечего, все так жили. Работал на железной дороге ремонтным рабочим. На войне служил разведчиком, «языка» брал, был награждён медалью «За отвагу», – перечисляет Мария Петровна.

Молодые поженились, родили дочерей Татьяну и Надежду и сына Николая. Супруг – горячих татарских кровей, по характеру – взрывной, но был очень работящим: и валенки подшивал, и со скотиной управлялся. Детей крепко любил. Возил их к своим родителям в деревню Юрты Слободо-Туринского района.

– Его отец и мать были вроде старейшин в селе. Помню, как на берегу реки собиралась вся деревня, устанавливали большой чан, готовили мясо с рисом и совершали обряд – вызывали дождь. К деду селяне ходили за советом, а бабушка лечить могла. Нам это было очень интересно, – подключается к разговору дочь Марии Петровны – Татьяна.

Счастье – в семье

Прожила Мария Петровна с супругом 25 лет – до 1973 года. А потом переехала в Заречный, к дочери Татьяне, которая работала воспитателем в детском саду.

«Человек труда всегда будет востребован», – говорил Марии Петровне в детстве отец. Так и получилось в её жизни: сразу устроилась работать в ясли, позже – в институт реакторных материалов, откуда и ушла на заслуженный отдых.

Выйдя на пенсию, она продолжала трудиться – подрабатывала в общежитии вахтёром. Купила сад – возделывала необработанные «сотки». Много шила, вязала крючком и на спицах, любой рисунок могла разобрать – мастерица на все руки! И именно в этом, считает она, секрет её долголетия – в постоянном труде и движении.

– Мария Петровна, не думали, что проживёте так долго?

– Никогда! Я себе 75 лет давала, и то думала – много! Но у Бога – свои планы.

К Богу пришла уже в солидном возрасте. В Заречном начала посещать храм Николая Чудотворца, с его настоятелем отцом Николаем мы все эти годы дружим.

НЕ СТОИТ ПИТЬ – НЕ В ЭТОМ РАДОСТЬ

СОВЕТЫ ВРАЧА

Марина Старостина

В честь Дня трезвости 11 сентября в России проходит неделя сокращения потребления алкоголя и связанной с ним смертности и заболеваемости.

Алкоголь является одним из факторов риска развития различных заболеваний. Алкогольная интоксикация снижает способность справляться с любыми задачами, оказывая негативное воздействие на мышление, внимание, восприятие, речь.

О вреде алкоголя мы говорили с терапевтом центра спортивной медицины городской поликлиники №13 Екатеринбурга Натальей Артюгиной.

- Сегодня трезвенников становится больше или нет?

- Гораздо больше, потому что пьянство и облик этакого «лихача» выходит из

моды. На смену приходит типаж успешного человека с трезвым образом жизни.

- Появилось много сообществ, пропагандирующих трезвость как стиль жизни. Недавно в Общественной палате РФ состоялся Всероссийский форум в сфере антиалкогольной политики, формирования культуры трезвости и здорового образа жизни. А как приходят люди к абсолютной трезвости?

- Есть два пути. Первый, когда человек почти отправился на тот свет, прошёл через реанимацию и доктор ему сказал, что это – его последний шанс, ангел его на плече вытаскил. Путь второй, когда человек понимает, что это – тупик. Дальше – уйдёт жена, начнут презирать дети, уволят с работы. Человек понимает, что может произойти, и вовремя останавливается. Встречи в обществах трезвости тоже полезны, там человек не абстрактно говорит о том, что пить – плохо, он

может привести собственный пример и этим вдохновить других гораздо больше, нежели какими-то гипотетическими словами о вреде алкоголя.

- Мы многое пережили – и виноградики вырубали, и ограничивали продажу алкоголя, в некоторых регионах ее совсем запрещали. Насколько эффективны такие меры?

- Часто они срабатывали с точностью до наоборот. Мы пережили 1990-е годы, когда запрещали пить, но люди начали употреблять такую дрянь, что часто пьянки заканчивались трагедиями. К нам в больницу привозили людей, которые пили «синеглазку» – средство для мытья окон. У них даже цвет лица менялся, они становились фиолетовыми... Пропагандировать надо не полное воздержание, а культуру употребления алкоголя. Но это – лишь для тех, кто здоров, у кого нет заболеваний печени, сердечно-сосудистой системы.



- Ваши советы к дню трезвости?

- Самое главное – найти радость в чем-то другом. Кто-то будет спортом заниматься, кто-то картины рисовать, кто-то путешествовать. Главное, чтобы ему самому нравилось, ведь радость создаёт ощущение счастья, удовлетворения и удовольствия без всякого алкоголя!

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ИНФАРКТА

ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ

rskrf.ru

Это – не просто восстановление после тяжелого заболевания, а возможность вернуться к полноценной жизни, улучшив свое здоровье. Правильная реабилитация позволяет минимизировать последствия приступа, снизить риск повторного инфаркта.

Рассказывает Александр Шишонин, кандидат медицинских наук, руководитель и главный врач «Клиники доктора Шишонина»:

- Реабилитация после инфаркта представляет собой комплексную программу, включающую восстановление физического здоровья; нормализацию двигательной активности; профилактику возможных рецидивов; предотвращение инвалидизации.

Программа реабилитации разрабатывается индивидуально для каждого пациента с учетом своевременности и качества оказания неотложной помощи; степени тяжести перенесенного инфаркта; общего состояния организма; наличия сопутствующих заболеваний.

Реабилитационный процесс начинается одновременно с оказанием неотложной помощи в остром периоде

инфаркта миокарда. В больнице после преодоления острой фазы заболевания пациенту постепенно вводится физическая активность. Ранняя двигательная активность – на 4-е сутки – помогает уменьшить зону некроза и ускорить восстановление. Если ранее рекомендовался 21-дневный постельный режим после оперативного лечения, то современные данные свидетельствуют о необходимости ранней активизации пациентов. Дозированные нагрузки – ходьба, ЛФК – улучшают кровообращение, способствуя уменьшению зоны некроза, восстановлению клеток в области инфаркта.

Домашний этап реабилитации представляет собой соблюдение конкретных повседневных требований:

- сбалансированный распорядок дня, оптимизация режима сна и бодрствования;
- регулярная дозированная физическая активность, рациональное чередование нагрузок и отдыха;
- соблюдение принципов сбалансированного питания.

Важно понимать, что домашний этап не является завершением реабилитации, а представляет собой пожизненную систему поддержания достигнутого уровня здоровья.

Основные принципы питания: уменьшение в рационе соли, сахара, трансжиров;

увеличение доли овощей, рыбы, цельнозерновых продуктов.

Полный отказ от употребления алкогольных напитков и табакокурения является обязательным условием профилактики сердечно-сосудистых осложнений, включая инфаркт миокарда. Для предотвращения рецидивов требуется регулярная физическая активность. Рекомендуются ежедневная ходьба – от 30 минут, лечебная гимнастика. Нагрузки должны увеличиваться постепенно.

Проводить лечебную гимнастику необходимо ежедневно, через полтора часа после приема пищи. Гимнастика должна затрагивать все группы мышц, включая шейный отдел.

Перенесенный инфаркт часто вызывает страх повторного приступа. Для восстановления важна роль семьи: совместные прогулки, посильная физическая активность и вовлечение в бытовые дела – уборку, готовку, ремонт. Задача – преодолеть страх перед нагрузками и сформировать уверенность в своих возможностях. Постепенное увеличение

активности под контролем врачей позволяет вернуться к полноценной жизни.

Человеку, перенесшему инфаркт, требуется постоянный медицинский контроль. Необходимо регулярно посещать кардиолога, контролировать артериальное давление и холестерин, проходить ЭКГ и нагрузочные тесты.

Нарушить процесс восстановления легко. Назовем три самые распространенные и «фатальные» ошибки.

1. Если не заниматься физическими упражнениями, жалея себя, откладывать физическую активность «на потом», это приводит к замедлению восстановительных процессов в миокарде, ухудшению функции внешнего дыхания и прогрессирующим нарушениям в работе сердечно-сосудистой системы.

2. Возврат к прежнему образу жизни с сохранением вредных привычек, гиподинамией, нарушением пищевого поведения и режима сна существенно увеличивает вероятность рецидива острой коронарной патологии.

3. Инфаркт оставляет рубец на сердце. Всегда есть риск повторения. Чтобы не допустить повторного инфаркта, нужно регулярно наблюдаться у врача и в качестве профилактики проходить курсы поддерживающей терапии.

МОЖНО ЛИ ЕСТЬ АРБУЗ С КОСТОЧКАМИ?

НА ЗАМЕТКУ

rskrf.ru

Косточки в большинстве фруктов и ягод воспринимаются как несъедобные. Косточки арбуза – не исключение. Но могут ли они быть опасными?

Врачи-гастроэнтерологи утверждают: если человек проглотит несколько арбузных косточек, конечно, ничего страшного не случится. Они выйдут естественным путем. Сами семена не перевариваются – в желудке нет ферментов, которые могли бы расщепить их твердую оболочку. Соответственно, никаких полезных веществ организм не получит.

В мизерных количествах из семян арбуза можно

получить витамины группы В или жирные кислоты, если предварительно их разгрызть. Но есть масса более вкусных и полезных источников витаминов, чем арбузная косточка.

Всегда есть небольшой риск подавиться, если вы едите арбуз с косточками, а если постоянно их разжевывать, то это может навредить зубам.

Могут ли косточки из арбуза вызвать аппендицит? Нет. Аппендицит из-за косточек – миф. Сегодня в медицине нет конкретного понимания, отчего воспаляется аппендикс. Причиной могут быть инфекции, генетическая предрасположенность, травмы, стечение разных причин. Поэтому если любитель есть арбуз с косточками попадает в больницу с воспалением аппендикса, это либо совпадение, либо совокупность факторов.



ЧИСТИМ ЖИР ПОД РУЧКАМИ КРЫШЕК

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

www.polsov.com

Со временем под ручками и ободом крышек кастрюль и сковородок скапливается жир. Удалить его поможет перекись водорода.

Наклоняем внутреннюю сторону крышки к себе или от себя, наливаем небольшое количество 3%-ной перекиси. На крышку даже от большой кастрюли в среднем уходит примерно 20 мл перекиси.

Средство имеет такую же консистенцию, как и вода, а вода, как известно, найдет ход в любое, даже микроскопическое отверстие. Медленно поворачи-



ваем крышку, чтобы перекись прошла все проблемные места со скоплениями жира. Она быстро «съедает» всё, что накопилось в щелях, и уже не нужны вспомогательные инструменты типа ножа, щетки или зубочистки. Остается ополоснуть крышку, и всё.

ЧТОБЫ ИЗ ПЛАСТИКОВЫХ ОКОН НЕ ДУЛО



ДОМАШНЕМУ МАСТЕРУ

«Полезные советы»

Пластиковые окна начинают пропускать воздух из-за деформации уплотнителя. Как восстановить эластичность уплотнительной резинки и продлить срок ее службы?

Если открыть ставни окна, вы можете

заметить резинку, которая является уплотнителем. Со временем эта резинка «дубеет» — сохнет, поэтому прилегает неплотно и пропускает воздух.

Производители окон продают дорогие смазки, зарабатывая хорошие деньги. Но есть недорогое средство, с помощью которого можно восстановить эластичность уплотнительной резинки. Речь идет о силиконовом масле пмс-200. Силиконовое масло можно приобрести в любом магазине радиодеталей либо на маркет-плейсах.

Очищаем резинку от грязи и пыли с помощью влажных салфеток, наносим силиконовое масло. Достаточно нанести несколько капель силиконового масла и растереть их по поверхности уплотнения. Стоимость такого средства — не выше 100 рублей. А поскольку его расход — минимальный, одного флакончика (15мл) хватит и на ваши окна, и на окна всей родни.

ОТКУДА БЕРУТСЯ ПЛОДОВЫЕ МУШКИ?

А ВЫ ЗАНИЛИ?

rskrf.ru

Многим доводилось бороться с мелкими мошками, которые появляются из ниоткуда и мигот заселяют уже полежавшие фрукты, летают вокруг мусорных ведер и цветочных горшков. Откуда берутся плодовые мушки, как с ними бороться?

Плодовые мушки — дрозофилы — крошечные насекомые длиной 2-4 мм. Они обладают феноменальной способностью к размножению. Самка за свою жизнь — 2-4 недели — способна отложить до 500 яиц. Мушки готовы к размножению уже через 12 часов после выхода из куколки.

За высокую плодовитость и за геном, схожий с геномом человека, дрозофил «полюбили» ученые. Нередко мушки становятся объектом различных опытов.

Несмотря на бесценный вклад в науку, в бытовых условиях дрозофилы — вредители. Они колонизируют фрукты и овощи, размножаются в сливе раковины на кухне, в бутылках, где на дношке осталась жидкость, в мисках для домашних животных, во влажных тряпках...

Мушки залетают в дом с улицы или падают в него в виде личинок на фруктах и овощах. Они не кусаются, не являются переносчиками опасных заболеваний.



Однако они ползают по гниющим остаткам фруктов и ускоряют процесс порчи. Существуют разные способы борьбы с мушками. Первым делом нужно найти и устранить все фактические и потенциальные места размножения мушек.

Используйте специальные ловушки. Налейте в банку раствор яблочного уксуса, сверните конус из бумаги и вставьте в банку острым концом вниз. Насекомые смогут попасть в банку, но не выберутся из нее.

Когда получилось избавиться от мушек, придерживайтесь следующих мер: вымойте дренажное отверстие в раковине; не оставляйте в ней немытую посуду; выбросьте все продукты с первыми признаками порчи; положите хлеб в пакет или оберните в бумагу. Также регулярно выносите мусор, используйте ведро с крышкой. Храните фрукты и овощи в холодильнике. Если их много, то лучше часть заморозить.

Не заливайте комнатные растения, в горшке не должна стоять вода.

СОВЕТЫ БЫВАЛОГО САДОВОДА

О БЕЛОМ НАЛЕТЕ НА ЯБЛОНЕ

«Второй год на яблоне появляется белый налет. Можно ли побелить ствол известкой с добавлением медного купороса?» — спрашивает Владимир Михайлович Сысоев из поселка Прогресс Первоуральского ГО.

В том, что ствол покрылся белым налетом, могут быть три причины. Первая: на яблоню «напала» мучнистая роса, при которой белые пятна появляются не только на коре, но и на листьях. Этот налет похож на муку, мягкий на ощупь, но если его стереть, то через несколько часов он появится снова. Появлению этого заболевания яблоню и других фруктовых деревьев способствуют резкие скачки температур, слишком влажная погода, загущенные посадки и избыток азотистых удобрений. Победить мучнистую росу можно только с помощью химических препаратов. К примеру, хорошо помогают «Топаз», «Скор», бордоская жидкость. Инструкции по их применению прилагаются к упаковкам.

Вторая причина появления такого налета на стволе яблони — на нем поселился белый грибок. Как правило, он покрывает не всю площадь ствола, а выбирает отдельные места. Победить его можно следующим образом. Надо срезать на пораженном участке кору до уровня чистой древесины

и зачистить это место наждачной бумагой, максимально выровняв поверхность. Затем обработать место поражения раствором 5%-ного медного купороса.

Еще один вариант, который объясняет появление серебристого налета на стволах яблони, — заражение их лишайником. Он может быть пластинчатым, кустистым или чешуйчатым, иногда желто-зеленого или сине-зеленого цвета. Чтобы избавиться от лишайника, надо ранней весной или поздней осенью жесткой щеткой или деревянной лопаточкой очистить ствол и смазать пораженные места смесью гашеной извести с глиной. После засыхания смесь легко удалится вместе с лишайником.

Скорее всего, яблоня нашего читателя страдает от мучнистой росы. Вылечить ее можно, но на будущее нельзя забывать о профилактике заболевания. Необходимо регулярно проводить санитарную обрезку дерева, очищать пристволный круг от опавшей листвы и плодов. А сейчас следует выявить причину появления налета на стволе и, избавившись от него, побелить ствол известковым раствором с добавлением медного купороса. Раствор должен быть достаточно густым, побелку надо проводить в сухую погоду.

СНОВА ВЗОШЛИ ОДУВАНЧИКИ...

«На грядках снова взошли одуванчики. Убирать их или надеяться, что зимой погибнут?» — интересуется Наталья Ивановна Пермикова из Первоуральска.

Конечно, работы в саду в конце сезона полным-полно. Надо собрать весь урожай, продолжается консервирование огурцов, помидоров и кабачков, а тут еще одуванчики и другие сорняки зазеленели.

Убирать ли их осенью? В идеале — да, они сильно истощают землю, забирая полезные вещества, а также сорняки быстро набирают цвет и до холодов успеют бросить семена. Тогда борьба с ними растянется на несколько сезонов. Чтобы облегчить себе труд, сейчас

можно убирать сорняки, не перекапывая грядки и борозды, а выборочно. Напоминаю, что не все сорняки можно складировать в компостную кучу. Долго сохраняют всхожесть семена лопуха, одуванчиков, подорожника. Эти сорняки лучше сжечь.

Некоторые садоводы закрывают наиболее засоренные места темным непроницаемым материалом, чтобы под ним сорняки сгнили. Это очень эффективный способ борьбы с сорняками. Однако на таком материале в ненастную погоду можно поскользнуться и получить травму. Так что не забываем об осторожности!

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

КОТЛЕТЫ ИЗ БРОККОЛИ

СЕЗОННАЯ КУЛИНАРИЯ

Клара Анчарова, г. Екатеринбург

Эту капусту рекомендуют диетологи, многие стали добавлять ее в свой рацион. Но вот на огородах она — редкий гость. А между тем вырастить ее на Среднем Урале не составит особого труда, она довольно холодоустойчива.

Брокколи — однолетняя «капустная» культура, источник органических кислот и полезных для зрения лютеина и зеаксантина. Также в ее состав входят витамины А, С, Е, К, группы В, калий, сера, йод, фосфор. Брокколи — источник веществ, которые обладают антиоксидантными, противоопухолевыми, желчегонными и противовоспалительными свойствами. Благодаря высокому содержанию витамина К брокколи благотворно влияет на состояние костей — повышает их плотность, снижая риск переломов.

Существует несколько способов

приготовить этот удивительный овощ. Самый популярный — отварить. Однако при длительном отваривании брокколи теряет полезные свойства и витамины. Оптимальное время приготовления — 4-5 минут. Предлагаю приготовить оригинальное блюдо — котлеты из брокколи с овсяными хлопьями в духовке.

Потребуется: брокколи — 600 г, овсяные хлопья — 100 г, сыр — 200 г, чеснок — 5 зубков, яйца — 2 шт., соль и черный перец — по вкусу.

Приготовление: брокколи разобрать на соцветия, положить в кипящую подсоленную воду и варить 3 минуты. Крышкой не закрывать.

Овсяные хлопья измельчить в блендере до состояния муки. Отваренную брокколи остудить, мелко нарезать, смешать с яйцами, тертым сыром и овсяной мукой. Добавить измельченный чеснок, перец, соль.

Сформировать котлеты, выложить на смазанный маслом противень и запечь в духовке при 180 градусах до румяной корочки. Подавать со сметаной.

СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ

«Зеркало»

«Недавно по телевизору показывали заключительный концерт фестиваля молодых талантов «Новая волна». В нем принимали участие и звезды российской эстрады, – рассказала, позвонив в редакцию, читательница Маргарита Васильевна из Нижнесергинского района. – Мне очень нравятся песни Юрия Антонова, он тоже выступал на этом концерте. Напечатайте, пожалуйста, слова одной из моих любимых песен».

Слова Михаила Танича,
музыка Юрия Антонова

Иногда о любви забываю,
Но про все забываю, любя.
Без тебя не живу, не бываю,
Даже если живу без тебя.
Гляжусь в тебя, как в зеркало,
До головокружения
И вижу в нем любовь мою,
И думаю о ней.
Давай не видеть мелкого
В зеркальном отражении:
Любовь бывает долгою,
А жизнь – еще длинней.
В дальней дали мне слышится, снится
Голос твой: «Долети, доплыви!».
И с любовью ничто не сравнится,
Даже звезды не выше любви.
И когда я с тобою прощаюсь
И ладонь твою глажу, любя,
Ты не верь, это я возвращаюсь,
Я иду от тебя до тебя!

ПРОФПЕРЕПОДГОТОВКА ПО НАЦПРОЕКТУ «КАДРЫ»

ОФИЦИАЛЬНО

Свердловчанам доступны около сотни бесплатных программ профессиональной переподготовки. В рамках нацпроекта «Кадры» более 850 человек приступили к обучению в 2025 году.

«Сегодня мы предлагаем гражданам около сотни образовательных программ, которые ориентированы на реальные потребности рынка труда Свердловской области. Перечень постоянно обновляется, появляются новые направления, завершаются старые. Есть возможность пройти обучение по таким образовательным программам, как швея, токарь, тракторист, водитель погрузчика, сварщик, специалист по медицинскому массажу и многим другим. Обучение доступно людям с разным уровнем подготовки, важно только желание учиться и развиваться», – сказал директор департамента по труду и занятости населения Свердловской области Дмитрий Антонов.

Пройти бесплатное обучение при содействии центров занятости могут люди старше 50 лет, безработные и ищущие работу, инвалиды, представители других категорий. Обучение в среднем длится от полутора до трёх месяцев.

При обращении в центр занятости за каждым участником программы закрепляется специалист, который сопровождает его на всех этапах. Обязательная часть – профориентация, которая помогает определить подходящее направление обучения с учётом опыта, образования и состояния здоровья заявителя. Подбирается индивидуальная программа. Перед началом обучения заключается договор с работодателем для дальнейшего трудоустройства.

Для прохождения обучения необходимо подать заявление на платформе «Работа в России». Для этого



**Приглашаем граждан
пройти профессиональное
обучение**



нужно авторизоваться на портале «Госуслуги», перейти в раздел «Список образовательных программ» и выбрать подходящую профессию, образовательную организацию и удобный период обучения.

Отметим, что в Свердловской области наблюдается рекордно низкий уровень безработицы – менее половины процента. А количество заявленных работодателями вакансий составляет 44 тысячи – примерно по 4,5 вакансии на каждого безработного жителя региона.

Департамент информполитики

НА СТРАЖЕ – «ВТОРАЯ РУКА»

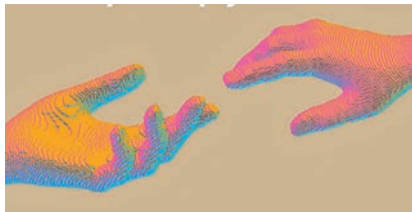
ИНИЦИАТИВА

Пенсионерам, а также их близким может пригодиться сервис, который с 1 сентября 2025 года действует во всех российских банках. Это – возможность подключения «второй руки».

Этот сервис позволит клиентам банков заручиться помощью близкого человека при проведении банковских операций. Можно будет выбрать в качестве своей «второй руки» любого человека, которому вы доверяете. Это могут быть, например, сын или дочь пожилого человека. Если платеж, перевод или снятие денег покажутся вашему помощнику подозрительными, он сможет их остановить. При этом у помощника не будет доступа к вашему счету и возможности проводить по нему какие-либо операции.

Клиент сам определяет, какие именно операции и на какие суммы нужно согласовывать с помощником. После этого банк для всех таких операций будет запрашивать подтверждение у «второй руки».

Помощник должен одобрить финансовую операцию в течение 12 часов. За это время он сможет связаться с пожилым родителем и убедиться, что его не обманывают мошенники. Если за это время банк так и не получит согласие «второй руки», он просто не станет переводить деньги или не выдаст наличные.



«Отключить этот сервис сможет тот же клиент, который его оформил. Для этого снова нужно будет связаться с банком и написать заявление. Но само отключение произойдет не сразу, а на следующий день, – рассказал Сергей Кокоулин, начальник Центра защиты прав потребителей Банка России в Екатеринбурге. – Механизм «второй руки» не гарантирует

полной защиты от мошенников, но поможет подстраховать людей, которым бывает сложно самим вычислить злоумышленников».

Пресс-служба Уральского ГУ Банка России

О ПОРЯДКЕ ВЫБОРА СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ

СОЦФОНД ИНФОРМИРУЕТ

Более 353 тысяч жителей Свердловской области, получающих ежемесячную денежную выплату, могут выбрать, в каком виде им удобнее получать набор социальных услуг: в натуральной форме или деньгами. Подать заявление на изменение способа получения льгот нужно до 1 октября 2025 года.

С 1 февраля 2025 года размер денежной выплаты за набор соцуслуг составляет 1 728,46 рубля в месяц, из них:

- 1331,3 руб. – компенсация за лекарства,
- 205,95 руб. – за санаторные путевки,
- 191,21 руб. – за проезд к месту лечения.

Если льготник выбирает натуральную форму, он получает бесплатные лекарственные средства, изделия медицинского назначения; при наличии медицинских показаний – путевки на санаторно-курортное лечение, осуществляемое в целях профилактики основных заболеваний; бесплатный проезд на пригородном железнодорожном транспорте, а также на междугородном транспорте к месту лечения и обратно.

В отличие от денежного эквивалента, льготы в натуральном виде предоставляются не в рамках определенной суммы, а в том объеме, который нужен человеку.

Можно комбинировать натуральное получение услуг и денежную компенсацию, отказавшись от части набора социальных услуг в пользу денег, сохранив другую часть натуральной формы, но такой порядок действий может быть ограничен.

Подавать заявление требуется только в том случае, если гражданин хочет изменить текущий порядок получения соцслуг с 1 января 2026 года. Сделать это можно до 1 октября 2025 года через портал госуслуг, в клиентских службах отделения СФР по Свердловской области или в МФЦ.

Важно! Если человек не хочет менять уже выбранный им вариант получения НСУ, то обращаться в региональное отделение СФР не нужно, поданное ранее заявление будет продлено на следующий год автоматически.

Если остались вопросы, вы можете обратиться в единый контакт-центр: 8 (800) 100-00-01 (звонок бесплатный).

Пресс-служба отделения СФР по Свердловской области

НАШ САЙТ: газетапенсионер.рф
ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

подписной индекс: **П3196**

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

Общественно-политическое издание. Учредитель ООО «Исток», г. Екатеринбург, ул. Шуваловская, 2. Газета зарегистрирована 29.10.1999 г. в Уральском региональном управлении Госкомпечати РФ, 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. Антонова Вадима, 15, оф. 602.
Телефон: 8-992-019-56-04. E-mail: ps@mediakrug.ru.

Сайт: газетапенсионер.рф

Газета распространяется по подписке, в газетных киосках, почтовых отделениях города и области. Цена – договорная. Газета отпечатана в АО «Прайм-Принт Екатеринбург», Россия, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18, корп. Н. Сдана номера в печать по графику – 16.00, фактически – 13.00, 09.09.2025 г. Дата производства 09.09.2025 г.

Выход в свет 10.09.2025 г. Тираж 9 700 экз. Заказ 2509.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова,

E-mail: ps@mediakrug.ru

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка В. Маргиева

Отдел объявлений М. Волкова.

Отдел подписки Тел. 8 953-825-76-81

По вопросам доставки газеты звонить:

по Екатеринбургу – (343) 371-45-04

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР»
по QR-коду

