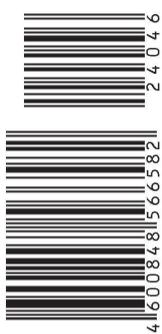


**ТВ**ПРОГРАММА  
с 18 по 24  
ноября

# Пенсионер

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ

№ 46 (1224)  
13 НОЯБРЯ 2024 г.Дежурный  
по номеру

А вы знали, что 18 ноября отмечается день рождения Деда Мороза? В канун праздников вспоминаем, как вы радовали своих детей и внуков

Ваши звонки принимаются  
с 14 по 19 ноября.  
Звоните  
с 10 до 16 часов.

8-912-229-31-01

Наталья Александровна  
Горбачева**НОВОСТИ****ПРЕКРАТИТЬ ВЫВОЗ  
МОЛОКА!**

Губернатор **Евгений Куйвашев** на заседании Законодательного собрания Свердловской области, отвечая на вопросы депутатов, упрекнул производителей молока в том, что, получая льготы от властей, они вывозят свою продукцию в другие регионы.

Поводом для такой постановки вопроса стало заявление депутата Вячеслава Вегнера, попросившего главу региона увеличить на 500 млн рублей субсидии аграриям. Соответствующее обещание глава региона дал ранее в ходе Ирбитской ярмарки. «Я помню эту встречу. Без внимания его не оставим, но есть и встречный вопрос. Почему так получается, что мы субсидируем молоко, а производители продают его в другие регионы? Как так получается? Все молочные производители, подпишите обязательства, что реализуете продукцию только здесь. Если хоть один реализовал в другой регион – все отменим. Если договорились – поддержим», – пообещал Евгений Куйвашев.

Напомним, причиной роста цен на молочную продукцию, главным образом – на сливочное масло, называют недостаток сырья для производства.

signalural.ru

**МУСОРОВОЗЫ  
ПЕРЕВЕЛИ НА ЗИМНИЙ  
РЕЖИМ**

Региональный оператор по обращению с твердыми коммунальными отходами ЕМУП «Спецавтобаза» провел подготовку к бесперебойной работе в зимний период. Вся техника предприятия и подрядных организаций – более 500 единиц – готова к морозам.

Однако препятствия все же могут возникнуть: неправильно припаркованные автомобили, нерасчищенные дороги, покрытые льдом и снегом. Чтобы вывоз мусора был бесперебойным, специалисты регоператора просят автомобилистов соблюдать правила парковки, а управляющие компании и администрации вовремя расчищать дороги и подъездные пути к контейнерным площадкам от снега и льда.

Пресс-служба «Спецавтобазы»

**ЗА ЗДОРОВЬЕМ ДАЛЕКО  
ХОДИТЬ НЕ НУЖНО!**

**С начала действия программы модернизации первичного медицинского звена в рамках нацпроекта «Здравоохранение» в сельских территориях Свердловской области возведены 83 современных модульных медицинских здания: 76 фельдшерско-акушерских пунктов и 7 общих врачебных практик.**

Всего до конца 2025 года будет установлено 109 быстровозводимых ФАП и ОВП. Расходы областного и федерального бюджетов на эти цели за весь период реализации программы составят почти 1 миллиард рублей.

Новые фельдшерско-акушерские пункты и общие врачебные практики работают в Слободо-Туринском, Нижнесергинском и Красноуфимском районах, отдаленных и малонаселенных территориях на севере Свердловской области, в посёлке Половинном под Верхней Пышмой и других муниципалитетах.

Три модульных ФАПа в дополнение к двум имеющимся получают в следующем году жители сел Артёмовского района. «Один модульный ФАП был установлен

взамен сгоревшего ветхого здания, второй появился в деревне, где раньше вообще не было фельдшерского пункта. Три модульных здания, которые будут смонтированы в 2025 году, тоже крайне необходимы, так как сейчас сельские медпункты делят помещения с другими организациями и неудобно расположены. Модульные конструкции поставляются в комплекте с современным медицинским оборудованием, возможностью вести электронные карты и проводить телеконсультации, а это – уже совсем другой уровень медицинской помощи», – сказал главврач Артёмовской центральной районной больницы Андрей Карташов.

Помимо установки быстровозводимых ОВП и ФАП, для обеспечения доступности современных методов диагностики и первичной медико-санитарной помощи жителям малонаселенных и труднодоступных территорий программа модернизации первичного звена здравоохранения предусматривает капитальный ремонт имеющихся зданий, обеспечение больниц автотранспортом. «С 2021 года очень много сделано, чтобы



приблизить современную медицину к каждому жителю региона», – отметил министр здравоохранения Свердловской области Андрей Карлов.

Предполагалось, что 2025 год будет завершающим в 5-летней федеральной программе модернизации первичного медицинского звена. Однако, по словам Президента В.В. Путина в декабре 2023 года, развитие амбулаторной службы будет продолжено, сельские населенные пункты по-прежнему останутся приоритетным направлением программы господдержки.

Департамент информполитики

# АГРАРИИ ПОДВОДЯТ ИТОГИ

## ДОСТОВЕРНО

Елена Зинковская

**Уборочная кампания в Свердловской области завершена. Эксперты рассказали о главных показателях урожайности в 2024 году, проанализировали влияние погодных условий на рост и развитие сельскохозяйственных культур, поделились научными разработками в области растениеводства.**

## Результаты впечатляют

Министр агропромышленного комплекса и потребительского рынка Свердловской области **Анна Кузнецова** сообщила, что в этом году аграрии приступили к посеву на две недели позже, чем в прошлом. Сдвинулись и сроки уборки. Тем не менее уборочную кампанию удалось завершить до серьезных снеговых осадков и собрать хороший урожай.

Министр привела следующие данные: «Зерновые и зернобобовые культуры в этом году собирали с площади 337 тысяч гектаров, общий намолот составил 806 тысяч тонн зерна. Это более чем на 80 тысяч тонн больше, чем в прошлом году, и даже больше плана, который мы для себя ставили. Урожайность также выше, чем в прошлом году, на 3,1 центнера с гектара».

С каждым годом становятся все более популярными масличные культуры – рапс и лен. По ним мы также существенно перевыполнили план: собрали порядка 72 тысячи тонн, а планировали 50 тысяч. Если говорить про овощи борщевого набора, то и здесь получен достойный урожай: собрана 231 тысяча тонн картофеля и 33 тысячи тонн овощей. Это выше уровня прошлого года. Сейчас овощи заложены на хранение и до лета следующего года будут поступать на прилавки наших магазинов. Последние три года была тенденция на сокращение площади посадки овощей. Сейчас прорабатывается комплекс мер поддержки для овощеводов и картофелеводов, который позволит мотивировать их на увеличение площадей под овощами.

На уровне прошлого года сохранилась и государственная поддержка сельхозпредприятий. Им выделено порядка 5 млрд рублей. Большая часть этих денег – уже у аграриев на руках. Оставшаяся сумма поступит до конца года. Эти средства направляются на подготовку к посевной кампании 2025 года.

Хорошими темпами растет экспорт сельскохозяйственных товаров из Свердловской области. Но специализируется регион в основном на переработанной готовой продукции. Например, отправляет не рапс, а рапсовое масло, майонезы, маргарины, кондитерские изделия – конфеты, шоколад, печенье.

## Советуют ученые

Проректор по научной работе Уральского государственного аграрного университета, кандидат сельхознаук **Михаил Карпунин** поделился научно обоснованными рекомендациями для получения хорошего урожая в любых условиях: «От весенних заморозков этого года сильно пострадали плодово-ягодные культуры, особенно косточковые – слива, вишня, абрикос, которые цветут первыми. Значительно подмерзли груши и яблони. Низкие температуры – порой они достигали минус 7 градусов – не позволили восстановиться этим растениям. В течение вегетационного периода им приходилось затрачивать дополнительные силы, чтобы нарастить вегетативную



массу, чтобы вызрели побеги. Лучше оказалась ситуация по овощным культурам – корнеплодам, капусте, луку, так как было достаточно осадков для формирования хорошего урожая. Но возникали проблемы у тех, чьи участки находятся на торфяниках или в низких местах, наблюдалось их подтопление, корневая система растений буквально задыхалась. В выигрыше оказались те, кто делал высокие грядки и гребни.

Повышенная влажность вызывает различные заболевания у картофеля, самое распространенное из них – фитофтороз. У сельхозпредприятий результаты оказались лучше, чем в личных подсобных хозяйствах, поскольку у сельхозпроизводителей отработана технология выращивания, есть средства, чтобы вовремя проводить обработку полей от болезней. А в частном секторе, где не использовали биопрепараты, не опрыскивали растения, ботва картофеля оказалась значительно повреждена, что, естественно, сказалось на урожайности этой культуры.

В нашей климатической зоне лучше использовать среднеспелые, раннеспелые и ультраскороспелые сорта картофеля. Также эту культуру рекомендуется выращивать при достаточно хорошей влажности, особенно в критические фазы развития. Первая – когда всходы картофеля достигли 10-15 см, следующая фаза – бутонизация, нача-



ло цветения. В это время картофель должен быть обязательно обеспечен влагой. Не надо забывать о средствах защиты и удобрениях, картофель – это культура, которая выносит из почвы много питательных веществ.

- Совместно с Уральским федеральным аграрным научным центром мы серьезно занимаемся селекцией картофеля, чтобы получать не только хороший урожай, но и целевое использование различных сортов. Например, какой-то сорт очень вкусный и идет в пюре, но совершенно не пригоден в супы или салаты, другой годится на чипсы, заморозку. Сегодня у нас есть целая линейка различных интересных сортов, которыми мы можем гордиться, – отметил М. Карпунин.

ло цветения. В это время картофель должен быть обязательно обеспечен влагой. Не надо забывать о средствах защиты и удобрениях, картофель – это культура, которая выносит из почвы много питательных веществ.

## А что с погодой?

Ведущий специалист отдела агрометеорологии Уральского управления по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды **Елена Ильина** рассказала о влиянии погодных условий на рост и развитие сельскохозяйственных культур.

Ведущий специалист отдела агрометеорологии Уральского управления по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды **Елена Ильина** рассказала о влиянии погодных условий на рост и развитие сельскохозяйственных культур.

теринбурга, за последние 35 лет такой холодной первой декады мая не было. Рекордным с 1881 года оказалось и количество выпавших осадков – 61 мм. Поздние заморозки окончились в третьей декаде мая, а ранние начались 16-25 сентября. За летние месяцы средняя температура составила 16-17 градусов и превысила норму на 0,5-0,8 градуса.

Наиболее богат осадками был июнь, когда выпало до 200% от нормы. В Сысерти этот показатель достиг 290%. За летние месяцы сумма осадков в регионе превысила норму на 10-30 процентов, что характеризует этот период как влажный и избыточно увлажненный.

Условия уборки урожая до 10 октября были преимущественно удовлетворительными и благоприятными. Осложнялись полевые работы 4, 6, 21 и 26 сентября из-за дождей и медленного просыхания почвы. А 10-11 октября, с временным установлением снега и похолоданием, уборка сельскохозяйственных культур прервалась и в дальнейшем проходила при малоблагоприятных условиях.

Что нас ожидает в ближайшее время? Умеренно морозная погода, связанная с преобладанием северных ветров и поступлением холодного воздуха. После 14 ноября при перестройке воздушных потоков с северных на западные на Урал будет поступать теплый воздух с европейской части России. Температура повысится, 16-17 ноября прогнозируются оттепели, местами вероятен небольшой снег.

Согласно предварительным прогнозам, почти до конца ноября удержится относительно высокая среднесуточная температура: 2-6 градусов ниже нуля, что выше нормы на 3-5 градусов, и при незначительных осадках. Заметного нарастания снежного покрова не произойдет до 26 ноября. Согласно прогнозам Росгидромета, период с ноября по январь ожидается теплее обычного, хотя не исключается возможность и крепко-морозных непродолжительных периодов. Количество осадков, предположительно, – около и меньше нормы.

# «Парящие камни» на площади Спасения

Любовь Фёдорова  
Фото автора

**Знаете ли вы, что в Екатеринбурге появилась новая достопримечательность – площадь Спасения?**

Торжественное открытие этого мемориального комплекса состоялось 9 октября 2024 года. Он возведён в память о жертвах Холокоста и в знак благодарности уральцам за спасение людей, эвакуированных в годы Великой Отечественной войны. Также площадь посвящена бойцам Красной Армии и труженикам тыла, которые внесли свой вклад в Победу.

Площадь находится рядом с еврейским общинным центром «Синагога», который был открыт в Екатеринбурге 7 апреля 2005 года. По сути, это уже даже не площадь, а просторный сквер возле набережной реки Исеть. Территория ещё благоустраивается, но уже есть удобные деревянные скамейки и интересные зеркальные стелы. Эти стелы олицетворяют многочисленность людей, спасшихся от нацизма на Урале. Всего их 18, в еврейских традициях это число символизирует жизнь и счастье. Поэтому здесь также 18 ступеней, 18 лавок, 18 высаженных кедров...



На самой площади установлен медиаэкран, на котором перечисляются еврейские семьи, эвакуированные в основном с территории Украины на Урал – в Екатеринбург (тогда Свердловск) и другие населенные пункты нашей области.

Рядом находится целая стена стенов с надписью «Никогда больше!». Каждый желающий может оставить здесь свою подпись в знак солидарности с тем, что ужасы войны и Холокоста не должны повториться.

Центральное место на площади занимает монумент «Парящие камни». Он представляет собой арку высотой около 8 метров, внутри которой на тросах подвешены камни. «Парящие в воздухе камни, которые словно преодолевают законы гравитации, символизируют преодоление тяжести зла и невероятную борьбу за жизнь», – гласит надпись рядом с монументом.

Среди этих камней есть десять особенно ценных. Они привезены из мест массовой гибели евреев во время Второй мировой войны: из концентрационных лагерей Освенцим, Трешлинка, Собибор, Майданек, Бухенвальд и Дахау, а также из Румбульского леса в Латвии, где были расстреляны более 25 тысяч евреев. А также из Бабьего Яра в Киеве, «Ямы» в Белоруссии, где в марте 1942 года нацисты расстреляли около 5 тысяч узников Минского гетто, из Змиёвской балки – места массовой казни жителей Ростова-на-Дону.

Я приехала на площадь под вечер и решила пообщаться с теми, кто был здесь, чтобы узнать, что они думают о появлении такого символического места в областном центре.

Пожилая чета из Екатеринбурга: «Нужное место. Столько безвинных людей тогда погибло! Действительно, наш город стал одним из мест спасения

## ШКОЛА



### ЖУРНАЛИСТИКИ



еврейского народа». Мужчина из Омска: «Интересно задуман памятник «Парящие камни». Главное, чтобы за ним следили, уберегли от вандалов».

Женщина с девочкой из Первоуральска: «Мы специально приехали в Екатеринбург, чтобы посетить это место. Наши родственники вывезли из Белоруссии на Урал во время войны. На торжественное открытие не получилось приехать... Так здесь хорошо всё продумано! Медиаэкран с фамилиями спасенных семей – словно личная благодарность каждого спасенного».

Площадь ещё благоустраивается. Весной, когда расцветут деревья и высадят цветы, здесь станет особенно красиво. Появление площади Спасения в Екатеринбурге показывает, какой вклад внёс Урал в Победу, став не только символом самоотверженного труда в тылу, но и центром эвакуации и спасения множества человеческих жизней.

## Смотрите под ноги, друзья!

Николай Конев

**Дело было в Екатеринбурге. После окончания занятий в школе журналистики я направился на остановку транспорта «Краснофлотцев», чтобы доехать до проспекта Космонавтов. Я еще не знал, что меня ожидает...**

В тот день в нужную мне сторону ходили только автобусы, так как коммунальные службы производили ремонтные работы по замене труб после опрессовки. И если во встречном направлении троллейбус мог еще проехать, то обратно на его пути в котловане с бетонными коробами лежали трубы большого диаметра. Устранить аварию обещали быстро, но мне подумалось: «Успеют ли?». К счастью, автобус не заставил себя долго ждать, через пять минут я уже ехал в нужном мне направлении. Предвкушал ожидавшее меня вечером занятие хорovým пением в коллективе «Ностальгия», который недавно отмечал свой 40-летний юбилей.

Увы, по дороге домой предвидеть всего невозможно. Конечно, было уже темно, как говорится, не видно ни зги. Я торопился, редкие фонари клочками света разрывали плотную пелену темноты, замешанной на городском

шуме и выхлопных газах автомобилей. Дом, к которому я стремился, окружен газонами. Чтобы выиграть время, я решил сократить путь и пошел по тропке одного из газонов. И тут же был жестоко наказан: подорвался на «mine», хотя даже днем я обходил эту дорожку стороной, справедливо считая этот путь не безопасным.

Каждое утро я наблюдаю за тем, как несколько пар «минеров» ходят друг за другом и «минируют» газоны. Один идет сзади, держа поводок, второй выбирает место для закладки «мины». Поэтому я и не хожу по газонам даже днем. Но сегодня поторопился и был наказан.

В свое время у меня жил английский коккер-спаниель. Домашних животных я люблю, но уважаю и людей, потому и проявлял о них заботу – на прогулке с собакой всегда избегал территорий, по которым ходили горожане. Плохо, что так действуют далеко не все владельцы четвероногих любимцев.

Действенные меры приняло правительство Свердловской области, утвердив постановление от 19. 10. 2023 № 762-ПП «О внесении изменений в Порядок осуществления деятельности по обращению с животными...». Этот документ опубликован на сайте [www.pra-vo.gov66.ru](http://www.pra-vo.gov66.ru) и вступил в силу с 1 января 2024. Но, к сожалению, действенного эффекта пока не наблюдается. А жал!

## Чтение или гаджеты?

### МЫСЛИ ПО ПОВОДУ

Василя Коробицына

**Среди слушателей школы журналистики «Пенсионера» немало учителей. Выйдя на заслуженный отдых, они по-прежнему готовы отстаивать важность образования в любом возрасте. Вот еще одно мнение педагога-стажиста.**

В советское время наша страна была самой читающей в мире, а наши писатели – самыми лучшими. По сюжетам их произведений созданы кинофильмы – мировые шедевры. В редкой семье не было книг. Не пустовали библиотеки, в скверах и парках не только гуляли и играли, но можно было встретить немало читающих людей разного возраста. А вагоны электричек и метро были похожи на читальные залы. Читали все и всюду!

Читающий человек – это думающий человек. «Чтение – вот лучшее учение – это истина. При чтении в головном мозге возникают новые нейронные связи, позволяющие воспринимать окружающий мир во всем его разнообразии, цвете, звуках. Увы, сейчас книгу в руках взрослого или ребенка увидишь крайне редко.

Интернет, сотовый телефон, другие гаджеты – помогают ли современному

человеку новейшие технологии изучать и понимать классику отечественной литературы?

При просмотре мультимедиа перед ребенком мелькают яркие картинки, ему смешно, весело, можно в этот момент и перекусывать, можно думать о чем-то другом. А вот с чтением так не получится, здесь необходимо «включать мозги»: думать, понимать, запоминать, заучивать. Но как же это сложно!

Разбудить душу ребенка, привить любовь к слову, книге – непростая задача. В читающей семье читают и дети. Им интересно. У них обогащается речь. Такому ребенку легко в школе: он понимает учителя, легко справляется с устными и письменными заданиями, ему интересно учиться.

А вот мало читающие дети испытывают сложность в обучении. Прочитать и понять текст, его содержание, ответить на вопросы для такого ученика – трудная проблема. Выучить стихотворение – горе для всей семьи. А уж написать сочинение на «свободную» тему или по прочитанному произведению – и вовсе непосильный труд для нечитающих детей.

С нового учебного года в сочинениях 9-классников по допуску к государственной итоговой аттестации будут запрещены ссылки на подвиги мультяшных героев. Они – не те, кому можно подражать. Неужели все-таки вновь придется взять в руки книгу?



Дежурный по номеру  
Елена Зинковская

16 ноября отмечается Всемирный день рукоделия. В связи с этой датой мы попросили читателей рассказать, какими видами рукоделия они владеют..

## Спокойствие для души и радость окружающим

Одной из первых откликнулась **Валентина Владимировна** из села Косой Брод Полевского ГО: «Не могла не поучаствовать в опросе про рукоделие. Вяжу и вышиваю салфетки всем друзьям в подарок на праздники, дни рождения. Вышиваю бисером иконы, картины крестиком. И картины, и иконы у меня большие, маленькие не люблю. Для себя все шью, в том числе – постельное белье. Помню, на свое 40-летие связала ковер 4 на 1,5 метра, на нем – 33 розы! Не так давно выставляла его на конкурсе, за него мне областное министерство соцзащиты даже диплом вручило. Недавно освоила плетение из ротанга и бумажных трубочек. Теперь делаю корзинки, уже все худые ведра оплела, получились красивые цветочные вазоны. Много своих поделок друзьям раздарила. Кухонную и обеденную зону своими руками оформляла, обтягивала тканью сиденья и спинки. Летом свободное время занимает огород. Про мой урожай тыкв, кабачков и арбузов газета «Пенсионер» уже писала. Вообще, я никакой работы не боюсь. Любое стекло обрезать могу. Меня воспитывал отец, научил и строгать, и паять, и резать. Недавно привезли горбыль на дрова, я его

дисковой пилой сама весь перепилила».

Екатеринбурженка **Мария Семеновна** поделилась своей историей. «Моя мама красиво вязала, какие у нее получались узоры! Лет в 20 я тоже увлеклась вязанием крючком и на спицах. Когда родилась дочка, начала вязать для нее. Долго пяточка у носков не получалась, но все же я это освоила. А со временем научилась вязать всю детскую одежду – носки, шапочки, шарфы, варежки, штанишки, кофточки. В 90-е годы, когда зарплату по полгода не выдавали, продавала свое рукоделие на рынке, хорошо расходились сумочки, мочалки, связанные крючком. После рождения внучки стала вязать наряды для ее кукол. Дочка – швея, но и вяжет она тоже хорошо. Внучка пока от нас отстает, зато она хорошо рисует. Считаю, что всем надо уметь вязать. В жизни это всегда пригодится».

**Раиса Михайловна Вялкова** из Ирбита вспоминает, что прежде шила салфетки, на спицах вязала свитера и носки, очень любила вязать крючком. У нее получались замечательные дорожки, скатерти, кружева. «Жалко, что уже плохо вижу, – вздыхает читательница, – без рукоделия скучаю».

## В своем доме – кругом рукоделие

Познакомил газету со своими умениями и **Сергей Леонидович Мелкозеров** из Верхней Туры: «В молодости было у нас с друзьями такое развлечение: лепили из пластилина маски всевозможных «чертей» или животных, покрывали их гуашью и лаком. Походило на керамику, будто сувенир из Африки. Дарили их знакомым. Когда занимался певчими птицами, сам делал для них клетки. А когда появились семья, дом, стало уже не до того».

Сейчас свои увлечения переключил на огород, становлюсь мичуринцем – экспериментирую с прививками. Прививал вишню на черемуху, яблоню и грушу – на черноплодную рябину, на иргу. Прививка яблони на черноплодку удалась, даже урожай хороший был. Но черноплодная рябина – это куст, ветки у нее тонкие, а плоды выросли тяжелые, было их много, вот ветка с привоем и обломилась. С иргой эксперимент был более удачным,

плоды получились очень красивые, но жесткие. Без терки или мясорубки их не съешь. А вообще, в своем доме – кругом рукоделие, чего ни коснись, везде нужно руки приложить. Недавно котельную к дому сам пристроил. Так что мои инструменты для рукоделия – это ножовка, рубанок, пила».

«Все надо уметь делать руками – и дрова наколоть, и землю обработать», – считает **Владимир Александрович Чащин** из Асбеста. Он рассказал, что на небольшом участке земли они с женой выращивают отличные урожаи картошки, свеклы, моркови. «Раньше в каждой семье шили, вышивали, вязали, у всех были швейные машинки. А сейчас подростки телефоны из рук не выпускают. Их обязательно надо привлекать к работе на земле, учить работать с детства, – говорит пенсионер. – Страна у нас хорошая, люди хорошие, но трудолюбия не хватает».

# УМЕЮТ СОЗДАВАТЬ РУКАМИ КРАСОТУ

## Вторая жизнь старым вещам

Житель областного центра **Сергей Юрьевич** рассказал, как приобщился к реставрации мебели: «Несколько лет назад я разгребал дачу от хлама и наткнулся на старую тумбочку. Вытащил из дальнего угла на свет, отмыл от грязи и увидел, что вещь-то добротная, сделана из настоящего дерева, а не из опилок, как нынешняя мебель. Краска только облупилась, да ножки одной нет. А потом вспомнил, что когда-то в этой тумбочке лежали мои первые книжки, альбомы для рисования, краски, карандаши. Жалко стало ее выбрасывать, все-таки память о дет-

стве, и решил я ее отремонтировать. Осторожно очистил от старой краски, зашпаклевал все трещины и царапины, ножку подклеил. Ручку прикрутил новую, покрасил в светлые тона – салатный и белый. Всем понравилось, внучка сразу ее себе под игрушки облюбовала. По ее заказу еще сделал кровать и шкаф для куклы. После первого удачного эксперимента отремонтировал несколько старых стульев, круглую деревянную подставку под цветы. Все это валялось на чердаке. Теперь взялся за старый комод, который соседи хотели сжечь...»

## И снова про коммунальный беспредел

О своих злоключениях с коммунальными службами рассказала жительница Тавды **Гера Пименовна Сидорцова**: «Моя квартира находится в двухэтажном доме, которому уже больше 60 лет. На стенах появились трещины. Чтобы их замаскировать, приходится нанимать штукатуров или просить знакомых. Ни горячей воды, ни душа, ни ванны в квартире нет, отопление печное. Дымоход положено чистить один раз в год, к началу отопительного сезона, но за последние 9 лет дымоход кухонной печки чистили два раза, а дымоход комнатной печки впервые почистили года два назад. А квитанции за содержание жилья присылают ежемесячно».

ЖКХ передало наш дом в муниципальное бюджетное учреждение Тавдинского ГО «Единое агентство заказчика». Нынче в августе я отнесла туда заявление, чтобы мне прочистили дымоходы двух печек. В середине сентября приехали на машине двое рабочих. Начали с трубы на чердаке. Я стояла возле печки на кухне и слышала, как сыпались вниз осколки кирпичей вместе с сажой. Всю сажу, обломки они свалили в самый низ печки и ушли. Зато отчитались, что «прочистили». Когда выпал первый снег, я хотела затопить печку, которая обогревает комнаты.

Положила растопку, она и сгореть не успела, как в комнату со страшной силой повалил такой густой дым, что я испугалась. «Тяга есть, и ладно», – сказали мне чистильщики, когда после своей работы бумажку зажгли. Да, тяга есть, только она тянет дым не в трубу, а в квартиру.

Я отнесла в «Единое агентство заказчика» новое заявление с повторной просьбой прочистить дымоход, секретарь его зарегистрировала, но тут подошла мастер и стала кричать, что они прочистили трубу на чердаке, а в квартире ничего делать не будут. В квартире холодно, сплю в валенках и одежде. В прошлую зиму от холода я уже перенесла пневмонию в тяжелой форме».

Пожаловался редакции на коммунальные службы и житель Михайловска **Владимир Никифорович**: «Наш сын – инвалид 2-й группы, живет в общежитии по ул. Кирова. За это здание отвечает компания «Эко-Сервис». Стекла в общежитии выбиты, туалеты не работают, полный бардак. Деньги за воду считают так, как будто каждый жилец тратит по 7 кубов воды, но ванны там нет. Отнесли заявление в «Эко-Сервис», чтобы они все починили, месяц прошел, ничего не изменилось. А ведь зарплату наверняка сотрудники получают, почему же работу свою не выполняют?».

## И обидное отношение

«Почему-то билеты в общественном транспорте нашего города не выдают, – сетует **Людмила Ивановна Симонова** из Новоуральска. – Мы платим деньги напрямую водителям, а они не торопятся отрывать билет. Когда спрашиваешь у водителей проездной документ, они сердятся, говорят, зачем это вам. А если будет проверка? Нам предъявить нечего».

**А Зинаиду Матвеевну** из Екатеринбурга очень расстраивает отношение к пожилым людям в больницах областного центра. «Мне 86 лет. Недавно я лежала в онкологии, перенесла в

течение месяца три операции. Но дальнейшее лечение не назначают без консультации одного доктора. А он прямым текстом говорит: «Я стариками не занимаюсь!» В подъезде нашего дома живут в основном пожилые люди. Недавно соседка, которой 92 года, упала на лестнице. Мы позвонили врачу, но в больницу ее не взяли. На первом этаже одинокая больная соседка также не могла попасть в больницу. Ей прямо ответили: стариков не берут. Неужели нас лечить уже не надо? Раньше стариков уважали, а что теперь мы видим?».

## СТАТИСТИКА

Дежурному поступило **23** звонка

из Асбеста, Березовского, Верхней Туры, Екатеринбурга, Ирбита, Невьянска, Нижнего Тагила, Михайловска, Полевского.

ПЕРВЫЙ 1

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

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ

НТВ

04.50 Т/С «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ВОПРЕКИ ВСЕМУ 12+
08.30 ВСЕ О ГЛАВНОМ 12+
09.00, 12.00, 14.55, 17.30 НОВОСТИ
09.05, 23.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.20 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
08.00 ЖИЗНЬ И СУДЬБА 16+
08.25, 22.15 Т/С «МЕГРЭ» 16+

Домашний

06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.15, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.15, 02.50 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+

ТНТ

07.00 УТРО ТНТ. 2 Ч 16+
08.00, 22.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00 ЗВЕЗДЫ В ДЖУНГЛЯХ 16+

ЗВЕЗДА

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

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 СМЕХ, ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
08.45 Х/Ф «В ТЕНИ БОЛЬШИХ ЧИСЕЛ» 16+

4 КАНАЛ

06.00, 09.00, 14.05, 21.00, 23.30 НАВИГАТОР 12+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+

5 канал

06.15 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3» 16+
07.45, 09.30 Т/С «ДОЗНАВАТЕЛЬ» 16+

ТНВ

06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.20, 00.15, 02.40 КОНЦЕРТ 12+

ОТВ

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

СТС

06.00 ЕРАЛАШ 6+
06.15 ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+

ТВ3

06.00 ТАКОЕ ВИДЕО 16+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+

ВТОРНИК, 19 НОЯБРЯ

ПЕРВЫЙ 1

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

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ

НТВ

04.50 Т/С «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ВОПРЕКИ ВСЕМУ 12+
08.30 НАШИ ИНОСТРАНЦЫ 12+
09.00, 12.00, 14.55, 17.30 НОВОСТИ
09.05, 17.35, 20.05, 23.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.15, 18.40, 00.10 Т/С «НАСТОЯЩАЯ ВОЙНА ПРЕСТОЛОВ» 16+

Домашний

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

ТНТ

07.00 УТРО ТНТ. 2 Ч 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30 Т/С «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА» 16+

ЗВЕЗДА

05.05, 13.20, 15.35, 17.05, 03.20 Т/С «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ» 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «В ТЕНИ БОЛЬШИХ ЧИСЕЛ» 16+

4 КАНАЛ

06.00, 10.05, 15.00, 00.30 НАВИГАТОР 12+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+

5 канал

06.20 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3» 16+
07.50, 09.30 Т/С «ДОЗНАВАТЕЛЬ» 16+

ТНВ

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

ОТВ

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

СТС

06.00 ЕРАЛАШ 16+
06.15, 07.30, 16.05, 17.05 УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХОВОК. ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+

ТВ3

06.00 ТАКОЕ ВИДЕО 16+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+

ПЕРВЫЙ



05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+

РОССИЯ



05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+

НТВ



04.50 Т/С «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
08.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 16+

МАТЧ ТВ



08.00, 16.55 ВОПРЕКИ ВСЕМУ 12+
08.30 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
09.00, 12.00, 14.55, 17.30 НОВОСТИ
09.05, 17.35, 20.45, 23.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА



06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.15, 18.40 Т/С «НАСТОЯЩАЯ ВОЙНА ПРЕСТОЛОВ» 16+
08.00 ЖИЗНЬ И СУДЬБА 16+
08.20, 22.15 Т/С «МЕРЭ» 16+

Домашний



06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.25, 02.50 ТЕСТ НА ОТПОВСТВО 16+

ТНТ



07.00 УТРО ТНТ. 2 Ч 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30 Т/С «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА» 16+

ЗВЕЗДА



07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00, 23.15 Т/С «РОССИЯ МОЛОДАЯ» 12+

ТВ Центр



06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.15 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «В ТЕНИ БОЛЬШИХ ЧИСЕЛ» 16+

4 КАНАЛ



06.00, 11.00, 16.05, 21.00, 01.30 НАВИГАТОР. 12+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+

5 канал



06.20 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3» 16+
07.45, 09.30 Т/С «ДОЗНАВАТЕЛЬ» 16+
08.25 НОВАЯ 12+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+

ТНВ



06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 02.40 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 21.25, 05.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+

ОТВ



05.00, 08.00, 12.00, 15.00, 20.00, 22.30, 02.00, 03.30 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.30, 20.30, 23.00, 02.30, 02.45, 04.00, 04.15 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+

СТС



06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
06.15, 07.00, 16.05, 16.55 УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХВООК. ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+

ТВ3



06.00 ТАКОЕ ВИДЕО 16+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ



06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+

ЧЕТВЕРГ, 21 НОЯБРЯ

ПЕРВЫЙ



05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+

РОССИЯ



05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+

НТВ



04.50 Т/С «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
08.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 16+

МАТЧ ТВ



08.00, 16.55 ВОПРЕКИ ВСЕМУ 12+
08.30 ВИД СВЕРХУ 12+
09.00, 12.00, 14.55, 17.30 НОВОСТИ
09.05, 17.35, 20.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА



06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.15, 18.40 Т/С «НАСТОЯЩАЯ ВОЙНА ПРЕСТОЛОВ» 16+
08.00 ЖИЗНЬ И СУДЬБА 16+
08.25, 22.15 Т/С «МЕРЭ» 16+

Домашний



06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.30, 02.50 ТЕСТ НА ОТПОВСТВО 16+

ТНТ



07.00 УТРО ТНТ. 2 Ч 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30 Т/С «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА» 16+

ЗВЕЗДА



05.20 Т/С «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр



06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «В ТЕНИ БОЛЬШИХ ЧИСЕЛ» 16+

4 КАНАЛ



06.00, 12.05, 17.00 НАВИГАТОР 12+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+

5 канал



06.30 Т/С «ПИЛИГРИМ» 16+
07.25, 09.30 Т/С «ДОЗНАВАТЕЛЬ» 16+
07.55 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ 12+

ТНВ



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

ОТВ



05.00, 08.00, 12.00, 15.10, 22.30 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.40, 23.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+

СТС



06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
06.15, 07.25, 16.05, 16.50 УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХВООК. ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+

ТВ3



06.00 ТАКОЕ ВИДЕО 16+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ



06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+

## «НЕ ВСЕ ТОВАРЫ ВЫГОДНО ПРОИЗВОДИТЬ В РОССИИ»

### ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Татьяна Карabut, «Российская газета»  
Фото: www.vedomosti.ru

**Глава Минпромторга России – о наценке на товары и российской полке, а также о перспективах отечественного производства медицинских товаров и лекарств.**

Необходимо использовать рыночные методы регулирования цен, а также своевременно проводить работу по отдельным группам товаров, чтобы не допустить резких скачков цен, как на яйца и курицу в прошлом году и на сливочное масло – в нынешнем. Об этом рассказал министр промышленности и торговли РФ Антон Алиханов.

**- Антон Андреевич, в прошлом году повышенный спрос на яйца и курицу привел к скачку цен на эти продукты. В нынешнем эта ситуация повторилась со сливочным маслом. Есть ли опасность резкого скачка цен еще на какие-то продукты?**

- Минпромторг постоянно осуществляет мониторинг ситуации с ценами и поставками основных видов продовольственных товаров. Периодически мы проводим совещания по этой теме совместно с Минсельхозом России, Федеральной антимонопольной службой России, торговыми



ми сетями и отраслевыми союзами производителей продовольственных товаров. В постоянном режиме проводим работу с торговыми сетями и производителями продовольственных товаров по переходу от практики закупок на тендерах к прямым долгосрочным контрактам поставок. Они должны быть дополнительным инструментом быстрого пополнения товарных запасов в периоды резкого повышения потребительского спроса.

**- Крупные торговые сети многократно обвиняли в высоких наценках на социально значимые продукты. Какова сейчас средняя торговая наценка на базовые продукты? Как вы относитесь к инициативе закрепить законодательно наценку на такие товары в 5%?**

- Что касается стабилизации цен, конечно, необходимо использовать рыночные методы регулирования цен, своевременно проводить работу по отдельным группам товаров с применением механизмов для балансировки продоволь-

ственных рынков. Я говорю о предоставлении мер господдержки производителям сельхозпродукции и продуктов питания. В целом предприятия розничной торговли отражают на магазинных полках ценовую динамику производителей и поставщиков. Растут отпускные цены – увеличивается и розничная стоимость. Но при этом организации торговли крайне не заинтересованы в повышении цен, поскольку низкие цены являются их конкурентным преимуществом. Сейчас практически во всех торговых организациях средняя наценка на все товары для обеспечения рентабельности традиционно находится на уровне 25-30%. Что касается социально значимых продовольственных товаров, то, по данным Росстата, на них наценка составляет около 15-17%. Если же говорить о крупных торговых сетях, то, по их данным, средняя наценка на социально значимые продовольственные товары составляет 5-5,5%, а по некоторым позициям – вообще нулевая.

**- В нацпроект «Новые технологии сохранения здоровья» планируется включить пять федеральных проектов, за Минпромторгом РФ закреплен «Промышленность для здравоохранения». Какие задачи стоят?**

- Федеральный проект «Промышленность для здравоохранения» включает в себя задачи по выводу отечественных лекарств и медизделий на российский рынок, последовательное увеличение

доли отечественной продукции по приоритетным направлениям. Задача федпроекта звучит следующим образом: достижение к 2030 году не менее 90% локального производства лекарственных препаратов по номенклатуре жизненно важных и необходимых и более 40% – по линии медицинских изделий.

**- Какие меры реализует Минпромторг России для достижения суверенитета в фармацевтической и медицинской промышленности?**

- Сегодня ведется работа по снижению зависимости от зарубежной сырьевой базы. Например, в рамках федерального проекта «Развитие отрасли редких и редкоземельных металлов» предполагается создание горно-металлургических и обрабатывающих производств для производства востребованных, в том числе – для медицинской промышленности, сырья, материалов и комплектующих: магнитов на основе редкоземельных металлов для аппаратов МРТ, титанового сырья для титановых имплантатов, циркониевого сырья – для дентальных имплантатов и так далее. Однако не все продукты с экономической точки зрения целесообразно производить в России. Например, для некоторых высокоспециализированных веществ может потребоваться значительный объем инвестиций и технологий, которые на данный момент отсутствуют в стране. В таких случаях мы будем рассматривать варианты импортозамещения или сотрудничества с нашими иностранными партнерами.

## Санаторий-профилакторий «Родничок»

Располагается на окраине г. Ревды, на живописном берегу Ревдинского пруда. В нашем санатории гармонично сочетаются как природные лечебные факторы, так и современные медицинские технологии.

Девиз лечебно-профилактических программ: **«ДВИЖЕНИЕ, РАССЛАБЛЕНИЕ, ВОССТАНОВЛЕНИЕ»**

Ваше оздоровление будет проходить в благоустроенном комфортабельном корпусе, расположенном в окружении зеленого парка и городского пруда.

Комфортные двухместные и трехместные номера (блочного типа).

Питание (полный пансион) организовано в уютном обеденном зале (для людей с особенностями питания предусмотрен диетстол).



**В нашем санатории к вашим услугам врачи-специалисты:**

- УЗИ-специалисты (УЗИ почек, брюшной полости, щитовидной и молочной железы, ТРУЗИ)
- эндоскопист (ФГДС)
- уролог
- травматолог-ортопед
- невролог
- хирург
- гастроэнтеролог
- гинеколог

**Также широкий выбор процедур:**

- физиолечение
- сухая углекислая ванна
- магнитотурботрон
- механический массаж (ОРМЕД, НУГА-БЕСТ)
- ручной массаж
- вакуумный массаж
- лечебная физкультура
- лечебные ванны
- озокеритолечение

- спелеотерапия
- гирудотерапия
- внутривенные инъекции озонотерапии, наружная озонотерапия.

Также ведется забор анализов крови, мочи, кала, уrogenитальных мазков.

Помимо набора процедур, входящего в стоимость выбранной путевки, любые дополнительные процедуры вы можете приобрести по назначению врача в медицинской регистратуре санатория.

Запись по телефону:  
**8 (34397) 2-62-85**

Администратор: Ждем вас по адресу:  
**8 (34397) 2-63-58**

Свердловская область,  
г. Ревда, ул. Чехова, 55.  
[www.revda-rodnik.ru](http://www.revda-rodnik.ru)

**НОВИНКА!!!** Локальная инъекционная терапия суставов, связок, мышц под контролем УЗИ.

Введение тропоколлагена, полинуклеотидов, гиалуроновой кислоты.

Ортезирование суставов. 18+

**Только в январе цены на путевки:**

**10 дней – 25 500 руб.**

По пенсионному

5% скидка –

**24 200 рублей.**

**12 дней – 29 000 руб.**

По пенсионному

5% скидка –

**27 500 рублей.**

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА**

# «УРАЛ И НАРОДЫ, ЕГО НАСЕЛЯЮЩИЕ»

## КРАЕВЕДЕНИЕ

16 ноября с 12 часов в областной библиотеке им. Белинского состоится марафон путешественников «Урал и народы его населяющие».

«Урал – огромная, уникальная горная страна, полная тайн и сюрпризов. Ее осваивают очень давно. Обретенные Шигирского идола и коллекции артефактов давностью в 11 тысяч лет лишь подталкивают нас к дальнейшим исследованиям.

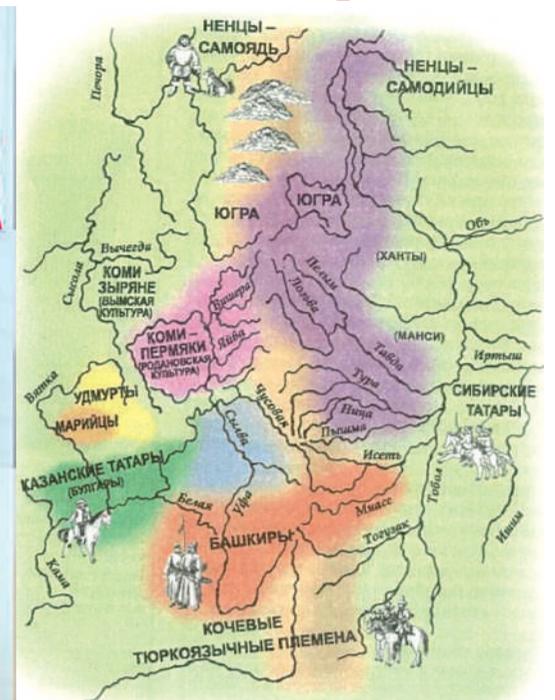
Седые Уральские горы подбрасывают нам все новые и новые подсказки, будто подстегивают интерес к себе, заманивая в таежные глубины, увлекая в необъятные дали, покоря своим величием и могуществом... Загадочна тайга, таинственны народы, ее населяющие. Суров он, Урал-то. И откроет свои тайны и сокровища лишь упорным и достойным исследователям».

Отрывок из «Путевые заметки. В заоблачные горы».

«Марафон путешественников» будет проводиться в Екатеринбурге уже в 4-й раз. Кроме путешественников из Екатеринбурга, в марафоне примут участие коллеги из других уголков Урала!

Во время «Марафона путешественников» гостей ожидают:

- знакомство и общение с приглашенными путешественниками,
- уникальные фотовыставки и под-



- борки экспедиционных карт,
- демонстрация фотографий и показы видеофильмов из путешествий,
- мастер-классы и знакомство с профессиональным туристическим оборудованием,
- выставки находок из этнографических, спелеологических, палеонтологических и краеведческих исследовательских экспедиций,
- выставка книг путешественников,
- сувениры.

Для гостей «Марафона путешественников» будут работать выставки:

- «Таежная охотница»: фотовыставка архивных снимков 1905-2023 годов,
- «Куклы народа манси»: выставка этнографических артефактов,
- коллекция женских украшений: авторские работы сотрудников этнопарка «Земля Предков» с орнаментами народа манси из бересты, уральских камней и спилов рогов северных оленей, лося, косули, клыков вепря, лисы, рыси,
- сувенирная лавка.

Приглашаем всех желающих!

**Вход свободный.**

**Место проведения:**

библиотека им. В. Г. Белинского, Центр депозитарного хранения документов (здание пристроя, 5-й этаж)

**Справки по телефону:**  
(343)304-60-14, доб. 348

Пресс-служба библиотеки  
им. Белинского  
Фото: nashural.ru,  
све.рф



**Дом Здоровья**  
сеть салонов-магазинов массажного оборудования

**После дачи боли в коленях и локтях  
РЕШЕНИЕ ЕСТЬ!**

**Наколенник Супер Джоинт  
от компании Дом здоровья**

- Уменьшает болевые ощущения в суставах
- Улучшает кровообращение в мышцах
- Нормализует состояние сосудов
- Снимает мышечный спазм
- Улучшает подвижность

Не ограничивайте себя в том, что вы любите!

Запишитесь по телефону на бесплатное тестирование! Ждем вас!

**Наши адреса:**

г. Екатеринбург:

- ул. Посадская 42, 8(982) 751-00-10
- ул. Победы 5, 8(982) 751-00-20
- ул. Восточная 162, 8(919) 399-20-35
- ул. Амундсена 61, 8(982) 717-50-08

г. Первоуральск, ул. Ватутина 72А  
8(982)620-15-75

г. Каменск-Уральский, пр-кт Победы 28  
8(982)751-00-70

г. Верхняя Пышма, ул. Мамина-Сибиряка 4  
8(982)751-00-50



\*Подробнее можно ознакомиться в салон-магазине «Дом Здоровья».  
Необходима предварительная запись по телефону.

# «Я – СО СВОИМ НАРОДОМ, А ДАЛЬШЕ – БУДЬ ЧТО БУДЕТ»

## ОТКРОВЕННО

Марина Хакимова, «Моя семья»  
Фото: www.perm.kp.ru

Когда ему было 12 лет, он стал самым молодым гроссмейстером в истории шахмат. Затем вошёл в первую десятку сильнейших шахматистов мира. К 30 годам он являлся триумфальным победителем самых громких мировых турниров. Но два с половиной года назад гроссмейстер сознательно пожертвовал мировой славой ради Родины. Сейчас Сергей Карякин славен не только шахматными победами, но и помощью бойцам на СВО. Его шахматные школы работают во многих регионах России.

- Сергей Александрович, вы рассказывали, что в детстве увидели по телевизору рекламный ролик какого-то банка, где фигурировал ферзь. С этого якобы и началось ваше увлечение шахматами.

- Всё так и было. Я смотрел телевизор и в рекламе услышал фразу: «Даже пешка может стать ферзём». Я спросил у папы, что такое пешка, что такое ферзь. Он ответил, что существует игра под названием шахматы. По вечерам отец иногда садился за доску и учил меня шахматным азам. Сначала давал фору, а вскоре мы соревновались на равных. Жили мы в Симферополе. Как-то раз с мамой шли мимо дворца пионеров, в котором работал шахматный клуб. Мама сказала, что когда я подрасту, меня можно будет отдать туда на занятия. Я эти слова запомнил и через две недели сказал: «Мама, я без шахмат жить не могу! Отдай меня в шахматный клуб!» В клубе я был самый маленький, но мама уговорила тренера посмотреть, как я играю. Тренер сразу меня взял. Я мог часами решать задачи. Не отвлекался каждые пять минут, как другие дети.

- В возрасте 12 лет вы стали самым молодым гроссмейстером в истории, это отмечено в Книге рекордов Гиннесса. В детстве гордились своими заслугами?

- Я долгое время этого не осознавал; осознание пришло гораздо позже. От «звёздной болезни» меня спасло одно: я поставил себе цель стать чемпионом

мира. Конечно, быть гроссмейстером приятно, но это – промежуточный этап на пути к мировому чемпионству. Родители меня полностью поддерживали, вообще приняли судьбоносное решение переехать в другой город, чтобы у меня была возможность тренироваться. Так что мои шахматные результаты – итог совместной работы с родителями. Они ограждали от проблем, находили мне тренеров, организовывали поездки на соревнования, создавали условия. Наша семья переехала в Краматорск, где я поступил в шахматный клуб имени Момота. Там воспитали многих советских чемпионов. Спустя пару лет мы вернулись в родной Крым. Я поступил на факультет физкультуры и спорта Таврического университета имени Вернадского. Тогда Крым ещё был украинским.

- А когда вам исполнилось 19 лет, вы приняли российское гражданство...

- Да, я стал гражданином России и вошёл в сборную страны по шахматам. Я всегда ощущал себя русским. Для меня Россия – естественный выбор. Меня звали в разные страны, предлагали играть за США. Но именно переезд в Москву для моей семьи являлся закономерным. Тогда в Крыму, кроме меня, был только один гроссмейстер. Он ушёл на пенсию, мне оказалось не с кем заниматься. Я понял, что смогу реализовать свой талант, только если перееду. В Москве я занимался с тренерами мирового уровня. И спустя два года стал четвёртым шахматистом мира по рейтингу. Это очень хороший результат.

- Наша шахматная школа почти сто лет гремела на весь мир. Как обстоит дело сейчас?

- Советская школа шахмат однозначно была сильнейшей в мире. Критический момент наступил в 2008 году, когда наш чемпион мира Владимир Крамник проиграл индийскому шахматисту Виши Ананду, шахматная корона ушла в Индию. После этого к россиянам она уже не возвращалась, хотя я и Ян Непомнящий были очень близки к победе. Советская шахматная школа была на голову выше остальных, а теперь очень сильны Ин-



дия, Китай, США. Конкуренция быстро растёт, мы должны ей соответствовать. Нужно поддерживать молодые таланты и работать с детьми.

- Наверняка роль сыграла и политика. Когда в феврале 2022 года вы публично поддержали Россию и Донбасс, ФИДЕ вас дисквалифицировала. По сути, вы рискуете международной карьерой. Стоял ли перед вами выбор: спорт или любовь к Родине?

- Да, я понимал, что на одной чаше весов находятся моя карьера, перспективы участия в турнирах на звание чемпиона мира, материальная выгода. На другой – моя страна, её народ. Не могу предать Родину в тяжёлый момент. Подумал: я – со страной и народом, а дальше будь что будет. Ни капли не жалею о своём выборе.

- Родственники поддержали вас в этом решении?

- Не все быстро принимают жизненно важные решения. Но глобально противоречия с близкими я не ощущал. Родители просто хотели, чтобы мое решение было осознанным, чтобы я ни о чём не жалел. Но когда они узнали, что я твёрдо стою на своём, меня поддержали. Считаю, что у меня есть моральное право высказывать свою позицию, учитывая, что я родом из Крыма и три года жил в Донецкой области. Ни Крым, ни Донбасс душой и разумом никогда не были украинскими. Я знаю тамошних людей, знаю, что они хотят быть с Россией.

- Почему спорт стал политическим явлением?

- Запад принял решение через спорт влиять на Россию, из спорта сделал метод давления на нас. Это началось в 2014 году, после присоединения Крыма к России. К сожалению, мы продолжили участвовать в мероприятиях с поражением наших прав. Уверен, что тогда не надо было соглашаться на игры под нейтральным флагом. Мы дали слабину. Один раз выступили под нейтральным флагом, второй, а потом нас уже привычно топтали ногами. Но никогда не поздно встать на верный путь. Когда ФИДЕ поставила мне

условие – соревнования в обмен на отказ от Родины, соревнования без флага, без гимна и без упоминания России, я посчитал это унижительным. Разумеется, отказался.

- Вы уже много раз побывали в зоне СВО?

- Езжу туда в среднем раз в месяц. Привозим парням необходимую технику. На передовой с бойцами играю в шахматы. Хочется поддержать наших бойцов. Бывало страшно. Однажды лишь на несколько минут «разминулись» с обстрелом. Обстановка непростая, но люди мотивированы и нацелены на победу. В шахматах принято анализировать, скажу как гроссмейстер: каждая наша небольшая победа на фронте изменяет ситуацию в нашу пользу, в том числе – в политическом смысле.

- Вы много делаете для развития отечественной шахматной школы, работаете с детьми.

- Для детей мы проводим шахматные турниры, организуем шахматные клубы. Надо начинать играть с детства, поэтому отбираем ребят с раннего возраста. У нас уже более 50 шахматных школ, стараемся открыть их в каждом регионе. Следующий этап работы – поддержка детей с территорий, на которых идёт СВО. Мы много раз вывозили ребят из прифронтовых районов в детские лагеря, в развлекательные и познавательные поездки. Для них важно получить новые позитивные впечатления и сбросить груз негативных воспоминаний, которые появились в их жизни, к сожалению, очень рано.

## РЕГУЛЯРНЫЙ СТУЛ – ОСНОВА ХОРОШЕГО САМОЧУВСТВИЯ И АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

Казалось бы – какая разница, как часто мы ходим в туалет? Однако регулярное опорожнение кишечника предотвращает отравление организма гнилостными ядами и способствует правильной работе нервной, половой и других систем человека.

### Кишечник: взгляд изнутри

Если человек долго терпит и не ходит в туалет, в толстой кишке скапливаются каловые массы. Они становятся твердыми и растя-

гивают кишку. Тяжелая кишка может сдавливать простату, матку, мочевой пузырь, желудок и другие органы, что затрудняет их работу. Поэтому никогда не нужно сдерживать позывы к дефекации. Человек, который по той или иной причине нерегулярно опорожняет кишечник, имеет серо-зеленый



цвет лица, у него плохо пахнет изо рта. Причиной этого может быть гниение кала в кишечнике. Из-за редких походов в туалет у человека может появиться чувство усталости, дискомфорта и другие проблемы.

Например, именно из-за этого умер Эл-

вис Пресли. Такое мнение выразил личный врач звезды Джордж Никополс в книге «Король и доктор Ник». Элвис Пресли долго страдал от запоров и ничего с этим не делал. В итоге его кишка оказалась в настолько плачевном состоянии, что могла помочь только операция, когда удаляют ее часть, а остаток выводят наружу. Но «король рок-н-ролла» не пошел на это, отказался от операции, что имело печальные последствия.

### Как ходить в туалет без усилий

Чтобы стул всегда был регулярным, можно принимать эликсир «Рефектан». Благодаря особой природной формуле он способствует нормализации эвакуации каловых масс и вредных токсинов из организма. Облегчение процесса дефекации снижает нагрузку на анальное отверстие, что важно для поддержания здоровья прямой кишки.

С «Рефектан» стул всегда легкий и по расписанию, а самочувствие прекрасное!

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»  
В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения ны предоставлен каждому позволешиу

ПОДАРОК «РЕФЕКТАН»  
Для этого сделайте 2 простых шага:

1. ПОЗВОНИТЕ по телефону 8-800-302-30-30 и назовите промокод акции: 8788
2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Рефектан»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!  
Акционное предложение действует до 13 января 2025 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!  
Доставка за счет производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ  
ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции до 13 января 2025 г. \* Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

## С днём рождения!

Пусть беда проходит мимо,  
Не задев своим крылом.  
И успех неумолимо  
Пусть преследует кругом.

**85 ЛЕТ**

**Алия Файзрахмановна ВЕДЕРНИКОВА,**  
Екатеринбург

**75 ЛЕТ**

**Людмила Михайловна ФЕДОРОВА,**  
Екатеринбург

**70 ЛЕТ**

**Расима Миннегараевна ГАЙСИНА,**  
Пригородный район

**ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ**

**Надежда Георгиевна ВАГАНОВА,**  
Нижний Тагил

**Валентина Петровна ГАВРИЛЮК,**  
Новая Ляля

**Рафил Мухубулаевич ИДИАТУЛИН,**  
Екатеринбург

**Нина Андреевна КУЛИКОВА,**  
Талицкий район

**Альбина Ивановна МАМАЕВА,**  
Екатеринбург

**Лина Ивановна ОКУЛОВА,**  
Екатеринбург

**Лидия Карловна ПРЕГЕРТ,**  
Богдановичский район

**Владимир Филиппович СЕМЕНЧЕНКО,**  
Екатеринбург

**Виктор Иванович ЧЕРНОВ,**  
Екатеринбург

**Венера Хуснутдиновна ШАКИРОВА,**  
Краснофимский район

**Надежда Михайловна ШАЛЯПИНА,**  
Тугулымский район

**Поздравляем с днем рождения**  
**Лину Ивановну ОКУЛОВУ**

Море сил, здоровья, вдохновенья,  
Никогда по жизни не грустить,  
Позитива, смеха, настроения,  
Просто верить, наслаждаться, жить.

*Родные,*  
Екатеринбург

## Сборник ваших стихов и прозы

### МЫ ИЩЕМ ТАЛАНТЫ

Ранее мы уже сообщали о планах выпуска очередного сборника произведений наших читателей «Уральская мозаика».

Наша книга будет издана в мягком переплете в формате А5: размер – 148x210 мм. У поэтов на страницу такого формата войдет 8 четверостиший с одним небольшим заголовком. У прозаиков при тех же условиях – порядка 2100 знаков с пробелами.

Стоимость основана, прежде всего, на цене за печать издания. На требования типографии мы, увы, повлиять не можем.

**Стоимость участия:**

**1 страница** – 1100 руб. (вы получите 2 экз. книги)

**2 страницы (разворот)** – 2200 руб. (вы получите 4 экз.)

**3 страницы** – 3300 руб. (вы получите 6 экз.)

**4 страницы (2 разворота)** – 4400 руб. (вы получите 8 экз.)

**8 страниц** – 8800 руб. (вы получите 16 экз.)

**10 страниц** – 11 000 руб. (вы получите 20 экз.)

Стоимость сборника для читателей, а также заказ дополнительных экземпляров для авторов или читателей – 550 рублей.

**Важно!**

По вопросам участия обращайтесь в редакцию по телефону **8-800-511-87-12** (звонок бесплатный)

Отправлять произведения можно на электронную почту: info@mediakrug.ru, или по адресу: 620000, Екатеринбург, ул. Антона Валека, 15, офис 602.

**Редакция**

## Клуб одиноких сердец

● Пенсионер познакомится для общения, дружбы, с/о с женщиной из Екатеринбурга. Тел.: 8912-629-28-03

● Познакомлюсь с русским мужчиной, без в/п, желательна вдовцом, 72-78 лет, ростом от 170 см. О себе: женщина, проживаю в Камышлове. Тел.: 8-982-675-34-45

● Александр, сред. обр. Познакомлюсь для создания семьи с одинокой простой, доброй, ласковой, нежной, без в/п, девушкой, 35-45 лет, из деревни, согласной на переезд. Тел.: 8-963-850-90-57

● Ищущую женщину слабослышащую для встреч и общения, до 60 лет. О себе: мужчина, 65/175/70, сначала пишите смс. Тел.: 8-912-682-43-53

● Познакомлюсь с доброй одинокой женщиной наших лет. Мужчина, 65/175/80, из Екатеринбурга, ж/о, без в/п, надежный и образованный в общении и жизни. Тел.: 8-904-170-17-18

● Пенсионерка, рост 160 см, вес 75 кг, познакомится с русским пенсионером, до 65 лет, из Екатеринбурга. Звонить до 20 ч. Тел.: 8-900-040-70-35

● Познакомлюсь для создания семьи с одинокой простой женщиной. О себе: мужчина, сред. обр., 63/170/80. Звонить в вацап. Тел.: 8-982-716-44-22

● Вдова познакомится для общения и дружеских отношений с мужчиной, 72-76 лет, без в/п, с интеллектом. Тел.: 8-952-136-23-47

## Клиника микрохирургии глаза доктора Игнатьева



Здоровый глаз

Катаракта

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

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

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

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

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

**УСПЕВАЙТЕ! АКЦИЯ!**

только до 31 декабря 2024г.!

**СКИДКА 20%**

на хирургию катаракты!

**ВСЕГО ЗА 21 000 Р**

(включая операцию и сам хрусталик)

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

**БЕСПЛАТНО**

Медлицензия №ЛО41-01021-66/00358956

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

## •ФАБРИЧНЫЙ РЕМОНТ ОБУВИ. Сделаем из вашей старой обуви новую!

Обувная фабрика г. Кирова производит ремонт и реставрацию любой обуви (кроме летней) в любом состоянии до полного ее восстановления и обновления

- Замена подошвы с перетяжкой, включая весь внутренний ремонт: смена изношенного меха, подносков, запятышек, стелек.
- Полная замена всей нижней части сапог: союзка, задника из натуральных материалов (кожа, замша, лак).
- Изменение фасона, формы носка, высоты и толщины подошвы, каблука, переход каблука на горку и наоборот.
- Подгонка по полноте и размеру ноги (+/- 3 размера)

**•БОЛЬШОЙ ВЫБОР ПОДОШВ – НЕ СКОЛЬЗЯТ, НЕ ЛОМАЮТСЯ! •**  
**•ГАРАНТИЯ НА РЕМОНТ – 1 ГОД! ФАБРИЧНОЕ КАЧЕСТВО!•**

**22 НОЯБРЯ** Дом науки и техники, ул. Бардина, 28, с 10.00 до 18.00  
**пятница** ДК Эльмаш, ул. Старых Большевиков, 22, с 10.00 до 18.00

**23 НОЯБРЯ** ДК «ВИЗ», пл. Субботников, 1, с 10.00 до 15.00  
**суббота**

РАБОТАЕМ В ДРУГИХ ГОРОДАХ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ 89229009525 - АНДРЕЙ

## ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте газетapенсионер.рф

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

● **Куплю пластинки, аппаратуру. Тел. (343)374-15-67**

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

● Кассиры, 2000 руб. за смену. Елена, т. 8-922-551-25-78

● Продам дом в Михайловске, есть газ. Недалеко магазины, почта. Тел.: 8-912-624-65-10

● Продам участок, 11 соток, под строительство, Артемовский, рядом со станцией. Газ рядом. Хорошие соседи. Тел.: 8-909-013-01-02

● Куплю сад или зем. участок. Недорого. Тел.: 8-902-150-27-04

● Куплю небольшой домик, теплый, с банькой, в Свердл. или Челяб. обл., не дороже 300 т. р. Или сниму. Звонить до 22 ч. Тел.: 8-904-177-89-28

● Продам комнатные цветы: пальма хамеропс, монстера, спатифиллум, гиппеаструм, филодендрон. Тел.: 8-952-147-13-76

● Срочно продаю автоклав для домашнего консервирования, новый в упаковке и электропрялку. Тел.: 8-982-633-09-12

● Овощная яма, отдельно стоящая, 2x4 м, Екатеринбург, перекресток ул. Белинского – Щорса. Тел. 8-992-092-26-14

● Куплю 2 покрышки, бескамерные на а/м, можно б/у, липучку. Р-р 185-65-г14. Тел.: 8-919-369-04-18

● Продам пуховые шали, косынки, рукавицы. Тел.: 8-952-725-52-39

● Продам 3-комн. квартиру, 2/5 этаж. Нижние Серги. Тел.: 8-950-634-01-78

● Продаю мебель: шифоньер, 3-створчатый, с антресолю, 3,5 т. р.; сервант, 2,5 т. р.; кровать односпальная, 2 т. р. Тел.: 8-919-373-74-39

Только для пенсионеров  
**Пенсионер Купон**  
на одно бесплатное объявление

Заполняйте разборчиво и печатными буквами

Текст объявления: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Телефон или адрес: \_\_\_\_\_

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

Фамилия \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

Заполненный купон присылать по адресу редакции: 620000, г. Екатеринбург, ул. Антона Валека, 15

ПЕРВЫЙ 1

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

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.

НТВ

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

МАТЧ ТВ 2

08.00 ВОПРЕКИ ВСЕМУ 12+
08.30 БОЛЬШОЙ ХОККЕЙ 12+
09.00, 15.25 НОВОСТИ
09.05, 18.25, 21.00, 23.55, 02.30 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА R

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.20, 18.35 Д/Ф «РАСКРЫТЫЕ ТАЙНЫ ТУЛАНХАМОНА» 16+

Домашний D

06.30, 05.50 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25, 05.00 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+

ТНТ

07.00 УТРО ТНТ. 2 Ч 16+
08.00, 20.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

05.20 Т/С «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС» 16+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр U

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.15, 11.50 Х/Ф «ЖЕНЩИНА БЕЗ ЧУВСТВА ЮМОРА» 12+

4 КАНАЛ

05.30, 06.00, 13.00, 13.30, 18.00, 18.30, 21.00 НАВИГАТОР 12+

5 канал 5

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
05.25, 06.05, 06.55 Т/С «ДОЗНАВАТЕЛЬ» 16+

ТНВ TНВ

06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00 РОДНАЯ ДЕРЕВНЯ 12+
08.30, 18.20, 23.10, 04.20 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+

ОТВ ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00, 20.00, 22.30 СОБЫТИЯ 16+

СТС

06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
06.15, 07.00, 13.35, 19.30, 00.05, 21.00 УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ.

ТВ3 ТВ3

06.00 ТАКОЕ ВИДЕО 16+
06.30, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/С «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ РЕН

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

СУББОТА, 23 НОЯБРЯ

ПЕРВЫЙ 1

06.00 ДОБРОЕ УТРО. СБ 12+
09.00 УМНИЦЫ И УМНИКИ 12+
09.45 СЛОВО ПАСТЫРЯ 0+

РОССИЯ 1

08.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+

НТВ

06.20 ЖДИ МЕНЯ 12+
07.20 СМОТР 0+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ

МАТЧ ТВ 2

08.00 РЕЦЕПТУРА 6+
09.30 ЦЕНТРАЛЬНЫЙ КРУГ 12+
09.00, 15.05 НОВОСТИ
09.05, 15.10, 00.00, 03.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА R

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
08.30 Х/Ф «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН» 12+

Домашний D

06.30 Х/Ф «ШРАМ» 16+
09.45 УЮТНОЕ УТРО 16+
10.15 Х/Ф «НЕВОЗМОЖНОЕ ПРОЩЕНИЕ» 16+

ТНТ

07.00, 08.00, 09.00, 10.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТ 16+

ЗВЕЗДА

06.00 Х/Ф «УРОК ЖИЗНИ» 12+
07.55 МОРСКОЙ БОЙ 6+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 12+

ТВ Центр U

06.25 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ 6+
06.50 Х/Ф «ПЕРЕПИСАТЬ ЛЮБОВЬ» 12+

4 КАНАЛ

06.00, 14.00 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+

5 канал 5

06.00, 10.20, Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4» 16+

ТНВ TНВ

06.00 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ 16+

ОТВ ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00 СОБЫТИЯ 16+

СТС

06.00 ЕРАЛАШ 0+
07.00 М/С «ТРИ КОТА» 0+
07.15, 14.10 СМЕХОВОК. ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+

ТВ3 ТВ3

06.00 ТАКОЕ ВИДЕО 16+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 КУСНО 16+

РЕН ТВ РЕН

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

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10, 00.50 ПОДКАСТ ЛАБ 16+
06.50 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 12+
07.35 ЧАСОВОЙ 12+
08.05 ЗДОРОВЬЕ 16+
09.10 НЕПУТЕВЫЕ ЗАМЕТКИ 12+
09.30 МЕНТАЛЛИОН 12+
10.15 ЖИЗНЬ СВОИХ 12+
11.05 ПОВАРА НА КОЛЕСАХ 12+
12.15 ВИДЕЛИ ВИДЕО? 0+

РОССИЯ 1

06.40 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.20 В КРУГУ ДРУЗЕЙ 12+
08.00, 11.00, 14.00 ВЕСТИ
08.35 КОГДА ВСЕ ДОМА 12+
09.25 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.30 БОЛЬШИЕ ПЕРЕМЕНЫ 12+
12.30 ИСТОРИИ БОЛЬШОЙ СТРАНЫ 12+
13.30 Т/С «ФАНТАЗЕР» 12+
14.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
15.00 ЮМОРИНА- 2024 Г 16+
17.00, 19.00 ПЕСНИ ОТ ВСЕЙ ДУШИ 12+
18.00 ТЕЛЕКОНКУРС ЮНЫХ ТАЛАНТОВ «СИНЯЯ ПТИЦА» 12+
20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ
22.30 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН 12+
23.00 ВОСКРЕСНЫЙ ВЕЧЕР 12+

НТВ

06.30 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТВ 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ! 12+
10.20 ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА 16+
11.00 ЧУДО ТЕХНИКИ 12+
12.00 ДАЧНЫЙ ОТВЕТ 0+
13.00 НАШПОТРЕБНАДЗОР 16+
14.05 ОДНАЖДЫ... 16+
15.00 СВОЯ ИГРА 0+
16.20 ЧЕЛОВЕК В ПРАВЕ 16+
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
18.00 НОВЫЕ СЕНСАЦИИ 16+
19.00 ИТОГИ НЕДЕЛИ
20.20 ШОУ АВАТАР 12+
23.00 ЗВЕЗДЫ СОШЛИСЬ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
09.00, 15.05 НОВОСТИ
09.05, 15.10, 21.25, 03.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
10.30 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК КУБОК СОДРУЖЕСТВА. МАСС-СТАРТ. ЖЕНЩ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
11.50 БИАТЛОН 16+
12.25 ВЕК НАШЕГО СПОРТА 12+
13.30 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК КУБОК СОДРУЖЕСТВА. МАСС-СТАРТ. МУЖ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
15.45 ФУТБОЛ. МИР ПРЕМЬЕР-ЛИГА. КРЫЛЬЯ СОВЕТОВ (САМАРА) - АХМАТ (ГРОЗНЫЙ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
18.00 БАСКЕТБОЛ. FONVET КУБОК ДРУЖБЫ. РФ - ЛИВИЯ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
19.55 ПЛАВАНИЕ. ЧЕМПИОНАТ РФ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
21.55 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. НАПОЛИ - РОМА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.00 ПОСЛЕ ФУТБОЛА 16+
00.55 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ. АТЛЕТИК - РЕАЛ СОСЕДАД. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
03.45 ПЛАВАНИЕ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА 0+
04.55 НОВОСТИ 0+

КУЛЬТУРА К

06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.20, 20.25 Х/Ф «ПО ТОНКОМУ ЛЬДУ» 12+
10.05, 01.35 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ
10.45 ЭПИЗОДЫ 16+
11.25 Х/Ф «СТАРЕЦ ПАИСИЙ И Я, СТОЯЩИЙ ВВЕРХ НОГАМИ» 16+
12.50 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ 16+
13.30 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ. ТЕОРИЯ НЕВОЗМОЖНОГО 16+
14.00 ИГРА В БИСЕР 16+
14.45 Х/Ф «БЕЛАЯ МАФИЯ» 16+
16.30 КАРТИНА МИРА 16+
17.30 РОМАНТИКА РОМАНСА 16+
18.35 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
19.30 НОВОСТИ 16+
23.15 КИНОЕСКОП 16+
23.55 Х/Ф «СКВЕРНЫЙ АНЕКДОТ» 0+

Домашний Домашний

06.30 Х/Ф «ШАГ В БЕЗДНУ» 16+
09.55 ПЯТЬ УЖИНОВ 16+
10.10 Х/Ф «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ КАЛИТКУ» 16+
14.40 Х/Ф «ПОВОРОТ К СЧАСТЬЮ» 16+
19.00 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК» 16+
23.05 Х/Ф «ШРАМ» 16+
02.40 Д/С «ЭФФЕКТ МАТРОНЫ» 16+
03.20 Х/Ф «Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ!» 16+

ТНТ

07.00, 08.00, 09.00, 04.30, 05.15 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТ 16+
10.00 БОЛЬШОЕ ПЕРЕСЕЛЕНИЕ 16+
11.30, 13.40 ЭКСТРАСЕНСЫ. БИТВА СИЛЬНЕЙШИХ 16+
15.50 ЭКСТРАСЕНСЫ. РЕВАНШ 16+
18.30 ЗВЕЗДЫ В ДЖУНГЛЯХ 16+
21.30 ЗВЕЗДНЫЕ ТАНЦЫ 16+
23.30 ШОУ ВОЛИ 16+
00.30 ЯРЧЕ ЗВЕЗД 16+
02.10 ПЕРВЫЕ НА ДЕРЕВНЕ 16+

ЗВЕЗДА

05.20 Х/Ф «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА» 12+
06.55 Х/Ф «КЛАССИК» 16+
09.00 НОВОСТИ НЕДЕЛИ 16+
09.25 СЛУЖУ РОССИИ 12+
09.55 ВОЕННАЯ ПРИЕМКА 12+
10.40 ЛЕГЕНДЫ АРМИИ С АЛЕКСАНДРОМ МАРШАЛОМ 12+
11.30 Д/С «ЛЕГЕНДЫ ГОСБЕЗОПАСНОСТИ» 16+
12.20 Д/С «ВОЙНА МИРОВ» 16+
13.10 КОД ДОСТУПА 12+
14.00 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
14.50 СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ 16+
15.40 Д/С «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ» 16+
16.30 Д/С «ЗАГАДКИ ВЕКА» 12+
17.20 СПЕЦРЕПОРТАЖ 16+
18.00 ГЛАВНОЕ С ОЛЬГой БЕЛОВОЙ 16+
19.40 Д/С «ЛЕГЕНДЫ СОВЕТСКОГО СЫСКА» 16+
22.10 ЛЕГЕНДАРНЫЕ МАТЧИ. СУПЕРСЕРИЯ 1988 Г. /89. ХОККЕЙ. КЛУБЫ НХЛ - ЦСКА. МАТЧ №4. «НЬЮ-ДЖЕРСИ ДЭВИЛЗ» - «ЦСКА» 12+
00.50 Т/С «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ» 12+ 12+

ТВ Центр

06.05 Х/Ф «РОЗА ПРОЩАЛЬНЫХ ВЕТРОВ» 12+
07.45 Х/Ф «НАД ТИССОЙ» 12+
09.25 Х/Ф «ПРИЕЗЖАЯ» 12+
11.30, 00.15 СОБЫТИЯ
11.45 НАША СМЕШАНАЯ ЖИЗНЬ 16+
12.35 Х/Ф «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ» 12+
14.30 МОСКОВСКАЯ НЕДЕЛЯ 12+
15.00 ДОРОГИЕ ТОВАРИЩИ 16+
15.50 НАСТОЯЩИЙ ДЕТЕКТИВ 16+
16.40 РУССКИЕ ТАЙНЫ 16+
17.35 Х/Ф «ЗАГАДКА ФИБОНАЧЧИ» 12+
19.25 Х/Ф «ЗАГАДКА ЭЙНШТЕЙНА» 12+
21.20, 00.30 Т/С «МАВР СДЕЛАЛ СВОЕ ДЕЛО» 12+
01.25 ПЕТРОВКА, 38 16+

4 КАНАЛ

05.00, 20.00 Д/С «ПРЕДВИДЕНИЕ КОСМОСА. СВОБОДНОЕ ПРОСТРАНСТВО» 16+
06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+
08.00 Д/С «ПРЕДВИДЕНИЕ КОСМОСА. КОСМИЧЕСКАЯ ДОРОГА» 12+
09.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
10.00 Д/С «СЕСИЛЬ В СТРАНЕ ЧУДЕС» 12+
11.00 Д/С «А ДОМА ЛУЧШЕ. КУЗБАСС» 12+
12.00, 16.00, 19.00, 23.00, 02.00 НАВИГАТОР 12+
12.30, 16.30, 19.30, 23.30 НАВИГАТОР LIVE 12+
13.00, 13.15, 01.00, 01.15 ВНЕ ЗОНЫ 12+
13.30, 13.45, 01.30, 01.45 МОЖНО. С МОЖАЕВЫМ 16+
17.00, 36, 6 16+
17.30, 18.00, 00.00 Д/С «СТРАШНО ИНТЕРЕСНО» 12+
21.00 Х/Ф «ЛЕКЦИЯ ДЛЯ ДОМОХОЗЯЕК» 12+
02.30 Д/С «ОТРАЖЕНИЕ СОБЫТИЙ 1917 ГОДА» 12+

5 канал

06.30 Т/С «НАСТОЯЩИЙ» 16+
09.00 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+
09.30 Т/С «ЗАКОН ТАЙГИ» 16+
19.35 Т/С «ЧУЖОЙ РАЙОН-3» 16+
01.10 Т/С «48 ЧАСОВ» 16+

ТНВ

06.00 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 6+
06.30 ЗАКОН. ПАРЛАМЕНТ ОБЩЕСТВО 16+
07.00 ШАГИ 16+
07.30 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
08.00, 15.30 КОНЦЕРТ 16+
09.00 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
10.00 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+
10.30 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЪЯНКИ 12+
11.10 ТАМЧЫ-ШОУ 6+
11.40 РОДНАЯ ДЕРЕВНЯ 12+
12.05, 00.40 МОЛОДЕЖНАЯ ОСТАНОВКА 6+
12.35 НАРОД МОЙ... 12+
13.00 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
13.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ САБАНТУЙ 12+
16.45 TATARSTAN TODAY. ОТКРЫТЫЙ МИРУ 16+
17.15, 21.00 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+

ОТВ

06.00, 06.30, 12.00, 12.30, 18.00 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
07.00 Д/Ф «М.ЛАВРОВСКИЙ. ПРОДОЛЖЕНИЕ СЛЕДУЕТ» 6+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 21.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00, 11.00, 00.00 НОВОСТИ ТАУ «9 1/2». ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
09.00, 10.00 Д/С «ЭФФЕКТ МАТРОНЫ» 16+
13.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
13.30 ПРОКУРАТУРА. НА СТРАЖЕ ЗАКОНА 16+
14.00 МЕРОПРИЯТИЯ КО ДНЮ МАТЕРИ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 12+
16.00 Х/Ф «ИЩУ ПОЛУТЧИКА» 12+
17.35 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
18.30 НОВОСТИ. БИЗНЕС СЕГОДНЯ 16+
18.45, 21.30 ИЗВЕСТИЯ 16+
18.55 КЛ. РЕГУЛЯРНЫЙ ЧЕМПИОНАТ. ДИНАМО МН (МИНСК) - АВТОМОБИЛИСТ (ЕКБ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 16+
22.00 Х/Ф «ЛЕКЦИЯ ДЛЯ ДОМОХОЗЯЕК» 12+
01.00 Т/С «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЛЕС» 12+

СТС

06.00 ЕРАЛАШ 16+
07.00 М/Ф «ОТЕЛЬ У ОВЕЧЕК» 0+
07.15 УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХBOOK 16+
07.25 ПРОСТО ЗАВТРАК 16+
08.00 100 МЕСТ, ГДЕ ПОЕСТЬ 16+
09.00 КТО КРУЧЕ ВСЕХ? 16+
10.00 ПОБАХЛИ С НАМИ! 16+
10.55, 12.45 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА» Х/Ф, 1, 2 Ч. 6+
14.50 Х/Ф «АРТУР, ТЫ КОРОЛЬ» 12+
17.00 СУПЕРНИНДЗЯ 16+
20.30 ОШОВ СОКРОВИЩ 16+
22.30 ШОУ ИЗ ШОУ 16+
00.05 ИМПРОВИЗАТОРЫ 16+

ТВЗ

06.00 ТАКОЕ ВИДЕО 16+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.30 ВКУСНО 16+
08.00 НОВЫЙ ДЕНЬ 16+
08.30, 18.00 НОВОСТИ 16+
08.40 М/С «ЛЕДИ БАГ» 6+
11.00 Т/С «СЛЕПАЯ» 16+
19.10 Т/С «ОМУТ» 16+
23.00 ИТОГИ 16+
00.00 Х/Ф «ИЗВЕРЖЕНИЕ» 16+

РЕН ТВ

07.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30 НОВОСТИ 16+
09.00 САМАЯ НАРОДНАЯ ПРОГРАММА 16+
09.30 ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО? 16+
10.30 НАУКА И ТЕХНИКА 16+
11.30 Д/С «ЛЕГЕНДЫ И МИФЫ» 16+
13.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ИСТОРИЯ 16+
14.00 Х/Ф «БЕССТРАШНЫЙ» 16+
16.05 Х/Ф «КОЛОМБИАН» 16+
18.20 Х/Ф «ПОРОХОВОЙ КОКТЕЙЛЬ» 16+
20.35 Х/Ф «ВОЗМЕЗДИЕ» 16+
23.00 ИТОГОВАЯ ПРОГРАММА 16+
23.55 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

СКАНВОРД

Сканворд с изображениями: лимонный дольки, грибок, лягушка. Включает сетку для поиска слов по горизонтали и вертикали.

Ответы на сканворд, опубликованный в предыдущем номере. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Базар. Бусы. Читатель. Помазок. Угли. Холл. Влада. Нерпа. Обои. Адамс. Сгиб. Срез. Атос. Пощада. Ларин. Кап. Ремесло. Пани. Море. Бром. Мим. Ушу. Отава. Кеды. Увраж. Крах. Каа. Ада. Барбадос. Тара. Рельс. ПО ВЕРТИКАЛИ: Носитель. Замер. Пазл. Разлад. Апломб. Аура. Бекхэм. Инсайд. Сани. Стул. Бакс. Глоток. Самокат. Чтиво. Помеха. Лисп. Тула. Горемыка. Днище. Туча. Бам. Муар. Дед. Фас. Урал. Лошадь. Кружево. Ужас.

# Подписаться на счастье

## СОВЕТЫ ЭКСПЕРТА

Марина Старостина  
Фото автора, elyts.ru

**Психологи характеризуют душевный комфорт как состояние души, которое наделяет нас положительными эмоциями, созидательными мыслями и действиями, направленными на преодоление трудностей и переживаний.**

Как научиться жить с удовольствием и радоваться каждому дню? Об этом мы поговорили с терапевтом центра спортивной медицины городской поликлиники №13 Екатеринбурга Н.В. Артюгиной.

**- Наталья Вадимовна, что же такое душевный комфорт?**

- Это состояние, при котором человек чувствует удовлетворение, спокойствие и уют внутри себя. Чтобы обрести душевный комфорт, надо уметь отделить основное от неважного и поставить между ними внутренний барьер. То, что ты не можешь изменить, не должно разрушать тебя. Когда говорят, что у нас – сложные времена, вспомните историю России, она вся состояла из трудных времен и перемен: революция, две мировые войны и прочее. Наше поколение пережило и 1990-е, и смену всяких политических властей, и много чего еще. Да, сейчас непростое время, но оно не хуже, чем было до и, наверное, не хуже, чем будет после. Поэтому главное – выделить для себя основное: здоровье, семья, близкие, друзья. И по возможности сохранять душевное спокойствие, чтобы не быть больным, не быть в тягость родным, не раздражать окружающих своим минором. Наоборот, постараться позитивно подойти к ситуации, которую ты не можешь изменить. Главное – не то, что происходит, а как ты проходишь жизненные испытания.

**- Наступило такое время, когда солнца мало, холод, то слякоть, то снег. Как не поддаться осенней хандре?**

- Надо найти тот позитив, который ты можешь противопоставить этой хандре. Искусство быть счастливым заключается в способности находить счастье в простых вещах. Нужно понимать ценность

того, что уже имеешь. У каждого из нас есть жизнь! Это – позитив, который перекроет негатив. Стоит быть внимательным в настоящем, ведь время уходит, его не вернуть. Внимание к мелочам успокаивает, дает радость и ощущение безопасности.

**- Сегодня можно встретить много людей, которые ходят со скандинавскими палками. Некоторые ходят компаниями и говорят, что это – их способ уходить от проблем. Насколько спорт действительно помогает?**

- Иван Петрович Павлов, известный советский учёный, писал, что если у вас стресс, нужна большая физическая нагрузка, от стресса нужно убежать в прямом смысле слова. Если все время сидеть и прокручивать в голове проблемы, это разрушительно действует на сердечно-сосудистую систему. Лечебная физкультура, скандинавская ходьба, бег, плавание – все это даёт нагрузку на мышцы, значит, разгружается нервная система. Двигайтесь и почувствуете себя намного лучше. В зажатом теле человек чаще чувствует тревогу и усталость.

**- Чтобы день задался, важно начать его правильно. Как это сделать?**

- Если говорить о физической активности, то сначала должна быть зарядка. Найти 5-10 минут, чтобы сделать растяжку и простые упражнения, может каждый. Желательно еще выполнить точечный

массаж на ключевые точки:

- анатомическая табакерка – точка между большим и указательным пальцами, надавить на нее и сделать 5 вращательных движений в одну сторону, 5 – в другую, выполнить на обеих руках;
- около крыльев носа найти точки и тоже выполнить это упражнение, оно хорошо и как профилактика простуды;
- по бокам от переносицы массируем парные точки – 5 раз в одну сторону, 5 – в другую;
- парные точки на начале надбровных дуг массируем так же;
- массируем точки на конце надбровных дуг;
- аналогичный массаж точек около козелка уха;
- массируем точки под нижней челюстью над миндалинами, надавливание должно быть несильное, не одним пальцем, а двумя-тремя;
- массаж надключичной и подключичной ямок.

Самомассаж по точкам – очень полезная техника, всего за несколько минут поможет привести в порядок нервную систему и станет хорошим началом рабочего дня. После этого улыбнитесь себе и миру, доказано, что улыбка стимулирует выработку эндорфина, серотонина и дофамина – гормонов счастья, которые помогают укреплению иммунитета. Нам сейчас улыбок очень не хватает.

**- У каждого утром свои традиции,**



**кто-то пьет чай, кто-то – кофе. С чего вы посоветуете начинать утро?**

- Советую в осеннюю пору не забывать про травяные бальзамы, которые продаются в аптеках. Кто-то добавляет их в чай, кофе, кто-то – просто принимает по ложке. И говорите себе по утрам: все будет хорошо! А вечером благодарите Вселенную за прожитый день. Все слышали такую фразу: «Как утро встретишь, так весь день и проведешь». Получается, тот настрой, который мы формируем себе после пробуждения, оказывает влияние на наши успехи, здоровье, уровень энергии, отношения с людьми.

Счастье – состояние, к которому стремится каждый. В трудные времена нелегко почувствовать себя счастливым, но можно! Надо найти «переключатель», который поможет оказаться нам в настоящем, которое редко несет с собой большую опасность. Сегодня многие подписаны на разных блогеров, всевозможные приложения. А может, нам «подписаться» на счастье? Когда приходит в голову негативная мысль, убираем ее, думаем о хорошем и улыбаемся жизни, небу, земле, родным и незнакомым!

Именно об этом – четверостишие Натальи Вадимовны Артюгиной:

Каждый день – он нам дан,  
как подарок,  
Мы живем, не сверяясь с часами,  
Просыпаемся утром недаром,  
Знаем – счастье построим мы сами!

## В тему

### 5 мудрых советов Елизаветы II

Королева, которая прожила долгую и насыщенную событиями жизнь, оставила в наследство немало мудрых мыслей. Наверняка они будут созвучны многим.

«Каждый день – это новое начало, и я знаю, что единственный способ прожить свою жизнь – стараться делать то, что правильно, смотреть в будущее, принимать все, что приносит этот день, и доверять Богу».

«Не относитесь к себе слишком серьезно. Ни у кого из нас нет монополии на мудрость».

«Всегда было легко ненавидеть и разрушать. Строить и лелеять намного труднее».

«Хотя мы способны на великие добрые дела, история учит нас, что иногда мы нуждаемся в спасении от самих себя – от нашего безрассудства или нашей жадности».

«Стоит помнить, что часто именно маленькие шаги, а не гигантские прыжки приводят к наиболее прочным изменениям».



# «Ярса Гумба» – отличная поддержка мужских интересов!

## Как повысить ЛИБИДО?

По статистике, каждый второй мужчина и каждая третья женщина стесняются говорить о проблемах в интимной жизни. Но чем дольше они молчат, тем хуже становится ситуация – от разлада в отношениях до серьезных проблем со здоровьем.

Во-первых, вам нечего стесняться. Избавление от проблемы начинается с ее признания.

Во-вторых, все это решаемо. Просто обратите внимание на наш новый продукт – Ярса Гумба, который подходит как для мужчин, так и для женщин.

Ярса Гумба средство для мужчин на основе одноименного гималайского гриба.

Это полностью природный, натуральный продукт.

Легкость применения – один раз в три дня!

Самое главное, это результат, который мужчина может получить сразу.

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

Пенсионерам – существенная СКИДКА,  
Каждому покупателю – гарантированный ПОДАРОК!



## Как Ярса Гумба влияет на сексуальную активность?

Особенность средства для мужчин Ярса Гумба в том, что он не только точно способствует решению определенной задачи, но и комплексно воздействует на весь организм в целом. Ярса Гумба способствует увеличению полового влечения, стимулирует либидо у мужчин и женщин.

Полезные свойства Ярса Гумба помогут вам улучшить

сексуальную жизнь и избавиться от проблем с физическим и психологическим благополучием, вызванным низким либидо. Принимая средство Ярса Гумба, мужчина открывает в себе второе дыхание. Заметно повышается качество ЛИЧНОЙ жизни, а это значит, что мужчина снова и снова может радовать женщину своими новыми возможностями!

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

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ ПРЕПАРАТОМ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Реклама. Сервис по гос. регистру №977/99.11.3.У.7638.8.09 от 13.08.2009 г. ООО «СВ СТУДИЯ». ОГРН 1185074007997 от 29.06.2018 г.

ВИНЕГРЕТ:  
ИСТОРИЯ И ПОЛЬЗА

## ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Это известное блюдо русской кухни готовят и на праздники, и в обычные дни. В состав салата входят вареные свекла, морковь, картофель, зеленый горошек, зеленый или репчатый лук, квашеная капуста, соленые огурцы. Все ингредиенты мелко нарезают, перемешивают и заправляют растительным маслом.

Русская кухня всегда была богата овощами, но изначально их подавали по отдельности. Смешанные блюда появились под влиянием французской кулинарной традиции. Во Франции в XVIII веке в салаты из листовых овощей стали добавлять отваренные корнеплоды. Чтобы перебить их вкус, который многие считали землистым, неприятным, добавляли соленые и квашеные овощи, маслины и сдабривали их острой уксусной заправкой с маслом – изначально именно ее называли словом «винегрет».

В России винегретом стали именовать самостоятельное блюдо, которое поначалу отличалось от привычного нам салата. Оно состояло из куса жареного мяса или птицы, который подавали с запеченной свеклой, солеными огурцами и другими овощами. Все это сдабривалось тем самым соусом из масла и уксуса. Постепенно под винегретом начали понимать сам салат. Его состав варьировался, но основой оставались отварные свекла, картофель и морковь, а также соленые огурцы и репчатый лук. Привычный нам рецепт закрепился в начале XX века.

Благодаря тому, что основная часть ингредиентов отваривается, салат благотворно влияет на пищеварение, предотвращает развитие гастрита и язвы желудка.

Свекла улучшает работу кровеносной системы, сердца и нормализует давление. Соленые огурцы и капуста поддерживают кишечную флору, укрепляют иммунитет, что особенно важно в период простудных заболеваний.

Морковь насыщает организм витамином А, который полезен для зрения, а лук – витамином С. Лук также обладает антимикробным эффектом, защищает организм от различных инфекций.

Зеленый горошек богат растительным белком и делает салат сытнее, а растительное масло содержит жирные кислоты, витамины А, Е, D.



Пресс-служба «Роспотребнадзора»

## КЛЕЩЕВОЙ СЕЗОН ЗАКРЫТ, ПОРА ГОТОВИТЬСЯ К НОВОМУ

## ПРОФИЛАКТИКА

Елена Зинковская

Почти 28 тысяч жителей нашего региона пострадали от укусов клещей в 2024 году.

Свердловская область является природным очагом клещевого энцефалита и других инфекций, которые передаются с укусом этих насекомых.

Заместитель руководителя управления «Роспотребнадзора» по Свердловской области **Анжелика Пономарева** рассказала, что первый укус клеща в регионе был зафиксирован 25 марта, последний – 1 ноября. Всего за этот период было зарегистрировано 27 914 случаев обращений в травмпункты по поводу укусов клещей. Это выше, чем в прошлом году, на 22%. Заболеваемость клещевым энцефалитом возросла в 1,6 раза, составив 118 случаев. К сожалению, трех непривитых пациентов – двоих взрослых и ребенка – спасти не удалось. Заболеваемость боррелиозом снизилась на 20%, составив 339 случаев.

Каждый сезон проводятся лабораторные исследования клещей, снятых с пострадавших. Из 24,5 тысячи исследованных клещей в 1,2% процентов проб были найдены маркеры возбудителей клещевого энцефалита, в 43% проб – боррелиоза. Для профилактики клещевых инфекций в Свердловской области было сделано свыше 630 тысяч прививок. Основная мера неспецифической профилактики – это акарицидные обработки лесопарковых зон, скверов, территорий оздоровительных организаций, садово-огородных участков, кладбищ. В этом году обработали 4361 гектар, ежегодно эта площадь увеличивается.

Лидировали по количеству укусов клещей Алапаевский, Байкаловский, Ирбитский, Слободо-Туринский районы, Верхотурье, Новая Ляля, Качканар, Пыш-

## ПОМОГАЕТ ЛИ КУРИНЫЙ БУЛЬОН ПРИ ПРОСТУДЕ?

## А ВЫ ЗНАЛИ?

здоровое-питание.рф

На этот вопрос отвечает **Сахида Садыкова, терапевт Центра молекулярной диагностики НИИ эпидемиологии «Роспотребнадзора».**

Когда наступает время простуд и гриппа, многие обращаются к традиционным «народным» средствам. Куриный бульон занимает особое место в этом списке. Этот простой, но питательный продукт обладает множеством свойств, способствующих выздоровлению. В чем заключается польза куриного бульона при простуде?

**Гидратация организма.** При простуде важно поддерживать водный баланс, особенно если у пациента наблюдаются повышенная температура и потливость. Куриный бульон легко усваивается, помогает компенсировать дефицит жидкости и защищает организм от обезвоживания.

Питание и иммунная поддерж-

РОСПОТРЕБНАДЗОР  
ЕДИННЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43О ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ  
КЛЕЩЕВОГО ВИРУСНОГО ЭНЦЕФАЛИТА

## Профилактические прививки проводят:

- населению, проживающему на эндемичных по КВЭ территориях;
- населению, выезжающему в эндемичные по КВЭ территории;
- всем лицам, относящимся к профессиональным группам риска, которые работают в эндемичных районах по КВЭ и выполняют следующие виды работ: сельскохозяйственные, строительные, расчистке и благоустройству леса и др.

Привитым против КВЭ считается лицо, получившее законченный курс вакцинации и 1 (или более) ревакцинацию. Вакцинацию против КВЭ проводят круглогодично в соответствии с медицинскими показаниями.



Подробнее на  
[www.rosotrebнадzor.ru](http://www.rosotrebнадzor.ru)

## Прививки от клещевого вирусного энцефалита проводятся по 2 схемам – основной или экстренной

Основная схема вакцинации включает 2 прививки, которые необходимо поставить в осенне-весенний период (ноябрь-март) с интервалом, в зависимости от вакцины от 1 до 7 мес. Затем через 5-12 мес. (в зависимости от вакцины) необходимо поставить 3 прививку (это законченный курс вакцинации). Далее следуют отдаленные ревакцинации – прививка 1 раз в 3 года.

При экстренной или ускоренной схеме вакцинации сокращается интервал между 1 и 2 прививкой (от 2 недель до 1 мес. в зависимости от вакцины) и проводится, как правило, перед сезоном в зимне-весенний период. Ревакцинация проводится через 1 год после 2 прививки, в последующем – каждые 3 года.

Схемы ускоренной вакцинации используются как у детей, так и у взрослых, но лучше привиться заранее по основной схеме.

Посещать лесной массив можно не ранее чем через 2 недели после второй прививки.



Своевременно выполняя прививки против клещевого энцефалита, Вы сможете предотвратить себя от опасного заболевания.

ма, Карпинск, Тавда. В Екатеринбурге наибольшее число пострадавших зарегистрировано на территории лесопарков Лесоводов, Шувалишского, Калиновских разрезом, ЦПКИО, парка Победы, а также на садовых участках.

Заведующая неврологической службой ГКБ №33, руководитель центра лечения клещевых инфекций, кандидат меднаук Марина Топоркова сообщила: «Ежегодно к нам в приемное отделение обращаются от 500 до 1000 пациентов с подозрением на клещевые инфекции, всем мы проводим тщательную диагностику. В этом году в стационар были госпитализированы 250 человек, из них 18 человек прошли через отделение реанимации, 181 пациент поступил с клещевым боррелиозом, в 16 случаях мы наблюдали сочетание клещевого энцефалита и боррелиоза. Летальных случаев, к счастью, не было. Но количество пациентов с острым клещевым энцефалитом увеличилось до 40, в 2023 году их было 30. При этом 15 человек имели тяжелое течение заболевания – очаговую форму энцефалита. Среди них не было ни одного

с прививкой. За жизнь одного из пациентов врачам пришлось бороться 48 дней.

Тяжесть течения заболевания зависит от своевременного обращения за медицинской помощью. Позднее обращение может привести к тяжелому поражению центральной нервной системы, в таком случае надеяться на полное выздоровление приходится не всегда. Даже введения иммуноглобулина недостаточно, чтобы защитить себя от такого тяжелого заболевания.

Специалисты отмечают, что по-прежнему лучшая профилактика клещевого энцефалита – это вакцинация. Она не гарантирует 100-процентной защиты, зато спасает от тяжелого течения заболевания, осложнений и летальных исходов.

Сейчас для вакцинации от клещевого энцефалита – наиболее благоприятный период, поскольку курс состоит из двух прививок с интервалом 5-7 месяцев. Если первую прививку вы поставите в ноябре, вторую – в апреле, то новый сезон встретите с достаточным уровнем иммунитета от клещевых инфекций.

**ка.** Куриный бульон содержит белки, аминокислоты, витамины А, Е, группы В и минералы – кальций, железо, цинк и другие. Они необходимы для нормального функционирования иммунной системы. Белок способствует восстановлению тканей и помогает организму бороться с инфекциями, которые могут присоединиться к ослабленному организму на фоне простуды. Также в бульоне содержатся витамины из овощей, которые обычно добавляют в его состав. Они улучшают общее состояние организма.

**Противовоспалительное действие.** В курином бульоне содержатся карнозин – мощный антиоксидант, который подавляет воспалительные процессы, сопровождающие протекание ОРВИ, и цистеин – аминокислота, помогающая легче откашливаться. Значит, бульон имеет легкое противовоспалительное и разжижающее мокроту действие. Это помогает снизить воспаление в горле и носоглотке, облегчить кашель.

Успокаивающее действие. Горячий

куриный бульон не только согревает и питает тело, но и создает ощущение комфорта. Это особенно важно, когда человек чувствует себя плохо.

**Польза для пищеварения.** Куриный бульон мягко воздействует на желудочно-кишечный тракт, это делает его идеальным блюдом в период болезни, когда аппетит может снижаться. Его легко употреблять, он не создает нагрузки на желудок.

**Облегчение дыхания.** Пар, выделяющийся от горячего бульона, может помочь разжижать слизь в дыхательных путях и облегчить заложенность носа. Вдыхание теплого пара помогает открыть носовые проходы. Эффект этот кратковременный. Но даже 30 минут свободного дыхания на фоне болезни улучшат общее самочувствие.

Куриный бульон – не только вкусное и сытное блюдо, но и полезное средство в борьбе с простудами. Однако не забывайте, что при нарастающих симптомах или затяжном заболевании лучше обратиться к врачу.

## ПРАВИЛА УХОДА ЗА КАКТУСАМИ: О ЧЕМ ЗАБЫВАЮТ ЦВЕТОВОДЫ



agro-market.net

### КОМНАТНОЕ ЦВЕТОВОДСТВО

www.botanichka.ru

**Кактусы бывают различных форм и размеров и удивляют своей скульптурностью без особого ухода. Кактусы легко содержать, но важно знать их основные потребности.**

**Дайте достаточно света.** Кактусам требуется много прямого света. Поместите их в самый теплый и освещенный уголок комнаты. Хорошо подойдет окно, выходящее на юг или запад. В условиях низкой освещенности используйте фитолампу для досветки. Если растение начинает терять цвет – желтеть или приобретать оранжеватый оттенок, немедленно переместите его в другое место. Обычно это говорит об избыточном освещении.

**Не поливайте слишком обильно.** Кактусы запасают воду в стеблях и выживают без значительного количества влаги, но это не значит, что им вообще не нужен полив. Если вы заметили на растении морщины, значит, его нужно полить. Кактус быстро впитывает воду и станет опять пухлым. Проверяйте почву раз в несколько недель. Если верхние 10 см почвы сухие, пора напоить растение. Хорошо промочите почву во время полива, затем вылейте излишки из поддона, чтобы не провоцировать застоя воды. Вы можете поливать кактус каждые 10-14 дней летом и один раз в 3-4 недели зимой. Избыточный полив приводит к загниванию.

**Подберите специализированную почву.** Субстрат для кактуса должен быть хорошо дренируемым. Можно купить специальную смесь для кактусов и суккулентов в цветочном магазине или приготовить ее самостоятельно. Для этого добавьте немного песка и гравия в садовую землю, чтобы сделать ее рассыпчатой и не слишком уплотненной. Чтобы проверить качество субстрата, нужно определить количество времени, которое потребуется воде, чтобы просочиться. Это не должно занимать больше минуты. Если уходит больше времени, добавьте мелкого гравия и песка.

**Качественная пересадка.** Лучше пересаживать кактус, когда корни полностью заполняют горшок. В среднем кактусы нужно пересаживать каждые 2-4 года. Перед тем, как пересаживать кактус в новый горшок, проверьте корневую систему и обрежьте мертвые

или поврежденные побеги. Желательно дать корням проветриться в течение 2-3 дней, прежде чем сажать снова. Сильно колючие кактусы при пересадке желательно обернуть картоном, чтобы защитить руки.

**Для посадки лучше использовать терракотовые горшки.** Это дает дополнительные возможности для поглощения лишней влаги из почвы. Лучшее время для пересадки кактусов – весна. После посадки регулярно поливайте в течение первых пары недель, затем вернитесь к обычному графику полива.

**Отслеживайте влажность.** Кактусы предпочитают низкую влажность в квартире – 40% или ниже. Избегайте размещения их на кухне или в другом месте с высокой влажностью. Это может привести к развитию грибковых заболеваний.

**Соблюдайте температурный режим.** Кактусы предпочитают высокие температуры – от 15 до 27 градусов, но могут переносить более низкие показатели термометра зимой. При полностью сухом грунте минимально возможная для них температура – 5 градусов тепла. Однако их следует беречь от сквозняков.

**Подкормка.** Удобрения для этих цветов должны содержать мало азота и много фосфора. Лучше приобрести специализированную подкормку для кактусов. Удобрять цветы только тогда, когда они активно растут, в другое время это может привести к повреждению корневой системы.

**Отслеживайте вредителей.** Важно регулярно проверять растения на наличие признаков тли, паутинного клеща и трипсов. Мучнистые червецы и щитовки – наиболее частые вредители. Им удобно расположиться среди шипов на поверхности кактусов. Такие вредители способны нанести большой вред растению, если быстро не принять меры.

**Размножение «детками».** Наденьте перчатки и аккуратно открутите «деток» от кактуса пальцами или пинцетом. Поместите их в прохладное и хорошо проветриваемое место, чтобы рана затянулась. Обычно процесс занимает 3-5 дней.

Посадите их в хорошо дренированную почвенную смесь с добавлением песка и перлита. В течение первой недели важно распылять немного воды на верхний слой почвы, пока не начнут прорастать новые корни. Как только «детки» укоренятся, пора полить их обильно.

## ПОЧЕМУ ВАЖНЫ ПИЩЕВЫЕ ВОЛОКНА

### «РОСПОТРЕБНАДЗОР» РЕКОМЕНДУЕТ

здоровое-питание.рф

**Пищевые волокна – компоненты пищи, которые организм не может полностью переварить, однако они должны обязательно входить в рацион человека.**

Пищевые волокна наполняют желудок и способствуют возникновению чувства сытости, выделению пищеварительных соков и улучшению усвоения пищи. Они необходимы для нормального функционирования печени, желчного пузыря, поджелудочной железы, кишечника, для предупреждения запоров, участвуют в удалении продуктов обмена веществ, а также различных ядов, попадающих в организм с пищей и водой, – ртути, свинца и прочих.

Недостаточное содержание пищевых волокон в рационе сопровождается функциональными нарушениями желудочно-кишечного тракта, снижением функции иммунной системы, повышением риска развития сердечно-сосудистых заболеваний, ожирения, сахарного диабета 2-го типа, желчно-каменной болезни, некоторых онкологических заболеваний.

Пищевые волокна подразделяют на растворимые и нерастворимые. Растворимые пищевые волокна способствуют снижению уровня холестерина и глюкозы в крови, выводят из организма токсические вещества. Наиболее известным представителем растворимых пищевых волокон является пектин. Им

богаты свекла, морковь, перец, тыква, баклажаны, яблоки, абрикосы, айва, вишня, сливы, груши, цитрусовые, ягоды. Полезна и морская капуста, содержащая растворимые пищевые волокна – альгинаты.

Нерастворимые пищевые волокна – клетчатка, целлюлоза и другие – хорошо удерживают воду, улучшают пищеварение, моторику кишечника, препятствуют появлению запоров.

По канонам здорового питания поступление пищевых волокон с повседневным рационом должно составлять не менее 20 г. Потребление 14 г пищевых волокон на каждые 1000 ккал рациона питания обеспечивает снижение риска развития сердечно-сосудистых заболеваний. В лечебных целях их количество может повышаться до 40 г, но не должно превышать 60 г в день.

Рекомендуемый «Роспотребнадзором» уровень суточного потребления пищевых волокон в Российской Федерации для взрослых составляет 30 г. Но большинство людей съедают в день менее 20 г пищевых волокон, из которых 8-10 г поступают за счет хлеба и других продуктов из злаков, около 2-3 г – за счет картофеля, 5-6 г – за счет овощей и лишь 1-2 г дают фрукты. Рекомендуется пересмотреть свой рацион с учетом необходимого количества пищевых волокон.

У лиц с избыточной массой тела и ожирением, ограничивающих в питании зерновые продукты и крупы, дефицит пищевых волокон должен восполняться за счет достаточного потребления овощей и фруктов. Ежедневное потребление овощей и фруктов должно составлять 400-500 г.

## ПОЛЬСКИЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ

### ВКУСНО ПОЕДИМ!

www.botanichka.ru

**Потребуется:** 500 г картофеля, сваренного в мундире; 250 г репчатого лука; 200 г маринованных огурцов; 2 куриных яйца; 100 г майонеза; 2 чайные ложки столовой горчицы; несколько веточек петрушки и сельдерея; перец чили, черный перец; соль, сливочное и растительное масло.

**Приготовление:** тщательно вымытый картофель варим до готовности. Очищенный картофель нарезаем круглыми ломтиками толщиной 0,5 сантиметра.

Репчатый лук режем тонкими кольцами. В сковороду наливаем 1 столовую ложку растительного масла без запаха, добавляем столько же сливочного масла. В растопленное масло кладем нарезанный лук, посыпаем солью, обжариваем до золотистого цвета на среднем огне.

Маринованные или соленые огурцы нарезаем тонкими кружочками. На блюдо выкладываем кружочки картофеля и огурцов.

Делаем заправку. Отвариваем куриные яйца вкрутую, охлаждаем, разрезаем пополам. Отделяем желток от белка. Желтки измельчаем. В миску кладем



майонез, добавляем 1 столовую горчицу, мелко нарезанную зелень петрушки и сельдерея, рубленые желтки, по вкусу солим. Хорошо перемешиваем заправку.

Наполняем половинки вареных яиц заправкой, выкладываем на картофель с огурцами. Поливаем салат оставшимся соусом. Сверху выкладываем остывший жареный лук.

Стручок острого перца чили разминаем между ладонями, срезаем хвостик, вытряхиваем семечки. Нарезаем чили тонкими колечками. Украшаем готовый салат колечками чили, по желанию перчим черным перцем. Подаем с ржаным хлебом.

## НЕ ПРИДЕТСЯ ЕХАТЬ В ГОРОД ЗА ЛЕКАРСТВАМИ

ДОСТОВЕРНО

«Российская газета»

**В Законодательном собрании Свердловской области началась осенняя сессия. На первом после летнего перерыва заседании парламентарии приняли или внесли изменения в 26 законов. Они касаются разных сфер развития региона, но основная часть – социальная политика, поддержка уральцев, повышение качества их жизни.**

Один из первых законопроектов, который рассмотрели парламентарии, – об ограничении деятельности «наливаек». Уральцы неоднократно жаловались, что организации, находящиеся в многоквартирных домах, в ночное время продают алкогольную продукцию, и здесь же, на улице, нетрезвые компании ее распивают и шумят, нарушая покой жильцов.

- Депутаты проголосовали за то, чтобы после 23 часов не продавали навынос пиво, сидр и другие слабоалкогольные напитки в заведениях, находящихся в многоквартирных жилых домах. Думаю, это правильно,

– прокомментировала председатель Заксобрания Свердловской области Людмила Бабушкина.

Закон начнет действовать с 1 марта 2025 года. У народных избранников есть время, чтобы разработать механизм проверки и меры ответственности для тех заведений, которые не будут соблюдать региональное законодательство.

Еще одна инициатива, принятая парламентариями, повышает доступность лекарственных средств для населения. Она позволит жителям отдаленных территорий покупать лекарства в фельдшерско-акушерских пунктах и участках общей врачебной практики. «В небольших населенных пунктах существует большая потребность в таких услугах: часто там нет аптек, людям приходится специально ездить в город за лекарствами. Было распоряжение министра здравоохранения по этому поводу, продажу лекарств ранее уже организовывали, но это было полузаконно. Сегодня мы это утверждаем как факт», – пояснила Л. Бабушкина.

Такое решение позволяет продажу лекарств в медицинских организациях, имеющих обособленные подразделения в сельской местности. Но есть условие – наличие соответствующей лицензии. Этот момент учли регио-



нальные парламентарии, в принятом законе уполномоченный исполнительный орган государственной власти Свердловской области в сфере охраны здоровья наделили правом составлять перечень медицинских организаций и их обособленных подразделений, имеющих лицензию на фармацевтическую деятельность, а также формировать список лекарственных препаратов, продажа которых может в них осуществляться.

## СОБРАЛИ БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПЛАНИРОВАЛИ

ОФИЦИАЛЬНО

**Губернатор Евгений Куйвашев на заседании областного правительства подвёл итоги уборочной кампании в Свердловской области.**

- Хочу поблагодарить наших аграриев, способных вырастить и собрать урожай в самых непростых погодных условиях. Этот год не стал исключением. Несмотря на все трудности зерновые и технические культуры собраны со значительным превышением плана. Хозяйства обеспечили запас кормов для животных на зиму, – сказал глава региона.

Главная задача сейчас – сохранить урожай и сделать продукцию местного производства доступной уральцам, в том числе – за счёт организации сельскохозяйственных ярмарок.

Уральские аграрии в 2024 году намолотили с полей 806,4 тыс. тонн зерна, что на 108,9 тыс. тонн больше показателей прошлого года. Также собрали 231,1 тыс. тонн картофеля и 33,1 тыс. тонн овощей открытого грунта. Урожай кормовых культур земледельцы Свердловской области убирали с 362 тыс. гектаров.

Департамент информполитики

## СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ

## «Сормовская лирическая»

«Нынче летом побывала с экскурсией в Нижнем Новгороде, конечно, вспомнилась и замечательная песня про Сормово – это нынче один из нижегородских районов. Музыка в голове крутится, а слов не помню. Подскажите!» – просит **Ангелина Сергеевна** из Екатеринбурга.

**Музыка Бориса Мокроусова, слова Евгения Долматовского**

На Волге широкой, на стрелке далекой  
Гудками кого-то зовет пароход.  
Под городом Горьким, где ясные зорьки,  
В рабочем поселке подруга живет.  
В рубашке нарядной к своей ненаглядной  
Пришел объясниться хороший дружок.  
Вчера говорила – навек полюбила,  
А нынче не вышла в назначенный срок.  
Свиданье забыто, над книгой раскрытой  
Склонилась подруга в окне золотом.  
До утренней смены, до первой сирены  
Шуршат осторожно шаги под окном.  
Ой, летние ночи, буксиров гудочки,  
Волнуется парень и хочет уйти.  
Но девушки краше, чем в Сормове нашем,  
Ему никогда и нигде не найти.  
А утром у входа в ворота завода  
Влюбленному девушка встретится вновь  
И скажет: «Немало я книжек читала,  
Но нет еще книжки про нашу любовь».

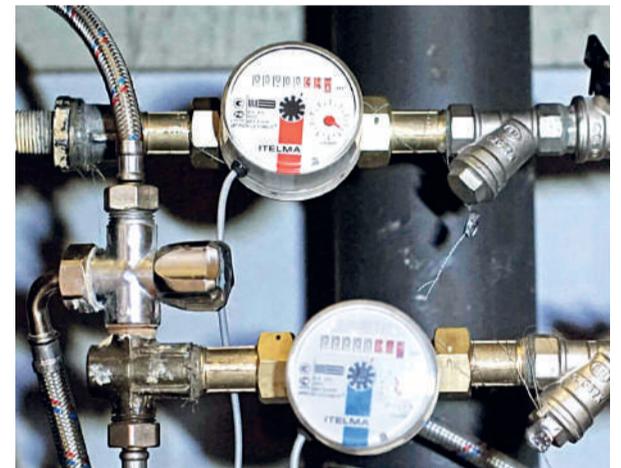
## БОРЬБА С ПРЕСТУПЛЕНИЯМИ В СФЕРЕ ЖКХ

ПРАВООРЯДОК

**В свердловском полицейском главке подвели итоги работы подразделений по борьбе с экономическими преступлениями в сфере ЖКХ. С начала 2024 года сотрудниками гарнизона выявлено 28 преступлений данной направленности, 6 из них расследованы и направлены в суды для рассмотрения по существу.**

Один из криминальных эпизодов сыщики управления по экономической безопасности ГУ МВД России по Свердловской области совместно с органами прокуратуры зафиксировали в Екатеринбурге. С мая 2022-го по декабрь 2023 года в одной из коммерческих компаний в рамках госпрограммы «Развитие жилищно-коммунального хозяйства и повышения энергетической эффективности в Свердловской области» было похищено более 1 млн рублей путем их перечисления под видом целевых займов без намерения их возврата. По результатам проведенных оперативно-розыскных и следственных мероприятий возбуждено уголовное дело по признакам состава преступления, предусмотренного ч. 4 ст. 159 УК РФ (мошенничество).

Также многие наверняка слышали о резонанс-



ном ЧП в Первоуральске, где недавно в колонию строгого режима сроком на 4 года по решению суда отправлено должностное лицо местного «Водоканала» именно за подобные аферы. Обвиняемый вину признал.

При подведении ежеквартальных итогов служебной деятельности территориальных ОВД руководство главка детально анализирует наработки оперуполномоченных и следователей, ставит конкретные задачи по активизации работы в сфере ЖКХ с целью недопущения фактов коррупции и хищений.

**Валерий Горелых, руководитель пресс-службы ГУ МВД России по Свердловской области**

НАШ САЙТ: газетапенсионер.рф

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС: ПЗ196

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

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ. Учредитель ООО «ИСТОКИ», г. Екатеринбург, ул. Шувакишская, 2. Газета зарегистрирована 29.10.1999 г. в Уральском региональном управлении Госкомпечати РФ, рег. №Е-3276. Газета выпускается при финансовой поддержке Министерства цифрового развития РФ.

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

Адрес редакции и издателя:

Россия, 620000, Екатеринбург, ул. Антона Валека, 15, оф.

602. Телефон: 8-800-511-87-12. 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. Сдача номера в печать по графику – 16.00, фактически – 13.00, 12.11.2024 г. Дата производства 12.11.2024 г. Выход в свет 13.11.2024 г. Тираж 12 000 экз. Заказ 8141.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова,

E-mail: ps@mediakrug.ru

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка В. Маргиева

Отдел объявлений М. Волкова.

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

По вопросам доставки газеты звонить:

по Екатеринбург – (343) 371-45-04;

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР» по QR-коду

