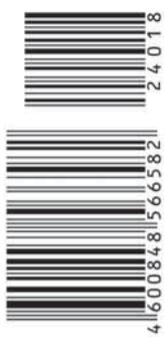


ТВ
ПРОГРАММА
с 6 по 12 мая



ПЕНСИОНЕР

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ № 18 (1196)
1 мая 2024 г.

Дежурный по номеру

Мы продолжаем практику общения с читателями. Чем примечательна ваша малая родина?

Ваши звонки принимаются с 2 по 7 мая. Звоните с 10 до 16 часов.

8-912-229-31-01
Елена Анатольевна Зинковская

МИР-ТРУД-МАЙ – ИСТОРИЮ НЕ ЗАБЫВАЙ!

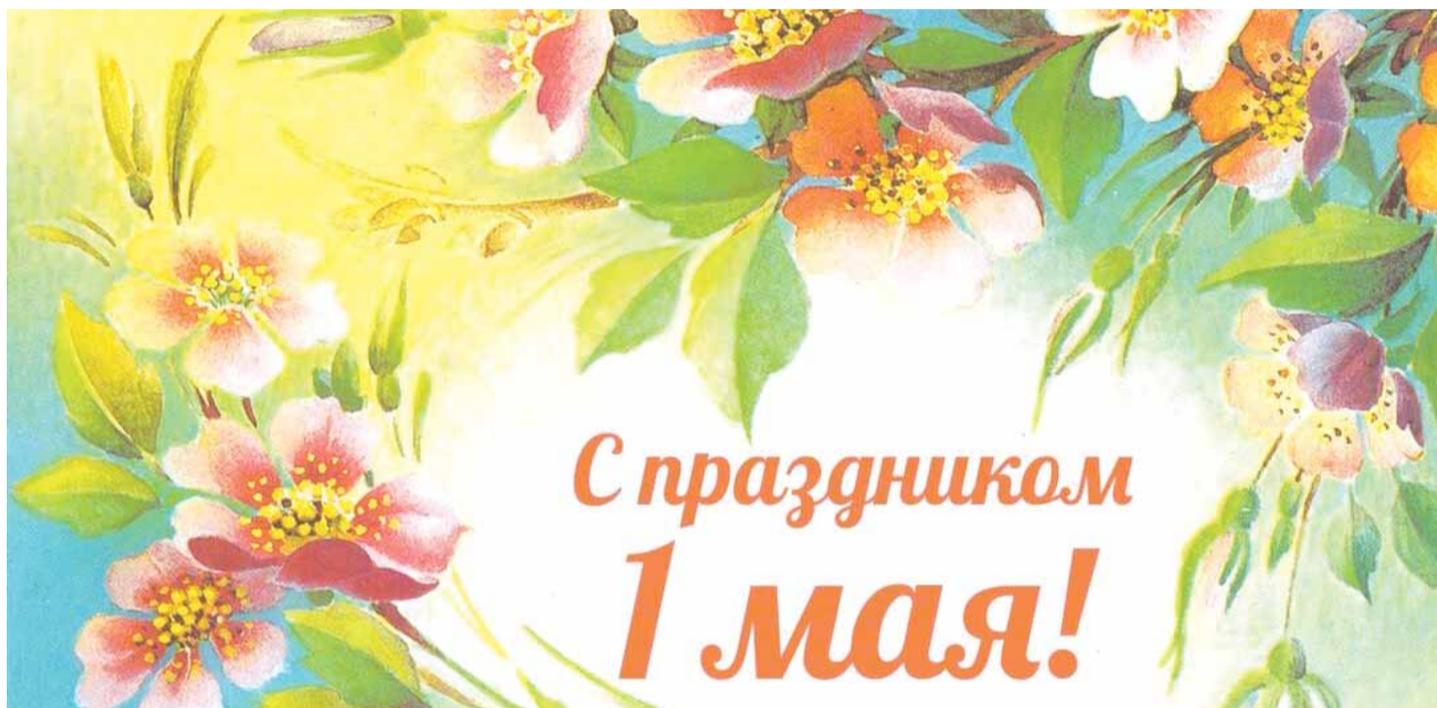
Со временем смысл этого праздника поменялся не раз, но люди разных возрастов, профессий и политических убеждений по-прежнему ждут Первомай и искренне радуются его приходу. Сегодня – несколько малоизвестных фактов о любимом празднике россиян.

Первомай старше, чем вы думали

Обычай отмечать первый день мая пошел с незапамятных времен, когда люди после вспахивания земли и посева проводили веселые торжества, чтобы их труд принес хороший урожай. Славяне праздновали в ночь с 1 на 2 мая Живин день: прощались с холодами и чествовали богиню жизни и плодородия Живу. Танцевали вокруг костров, прыгали через огонь и водили хороводы. А утром 2 мая уплетали печенье в виде жаворонков и отпускали птиц из клеток на волю.

Жители Древней Италии 1 мая воздавали дань почтения богине Майе, покровительнице земли и плодородия, благословляли посева на богатые всходы и хорошее плодоношение. Схожий праздник существовал и у язычников Германии и Скандинавии. В ночь на 1 мая они собирались на лесных полянах, пели и танцевали для Вальпургии – богини Весны. Средневековые европейцы не понимали языческих традиций и считали, что сборище накануне 1 мая – это нечто темное и потустороннее. В Европе распространилось поверье, что в ночь с 30 апреля на 1 мая ведьмы собираются на шабаши, но утром 1 мая силы света побеждают зло.

Петр Первый завез в Россию не только картофель, томаты и табак. Желая приобщить русских людей к европейской культуре, он ввел традицию отмечать 1 мая. В этот день император собирал ху-



дожников, ремесленников и иностранцев в Сокольниках. Он даже приказал прорубить аллею – Майский просек. Гостям накрывали щедрые столы. В других городах Российской империи тоже проходили гуляния с играми, плясками, музыкой.

Бунты начались за океаном

Политический подтекст у праздника появился полтора века назад. Рабочие устали трудиться по 15 часов. Первыми прекратить эти мучения решили австралийцы: 21 апреля 1856 года они устроили забастовку и убедили местные власти сократить рабочий день до 8 часов, но при этом не уменьшать зарплату.

Этот успех вдохновил активистов США, которые организовали общенациональную забастовку: 1 мая 1886 года на улицы Чикаго вышли примерно 40 тысяч рабочих с тре-

бованием установить 8-часовой рабочий день вместо 15-часового. Полиция силой разогнала мирный митинг, позже провокаторы кинули бомбу. В результате потасовок погибли люди, некоторых демонстрантов обвинили в организации теракта, осудив их при недоказанной вине. На следующий день около тысячи бунтовщиков уволили с работы в назидание остальным. Но протесты продолжались каждый год – с драками, перестрелками и взрывами.

Летом 1889 года Парижский конгресс II Интернационала в память о событиях в Чикаго объявил 1 мая Днем солидарности трудящихся всех стран и предложил ежегодно отмечать его демонстрациями по всему миру. В 1890 году 1 Мая впервые праздновали рабочие США, Германии, Франции, Бельгии, Дании, Испании и других стран.

Борьба за светлое будущее

В Российской империи 1 мая впервые отметили в Варшаве в 1890 году. В 1891 году в Петербурге состоялась первая маёвка – нелегальное собрание рабочих, которое проводилось под видом пикника на природе, чтобы избежать преследования полиции. Первую сибирскую маёвку провёл в 1899 году Владимир Ленин, будучи в ссылке в селе Шушенском. Проходили нелегальные собрания рабочих и в окрестностях Екатеринбурга, на шарташских Каменных палатках. На этих маевках выступал Яков Свердлов.

Масштабные первомайские выступления прошли в 1901 году в Петербурге, Тбилиси, Гомеле, Харькове и Баку. Первомай стал символом борьбы за светлое будущее.

КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

С НУЛЯ ИЛИ РЕМОНТ:

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

Скидка пенсионерам и инвалидам от 17 до 25%!



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

РАБОТАЕМ КАЧЕСТВЕННО И В СРОКИ!

тел: +7 967 636-54-66. Андрей Владимирович

Окончание. Начало на 1-й стр.

Мир-труд-май – историю не забывай!

Советская традиция

После Октябрьской революции этот день стал одним из первых новых государственных праздников и нерабочим днём. В СССР первоначально праздник имел название День Интернационала. Его сопровождали демонстрации трудящихся и военные парады, призывающие отдать все силы борьбе за мир, за построение коммунистического общества. В честь праздника на отворот пиджака молодые люди крепили красные банты. Девушки в косу вплетали красную ленту. Неофициальным цветком Первомай стала красная гвоздика. В 1928 году бонусом к 1 мая добавили и 2 мая. В этот день народ массово отдыхал на природе.

В 1970 году праздник изменил название: 1 Мая стали именовать Днем международной солидарности трудящихся. Он превратился в любимый народный праздник. На смену лозунгам, призывавшим к действиям против капиталистического уклада, пришли транспаранты, на которых были написаны торжественные поздравления. Старшее поколение с удовольствием вспоминает, какая неповторимая атмосфера царил в это время по всей стране. Первое настоящее тепло, ощущение магии весны и возможность провести с близкими людьми два дополнительных выходных – вот что символизировал Первомай в Советском Союзе.

В 1990 году в СССР официальная первомайская демонстрация прошла в последний раз. Через два года уже в новой России 1 мая переименовали в Праздник весны и труда.

Деревья под окнами избраниц

Сегодня День трудящихся празднуют в 142 странах мира. В Беларуси, Кыргызстане, Китае и в Шри-Ланке 1 мая называется День труда. Во Франции первый день мая – день ландышей. В Голландии 1 мая проходит фестиваль тюльпанов. В Италии Первомай считается самым счастливым днем в году. Итальянцы вспоминают языческое прошлое и устраивают фестивали цветов в честь богинь Майи и Флоры. В Греции принято плести цветочные венки и украшать дворы. А шведы сжигают мусор, который копился целый год.

В Германии существует прекрасная традиция – влюблённые молодые люди сажают в этот день деревце перед окном своей избраницы. А на Гавайях 1 мая – День леев. Леи – это гирлянды или венки, которые делают из местных цветов и листьев. Их дарят как символ приветствия, прощания, привязанности, любви, мира, сострадания и милосердия.

Народные приметы

Традиционно на Первомай крестьяне сажали репу, морковь и свёклу, редис, зелень. Травники шли на сбор трав. При этом загадывали желания. Считалось, что оно обязательно сбудется.

Пчеловоды пересаживали пчел, рыбаки рассчитывали поймать рыбу, а дети впервые ходили босиком. Если шёл дождь 1 мая, им обязательно смачивали волосы, чтобы они лучше росли. Еще говорят, что умывание лица росой первомайским утром омолаживает кожу.

Елена Зинковская

«МЫ ВСЕ ЗАИНТЕРЕСОВАНЫ»

АВТОРИТЕТНО

Подготовила Наталья Березнякова

В редакции состоялась «горячая линия» с руководством регионального управления «Почты России». Вопросы читателей мы собирали накануне встречи, немало было и тех, кто захотел пообщаться с представителями почты по телефону. Большинство обращений было связано с графиком работы почтовых отделений, нехваткой почтальонов на местах, связанных с этим перебоями в доставке любимых подписных изданий. Диалог получился содержательным, ведь все – и сами почтовые работники, и те, кто пользуется их услугами, заинтересованы в ритмичной деятельности ведомства. А кое-где почте нужна помощь самих клиентов. Об этом – сегодняшний разговор.

К нам, чтобы пообщаться с читателями «Пенсионера», пришли **Виктор Владимирович Валов**, директор регионального Управления федеральной почтовой связи; **Ирина Николаевна Назарова**, руководитель отдела пенсий УФС Свердловской области; **Елена Александровна Зыкина**, заместитель начальника Екатеринбургского почтамта.

Хотим читать свежие газеты

О том, как наладить регулярную работу почтовых отделений и своевременную доставку подписных изданий, представителей почтового ведомства спрашивали **Елизавета Ивановна Третьякова** из поселка Заводоуспенское Тугулымского района, **Валентина Федоровна Кудряшова** из деревни Холкина Пышминского ГО, **Раиса Андреевна** из деревни Бутка Талицкого района, **Надежда Алексеевна** из поселка Басьяновский Верхнесалдинского ГО, **Иван Иванович Козлов** из Верхней Пышмы и другие.

В.В. Валов:

– Мы делаем всё возможное, чтобы открыть отделения там, где они сейчас работают с перебоями или закрыты. К сожалению, есть проблема нехватки кадров. Мы находимся в постоянном поиске, всюду размещены объявления о вакансиях, взаимодействуем с центрами занятости населения, с главами муниципалитетов. Они знают местных жителей, рекомендуют кандидатов. Пользуясь случаем, обращаюсь и к читателям «Пенсионера»: если у вас есть кто-то на примете, кто готов поработать почтальоном, мы с удовольствием его примем, пообщаемся, трудоустроим, и почта у вас вновь быстро откроется. Некоторые считают, что на почту не идут работать

из-за низких зарплат. Уверю, по уровню зарплаты всё обсуждаемо. Просто нам нужны кандидаты, мы с ними договоримся. Есть сайт «Почты России», куда можно отправить заявку на трудоустройство, а вакансий у нас – множество, есть номера телефонов, которые размещены на дверях почтовых отделений. Пускай потенциальные кандидаты звонят, мы с ним обговорим все условия.

К СВЕДЕНИЮ

Узнать о вакансиях

«Почты России» можно на сайте:

www.pochta.ru/vacancy-list.Записаться на собеседование можно по телефонам: **8-800-200-28-84** и **8-932-602-62-43**.

Об оснащении почтовых отделений

«Почта у нас работает, но компьютерные программы ломаются. Приходишь подписаться, а тебе говорят: «Нет подключения к Интернету». Как исправить эту ситуацию?» – поинтересовалась **Надежда Алексеевна** из поселка Басьяновский Верхнесалдинского ГО.

В.В. Валов:

– Да, на работу компьютерных программ клиенты порой жалуются. Но у этой технической сложности есть два момента. Что влияет на скорость работы программы? Каналы связи и, собственно, состояние самого «железа» – компьютеров. Большинство почтовых отделений уже модернизированы: каналы связи стабильные, компьютерное оборудование тоже современное. В последние три-четыре месяца мы перешли на новое программное обеспечение, которое позволило существенно ускорить работу, особенно в части безналичной оплаты почтовых услуг с использованием платежных терминалов. Если раньше, случалось, по полторы-две минуты можно было ждать отклика программы, то сейчас у нас – практически как в магазине крупной торговой сети: приложил карты и оплатил. Сейчас занимаемся внедрением новых процессов в части приёма и выдачи отправлений через QR-код, соответственно, время операции также сократится. Не нужно будет заполнять квитанции. Выдача посылок, бандеролей, прочих отправок будет производиться так же, как в пунктах выдачи товаров разных маркетплейсов. Почте важно, чтобы сотрудники были более производительными, чтобы время обслуживания клиента сокращалось, это повлияет, конечно, на сокращение очередей в почтовых отделениях.

О подготовке кадров и скорости работы

«Кадров на почте не хватает, вы сами это признаете. И носят корреспонденцию плохо, и в отделениях очереди. Может, нужно набирать повсюду, обучать их в какой-то «школе почтальонов», чтобы у них навыки были, и платить им

достойную зарплату, чтобы они держались за место?» – такой вопрос задал **Александр Николаевич** из поселка Монетный, г. Екатеринбург.

В.В. Валов:

– Я на почте уже 8 лет работаю и прекрасно знаю, насколько неординарные люди трудятся в почтовых отделениях. Никто больше ни в розничных сетях, ни в банках не владеет столькими навыками по оказанию самых разных услуг, как сотрудники почты.

Мы – и банк, и магазин, и собственно почта, и доставка пенсий, и многое другое. Наши сотрудники настолько разноплановые и развитые по различным направлениям деятельности, что человек, который придет «с рынка», с ритейла, сразу просто не сможет включиться в работу. Если там достаточно пары дней, чтобы он всему научился и встал за кассу или за прилавок, то на почте время включения в работу занимает две-три недели. Нужно, чтобы человек вошёл в ритм, понял, как оформляется документация и организованы все рабочие процессы. У нас есть свой корпоративный университет, где каждый новый сотрудник



проходит специальное обучение: получает набор дистанционных курсов, которые обязан изучить, также к нему прикрепляют наставника – либо начальника конкретного почтового отделения, либо менеджера – супервайзера, который закреплен за почтовым «кустом». Он курирует обучение новичка, чтобы тот скорее вышел на плановую работу. Так что обучение почтовиков налажено, лишь бы был поток желающих работать.

Е.А. Зыкина:

– Что касается обслуживания клиентов в отделениях, то в некоторых из них, которые относятся к 4-му классу, оператор даже не предусмотрен. Все процессы осуществляет начальник отделения. Но и в крупных отделениях, где есть несколько операторов, при большом наплыве посетителей начальник в кабинете не сидит, в его обязанности входит и работает с клиентами в зале, чтобы разгрузить очереди. Начальники отделений у нас – не кабинетные, а «полевые» работники.

О продаже газет в отделениях

Жительница Екатеринбурга **Светлана** говорит: «Почему в почтовых отделениях вовремя на стойки продажи не выкладывают «Пенсионер»? В среду газета уже продается в киосках. Почему же почта тормозит с продажей?»

И.Н. Назарова:

– Печатные издания появляются в продаже в отделениях почты на день позже, чем в торговых сетях, это свя-

В УСПЕШНОЙ РАБОТЕ ПОЧТЫ!»



ВНИМАНИЕ!

Отделения «Почты России» изменят график работы в майские праздники

2-7 мая почтовые отделения по всей стране будут работать в обычном режиме.

В выходные дни почтальоны не будут разносить письма и периодические печатные издания. Пенсии и пособия сотрудникам доставят по графику, согласованному с региональными отделениями Социального фонда РФ, с учётом особенностей конкретных регионов.

8 мая почтовые отделения будут работать по сокращённому графику и закроются на 1 час раньше.

9 мая станет выходным днем для всех почтовых отделений.

10 мая отделения будут работать по режиму субботы.

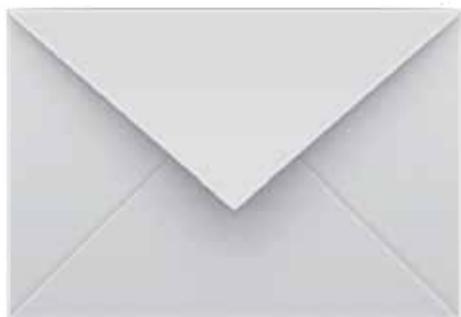
отказаться от продажи в городских отделениях некоторых товаров – консервов, бакалеи и прочего, оставив лишь какие-то товары первой необходимости – вода, канцтовары, еще что-то по мелочи. А в сельской местности можно нужные товары заказать и у почтальона, он доставит на дом, многим, прежде всего, пенсионерам, это очень удобно и по цене выгодно.

Слова благодарности

Не только замечания, но и добрые слова прозвучали в адрес почтальонов. Вот что сказала нашему корреспонденту Елене Зинковской накануне «горячей линии» читательница **Валентина Харитоновна Толкачева**: «Я приехала в Нижние Серги в 1965 году. В поселке леспромхоза было много домов на двух хозяев. В нашем доме по соседству было почтовое отделение. До сих пор вспоминаю его работниц – заведующую **Раису Сергеевну Кузнецову** и двух девушек-почтальонов. Поселок в то время был большой, жителей много. И корреспонденции выписывали очень много. Мы в семье получали больше 10 изданий. И девочки-почтальоны каждый день носили огромные сумки. Добрым словом вспоминаем Любочку Сотникову, которая пришла на почту в 17 лет и проработала на одном месте до пенсии. Позже нашу почту переселили в отдельное здание. Сейчас здесь работает молодежь – заведующая **Оксана Лопатина**, почтальоны **Оксана Могильникова** и **Таня**, фамилию не знаю, к сожалению. Доброжелательные, ответственные, работают прекрасно! Мне 87 лет, ходить тяжело. Наши почтальоны мне и газеты принесут, и коммунальные услуги оплатят, и лекарства купят. Спасибо им огромное!»

зано с нашей логистической схемой доставки. Газеты из типографии в ночь на среду вначале попадают в специальный сортировочный цех, задача которого, прежде всего, – вовремя отправить машины с изданиями для подписчиков по всей Свердловской области. А уже затем – на продажу в почтовые отделения. Это происходит, как правило, в четверг. Проведём дополнительную работу по выкладке печатных изданий на барьере оператора для продажи. Но если читательнице хочется получить любимую газету пораньше, наверное, лучше оформить подписку сразу на полгода и не волноваться по поводу сроков доставки.

О сельской почте



«Почему почту разносят дедовским способом? Неужели нельзя закрепить автотранспорт для доставки не только пенсии, но и корреспонденции?» – спрашивает **Галина Егоровна Мещерякова** из Первоуральска.

Прямо противоположное мнение – у **Василия Галимзяновны** из деревни Новый Бугалыш Красноуфимского района: «К нам

в деревню ходит передвижное почтовое отделение на машине. Газеты не доставляют на дом, а оставляют в магазине, чтобы люди сами разбирали. Мы хотим, чтобы у нас работало постоянное почтовое отделение, и желающие работать там есть...»

В.В. Валов:

– Что касается возобновления работы сельского отделения, то если есть кандидатура, мы с удовольствием общаемся с этим человеком, обсудим условия, которые его устроят.

Повторю, что на почте есть стабильная работа с возможностью дополнительного заработка. Зарплата на почте не ограничивается окладом, можно зарабатывать, продавая другие различные услуги – банковские и прочие. Мы ждем помощи от местного населения в поиске работников, можно рекомендовать каких-то знакомых, родных, близких. Там могут работать и пенсионеры. Было бы желание.

Как вариант – для обслуживания сельских жителей мы запускаем проект с условным названием «Моторизированный почтальон», когда на несколько участков можем найти одного почтальона-курьера на собственном транспорте, который будет и почту, и пенсию, и, возможно, какой-то товар первой необходимости развозить по закрепленному участку на своей машине. Естественно, с совершенно другим уровнем заработка, мы рассматриваем для такого работника зарплату, близкую к рынку по курьерской. А курьеры сейчас – одни из самых «дорогих» работников на рынке труда. Есть и такой формат трудоустройства, как «Почтальон на дому», в этом случае мы почтовой машиной привозим в деревню всю корреспонденцию, какие-то товары, пенсию, почтальон выдает все

односельчанам.

Есть предложение

«Может ли наша почта доставлять товары, как известные торговые интернет-платформы?» – спрашивает **Виктор Алексеевич** из Верхотурья. – Было бы хорошо, если бы я заказал какой-то понравившийся товар, а почта эту посылку мне доставила.»

В.В. Валов:

– Во-первых, «Почта России» уже работает со всеми российскими маркетплейсами и доставляет покупателям их товары. Во-вторых, о продаже товаров в почтовых отделениях. Мне порой говорят, почему, мол, отделения почты превращаются в магазины? Ну, ни для кого не секрет, почта занимается очень многими видами деятельности. Это – выручка, которую мы собираем, чтобы работать дальше, мы – на самоокупаемости. А розничная торговля продуктами питания, товарами первой необходимости на селе – это по-прежнему очень востребованная услуга. Мы там – в прямой конкуренции с местной торговлей, потому что продаем товары по очень привлекательным ценам. Где еще сельский житель сможет купить ту же гречку по 49 рублей за килограмм? И качество – очень хорошее. В городах, где большой выбор торговых сетей, согласен, розница в почтовых отделениях выглядит странновато. Мы сейчас хотим





Дежурный по номеру
Наталья Горбачева

Сделано многое, планов – громадье!

Среди наших читателей немало садоводов-любителей. У многих – огромный стаж и опыт работы на приусадебном участке. И хотя весна на Урале капризничает, устраивает погодные качели, дачники в преддверие мая спешат на свои «сотки».

ЦВЕТЫ И ЛЮДИ

«Земля еще мерзлая, жду–не дождусь, когда оттает», – начинает разговор **Валентина Васильевна Мурова** из Новоуральска. На её участке растут плодовые деревья, разные ягоды и, конечно, цветы. «Крокусы уже проклюнулись, они первыми возвещают о приходе весны», – уверяет она.

Весна для неё – волшебное время года, пробуждение самых прекрасных чувств.

«Поэтичное время, а я – большой поклонник поэзии. Хотелось бы, чтобы в любимой мною газете «Пенсионер» появлялись статьи о наших поэтах. В том числе – и о тех, которые творили в XX веке, например, об **Андрее Вознесенском, Роберте Рождественском** и других. Конечно, хотелось бы знать имена молодых талантливых поэтов. Негде почитать о них, ваша газета могла бы заполнить этот пробел», – предложила Валентина Васильевна.

Похоже, в Новоуральске проживают настоящие ценители цветов. В их числе – **Людмила Ивановна Симонова**, мастерица разбивать клумбы и участница ежегодного городского конкурса цветников. «В цветниках предпочитаю разнообразие. Высаживаю интересные крупные, небольшие оригинальные растения, клумбу делаю прямо у подъезда. Радуюсь сама и радую других», – призналась читательница.

КАРТОФЕЛЬ – НАШ КОРМИЛЕЦ!

Владимир Александрович Чащин из Асбеста часто повторяет: если не потопаешь, то и не полопаешь. Это – его

давний жизненный принцип, который помогает бороться с весенней хандрой и ленью. «Планы на май скорректированы, сажать буду разные овощи: картошку, морковь, свеклу», – говорит пенсионер.

Поклонник здорового природного питания, он готовит отвары из овса и разные фруктово-ягодные напитки. «Овес можно купить в аптеке, фрукты и ягоды вырастить и собрать на своем приусадебном участке. Главное – не лениться! Ухаживать за всем, что у тебя растет, и радоваться кормилице-земле», – заключил Владимир Александрович.

Сергей Леонидович Мелкозеров из Верхней Туры к выполнению весенних планов подходит осторожно. «Хочешь повеселить Бога, расскажи ему о своих планах», – смеется он и говорит, что минувшую зиму надо поблагодарить за то, что снег упал на теплую землю. «Это спасло нас от половодья. Земля была теплой, пропиталась, как следует, вода ушла вглубь. Так что подтопление нам не грозит», – уверяет собеседник.

На участке Сергея Леонидовича много разных плодовых деревьев. Все последние годы он собирал хороший урожай яблок. «Даст Бог, и этот год порадует фруктами, картошкой. Все уже вспахано, ждем момента для посадки картофеля. Специально не торопимся. Картошка, когда бы ты её ни посадил, будет расти и созревать 90 дней», – считает пенсионер. – Хотя руки соскучились по земле. Когда в дождливую погоду сидишь дома, нападает тоска. А побороть



её можно одним средством – работой».

ДВА ГОДА ХОЖДЕНИЯ ПО МУКАМ
Людмила Георгиевна Московских из Екатеринбурга говорит, что, несмотря на свой почтенный возраст, готова плясать вприсядку: «Два года я ходила к чиновникам мэрии, обращалась в региональный департамент Госжилнадзора, к депутатам, направляла письма в прокуратуру. Умоляла разобраться с долгом, который непонятно каким образом повесила на наш многоквартирный управляющая компания «РЭМП-Эльмаш». УК просто зависила тариф, что я и пыталась доказать чиновникам», – рассказывает пенсионерка.

Все, к кому она обращалась, лишь кормили обещаниями разобраться с несправедливостью.

Наконец, она решила обратиться в Администрацию Президента РФ, написала письмо и приложила сканы ответов чиновников и УК. «О чудо! Пришел ответ с указанием, в какие инстанции направлено мое обращение за подписью представителя Администрации. Спустя некоторое время я увидела очередной отчет нашей «управляшки». Приписываемый нам долг исчез из отчета. Мы, оказывается, больше никому не должны! Теперь можем спокойно жить и решать другие, актуальные для дома вопросы», – сообщила собеседница.

авторская
рубрика

Андрея САЛЬНИКОВА

ТЕСТ НА ЧЕЛОВЕЧНОСТЬ

Три сосны и тридцать три причины...

В редакцию в очередной раз позвонила **Светлана Сергеевна Баранова** из посёлка **Завадоуспенское Тугулымского городского округа**. Одна из ее жалоб, как мне показалось, ярко показывает крайнюю бюрократизированность управленческих процессов на местах. Кажется, что каждый шаг местных властей, по их мнению, должен быть обеспечен некоей «индальгенцией» от возможных вопросов со стороны контролирующих органов.

Наша читательница давно просит срубить несколько деревьев, которые заходят на её участок. Здесь-то и начинаются бюрократические джунгли. Эти деревья находятся в аренде у ООО «ТРИО +», главой которой явля-

ется некий **Павел Викторович Сидоров**. Местная администрация не имеет права срубить деревья, они – не в их ведении. Директор упомянутого ООО тоже не может, поскольку эти деревья относятся к так называемой «красной» – природоохранной зоне. Причём, дома в этой зоне появились раньше, чем её обозначили в документах и на картах, по сути, жилья там не должно быть вообще.

Мы обращались к депутату областного Заксобрания **Ранту Агаджаняну**, он направил депутатский запрос, на который получил такой ответ: «Проект освоения лесов передан в министерство природных ресурсов и экологии Свердловской области 7.11.2023 года, на получение заключения экспертной комиссии.



Мероприятия по уборке аварийных деревьев ООО «Трио +» планирует завершить в 2024 году». Может, оно и случится к концу этого года, только что-то мне подсказывает иной исход.

Очень рад буду ошибиться.

Очень хочется вклеить «двойку» за человечность, только кому? Я не знаю. А вы, дорогие читатели, что посоветуете?

ПЕРВЫЙ

05.00 АТ АДТ А ОДТ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 Г Т АТ НОЕ
09.05 Г Т АТ ОЕ Г ДЕАТ АТ Д О+

РОССИЯ

09.00, 14.30, 21.05 Г АНОГ Т А АДАТ В.
ААНОЕ-ОДАЕ
09.55 Г НАТ Т Г АЕААТ Г 12+

НТВ

05.15 О/Н "ОЕЕОУ ДАЧАЕОУ О Г Т АДАЕ"
16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.00
НААТ АТ В

МАТЧ ТВ

12.05 ЕЕОА НОВАТ О 12+
12.25 СА "САУ ААС Г ДААЕЕ 12+
13.25 АТ ЕН 16+

КУЛЬТУРА

06.30 Г АЗЕТ Г ... 16+
07.00 АЕАЕАЕНЕЕЕ Н ДАЕО 16+
07.30 А/О "ААХЕГ А. НААД ОЕЕТ НУ" 16+

Домашний

06.30, 05.30 Г Т ААЕАТ
Г АНТ ААД ОАТ Г Т ЕАОГ ЕО 16+
07.10, 04.40 ААААЕ ДАЧААА Г НБ! 16+

ТНТ

07.00 ОДТ О Г О 16+
09.00 НТ ЕДТ АЕУА Е Г Т АДАТ ДА 16+
12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30,

ЗВЕЗДА

05.40 А/О "АДТ Е 115" 16+
07.00 НААТ АТ В ОДТ Г 12+
09.00, 13.00, 19.00 Г Т АТ НОЕ АТ В 16+

ТВ Центр

09.30 О/О "ХАНОАТ Г ДАААУ" 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 НТ АУОЕБ 16+
11.50 О/О "О Г Г АБ НОТ ДТ Г А НААА-3"
12+

4 КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ЕЧААНОЕБ 16+
05.25, 06.15, 07.00, 07.55 О/Н "Г АЧАА А
НННВ" 16+

ТНВ

06.10 О/О "САТ Г ЕОА Г Т ЕЕОЕП!
НОУАА-СЕТ ААЕА" 12+

ОТВ

06.00, 05.45 АДАЕА О+
06.30, 08.00 Г /О Г А ОА Е Г АААААУ О+
07.00 ОЕЕО 6+
09.00 Г ДРОЕЕ 16+

ТВ3

06.00, 05.45 Г ОЕУОЕЕУ О+
08.00 Г /О "ЕААЕ ААА Е НОТ АБ-ЕТ О" 6+
08.40, 09.00, 16.15, 16.45, 17.30 О/Н
"НЕАТ АБ" 16+

ПЕР ТВ

05.00, 18.00, 02.10 НАТ ОА О Г Т ЕЕД О П ОУЕА
АЕ Г Т ОА О 16+
06.00 Н АТ АДУ О ДТ Г ! 16+

ПЕР ТВ

12.00, 16.00, 19.00 Г Т 12 16+
13.00 СААААЕЕ ХАЕТ ААХАНОАА 16+
14.00 Г АААТ БОТ Г Е Г ОАДАТ ОА
ЕНОТ ДЕЕ 16+

6 Г АБ

ААГ У НАБОТ АТ ААТ ДАЕБ
Г Т АААТ Г Т НОА
ААГ У ААТ ДАЕБ Г Т АААТ Г Т НОА
Г Т ДААТ НЕААТ Г Т О ЕАЕАТ ААДП

ВТОРНИК, 7 МАЯ

ПЕРВЫЙ

05.00 АТ АДТ А ОДТ 12+
09.00, 11.00, 17.00, 03.00 Г Т АТ НОЕ
09.05, 11.20, 15.00, 17.15, 22.45
Е Г О Г ДТ А ОЕ Г Г ОЕ ЕАГ АЕ 16+

РОССИЯ

05.00, 09.30 ОДТ ДТ ННЕЕ 12+
09.00, 21.05 Г АНОГ Т А АДАТ В. ААНОЕ-
ОДАЕ
09.55 Г НАТ Т Г АЕААТ Г 12+

НТВ

05.20 О/Н "ОЕЕОУ ДАЧАЕОУ О Г Т АДАЕ"
16+
08.00, 10.00, 13.00, 15.00, 17.00,
19.00, 23.00 НААТ АТ В

МАТЧ ТВ

08.00, 16.25 ЕАДА Г ЕЕЕЕТ Г Т А 12+
08.30 Г АЗЕТ Е Г Т НОВАТ ОУ 12+
09.00, 12.00, 14.55, 16.55, 20.00
Г Т АТ НОЕ

КУЛЬТУРА

06.30 Г АЗЕТ Г ... 16+
07.00 АЕАЕАЕНЕЕЕ Н ДАЕО 16+
07.30 А/О "А. Г Т Т А. ДЕОЕЕ ААТ ЕЕ" 16+

Домашний

06.30, 05.35 Г Т ААЕАТ
Г АНТ ААД ОАТ Г Т ЕАОГ ЕО 16+
07.20, 04.45 ААААЕ ДАЧААА Г НБ! 16+

ТНТ

07.00 ОДТ О Г О 16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00,
11.30, 13.00, 13.30, 14.00,
14.30, 15.00, 15.30, 16.00,

ЗВЕЗДА

05.05 О/Н "ААЕАЕТ Т О АТ Г Г О" 16+
07.00 НААТ АТ В ОДТ Г 12+
09.00, 13.00, 19.00 Г Т АТ НОЕ АТ В 16+

ТВ Центр

06.10 О/О "САТ Г ЕОА Г Т ЕЕОЕП!
НОУАА-СЕТ ААЕА" 12+
09.30 О/О "ХАНОАТ Г ДАААУ" 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 НТ АУОЕБ
16+

4 КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ЕЧААНОЕБ
16+
05.25, 05.50, 06.40 О/Н "Г ДААА Т О
ЕАД О П ОЕ" 16+

ТНВ

06.10 О/О "САТ Г ЕОА Г Т ЕЕОЕП!
НОУАА-СЕТ ААЕА" 12+

ТНВ

06.10 О/О "САТ Г ЕОА Г Т ЕЕОЕП!
НОУАА-СЕТ ААЕА" 12+
09.30 О/О "ХАНОАТ Г ДАААУ" 12+

ОТВ

06.00, 05.50 АДАЕА О+
06.30, 08.00 Г /О Г А ОА Е Г АААААУ О+
07.00 ОЕЕО 6+
09.00 Г ДРОЕЕ 16+

ТВ3

06.00, 05.30 Г ОЕУОЕЕУ О+
08.00 Г /О "ЕААЕ ААА Е НОТ АБ-ЕТ О" 6+
08.40, 16.15 О/Н "НЕАТ АБ" 16+

ПЕР ТВ

06.00 Н АТ АДУ О ДТ Г ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 23.00 Г Т АТ НОЕ
16+

ПЕР ТВ

11.00 ЕАЕ ОНОДТ АТ Г ЕД 16+
12.00, 16.00 Г Т 12 16+
13.00 СААААЕЕ ХАЕТ ААХАНОАА 16+
14.00 Г АААТ БОТ Г Е Г ОАДАТ ОА
ЕНОТ ДЕЕ 16+

7 Г АБ

ААГ У ДААЕТ
АНААТ Г А Г Т АЕ Г АТ ЕАА 100
ЕАО Г АЧАА А ОАД П ОУЕЕНБ
БНОЕЕЕ ОЕЧЕЕ Г Т Т Г Т А

ПЕРВЫЙ 1

05.00 АТ АДТ А ООДТ 12+
09.00 11.00, 14.00 ГТ АТ НОЕ
09.05 ГТ АТ ОЕ ГДЕАТ АТ Д О+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 ООДТ ДТ НННН 12+
09.00, 14.30, 21.05 ГТ АТ АДАТ В.
ААНОЕ-ОДАЕ

НТВ НТВ

05.20 О/О "ОЕЕОУ ДАЧАЕОУО ОТ Г АДАЕ"
16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.30
НААТ АТ В

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.25 ЕАДА ГЕЕЕЕ ГТ А 12+
08.30 ААТ АДАОЕБ НТ ДАА 12+
09.00, 12.00, 14.55, 16.55, 20.00 ГТ АТ НОЕ

КУЛЬТУРА К

06.30 Г АСЕТ Г... 16+
07.00 АЕАЕАЕНННН НР/ЕАО 16+
07.30 А/О "АДАВ. АТ ЧАДАУАТ ЕА Е
НААА" 16+

Домашний Домашний

06.30, 05.40 ГТ ААЕАТ
ГАНТ ААДДАТ ГТ ЕАОТ ЕО 16+
07.25, 04.55 ААААЕ ДАЧААА Г НБ! 16+

ТНТ ТНТ

07.00 ООДТ О Г О 16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30,
12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00,

ТВ Центр ТВ Центр

06.10 О/О "ГТ А ОАТ О Г А АТ ЕО" 16+
09.30, 11.50 О/О "ОАНОАТ Г ДАААУ-2" 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 НТ АУОЕБ 16+

4 КАНАЛ 4

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ЕЧААНОЕБ 16+
05.25, 05.45, 06.35, 07.25 О/О "А ЕР А Г-14-
АТ" 16+

ОТВ ОТВ

06.00 АДАЕАО 16+
06.30, 08.00 Г/О "Г А ОА Е Г АААААУ" 0+
07.00 ОЕЕО 6+

ТВ3 ТВ3

06.00, 05.30 Г ОЕУОЕЕУ О 0+
08.00 Г/О "ЕААЕ ААА Е НОТ АБ-ЕТ О" 6+
08.40, 09.00, 16.15, 16.45, 17.30 О/О
"НЕАТ АБ" 16+

ПЕН ТВ ПЕН

15.00 А/Н "ЕААА ОУ Е Г ОО" 16+
17.00 ОАЕ Г О А Г АТ АТ 16+
20.00 О/О "ОНЕТ ДАГ ЕА" 16+

8 Г АБ

Г АЕАОГ АДТ АТ ОЕ ААТ О ЕДАНТ АТ
ЕДАНОА Е ЕДАНТ АТ
ГТ ЕОТ АНВОА
ГДАЧАТ Е О-ДАЕААТ А АНОУ

ЧЕТВЕРГ, 9 МАЯ

ПЕРВЫЙ 1

05.00, 11.00, 11.50, 12.45 ГТ АТ НОЕ
05.10, 11.10 "ААТ ГТ АААУ".
ГДАЧАТ Е Г ОЕ ЕАГ АЕ

РОССИЯ 1

08.25 ЕТ Г ОАДО ЕТ А Г П ГТ АААО
10.00, 12.45 "ААТ ГТ АААУ".
ГДАЧАТ Е Г ОЕ ЕАГ АЕ

НТВ НТВ

05.30 О/О "НТ АНОЕ ЕАГ Е Г АДАА" 12+
07.00, 07.50, 08.15 О/О "Г АТ ЕЕТА
ЧААЧАТ АЕА" 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ЕАДА ГЕЕЕЕ ГТ А 12+
08.30 АЕА НААДОУ 12+
09.00, 16.50 ГТ АТ НОЕ

КУЛЬТУРА К

06.30 ЕР/АЕ Г ОА ТАНГ Е. Г. ААДТ АН
16+
06.50 А/О "ГТ АУ ЕТ ДТ ОЕА..." 16+

Домашний Домашний

06.30 О/О "ЕР/АТ АУ ЧАТ Г АБ" 16+
08.20 О/О "НОАУАА" 16+
11.50 О/О "ЕАО ЧА ОТ АТ Е" 16+

ТНТ ТНТ

07.00 ООДТ О Г О 16+
09.00, 09.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30,
13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00,

ТВ Центр ТВ Центр

05.15, 23.30 О/О "ЧААЧАА" 12+
06.50 О/О "ЕАОБ ОДААЕ" 16+
07.15 О/О "Г А ААДАО" 0+

4 КАНАЛ 4

05.00, 05.50, 07.15, 08.35 О/О "АЕОАА ЧА
ГТ НЕАО" 12+
10.00, 01.35 О/О "ААЕУЕ ОЕАД" 16+

СТС СТС

06.00 АДАЕАО 16+
06.05, 05.20 Г ОЕУОЕЕУ О 0+
08.10 Г/О "ЕДАТ ГТ НОУ. УЕОТ Г Е
Г А ГТ" 6+

ТВ3 ТВ3

06.00 Г ОЕУОЕЕУ О 0+
10.00 ГТ НЕАА. ЕДАНТ АБ ГТ ЕТ УААУ.
ГДАА ЕТ А Г П ГТ АААО 0+

ПЕН ТВ ПЕН

23.25 Г/О "ЕААТ ОДААЕ А Е НАДОЕ
АТ ЕЕ-4" 6+

9 Г АБ

ААТ О ГТ АААО
ААЕЕАБ Г ОА АНОААТ Г АБ
АТ Е Г А ГТ АТ АЕАЕАНО 1941
ГТ 1945 АТ А. НЕЕО ЕДАНТ Г

ГОРОДА-УТОПЛЕННИКИ СОВЕТСКОГО СОЮЗА

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

rg.ru

Нынешняя весна принесла с теплыми днями небывалое половодье. Вся страна следит за чередой наводнений в разных регионах. Но это – капризы природы. А были в истории нашей страны и рукотворные наводнения, которые навеки стерли с карты России целые города.

Самый известный из них – Молога в Ярославской области, город, затопленный в 1946 году при заполнении Рыбинского водохранилища. Однако он – не единственный, который постигла такая судьба в середине XX века, когда в нашей стране бурно развивалась гидроэнергетика. Всего в зону затопления попали девять городов: семь – на Волге, один – на Оби и один – на Енисее.

Молога. В этом году Мологе исполнилось бы 875 лет. Судьба города трагична. Это один из двух полностью прекративших свое существование городов. Обычно города переносили на новое место. Мологу полностью уничтожили. Переселение жителей началось поздней осенью 1936 года. Деревянные дома раскатывали по бревнышку и сплавляли по реке. Собирали их на новом месте приходилось из не успевших просохнуть бревен. Электричества, воды, коммуникаций не было. Вместо огородов – свежеспиленный и невыкорчеванный лес. Условия существования были настолько тяжелыми, что люди старались перебраться в более обжитые места.

Когда создается любое водохранилище, его ложе обязательно очищается от строений и деревьев – всего, что может помешать судоходству. Но взорвать храмы – четыре каменные церкви и Афанасьевский монастырь XV века – оказалось делом не простым. Разрушить церкви до основания не удалось, они, выходя из воды, создают сегодня славу Мологи как града Китежа советского периода. Заполнение водохранилища началось в 1941 году. Под водой Молога скрылась только в 1946-м...

Корчева. Город, полностью прекративший существование в результате строительства Иваньковского водохранилища в Тверской области. При строительстве канала имени Москвы Корчева попала в зону затопления. Было принято решение перенести его в поселок Конаково, который получил статус города. Деревянные дома разбирали и ставили заново на новом месте, каменные разрушали. Вместе с остальными постройками были взорваны и три корчевских храма. К уничтожению Корчевы подходили более тщательно, чем к Мологе, словно стремились к тому, чтобы ничего не напоминало о существовании города. Взрывали не только каменные дома, но даже фундаменты от деревянных.

На сегодняшний день сохранился фундамент Казанской церкви, кладбище при ней. На месте города – ни мемориала, ни памятной таблички.

Калязин. Этот старинный волжский городок в Тверской области, в отличие от Мологи и Корчевы, существует по сей день. Под водой оказалась террито-

рия его исторической застройки, в том числе – два монастыря XVI-XVII веков. Колокольня – все, что осталось от монастыря. При заполнении Угличского водохранилища в 1940 году колокольню решено было оставить в качестве маяка. В этом месте Волга делает резкий поворот, другие знаки просто не видны судоводителям. Первый ярус колокольни скрылся под водой. За 40 лет вода размывала фундамент, колокольня накренилась. В конце 1980-х основание укрепили, вокруг колокольни сделали небольшой искусственный островок из насыпного грунта. Верующие считают калязинскую колокольню «символом непотопляемости православной России».

Весьегонск. Маленький городок в Тверской области в 1940-х годах, при наполнении Рыбинского водохранилища,



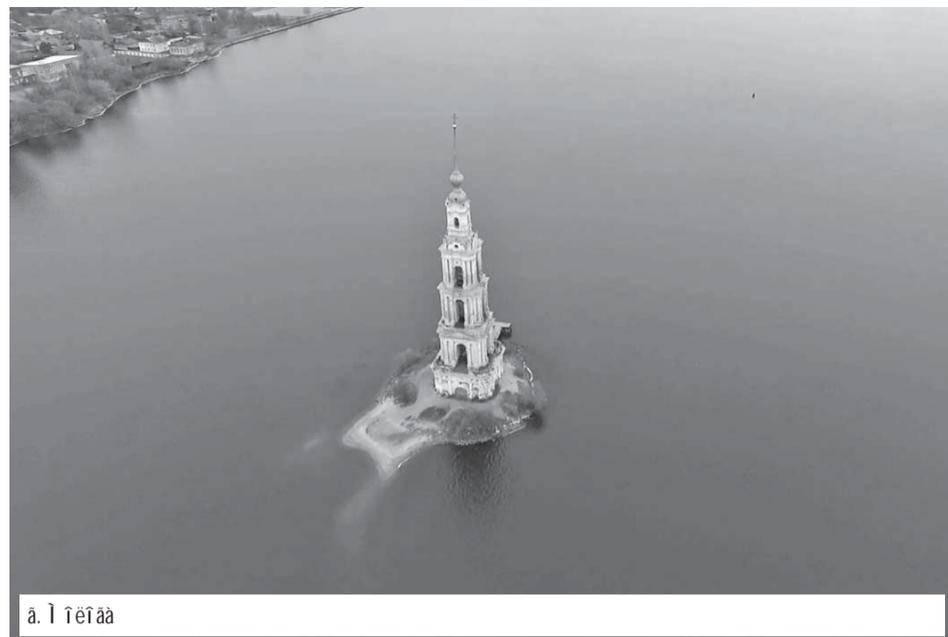
а. Аадаһе

полностью попадал в зону затопления. Было принято решение жителей отселить и отстроить город заново на более высоком месте. Весьегонск полностью лишился «исторической» части, нескольких старинных храмов.

Перенос весьегонских домов осуществлялся силами крестьян из близлежащих колхозов. Существовала норма: одна лошадь должна быть тащить 3,5 бревна. Сердобольные крестьяне жалели скотинку и «теряли» бревнышко по дороге. Порой такие «потери» приобретали глобальные масштабы. Процветало воровство. Подрядчики, работавшие на разборке каменных зданий, продавали кирпич как свою собственность. Возводимые на новом месте в условиях зимней стужи дома теряли целые этажи, утрачивали свою самобытность. Сроки переноса 700 весьегонских жилых зданий срывались, нередко, чтобы подорожить жителей, с их домов срывали кровлю. В Весьегонске сохранились улицы старинных деревянных домов, а также три храма.

Пучеж. Городок со смешным названием – райцентр в Ивановской области. Трагичным для него стало создание Горьковского водохранилища в середине 1950-х годов.

В XIX веке Пучеж был известен на всю Россию как главная бурлацкая «ярмарка вакансий». Пучежские купцы водили большие караваны барж. К началу нави-



а. I ieiāa

гации в городке собирались бурлаки – их численность в 6 раз превышала число местных жителей. Облик старого города определяли купеческие дома и храмы. Их было шесть, ни один не сохранился. Пять были взорваны и затоплены при заполнении Горьковского водохранилища, шестой разрушили в 1960-х годах.

Современный Пучеж не имеет ничего общего со старым, это – безликий райцентр с многоэтажками и промышленными предприятиями.

Болгар. Городок в Татарстане, расположенный недалеко от места столицы легендарной Волжской Булгарии – государства на Средней Волге в X-XIII веках. Болгар мог легко разделить судьбу Мологи или Корчевы, когда в 1950-е годы оказался в зоне затопления Куйбышевским водохранилищем. Место, где стоял старый Болгар, после затопления превратилось в остров. На берегу водохранилища, когда вода уходила метров на 100, находили множество монет и других старинных вещей. После переноса города на острове остались несколько семей, которые отказались перебираться на новые места. Но к началу 1980-х жителей в старом городе не оставалось.

С переездом на новое место Болгар потерял неповторимое лицо, но получил шанс на «второе рождение». Власти Татарстана стремятся сделать Болгар одним из федеральных туристических центров.

Тольятти. Трудно поверить, что Тольятти, где проживает 700 тысяч жителей, знаменитый на всю страну автомобильным заводом, полвека назад был маленьким провинциальным волжским городком. Он назывался Ставрополем-на-Волге. Он также попал в зону затопления Куйбышевского водохранилища, его тоже переносили на новое место. Всего перенесли около 2,5 тысячи жилых домов. Не подлежала переносу и была взорвана каменная церковь с 60-метровой колокольней. Ставрополь – чуть ли не единственный волжский город, где местным жителям позволили перевезти не только свои дома, но и своих покойников.

Ставрополь переезжал в 1953-1955 годах. Первоначально новый город был рассчитан на 40 тысяч жителей, но

одновременно с переносом начались бурное промышленное строительство и быстрый прирост населения. Город строился без генплана, хаотично, как ряд слившихся рабочих поселков. В 1957 году город был перепроектирован на 100 тысяч жителей. В 1964 году Ставрополь назвали в честь итальянского коммуниста Тольятти, в 1966-м совместно с компанией Fiat стали строить «АвтоВАЗ».

По легенде, в тихую ясную погоду на дне Куйбышевского водохранилища можно увидеть остатки старинного Ставрополя. Якобы в лучах заходящего солнца начинают светиться кресты на колокольнях. В середине 2000-х годов дайверы предприняли масштабную подводную экспедицию. Им удалось обнаружить место старого города. Но ни храмов, ни колоколен на дне водохранилища не оказалось.

Бердск. История этого города в Новосибирской области похожа на историю Тольятти. В середине 1950-х он попал в зону затопления Новосибирского водохранилища, его решено было перенести, в общей сложности на новом месте поставили больше 11 тысяч построек.

Отстраивался заново город вокруг железнодорожной станции в 8 километрах от старого Бердска. Градообразующими предприятиями в Бердске стали радиозавод, электромеханический и химический заводы.

Исторических зданий в городе практически не осталось. Ныне Бердск – это кварталы многоэтажек, частный сектор и промзона. Даже чудесный 5-главый Преображенский собор с шатровой колокольней, построенный в духе архитектуры XVII века, – новодел: его возведение закончилось в 2004 году.

Шагонар. Городок в Республике Тыва, на левом берегу Енисея. Его изначальную территорию поглотили воды Саяно-Шушенского водохранилища. В середине 1970-х годов Шагонар был перенесен на новое место. Большая часть населения – тувинцы.

В истории Шагонара нет ярких событий. О его достопримечательностях молчат туристические путеводители. Единственное, чем привлекает Шагонар, – живописная енисейская природа да возрожденные традиции шаманизма, которые очень популярны в Тыве.

«ВОЗРАСТ НЕ НАДО СКРЫВАТЬ, ОТ НЕГО НУЖНО КАЙФОВАТЬ» Героиня конкурса «Главная бабушка Екатеринбурга» встречает весну

ЖИЗНЬ В РАДОСТЬ

Марина Болковская

«Нет возраста у женщин, которым интересна жизнь, – такой вывод я сделала, когда пришла для участия в конкурс «Главная бабушка Екатеринбурга», – рассказывает Наталья Силкина. – Мой приход на этот конкурс – это и случайность, и цепь определенных событий».

Детство Натальи прошло в Тавде. Обычная советская семья: мама – воспитатель, у папы – рабочая специальность. Но и при самых обычных доходах родители каждое лето старались вывозить детей к морю. «Мои родители делали все, чтобы мы могли полноценно отдохнуть перед школой. Все, что хорошее есть в детстве, что люди багажом несут всю свою жизнь, идет из семьи, я в этом твердо убеждена. А дальше уже все – в наших руках», – говорит моя героиня.

По первому образованию Наталья – зубной врач, потом было и второе – экономическое. Муж – в прошлом военный. «Когда начались непростые 1990-е годы, нужно было выживать, кормить ребенка, поэтому муж перешел на гражданскую работу. Тогда, как и большинство, мы начинали с нуля. Было очень непросто», – вспоминает она.

Конкурс «Главная бабушка Екатеринбурга», в котором Наталья стала финалисткой, прошел в столице Урала совсем недавно. Уже в четвертый раз выбирали самую

очаровательную бабушку столицы Свердловской области. В конкурсе участвовали женщины разных возрастов, профессий, интересов. У конкурсанток при отборе не было четких ограничений по внешним параметрам, их оценивали по иным критериям. Единый для всех – наличие внуков.

«До рождения Тимоши меня несколько корёжило от слова «бабушка», – улыбается Наталья, – но когда внук родился, все поменялось. Сейчас для меня бабушка – это состояние абсолютного счастья. Я считаю, что женщинам не нужно измерять свою жизнь годами. Когда тебе за 50, это прекраснейшее время. Дети выросли, подрастают внуки, появляется время для себя. У меня много примеров, когда женщины после 50 лет начинали что-то новое, меняли профессию, выходили замуж».

«Я пришла в бизнес, когда мне было 46 лет, – продолжает рассказ моя собеседница. – У нас в компании много женщин, которые старше меня, и намного. Главное – желание и упорство. Меня в конкурс «Главная бабушка» привела знакомая. Сначала я отказалась, а потом подумала и решила, что нужно идти туда, где есть возможности для новых знакомств, интересных проектов. Мною часто рулит любопытство, интерес к чему-то новому. Сначала было непросто вписать все в свой рабочий график, но, когда день насыщен, задач много, есть организованность и самодисциплина, все получается. Даже не было волнения! И в самом начале организаторы нам сказали, что все, кто пришел

на конкурс, – уже победители».

Все участники проекта получили подарки от партнеров. Один из необычных подарков от «Россельхозбанка» получила именно Н. Силкина. Ей вручили платёжное банковское кольцо. «Кто сказал, что современные технологии сложно освоить людям после 50 лет? Это неправда! Но кто бы мог подумать, что аксессуар на руке – это такой вариант банковской карты», – замечает Наталья.

В финале победительницу поддерживали родные и близкие, а на дефиле с 8-месячным внуком она собрала овации зала. «Я не могла уделять столько времени дочери в детстве, к сожалению, – рассказывает Наталья, – нужно было много работать. Зато сейчас могу позволить себе баловать вниманием и дочь, и внука. Считаю, что внуку можно все. Хотя и дочери никогда не ставила палки в колеса, давала возможность выбора. Я уверена, что когда дети растут в любви, то места эгоизму и распушенности нет. Наш внук – совсем крошка, но мы его стараемся активно развивать. Например, недавно проводился турнир по плаванию среди таких вот малышей, наш Тимоша занял призовое место. Мужу хотелось бы, чтобы внук пошел в суворовское училище, я же считаю, что надо сначала подрасти, а там будет видно».

На вопрос, что Наталья посоветовала бы себе 18-летней, она отвечает: «Я благодарна тому, что в детстве и юности занималась хореографией, училась шить. Эти навыки сейчас пригодились. Все, что вы получаете в жизни с детства, делает вас в будущем



От от ск. нал дел Гат. абава. Небелге

сильнее. А еще я бы сказала себе той: никогда не бойся идти в неожиданное. Жизнь умеет давать задачи по силам, даже если кажется, что задача гораздо сложнее».

– Самое главное в жизни – любить и гореть тем, чем занимаешься. А цифры в паспорте – всего лишь цифры», – говорит прекрасная финалистка конкурса.

Глядя на нее, в это веришь безоговорочно. Женская красота, стиль и грация не имеет возраста, а требует только самодисциплины и немного усилий.

КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

ДОМА И БАНИ ПОД КЛЮЧ

- РАБОТА С САЙДИНГОМ
- ЗАБОРЫ, КРЫШИ
- ВЕРАНДЫ, БЕСЕДКИ
- САРАИ, ХОЗЬЛОКИ
- ПРИСТРОЙКИ
- ТРОТУАРНАЯ ПЛИТКА
- ФУНДАМЕНТ
- ЗАМЕНА ВЕНЦОВ
- ОБШИВКА И
- УТЕПЛЕНИЕ ФАСАДОВ
- ОТМОСТКИ, ЗАМЕНА И РЕМОНТ КРОВЛИ
- ПОДЪЁМ ДОМКРАТАМИ



Реклама

ИНН 6658 15368520

- БАННЫЕ ПЕЧИ
- КАМИНЫ
- УСЛУГИ ПЕЧНИКА
- (С НОЛЯ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ,
- А ТАКЖЕ РЕМОНТ ПЕЧЕЙ)
- ЗАМЕНА ПОЛОВ
- И МНОГОЕ ДРУГОЕ

работаем со своим материалом и материалом заказчика

Пенсионерам скидка от 14 до 17%
Работаем без выходных!

8-922-409-77-89 / 8-965-530-99-10
Николай Георгиевич

И вновь о патриотизме

ПРОДОЛЖЕНИЕ РАЗГОВОРА

Ирина Зеленцова

В прошлом номере газеты мы начали разговор о том, что включает в себя понятие «патриотизм». По словам газеты, оно многогранно. Вот еще несколько мнений.

Тамара Сергеевна из Екатеринбурга рассказывает: «Да, воспитание истинных патриотов – важное дело. Человек будет дорожить своим домом тогда, когда будет трудиться в нем, облагораживать, работать, растить детей. В крупных городах много мигрантов. Это временные, чужие люди. Зачем они нам? С любой работой русский человек всегда справлялся сам. Мы сами себя разбаловали, не хотим выполнять трудную и грязную работу. И платить достойно работодатели не хотят. Наверное, стоит пересмотреть оплату труда. И спрос на места рабочие будет. Вопрос патриотизма относится и к принципу градостроительства. Как можно бездумно «втыкать» многоэтажки, располагая их стена в стену? Как можно оставить людей без обзора из окна? Без восхода и заката солнца? Ведь это – дом! Место, где человек проводит большую часть времени, его безопасность, опора. Почему губернаторы и мэры не думают о психологическом климате и здоровье людей, которые будут жить в таких домах. Разве это патриоты?»

Надежда Александровна Ахатова из Каменского района отмечает: «Народ



кормить надо. Вот где патриотизм. Поделюсь с вами, как вырастить картошку из ростков. Возьмите картофелину – больше, чем гусиное яйцо. Крупно и глубоко в диаметре срежьте ростовые «глазки», 5 штук достаточно. Посадите каждый «глазок» в землю – не в стаканчики или в банку, а в пластиковое ведро. Одно семейство – в одно ведро. Поставьте на солнце. Ухаживайте, поливайте, хвалите посадку и порадуется своему урожаю. Благополучия вашим семьям, плодородного изобилия и сытости. Ведь картошка – второй хлеб».

Сергей Леонидович Мелкозеров из Тавды любит перечитывать каждый номер нашей газеты. «Взял в руки еще раз газету с утра, вышел на крыльцо дома. На улице – хорошо, тепло, солнце. И вдруг понял, чего не хватает газете! Где же эпиграф газеты на первой странице? Где цитаты великих и мудрых людей, которые дают повод поразмыслить о словах и жизни на досуге всю неделю, до следующего выпуска? Надо ставить. Чтобы газета стала еще лучше».

Да, мудрые мысли – тоже основа воспитания патриота. Пожелание учтем!

«Хорошо, что я живу скромно»

ОТКРОВЕННО

Виктория Кравцова,
«Моя семья»

Его песни считаются музыкальными символами 1980-х. «Яблоки на снегу» – под них люди знакомились, влюблялись и устраивали семейную жизнь. А хит «Странная женщина» заставил миллионы дам взглянуть на себя по-новому. Видимо, Михаил Муромов – певец нелёгкой женской доли. Однако в разговоре с этим композитором, поэтом и исполнителем показалось, что он – одинокий странник, проживший очень сложную жизнь.

– Михаил Владимирович, начать разговор о вашей биографии хочу с генеалогии. Говорят, в вашем роду были дворяне?

– Моя мама – настоящая москвичка. А папа происходил из Питера, у меня много родственников в этом городе. Папа, будучи потомственным дворянином, избежал репрессий, но его пять раз не принимали в институт, хотя все экзамены сдавал отлично. В итоге окончил гидрометеорологический институт. Папа знал четыре языка в совершенстве, но оставался убеждённым славянофилом! Его любовь к русскому языку мне до сих пор мешает жить. Когда слышу неправильное ударение, меня коробит. В общем, мой русский язык – заслуга папы. Она был своеобразный человек. Уже стареньким бегал на лыжах по 25 километров два раза в неделю. Плавать ходил регулярно. Вдобавок был альпинистом, ходил на 7-тысячники.

– Ощущаете в себе «голубую» дворянскую кровь?

– Ощущаю хотя бы тем, что во мне есть чувство ответственности, пунктуальность и совесть. В седьмом классе школы про меня сочиняли стихи «Миша Муромов – педант», у меня было много общественных нагрузок, но я всё успевал и умудрялся очень хорошо учиться. Тройки у нас в семье считались позором.

– У вас была физико-математическая школа, а ещё виолончель и спорт.

– Мне некогда было болтаться во дворе, поэтому я до сих пор толком не умею играть в футбол. У меня не получилось обычного детства, сплошная учёба.

– И всё-таки детство у вас было счастливым?

– Мама с трёх лет оставила меня на бабушку. Потом я попал к папе, потом – к маме с папой, потом к папе ездил по воскресеньям, а остальное время жил с мамой, потом у меня был отчим, потом снова пришёл папа... У

папы была и другая семья, но мои родители – интеллигентные люди, они умели приходить к консенсусу. С папой я занимался спортом и изучал английский, а в школе преподавали французский. В детстве с бабушкой ездил на каникулы на Украину, поэтому знаю украинский. Потом ездил в Италию на съёмки, заговорил по-итальянски.

– После школы вы поступили в МХТИ имени Менделеева, затем учились в мясомолочном. А в аспирантуре изобрели и запатентовали три промышленных прибора. Но параллельно выступали в ресторанах.

– Нет, в ресторанах не выступал, я работал метрдотелем. Отец спокойно смотрел на это. А вот мама удивлялась. Ведь я стал работать в ресторане, не окончив аспирантуру, хотя диссертация была почти готова. Но я понимал, что ради её защиты придётся всем кланяться, лебезить, говорить лживые комплименты. Это не моё. И я ушёл. Выбрал свободу. Развёлся с женой. Отказался от всего и пошёл метрдотелем в ресторан. Вообще, я много кем работал: проводником поезда, мойщиком в бане, потом стал массажистом. Разную работу попробовал.

– А что касается бокса, которым вы занимались в детстве, он вам помог?

– Конечно, мог постоять за себя, за девушку, за друга. Был у меня на одной работе такой друг. Эта работа раньше называлась «фарцовка», а теперь – «розничная торговля». Друг был хилый, всё время приходилось за него стоять. Но я очень жалостливый. Люблю сначала уговаривать людей, чтобы избежать драки. Обычно мне это удаётся. Ну, а если нет – будем драться.

– После института у вас была армия. Как считаете, служить надо?

– Обязательно нужно служить! Потому что надо стать мужчиной. А для этого нужно испытать все тяготы жизни, научиться порядку и преодолению трудностей. Вовремя вставать, строить, быстро одеваться, выполнять приказы. Сначала выполни приказ, а потом уже можно обсудить его с начальством. Этому учат в армии.

– Научное сообщество, ресторан, баня, фарцовка, шоу-бизнес... Где вы комфортнее всего себя чувствовали?

– Слово «шоу-бизнес» я не люблю! Есть искусство лёгкой музыки. Я – не только певец, но и артист. Снимался в кино, у меня пять ролей, пусть даже небольших. Но была и одна главная кинороль – в фильме «Дура» режиссёра Алексея Коренева. Собственно, это кино снято

обо мне. Я сыграл испанца, пел свою песню, в фильме звучит моя музыка. Я написал музыку к семи кинофильмам и двадцати спектаклям. Тем не менее я не народный и не заслуженный. Хотя есть у нас такие «народные», которые плюют, визжат, падают со сцены... В 1988 году меня впервые безвозмездно пригласили на «Песню года». Организаторам просто некуда было деваться, ведь мои песни звучали уже повсюду. И на следующий год опять пригласили безвозмездно. Я – четырёхкратный лауреат «Песни года» просто так. Это значит, что я ничего не заплатил. Хотя вообще-то «Песня года» была не безвозмездная.

– Нужно было платить деньги, чтобы участвовать в «Песне года»?

– До определённого момента «Песня года» создавалась по письмам телезрителей. Приходили мешки с посланиями, их читали, исходя из этого составляли программу. Но потом мнение людей уже не учитывалось. За участие в конкурсе приходилось платить. Да, были люди, которые собирали деньги с музыкантов.

– Ваша огромная популярность связана с лирическими песнями?

– Да, «Яблоки на снегу», «Ариадна», «Странная женщина»... Была такая передача на телевидении – «Мужской клуб», в ней композитор Аркадий Укупник сказал: «Яблоки на снегу» – это русское «Бессаме мучо». Если бы Муромов такое на Западе написал, ему вообще ничего не надо было бы грустно писать!»

– Вы так грустно рассказываете о своём творчестве, а ведь многим ваша творческая судьба покажется удачной.

– Только у неё странный финал. Мне уже 73 года. Я долго ждал, что получу звание заслуженного артиста. Как оказалось, для этого надо собирать документы и подписи, причём, в определённом формате. Вплоть до того, что у вас в одну строчку написано имя-отчество, а надо в три! Но почему вообще человек должен выпрашивать себе звание хотя бы к 70-летию? Потусовался – звание. Две песни спел – звание. А Юрия Антонова принимают в Союз композиторов только после 70 лет. Ну что это такое? Звания дают не зрители, а чиновники. Они оценивают наше творчество и определяют, кто достоин. Это страшно.

– Когда-то вы написали большой афганский цикл, ваши песни пели ребята, которые находились там. А что думаете о происходящем в Донбассе?

– Я сейчас по госпиталям езжу. Некоторые берут с собой теле-



визионщиков, чтобы показать: смотрите, я в госпитале. Я просто еду и выступаю. И что, буду об этом кричать? Это же благое дело. Меня иногда спрашивают: сколько ты там заработал? А я езжу бесплатно. Оплачивают дорогу, и ладно. Пенсия у меня – 12 тысяч 500 рублей. Как на эти деньги прожить артисту, которому нужны шмотки, чтобы хорошо выглядеть? Квартплата в пятёрку обходится. Хорошо, что я живу скромно. С меня даже сняли городскую дотацию пенсионерам, потому что якобы я получаю авторские отчисления за свои песни. А они уже несколько месяцев не поступают! Я с 1968 года работаю, 40 лет в искусстве. Я собирал стадионы по 20, 30, 50 тысяч зрителей. А получал за это 28 рублей. С целого стадиона! Остальное шло в бюджет. Но о политике – ни слова! Так и напишите: «Муромов – в полном порядке».

– Я знаю, что вы – большой любитель животных.

– В детстве у меня была голубятня. Рыбки были, кошечки и собачки. Живность у меня всегда водилась. Но последняя собака умерла, я больше не буду заводить животных. Я её похоронил, у неё на могилке расцвела лесная гвоздика, которую я нигде больше не видел.

– А что за собака у вас была?

– Ивисская борзая, её ещё называют «фараонова собака». Это такой небольшой шакал. Она была прилудная, моя Данута. Подобрал её щенком. Оказалась шустрей, очень умная, и дрессировки не понадобилось. Сидеть, бежать, лежать, умереть за хозяина – для неё это само собой. Удивительная собака. Двенадцать лет была со мной. Мой настоящий друг! А один раз у меня в квартире было пять собак одновременно! Данутин вы-

водок плюс огромный водолаз! Водолаза пришлось отдать. У меня небольшая квартира, негде столько собак держать. За водолазом приехала замечательная семья военных. Аценков Дануты я раздал в хорошие руки. А ещё я подобрал котёнка, из него выросла кошка. Она родила котят, я их раздал в хорошие руки. А саму кошку отдал певице Ольге Зарубиной, когда она жила с Александром Малининым. Недавно у меня были черепашки, но я их отдал соседу. С ними проблем много: разбегаются и прячутся, ищешь их и не находишь.

– Хотелось бы коснуться темы ваших целительских способностей. Читала, что у вас даже некоторые звёзды лечатся.

– Я после института работал в лаборатории физических методов обработки пищевых продуктов. А кто такие люди? То же самое – мясо и кости. Любопытный белок при обработке магнитными полями нагревается изнутри. Я так у себя вылечил сильный бурсит. От занятий спортом часто появляются суставные заболевания, вот я их себя и вылечил. Будучи массажистом, изучил акупунктуру, для меня это оказалось несложно.

– Мне кажется, что вы обладаете каким-то тайным знанием.

– Вы угадали! В своё время мне предлагали стать учителем в элитарной школе. Тот проект не состоялся, но главное, что я сказал бы детям, – любите жизнь. Надо ею дышать, даже если зашёл в тупик. Надо говорить Всевышнему спасибо за то, что он нам даёт каждый новый день. И надо любить людей. Пусть даже твой знакомый в чём-нибудь ошибся, всё равно надо видеть в нём хорошее. Это лучше, чем видеть плохое...

Клуб одиноких сердец

● Надеюсь встретить друга, адекватного, без в/п, ж/о, м/о, спортивного, с а/м, не старше 76 лет, ростом не ниже 174 см, без проблем и судимости. О себе: хозяйственная, активная, образованная, без в/п, ж/о, м/о, 74/164/60, стройная. Тел.: 8-922-292-81-89

● Одинокий мужчина, 50/168/60, познакомится для совместной жизни с одинокой женщиной. Тел.: 8-922-030-44-84

● Познакомлюсь для порядочной дружбы с русским мужчиной, не старше моих лет. О себе: 60 лет, веду ЗОЖ, выгляжу молодо. Тел.: 8-904-168-92-42

● Александр, 48 лет, с/о. Познакомлюсь для создания семьи с одинокой простой, доброй, ласковой, красивой женщиной, 35-45 лет, из деревни. Тел.: 8-953-049-45-02

● Мужчина, 76/173/79, выгляжу моложе, веду ЗОЖ, порядочный. Познакомлюсь с женщиной, 62-74 лет,

поленькой, доброй, внимательной. Могу принять к себе для совместного проживания. Тел.: 8-952-147-98-64

● Вдова, 82 года. Познакомлюсь для создания семейного очага с мужчиной, без в/п, ж/о. Тел.: 8-904-547-91-57

● Познакомлюсь для с/о с добрым обеспеченным мужчиной, ж/о, без в/п. О себе: 69/167/90, ищу спутника на всю оставшуюся жизнь. Тел.: 8-912-683-61-05

● Пенсионер, вдовец, без в/п, ж/о. Познакомлюсь для семейных отношений с женщиной, без в/п, согласной на переезд в с/м, в возрасте около 70 лет. Тел.: 8-904-174-68-38

● Скромный парень, 34 года, инвалид 2-й гр., из Екатеринбурга, живу с мамой. Ищу для общения и дружбы простую девушку, желательна из Екатеринбурга, с инвалидностью, легкой формой умственной отсталости или ДЦП. Владислав, тел.: 8-950-209-54-39

С днём рождения!

Здоровья чтоб на жизнь хватало,
Успехов чтоб не перечесть.
В ваш день рождения желаем
Всех благ, что в этом мире есть.

Сегодня поздравления от
газеты «Пенсионер» принимают
90 лет

Мария Дмитриевна БЕЛИКОВА,
Екатеринбург

75 лет
Людмила Александровна УТУЗИКОВА,
Березовский

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

Татьяна Николаевна ВОЛКОВА,
Гаринский район

Галина Михайловна ЕРМАКОВА,
Шалинский район

Юрий Петрович КОЛОТОВ,
Режевской район

Тамара Ивановна ОКЯН,
Карпинск

Тамара Николаевна СЕДОВА,
Шалинский район

Клара Ивановна СТАХЕЕВА,
Талицкий район

Людмила Петровна ТОРОПЫГИНА,
Екатеринбург

Светлана Михайловна ЧЕРКАСОВА,
Сысертский район

Таисия Ивановна ЧУПРИЯНОВА,
Талицкий район

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте газетапенсионер.рф

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

Строим и ремонтируем дома, беседки, полы в доме, веранды, печи, хозблоки, фундаменты и от-мостки. Замена венцов дома, поднятие на домкраты, сайдинг и многое другое.

Пенсионерам скидка от 10 до 18%!

Выезд на объект
и замеры бесплатно.

Работаем с материалом заказчика.
Работаем по Свердловской области

**т. 8 922-03-09-777, Геннадий
8 922-60-64-777, Сергей**

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

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

● Продам 2-комн. квартиру, 44,3 м², в п. Курорт-Самоцвет, 4/5 эт. Дом кирпичный. Пол – ламинат, балкон застекл., потолок натяжной. С/у раздельный, белые трубы, новые счетчики. 650 т. р. Тел.: 8-982-702-94-43

● Продам овощную ячею в овощехранилище; противопролежневый матрас с компрессором; памперсы, р-р L. Тел.: 8-982-664-00-72

● Благоустр. 2-эт. дом, в п. Левихе, 120

м², скважина, 13 соток – участок ухоженный, есть баня, теплица, 100 км от Екатеринбурга, меняю на 3-комн. кварт. в Екатеринбурге. Тел.: 8-912-643-15-57

● Продам дом, 15 м², Михайловск. Газ, 11 соток, 400 т. р. Есть пруд, река. Тел.: 8-922-107-56-98

● Продам 2 одинаковых ковра – зеленый с бежевым; 2 паласа, б/у, в хор. сост. Тел.: 8-982-602-72-20

● Продам свитера, муж., жен., шерсть, х/б, р-р 46-52, новые; пуговицы, пряжки, крючки для швейных работ. Тел.: 8-919-369-04-18

● Вокалист приглашает аккомпаниатора для проведения концертов в госпиталях для раненых солдат. Тел.: 8-950-639-74-80

● Продам участок, 11 соток, под строительство, Артемовский. Есть мет. гараж, баня (нужен ремонт). Газ рядом. Хорошие соседи. 800 т. р., торг. Тел.: 8-909-013-01-02

● Продам 1/2 дома, жил. пл. – 30 м², общая – 52 м². Надворные постройки, колодец личный, мебель нов., в упаковке. Усадьба 11 соток. 285 т. р. Тел.: 8-952-145-73-04

● Срочно продам 2 козочек, 2 года и 5 лет, отдам сено, зааненской породы. Сено отдельно не продаю. Звонить с 10 до 21 ч. Тел.: 8-982-633-09-12

● Продам видеомагнитофон, видеоплеер; сапоги болотные, р-р 42-43. Тел.: 8-922-291-14-23

● Продам дом в Екатеринбурге, жилая площадь – 57 м², общая – 82 м², гараж, 6,9 млн р.. Или обменяю на 2-комн. квартиру в Академическом р-не. Тел.: 8-904-172-96-42

● Продам 16 соток земли с домом, скважиной, баней, насаждениями. 50 км от Екатеринбурга, недорого. Тел.: 8-952-743-29-11

● Продам книгу «Рецепты оздоровления для тех, кому за 50», Большую энциклопедию оздоровления; книгу доктора Мясникова «О пищеварении». Тел.: 8-912-206-73-27

● Требуется помощник-мужчина для работы по саду. Тел.: 8-952-744-01-67

Для участия в розыгрыше призов среди подписчиков II полугодия 2024 года и своевременного размещения поздравления просим заполнить купон и прислать в редакцию вместе с копией квитанции о подписке

ФИО _____

Дата рождения _____

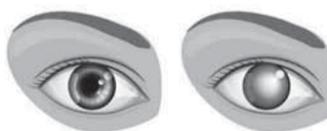
Адрес, телефон _____

(Я даю согласие на обработку персональных данных, подпись) _____

МАГНИТНЫЕ БУРИ В МАЕ

С 1 по 7 мая пройдут слабые магнитные бури. Однако их след – небольшие возмущения, возможно, будут беспокоить метеочувствительных людей вплоть **до 20 мая. 21-23 мая** станут наиболее благоприятными днями месяца. **С 24 числа** снова проявятся небольшие возмущения, **с 27 по 30 мая** пройдут слабые магнитные бури. **31 мая** солнечная активность снизится, ожидается благоприятный в геомагнитном плане день. Чтобы уменьшить негативное влияние бури на организм, ограничьте интенсивные физические нагрузки, больше отдыхайте, гуляйте на свежем воздухе, обеспечьте полноценный сон. Придерживайтесь здорового питания: ешьте рыбу, овощи, каши, пейте больше воды. Важно сохранять спокойствие, не преувеличивать влияние магнитной бури на организм.

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 технологические 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 30 июня 2024 г.!

СКИДКА 20%
на хирургию катаракты!

ВСЕГО ЗА 21 000 р
(включая операцию и сам хрусталик)

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

Медлицензия №Л041-01021-66/00358956

Пенсионер Купон

Только для пенсионеров

на одно бесплатное объявление

Заполняйте разборчиво и печатными буквами

Текст объявления: _____

Телефон или адрес: _____

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

Фамилия _____ Телефон _____

Адрес _____ Подпись _____

Заполненный купон присылать по адресу редакции:
620000, г. Екатеринбург, ул. Маршала Жукова, 10

ЕІ АР ОНІ І ДІ ОЕАІ І І ЕАСАІ ЕБ.
І АІ АОІ АЕІ А ЕІ І НОЕУАОЕБ НІ АОЕАЕЕНОА.

ПЕРВЫЙ

06.00, 10.00, 12.00 Т АТ НОЕ
06.10, 00.20 Т АЕАНО.ЕАА 16+
06.55 ЕАДАЕ, ААД Т Г У ЕРАЕ Т АБ 12+

РОССИЯ

06.15, 01.55 О/О "АТ Т ДАЕЕ НОАУАА" 12+
08.00 Т АНОТ Т А АДАТ В. АН
08.35 ЕТ ААА АНА АТ Т А 12+

НТВ

04.50 О/О "ОЕЕОУ ДАЧАЕОУО ОТ Г АДАЕ" 16+
06.30 ОАТ ОДАЕУТ Т А ОАЕАЕААТ ЕА 16+
08.00, 10.00, 16.00 НААТ АТ В

МАТЧ ТВ

08.00 АТ ЕН. Т ДБТ АБ ОДАТ НЕБОЕБ
09.00, 12.30, 15.00, 17.30, 20.00, 01.45
АНА Г А Т АО: 12+

КУЛЬТУРА

06.30 Т/О "Т ОАЕЕ" 16+
08.10, 01.10 О/О "НОАЕТ Г ОЕ
АТ АААЕУ" 0+

Домашний

06.30 О/О "ЕРАТ АУ АТ АН" Т АЕТ Г АААА" 16+
09.45 О/О Г А ОДТ 16+
10.15 О/О "Г А Т ДААА Т АОАЕ" 16+

ТНТ

07.00, 08.00 Т АТ АЕАУ А ДТ ННЕЕ.
НТ ОААЕАЕАНОУ. 2023 А 16+
09.00 АЕОАА Т ЕЕТ ЕТ А 16+

ЗВЕЗДА

05.40 О/О "АЕАЕА НАБС Т АТ" 12+
07.05 Т АОДТ АЕА, 38 12+
09.00 Т АТ НОЕ Г АААЕЕ 16+

ТВ Центр

06.15 "Т АЕГ О Г А ЕАОТ".
Д Т ДЕНДЕ АНЕЕЕ ЕТ Г ОАДО
12+

4 КАНАЛ

ОАЕАТ ДТ АДАТ Т А Г А Т ДААТ НОААЕАТ А
ОАЕАЕТ Т АТ ЕАЕ

5 канал

05.00, 05.35, 06.15, 18.00, 18.55, 19.50,
20.45, 21.40, 22.35 О/О "Г А О
НТ АОАЧ-2" 16+

ТНВ

ОАЕАТ ДТ АДАТ Т А Г А Т ДААТ НОААЕАТ А
ОАЕАЕТ Т АТ ЕАЕ

ОТВ

ОАЕАТ ДТ АДАТ Т А Г А Т ДААТ НОААЕАТ А
ОАЕАЕТ Т АТ ЕАЕ

СТС

06.00, 05.50 АДАЕА О+
07.00 Т/О "Т ОАЕУ О Т АА АЕ" 0+
07.15, 10.00 ОДАЕУНЕЕА Т АЕУТ АТ Е.
НТ АОBOOK 16+

ТВ3

06.00, 05.15 Т ОЕУОЕЕУТ О 0+
07.30 АЕОНТ Т Н АТ ОЕНТ Е АОТ АТ Е
16+

РЕН ТВ

05.00, 23.55 НАТ ОА ОТ ЕЕДР ОУЕА
АЕТ Т ОА ОУ 16+
07.00 Н АТ АДУТ ОДТ Т ! 16+

12 Т АБ

ААТ О Т ААЕОЕГ НЕТ Е НАНОДО
ЕНОТ ДЕБ АТ ЧТ ЕЕТ Т ААТ ЕБ
Т ДАЧАТ ЕЕА ААТ О Т ААЕОЕГ НЕТ Е
НАНОДО» ООТ АЕО А Г А АЕТ

СКАНВОРД

Scrabble grid with clues and images. Clues include: Латинское приветствие, Гремит снаружи грузовика, Сорт земляники, Растение, интересующее пчел, Любимая пища орангутана, Надуватель колес, Подушечка, «набитая» ароматом, Опорная часть, скелет, Мать бога Плутоса, «Довела» Таню до слез, Доведение счетчика до нуля, Телефонный узел, Ставка оплаты, Сказочный продавец пива, Гонки из Парижа в Дакар, Учебный курс будущих шоферов, Налет, «поедющий» железо, «Испарина» на мураве, Командные соревнования в бере, Писательница из Франции, Старинное название буквы «Ф», Православная сутана, Отто ... Бисмарк, Цыганка из песни Меладзе, Мера пресечения, Чужая ... виноватее, Она перпендикулярна мачте, Булава в старину, Тепло родных стен, Личинки пчел, Кушанье, похлебка, Город-курорт в Бельгии, Десятка без палочки, Ковбойский каба-чок, Корабельное дерево, «Рубашка» для голых стен, Сгубленный жадностью, Снегоход на ногу, Бурятский хоровод, Стержень для колес, Вечнозеленый лес, Выпуклое изображение на плоскости, Полосатое ароматное яблочко, Передача мяча, Единица измерения площади, Королевский капут (шахм.), Меховые сапоги, Скрыга, скупой человек, Фараон с самой большой пирамидой, Типографский шрифт, Ангажмент как он есть, Актриса ... Рязанова, Предатель в разведке.

Ответы на сканворд, опубликованный в №17 за 2024 г. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Медонос. Добрыня. Аве. Сброс. Дуремар. Осетр. Атс. Роса. Трос. Вина. Ржа. Сэра. Арест. Рея. Фон. Салун. Обои. Спа. Уют. Девта. Фраер. Анис. Рельеф. Ось. Унты. Хеопс. Наем. Жмот. Антика. Трубочка. Раиса. Крот. ПО ВЕРТИКАЛИ: Автодело. Дуриан. Тариф. Насос. Ряса. Саше. Пернач. Трафарет. Ветро. Лыжа. Ниль. Каркас. Ехор. Эстафета. Деметра. Ралли. Пас. Барто. Сосна. Санд. Ельник. Ферт. Акр. Варево. Оплетка. Мат.

Чем напоен весенний воздух?

ПОЭТИЧЕСКАЯ СТРАНИЦА

Ответ на этот вопрос коллективно отыскивали наши «серебряные» поэты. Все тончайшие переливы настроений, замеченные ими, мы собрали на сегодняшней поэтической страничке. У кого-то грудь вместе с запахом яблони и сирени наполняют оптимизм и желание жить, иным ближе теплые нотки вербы и ладана. Конечно, для многих весна не отделима от терпкого аромата гвоздик, которые вскоре лягут к подножиям памятников героям Великой Отечественной войны.

Уважаемые авторы, присылайте примеры вашего творчества, рукописи или сборники по адресу: 620000, г. Екатеринбург, ул. Маршала Жукова, 10; по электронной почте: info@mediakrug.ru, или на «ватсап» дежурного по номеру (для Марии Волковой). По телефону стихи не принимаются!

Весна

Яркий лучик заглянет в окошко.
Знать, приходит влюбленных пора.
Греет лапки любимая кошка,
Удержать меня трудно с утра.
Цвет черемухи, травы душистые,
Будто рай заглянул голубой.
Наши девочки – ангелы чистые,
Где найдешь вдохновенья покой.
Вечер ласковый с неба опустится,
Сине море в глазах голубых.
От тебя даже светится улица,
Наше счастье – одно на двоих.
Платье белое – чистая горница,
Крутит голову, словно дурман.
Унесет тройка нас за околицу,
Скроет белый манящий туман.

*Иван Марков,
Екатеринбург*

Со временем все только краше:
И простой неструганный забор,
Веранда, дом с тяжелой чашей
Своих надежд, и птичий хор
Под окнами, и ангел света –
Хороший мир житья-бытья,
Заласканный пером поэта,
Раскинутый до бытия.
Где лица – лики не святые,
Где я сказаться не боюсь,
Где все слова мои – простые...
Так я, наверное, молюсь.

*Людмила Цедилкина,
г. Кушва*

Разведка

Идем в разведку рано, до рассвета,
Противник – чуть поодаль, впереди.
Взлетает вверх сигнальная ракета...
Господь Всевышний, нас убереги!
Шаги – след в след: от мин и от снарядов
Самих себя нам надобно сберечь,
При жизни лучше получить награды,
Не уронить достоинство и честь.
Приказ по рации: «Бойцы, нам надо выстоять!»
От Родины призыв «Не подведи!»
Стучит морзянкой в голове простая истина:
Бог с нами, а Победа – впереди!

*Бабушка Люда,
г. Богданович*

Весна шагает по планете,
Всё пробуждается опять!
Уже не хочется, как прежде,
Нам под одеялом долго спать.
Ворвавшись в комнату задорно,
Луч солнца нам велит вставать.
И, как всегда, работу смело
В саду любимом начинать.
А у дворов заволошились
Соседи дружною гурьбой,
Инвентарём вооружились,
Чтоб заблестел двор чистотой.
И на цветочных клумбах
Снова возникнет красочный ковёр.
До поздней осени цветочки
Порадуют прохожих взор.
Всё хорошо, весна идёт
И на субботник всех зовёт!

*Татьяна Дроздова,
г. Дегтярск*

Весенний буйный месяц май,
Крестьянский, бизнесменский!
В нём формирует урожай
Наш житель деревенский.
И дело тут – не в барыше,
Здесь бесполезны споры.
Своё нам больше по душе –
Картошка, помидоры.
А на барыш давно запрет,
Нам не продать съестное.
Все знают – это не секрет,
На полках – привозное.
Теперь гурманов – пруд пруди
По забугорной кухне.
Поймут, несчастные, поди,
Когда здоровье рухнет!
Еда для многих – благодать,
Бывает, и обуза.
Кому-то надо голодать,
А кто-то жрёт от пуза!
В моём хозяйстве цель одна –
Забуть про слово «пусто»,
Чтоб не шархалась страна,
Пойду, полью капусту.

*Виталий Мясников,
с. Таборы*

Медуницы

Вновь пришла весна, запели птицы,
На полянке два цветка стоят –
Нежные, смешные медуницы,
И от них не отвожу я взгляд.
Солнышко согрело им ресницы,
Щурясь, в небо синее глядят
Нежные, смешные медуницы,
Но не яркое у цветов наряд.
Не сравним он с розой горделивой,
Что пленяет дивной красотой,
Только будет ли она счастливой
В этой вазе – клетке золотой?
Медуницы – вольные, как птицы,
Не страшны им дождь и ветер злой.
Им дано свободой насладиться,
Ведь цветут они в глуши лесной.
Не страшны им грозы и ненастья,
Выстоят в любую непогоду,
Их не сломят беды и напасти.
Медуницы! Чудо вы природы!

*Екатерина Труфанова,
г. Екатеринбург*

Долгожданная весна

Неужели весна наступила?
Зазвенела капель за окном.
Ведь вчера ещё холодно было,
Грозно ветер стучался в мой дом.
Зашуршали по лужам машины,
Потемнел и нахохлился снег.
И летят мне в лицо не снежинки,
На лицо дождик капает мне.
И хотя небо серое хмуро,
И деревья ещё крепко спят,
Издаётся, из стран заморских
Стаи птиц в край родной летят.
Здравствуй, здравствуй, Весна дорогая!
Долго ждали тебя, поверь,
Зиму снежную мы провожаем,
А тебе открываем дверь!

*Лариса Колышкина,
Лесной*

Послание мужу

Она всегда спокойна и нежна,
Пожалуй, чуть спокойнее, чем нужно:
Не девушка, не женщина – жена,
С которой вы живете очень дружно.
Ты убежден, что знаешь наизусть
Ее привычки, мысли, опасенья...
Но почему проскальзывает грусть
В ее глазах в беспечный день весенний?
И выраженьем маленького рта –
Смесь мужества, иронии, печали?
Ты говоришь: заботы, суета...
Ей отдохнуть бы, все мы подустали.
Так вот послушай: ты ошибся, друг,
Ведь это – никакая не усталость,
И если бы ты обнял ее вдруг,
Печали той следа бы ни осталось.
Когда б ты мог ее поцеловать –
Неторопливо, нежно, как бывало,
К ней красота вернулась бы опять,
Она бы прежнею девчонкой стала.

*Владимир Казин,
Талицкий район*

Хоть чуть-чуть растянуть бы мне сутки
И добавить немножко часов,
Кроме дел, найти время для шутки,
Для знакомств и для новых мостов.
Лоскутки бы собрать в одеяло,
В парк собраться, обняться с весной,
Чтобы времени точно хватало,
И чтоб чаще бывал выходной.
В унисон жить с секундной стрелкой
И с добром ко всему на земле,
Жизнь свою чтоб не путать со сделкой
И держаться покрепче в седле...

*Марина Старостина,
г. Екатеринбург*

Воскресение вербное

Лишь весной, в воскресение вербное –
В этот светлый и праздничный день,
Освящается верба весенняя,
В городах и среди деревень.
Ветка вербы обласкана святостью –
Скромный этот букет вносим в дом.
В светлый праздник с особенной радостью
Колокольный послушаем звон.
В храме ближнем по празднику Божьему
Зажигаем фитиль у свечей,
Не пугаясь в обычаях «ложного»,
Посещаем родных и друзей.
За обедом не всё разрешается –
Запрещается мясо, вино.
В праздник вербный душой очищаемся,
Если день проведем «не смешно».

*Валентина Скворцова,
г. Красноуфимск*

Вот и снова весна.
Снова в зелени лес,
Снова чувствую я:
Радость льется с небес.
Ах, как хочется мне
Вновь девчонкою стать,
В заколдованный лес,
Словно в детстве, сбежать.

*Светлана Казанцева,
п. Нейво-Рудянка*

Какие новые обследования можно пройти на диспансеризации?

ДОСТОВЕРНО

Марина Гусенко, «Российская газета»

С этого года диспансеризация стала включать в себя новые обследования. Об этом рассказал председатель Федерального фонда обязательного медицинского страхования Илья Баланин.

С этого года диспансеризация будет включать в себя тестирование на наличие антител к гепатиту С. Это исследование будет проводиться 1 раз в 10 лет всем застрахованным старше 25 лет, ведь заболевание на ранних стадиях протекает бессимптомно. Гепатит С теперь и лечить будут за счет средств ОМС, до сих пор пациенты с диагнозом «гепатит С» могли получить помощь за счет региональных бюджетов. Теперь в каждом регионе лечение гепатита С предусмотрено территориальной программой ОМС.

Выросли сроки проведения углубленной диспансеризации. Это касается людей, переболевших коронавирусной инфекцией. Раньше они могли пройти углубленную диспансеризацию в течение 60 дней после болезни, теперь – в течение года. Это сделано, чтобы охватить большее число застрахованных и при необхо-

димости оказать медицинскую помощь.

Профилактические мероприятия в прошлом году прошли 82,8 млн человек, у 26% нет хронических неинфекционных заболеваний, но есть риски сердечно-сосудистых заболеваний. По результатам первого этапа диспансеризации на консультацию к «узким» специалистам направлены 17,1 млн человек, на дополнительные обследования – 5,7 млн человек. Благодаря профосмотрам и своевременно оказанной медпомощи доля смертельных случаев из-за онкологии в прошлом году снизилась на 0,6%, из-за сердечно-сосудистых заболеваний – на 3,2%. Ожидается, что в этом году на диспансеризацию придут 100 млн человек. Теперь можно будет пройти диспансеризацию на рабочем месте. Кроме того, с этого года страховая медорганизация и медицинская организация, которая проводит диспансеризацию на отдаленных территориях, должна информировать жителей о месте и времени проведения.

Также 101,5 млрд рублей направят на диспансерное наблюдение за онкобольными, пациентами с сахарным диабетом и сердечно-сосудистыми заболеваниями. Речь идет о людях с хроническими заболеваниями, которые стоят на учете у специалистов. Раньше был другой норматив по приему таких пациентов. Пережил человек

инфаркт, выписали его из больницы, поставили на диспансерный учет к кардиологу в поликлинике, пациент продолжает жить прежней жизнью, пока не случится рецидив. В этом году устанавливается норматив, сколько конкретно «сердечников», онкобольных или больных сахарным диабетом должны посетить профильных врачей, не дожидаясь ухудшения состояния. Если человек сам не приходит, ему должны позвонить и пригласить на прием, скорректировать лечение.

При поликлиниках должны работать школы для диабетиков. Человеку, у которого выявили сахарный диабет, часто нужно многое поменять в жизни, иначе последствия для его здоровья могут быть серьезными. Его нужно учить: как считать калории, как измерять сахар, какие продукты можно есть, какие – нет, что делать, если произошло ухудшение. Этому и учат в школах сахарного диабета. Эндокринолог за один прием пациента не в состоянии донести до него всю необходимую информацию. Курс рассчитан на 20 часов обучения. Пациенту самому не нужно искать школу. Его направит лечащий врач-эндокринолог.

В ряде регионов есть проблема с доступом к «узким» специалистам. Программой госгарантий бесплатного оказания помощи определено, что срок



Фото из соцсети «ВКонтакте»

ожидания приема такого специалиста не должен превышать 14 дней. Если медучреждение не может обеспечить прием пациента нужным врачом в этот срок, оно обязано перенаправить его на прием к специалисту в другое медучреждение. Если медорганизация не выполняет эти условия, пациенту нужно обратиться в страховую медорганизацию, которая выдала ему полис ОМС, она должна вмешаться и обеспечить доступ пациента к нужным врачам. Страховая медорганизация это помощник для пациентов. А вот если страховщик тоже не предпринял мер, попасть к врачу в положенные сроки так и не удалось, это повод обратиться в территориальный фонд ОМС, который проверит законность действий медучреждения и страховщика

Альцгеймер и Паркинсон: что должно насторожить?

СОВЕТУЕТ НЕЙРОПСИХОЛОГ

Елизавета Леонтьева

В прошлом номере мы говорили о том, как обеспечить пациентам с такими диагнозами полноценную жизнь. А как вообще определить, что у вас или близкого человека есть соответствующие симптомы?

Оба заболевания можно разделить на стадии. Ухудшения происходят постепенно. В отличие от Альцгеймера, Паркинсон без разницы, вели ли вы насыщенный интеллектуальную жизнь или за всю жизнь прочли две книги. Он может посетить любого.

Но есть и общие причины возникновения этих заболеваний: генетическая предрасположенность; травмы головного мозга; перенесенные инфекционные заболевания. Мужчины чаще женщины заболевают болезнью Паркинсона. Зато женщины «лидируют» в паре с Альцгеймером. Обе болезни принято считать болезнями пожилого возраста. Хотя постепенно пациенты молодеют. Теперь бывает и ранний Альцгеймер – около 50 лет, и ранний Паркинсон.

Поговорим о симптомах, по которым вы можете заподозрить неладное и вовремя обратиться к специалистам. Паркинсона опознать несложно. Первое, что бросится в глаза, это тремор. Дрожание конечностей, медленная, шаркающая походка, наклон тела вперед. При ходьбе он медленно разгоняется, потом практически не может остановиться.

Для остановки ему нужно препятствие, в которое он сможет упереться.

В самом начале Альцгеймера внешних нарушений нет. Человек выглядит, как обычно. Болезнь коварно замаскировалась. Только сам пациент может испытывать тревогу от ощущения, что что-то не так, что он стал путаться и забывать. Но пока эти нарушения не носят системный характер, пациент будет списывать их на усталость, старость и прочее.

Заметные симптомы Паркинсона, на которые обратит внимание нейропсихолог:

- ▶ психомоторная заторможенность, медлительность в движениях, в мышлении, психических реакциях;
- ▶ ухудшение речи, она становится медленной, иногда невнятной или тихой;
- ▶ ухудшение почерка, большие и круглые буквы становятся маленькими и угловатыми.

Постепенно присоединяются и интеллектуальные нарушения.

Симптомы Альцгеймера, которые бросаются в глаза: ухудшение кратковременной памяти; трудно рассуждать логически; трудно формулировать свои мысли; многократное повторение уже сказанного или своих вопросов; эпизоды дезориентации в пространстве, времени. Со временем происходит утрата бытовых навыков.

Обе болезни несут за собой депрессию, замкнутость, резкие перепады настроения. Есть препараты, которые способны продлить годы полноценной жизни, а это – большое облегчение для самого больного и для его семьи. Главное – начать принимать их, пока болезнь не взяла верх над человеком! Если что-то из описанных симптомов вы наблюдали у себя или близких, обратитесь к неврологу или нейропсихологу.

Набор гипертоника: продукты, которые помогают при давлении

НА ЗАМЕТКУ

aif.ru

Какие продукты стоит регулярно включать в рацион тем, у кого есть повышенное давление или предрасположенность к гипертонии?

Картофель. Вареный картофель способствует снижению давления за счет того, что в нем много калия. Калий выводит из организма воду. Благодаря этому, картофель – легкое мочегонное средство. Всемирная организация здравоохранения рекомендует взрослым людям каждый день получать 3,5 г калия. Каждый грамм калия снижает давление на 2,4 мм рт. ст. Также у людей, которые едят продукты с высоким содержанием калия, уменьшается риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Чтобы получить пользу, картофель нужно сварить в кожуре. Если вы его перед варкой почистили, то калия почти не останется. Картошку со своей дачи, которую ничем не обрабатывали, можно есть с кожурой. Желательно есть картошку без соли, так как натрий, наоборот, способствует повышению давления.

Тем, у кого, помимо гипертонии, есть сахарный диабет, картофелем лучше не злоупотреблять.

Болгарский перец. В нем также содержится немало калия, который важен для регуляции водно-солевого обмена в организме и нормальной работы мышц. Болгарский перец богат витаминами С, а также Р, который способствует

полному усвоению «аскорбинки». Такое сочетание помогает в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний, так как и повышает прочность капилляров.

Сладкий перец необязательно употреблять только в свежем виде, полезен и запеченный перец. Количество каротиноидов в нем увеличивается, это бета-каротин (провитамин А) и ликопин (пигмент, который придаёт овощу жёлтый или красный цвет). Оба – активные антиоксиданты. Достаточно съесть половинку сладкого перца в день.

Петрушка. Эта зелень также богата калием, способствует выведению жидкости из организма, уменьшению давления и отеков. Петрушка – лидер по содержанию витамина С. К тому же она – источник пищевых волокон, которые помогают организму выводить избыток холестерина. Можно использовать в салатах, горячих блюдах. Идеально ежедневно употреблять несколько веточек петрушки в каждый прием пищи.

Свёкла. Способность снижать артериальное давление у этого корнеплода обнаружили в 2008 году. Употребление 1 стакана свекольного сока в день снижало давление у пациентов с предгипертонией, когда верхнее давление – 130-140, нижнее – 85-90 мм рт. ст.. Сок делал сосуды более эластичными, тормозилось развитие гипертонии и атеросклероза.

Всё дело – в тех самых нитратах, которыми нас пугают много лет. Свёкла – лидер по их содержанию среди овощей. Нитраты в организме превращаются в оксид азота, который способен расширять сосуды, улучшать кровообращение и обеспечивать не только снижение артериального давления, но и улучшение снабжения кислородом органов.

Капризы тропического растения

КОМНАТНОЕ ЦВЕТОВОДСТВО

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

«Уже два года у меня не цветет гиппеаструм амариллис. Дайте совет по выращиванию этого красивого цветка», – с такой просьбой обратилась подписчица из Пышминского района Валентина Николаевна.

Это луковичное растение с крупным и очень красивым цветком пришло в Европу из субтропиков Южной Америки в XVI веке и к настоящему времени насчитывает более 1500 сортов.

Все не как у других. Гиппеаструм – необычное растение, не похожее на другие. К примеру, большинство цветет в теплое время года, а он – зимой. Почти все комнатные растения любят подоконники с солнечной стороны, а он предпочитает рассеянный свет. На родине растет в тени высоких тропических деревьев, поэтому его нельзя ставить под палящее солнце. Лучше спрятать горшочек с ним под какое-нибудь крупное растение, которое будет притенять его.

Так же и с подкормками. У гиппеаструма все наоборот, он первым делом цветет, а уже потом наращивает листья. Следовательно, меняется и порядок подкормок: сначала дают фосфат с калием, а с появлением листьев – азот. Лучше использовать жидкие комплексные удобрения для цветущих комнатных растений, разводя колпачок раствора в рекомендованном объеме воды.

Первую подкормку дают тогда, когда цветочная стрелка достигнет высоты 15 сантиметров, затем до середины лета подкармливать нужно не чаще, чем через 2 недели. После этого подкормки не нужны, растение готовится к периоду покоя.

Своеобразен у него и жизненный цикл: 7-8 месяцев растет, в это время у него появляются только листья, а 2-3

месяца пребывает в состоянии покоя – как правило, с ноября по январь. В середине зимы зацветает. От начала появления стрелки до цветения – примерно полтора месяца.

Полив зависит от фазы вегетации. Во время цветения поливать нужно обильно, но только в поддон, чтобы вода не попадала на луковицу во избежание загнивания. Во время вегетации, с февраля по август-сентябрь, поливать следует умеренно. Земля должна не просто просохнуть, но даже несколько дней постоять сухой. Во второй половине лета полив сократите до минимума, достаточно 1 раза в 2 недели, гиппеаструм уже начинает готовиться к покою. Если не сокращать полив, он не уйдет на покой, будет стоять круглый год с зелеными листьями, а зимой не станет цвести.

Примерно в сентябре листья начинают желтеть и засыхать. Бояться этого не следует, все закономерно. Доставать луковицу из горшка после того, как растение ушло на покой, не обязательно. Но желательно поставить горшок в прохладное место, где температура будет не выше 15 градусов. Можно, к примеру, на пол, где обычно гораздо прохладнее.

Размножение. Гиппеаструм размножается детками. Их нужно отделять обязательно, потому что при их наличии материнская луковица часто не зацветает.

Второй вариант – деление луковицы в период покоя, в ноябре-декабре. Это довольно сложный процесс, луковица делится на 4 части прямо в земле, каждая часть потом переносится в отдельный горшок.

Почему же не цветет? Чаще всего это бывает потому, что луковица либо не прошла период покоя, либо он был слишком коротким. Минимальное время для того, чтобы она «выспалась», – 6 недель. И еще одна причина – слишком большой горшок, в котором она растет. Расстояние между стенкой и луковицей должно быть не более двух сантиметров.

О соседях на грядке

СОВЕТЫ БЫВАЛОГО САДОВОДА

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

«Слышала, что грядки можно делать смешанными. Расскажите, какие овощи можно «смешивать», – с такой просьбой обратилась екатеринбурженка Лариса Федоровна Самойлова.

Действительно, среди владельцев садовых участков появилось модное веяние – делать смешанные грядки, то есть сеять вместе семена разных овощей. Это не означает, что нужно перемешивать их и сеять, как попало. Семена овощей-соседей в таком случае высеваются рядами.

Так что с чем можно совмещать на одной грядке, зачем это делается, есть ли смысл? Главная причина «смешивания» – избавление от насекомых-вредителей, которые каждый год обнаруживаются на наших «со-тках». Но они порой враждуют между собой, не хотят уступать друг другу место под солнцем и в земле. К примеру, не переносят друг друга луковая и морковная мухи, поэтому

можно смело на одной грядке сеять морковь и высаживать севок всех видов. Посев и посадки надо размещать поперек грядки. Можно вместе с морковкой сажать яровой чеснок. Эффект будет такой же.

Лук можно размещать и вместе со свеклой. Но его высаживают рядами по центру грядки, а свеклу – по краям, как она любит. Вместо свеклы можно высаживать и зимнюю редьку.

Но таким образом размещают не все овощные культуры. Не подходят все высокорослые растения – укроп, горох, бобы: они просто задавят мелких соседей. В этот список надо внести петрушку, многолетники – щавель и ревень, которые разрастаются в крупные кусты и не оставят места для низкорослых растений.

Могут участвовать в агротехническом совмещении и некоторые цветы-однолетники. Самой распространенной является календула. Основные требования к таким подселенцам – они должны быть низкорослыми и отличаться острой пахучестью для отпугивания вредителей.

Каждый землевладелец сажает культуры так, как ему привычнее и удобнее. Но и от экспериментов не следует отказываться.

Виды пакетов для мусора и их различия

А ВЫ ЗНАЛИ?

www.mirpack.ru

Полки хозяйственных отделов пестрят яркими наклейками на рулончиках популярного товара – мешков для мусора. Сложно понять, почему при одинаковых размерах они различаются по цене, порой весьма существенно.

Дело в том, что производятся эти изделия из разных видов полиэтилена – низкого (ПНД), высокого (ПВД) и среднего (ПСД) давления.

Матовые, шелестящие пакеты-мешки часто делают из ПНД, эта пленка имеет низкое растяжение и устойчива к переносу тяжестей. Материал дешёвый, но неустойчив к проколам и сразу лопается. Такие мешки большого размера, например, на 120 л, подходят только для лёгкого объёмного мусора.

Гладкие, блестящие, эластичные мусорные мешки из ПВД не боятся острых углов и режущих кромок. Этот материал применяют для изготовления строительных мешков большого объёма – 180-360 л. Они выдерживают вес до 100 кг.



При сочетании ПНД и ПВД получается смешанный материал – ПСД. Большинство мешков для мусора изготовлено из него. Кроме состава, мешки для мусора имеют другие различия:

- объём – самые популярные варианты для домашнего использования – 20 л, который подходит для ведра или офисной корзины, и 35 л – их вкладывают в бак объёмом 10 л;
- количество в упаковке – самые востребованные мешки имеют в рулоне 20-100 штук;
- толщина плёнки – для бытовых нужд хорошей считается от 7 мкм. Если на упаковке нанесена надпись «сверхпрочные», мешки сделаны из материала толщиной от 12 мкм;
- завязки или ручки – они мало кого интересуют из-за повышенной цены таких изделий по сравнению с обычными мешками;
- цвет – современные технологии позволяют выпускать яркую продукцию. Каждый покупатель найдёт для себя идеальный вариант.

Особняком стоят мешки для мусора с пометкой «биоразлагаемые». Это – прекрасный способ сохранить экологию планеты, ведь срок их распада занимает 3 года, а не 100 лет, как у обычного полиэтилена. Но в продаже их можно увидеть редко.

Цеппелины литовские

ВКУСНО ПОЕДИМ!

povar.ru

Рецепт этого сытного литовского блюда просит напечатать Надежда Семеновна Казанцева из Екатеринбурга.

Потребуется: картофель – 1,5 кг, лук репчатый – 2 шт., фарш мясной – 200-250 г, бекон – 100 г, крахмал – 1-3 ст. ложки, соль и перец черный – по вкусу.

Приготовление: сначала поставим отвариваться в мундире четвертую часть картофеля. К примеру, если у вас 12 картофелин примерно одного размера, 3 из них и нужно отварить до готовности. Когда отваренный картофель уже остыл, чистим и натираем на терке оставшийся сырой картофель.

Затем вставляем дуршлаг в миску и выкладываем в него измельченный сырой картофель. Хорошо его выжимаем, но не досуха. Не выливаем жидкость! Пусть отстоится, на дне осядет крахмал. Отжатый картофель перекладываем в миску, сразу добавляем натертую на той же терке луковицу. Лук не даст потемнеть картофелю, цеппелины будут светлыми и красивыми. Перемешиваем.

На мелкой терке натираем очищенный вареный картофель. Добавляем к сырому картофелю, туда же добавим осевший крахмал. Если будет мало, добавляем еще сухого крахмала, соли по вкусу. Перемешиваем до однородности и получаем тесто, из которого будем делать цеппелины.

Вскипятим небольшое количество воды и бросим в нее небольшой шарик из теста. Варим минуты 3-4. Если он разваливается, добавим еще немного крахмала и опять сварим новый шарик. И так – до тех пор, пока шарик из картофельного теста будет держать форму. **Приготовим начинку:** смешаем мясной фарш, добавим измельченный лук, посолим и поперчим.

Ставим на плиту большую кастрюлю с водой и начинаем лепить цеппелины. Берем часть теста, формируем лепешку. В центр выкладываем мясной фарш. Тщательно залепим края лепешки, как пирожок. Затем, слегка нажимая ладонью, прокатываем по доске, присыпанной крахмалом, формируя красивый «дирижабль». Выкладываем готовые цеппелины на доску, застеленную пищевой пленкой.

В 0,5 стакана холодной воды добавим полторы ложки крахмала и размешаем. В кастрюлю с кипящей водой добавляем соль и тонкой струйкой вливаем раствор крахмала, все время помешиваем. Получается жидкий кисель. Когда закипит, выкладываем цеппелины. Варим минут 20 после закипания. Не следует варить цеппелины на сильном огне!

Займемся подливой. Нарезаем бекон и луковицу. Обжарим бекон до легкого подрумянивания, добавим лук. Жарим до золотистого цвета лука. Солим по вкусу. В конце можно добавить сливки или сметану.

Аккуратно достаём готовые цеппелины. Раскладываем по тарелкам и поливаем подливой из бекона с луком.

«ХВАТИТ СИДЕТЬ НА ДИЕТЕ!»

МУДРОСТЬ ЖИЗНИ

«ВКонтакте»/Многомерность сознания

Восток – мировой кладезь мудрости. Мы всегда уважали Японию и ее жителей, но японский врач Шигеаки Хинохара просто поражает. Он прожил 105 счастливых лет и работал в клинике до последнего дня. Его рекомендации для счастливой жизни наполнены легкостью, простотой и безграничным милосердием. Читайте советы для жизни от доктора Хинохары, восхищайтесь и учитесь.

Веселись! Ощущение радости приносит больше пользы, чем сон и еда. Вот как пишет об этом доктор Хинохара: «Человек получает энергию не из еды или сна, а из веселья. Помните, как в детстве, если нам было весело, мы забывали поесть и сон нам был не нужен? У взрослых – то же самое. Не стоит изнурять тело излишне жестким распорядком приемов пищи или сна».

Питайся правильно! Секрет долголетия японца – в умеренном потреблении пищи. Чашка кофе с утра, молоко или апельсиновый сок – вот и весь завтрак. Обед можно пропустить или сделать

минимальным. Если ты занят полезным делом, еда тебе не нужна. На ужин лучше овощи, рыба с рисом. Употребление мяса нужно ограничить, дважды в неделю по 100 г вполне достаточно.

Планируй наперед. Заполняй блокнот планами на будущее. Мысли материальны: когда думаешь о будущем, нет времени оглядываться в прошлое и печалиться над проблемами.

Распространяй знания. Хинохара проводил минимум 150 лекций в год. Длительность каждой – до полутора часов, всё это время он проводил стоя.

Нужно больше читать, найдя свою книгу для вдохновения. Пусть она поможет определить цель в жизни.

Врачи не могут вылечить всё! «Когда врач рекомендует вам сдать какие-то анализы или сделать операцию, спросите его, стал бы он советовать то же самое своим детям, жене или другим родственникам?» Коммерческая медицина перестала быть панацеей. Зачем человеку лишние страдания, если она не может его вылечить? Иногда любимая музыка или животные помогают лучше, чем опытные врачи. Болезни тесно связаны с человеческой душой. Все люди разные, подход к лечению должен быть индивидуальным.

Не жалея себя! Физические нагрузки не обязательно выполнять в спортзале. Пешие прогулки, велосипед, лестница вместо лифта – это намного лучше, чем ничего. Диван – злейший враг, отдыхать нужно активно. В 105 лет Хинохара перешагивал сразу две ступеньки, заставляя мышцы работать.

Боль – не приговор! В современных больницах должно быть больше веселья. Художественная терапия помогает лучше лекарств. Переключив внимание с боли на что-то интересное, сразу забудешь о ней.

Переоцени ценности. В погоне за материальным обогащением человек забывает о главном – любви, заботе, милосердии. Слова мудреца по этому поводу: «Помните: никто не знает, когда пробьет его час. С собой всё это не унесешь».

Найди учителя. Нет ничего стыдного в том, чтобы найти себе образец для подражания. Всеми силами старайся превзойти его. Героем для Хинохары был его отец, позже он вдохновлялся другими личностями: «Когда я оказываюсь в трудном положении, я стараюсь представить себе, что бы они сделали на моем месте».

Жить долго – это прекрасно! Наслаждайся жизнью каждую минуту, каждое мгновение. Пусть новый день будет лучше предыдущего. Помни о других, помогай всем по мере возможностей. Не нужно требовать ничего взамен. То, что ты жив, и есть наивысшая плата.

С непривычки выполнять секреты долгой и счастливой жизни непросто. Но в этом – вся суть счастливой жизни.

«И В МОЕМ ЗАВЕДЕНИИ
ЛЮБОВЬ ЗАЦВЕЛА...»

ГРАНИ ЖИЗНИ

Надежда Кочева

В «Пенсионере» №16 от 17 апреля были напечатаны заметки хозяйки рюмочной. Судя по откликам читателей, «картинки с натуры» многим показались любопытными. Печатаем продолжение. На этот раз речь пойдет о любви.

Весна! Пора любви. И у нас она зацвела, затопила все вокруг, как вешние воды. Конечно, с поправкой на специфику нашего заведения. Она присутствует, никуда ее не спрячешь. Я – хозяйка рюмочной, своих клиентов, несмотря на всякие безобразия, ими творимые, на разные их жизненные обстоятельства, уважаю.

Мои клиенты – разные. Есть и успешные люди, есть и совсем опустившиеся. Глубоко пьющие люди, как правило, очень несчастные. Но в силу своих предпочтений попадают в глупые, комичные ситуации практически каждый день. Какая же насыщенная личная жизнь у моих пьющих завсегдатаев! Как богат их внутренний мир, какими душевными качествами они обладают! Добрые, всепрощающие, всегда готовые поделиться с ближним самым дорогим.

Ходит ко мне влюбленная парочка. Он работает на заводе, в каком только виде я его не видела, «набирается» с завидной регулярностью. С ним в одной смене трудится бабешка, симпатичная, но пьет больше мужиков. Вспыхнула между ними искра любви. Баба на спор перепила мужика, и он понял, что это – женщина его мечты.

Стали они встречаться в рюмочной, целоваться, обниматься. Он ждал ее после смены, покупал выпивку, они напивались вдрызг и миловались. Любились они весну, лето, любили осень, выпал снег, а любовь все не проходит. Прихожу я однажды в заведение, они, как обычно, целуются. Кавалер за стол держится, чтобы не упасть, дама за него цепляется. Я хмыкнула: ну что подделаешь – любовь, и пошла своими делами заниматься. Через полчаса вдруг – крик, ругань, грохот упавшего стола и звуки ударов кулаками. Баба – под столом, мужик на подоконнике валяется, фингалы разливаются на оба глаза. Рядом стоит ещё один мужик – тоже наш постоянный клиент – и визжит: «Как вы могли так со мной поступить? Как ты мог, как ты могла? Ещё и пьете без меня! Марш домой!» Короче, муж! Оказывается, у этой дамы и муж есть!

Он покинул «веселое» общество. Баба резко протрезвела и потребовала у кавалера разобраться с рононосцем. Мужик



же становится все более невменяемым, ему на ногах бы устоять. Говорит: «Вали к нему, мне не жалко!» Увы, не устояла любовь под натиском грубой силы. Побежала баба к мужу. А мужик постоял да спать лег. Прямо на подоконник. Какая все же у моих клиентов бурная, насыщенная жизнь!

Отдельная тема – отношения между клиентами и моими девицами-буфетчицами. Есть у меня продавец Наталья, женщина пышная, почти 50 лет. По ней вздыхает Кузя, лет 55. Разведен, ухаживает за лежащей тещей! Не знаю, куда делась дочка упомянутой тещи – бывшая Кузина жена. Но он тещу не бросил, ухаживает, памперсы покупает.

Влюбился Кузя в Наталью, ходит в ее смены в рюмочную, как на работу. Причем, Наталья повода не даёт, у нее по жизни – все в порядке. А он ей шарики воздушные носит, цветы покупает. Пьет, конечно, но это – от неразделённой любви. Жалко...

Есть и положительный пример. Работала у меня худенькая, ухоженная Оленька. Возраст – к 40 годам, взрослый сын, одинокая. Чистюля из чистюль, я таких в жизни не видела. Был у Оленьки секрет. Заходил к нам после смены на заводе Антон, мужик положительный во всех смыслах. Выпивал чуть-чуть, чисто символически, за компанию. Приятной внешности, вдовец, дети взрослые и самостоятельные.

И положил Антон взгляд на Оленьку. Оленька ему рада. Но помним, что у Оленьки есть секрет. Она злится, все мрачнее становится. Я понять не могу, что случилось? А потом запила Оленька. Запойная она: пять недель работает, две пьет. И в больницу клали, и душевспасительные беседы вели. Пьет, зараза! Дома запирается и даёт волю пагубной страсти.

А что Антон? Не бросил он Оленьку, борется за нее. У меня руки опустились, уволила я ее. А он все бьётся, алкоголь отбирает, на работу ее водит. Бывает и такая любовь!

СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ

«Берега...»

Жительница поселка Рефтинский, труженик тыла Нина Геннадьевна просит напечатать слова ее любимого романа.

Музыка Владимира Засухина,
слова Юрия Рыбчинского

Берега, берега, берег этот и тот,
Между ними река моей жизни...
Между ними река моей жизни течет,
От рожденья течет и до тризны.
Там, за быстрой рекой, что течет по судьбе,
Свое сердце навек я оставил.
Свое сердце навек я оставил тебе
Там, куда не найти переправы.

Припев:

А на том берегу – забудки цветут,
А на том берегу – звезд весенний салют,
А на том берегу мой костер не погас,
А на том берегу было все в первый раз.
В первый раз я любил и от счастья был глуп,
В первый раз пригубил дикий мед твоих губ,
А на том берегу, там, на том берегу,
Было то, что забыть никогда не смогу.
Там, за быстрой рекой, где черемухи дым,
Там я – в мае с тобой, здесь я маюсь.
Там я – в мае с тобой, здесь я – в мае один,
И другую найти не пытаюсь.

6+ НАШ САЙТ: газетapенсионер.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. Маршала Жукова, 10. Телефон: (343) 377-00-47. Отдел рекламы: 377-00-50. E-mail: ps@mediakrug.ru www.gazetapенсионер.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 – 16.00, 23.04.2024 г. Дата производства 27.04.2024 г. Выход в свет 01.05.2024 г. Тираж 14 000 экз. Заказ 5680.

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. (343) 377-00-47

Отдел рекламы: (343) 377-00-50 (57)

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

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР»
по QR-коду

