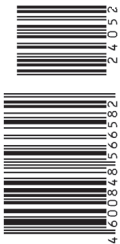


**ТВ**  
ПРОГРАММА  
с 30 декабря  
по 5 января



# Благополучия в наступающем году!

# ПЕНСИОНЕР

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ № 52 (1230)  
25 декабря 2024 г.



Пусть кругом всё поёт,  
И цветут в улыбках лица,  
Ведь на то и Новый год,  
Чтобы петь и веселиться!  
Из х/ф  
«Карнавальная ночь»

## ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ! УВАЖАЕМЫЕ ВETERАНЫ!



Приближается самый добрый, радостный и любимый праздник – Новый год! Он несет в себе ожидание чуда, объединяет людей, собирает родных и близких за семейным столом!

Уходящий год напомнил всем нам, как важно быть вместе и в дни триумфа, и в пору испытаний. И хотя время стремительно меняет этот мир, есть ценности и традиции, которые неизменны. Прежде всего, почитание и уважение представителей старшего поколения – наших ветеранов и пенсионеров. Я высоко ценю каждую встречу с вами. Ваши советы, ваша житейская мудрость позволяют нам смотреть в будущее с оптимизмом, встречать каждый новый год с радостью и надеждой.

От всего сердца поздравляю вас с наступающим Новым 2025 годом! Верю, что в новом году воплотятся в жизнь все ваши добрые замыслы, а в ваших домах навсегда воцарятся благополучие, взаимопонимание, любовь!

Желаю вам и вашим родным и близким крепкого здоровья, счастья и долгих лет жизни!

Искренне ваш,  
Лев Игоревич Ковчак,  
депутат Государственной Думы

## МЫ ГОВОРИМ ВАМ «ДО СВИДАНИЯ!». РАССТАВАНЬЕ – НЕ ДЛЯ НАС



**До нового 2025 года – Года Зеленой змеи – остаются считанные дни. Для каждого год уходящий выдался своим: кому-то он принес удачу, кому-то запомнится хлопотами, заботами. И все же он был в нашей судьбе. Постараемся запомнить его только по светлым, добрым событиям.**

Одним из них стал наш с вами, друзья, постоянный диалог на протяжении всех 12 месяцев. Каждую неделю к вам приходил свежий номер «Пенсионера», в котором все мы, работники редакции, старались и писать, и оформлять газетные страницы так, чтобы сразу было понятно: в ваш дом заглянул долгожданный друг. А у друзей, как известно, секретов нет.

Мы честно писали о том, что газета переживает непростые времена. Вы в ответ адресовали любимому изданию слова поддержки. Спасибо всем, кто остался верен «Пенсионеру», несмотря на рост подписной цены, не всегда своевременную почтовую доставку и прочие преграды на пути газеты к читателям. Значит, мы не расстанемся

навсегда, а лишь набираемся сил для дальнейшего совместного творческого пути. И передышка эта будет очень короткой, ведь уже на следующей неделе к подписчикам 1-го полугодия 2025 года вновь придет долгожданный друг – свежий «Пенсионер». А если кто-то по той или иной причине не успел или забыл подписаться с января 2025-го, не волнуйтесь – вы можете оформить подписку с февраля.

Впереди у нас с вами немало интересного. Наступающий 2025 год для многих читателей – знаковый, прежде всего, потому, что это – год 80-летия Победы в Великой Отечественной войне. Знаем, насколько эта тема волнительна для многих друзей газеты, особенно тех, кто относится к поколению «детей войны». Редакционный «портфель» уже полнится письмами и воспоминаниями уральцев, на детские годы которых выпали тяжелейшие испытания военной поры. Именно поэтому друзья «Пенсионера» с особенной остротой воспринимают все, что происходит сейчас в мире. Поверьте, друзья, ни одно из ваших сообщений, посвященных «военной» теме, не останется без внимания.

И все же, какими бы непростыми событиями ни были наполнены наши будни, верим в лучшее! В то, что наступающий год принесет долгожданный мир, спокойствие в сердца людей. Мы ждем от 2025-го только хороших новостей, рассказов о замечательных людях, которые окружают вас, об интересных акциях, участниках которых вы станете. Порадуемся вместе с вами успехам ваших детей и внуков, обсудим любимые книги и фильмы. И о предстоящем обильном урожае с заветных «соток» сообщать позаботимся – как же без этого?! Да мало ли тем для беседы у давних друзей!

Пусть наступающий год оправдает все ваши надежды. Пусть радостных дней в нем будет больше, чем в году уходящем. Пусть здоровье ваше не дает поводов для чрезмерного беспокойства. Пусть каждый новый день будет светлым, добрым, наполненным радостным ожиданием встречи с верным и надежным другом – «Пенсионером». А мы вас не подведем!

До новых встреч, друзья!

Наталья Березнякова,  
главный редактор

# К РАБОТЕ В ПРАЗДНИКИ ГОТОВЫ!

**Все энергокомпании и предприятия коммунального комплекса Свердловской области переведены на усиленный режим работы на период новогодних и рождественских каникул.**

Проведена проверка готовности ремонтных бригад и спецтехники к выполнению аварийно-восстановительных работ, пополнены аварийные запасы горюче-смазочных материалов и оборудования, необходимого для устранения технологических нарушений.

Руководителям организаций жи-



лично-коммунального комплекса направлены требования приостановить на период с 30 декабря по 8 января все виды ремонтных работ, которые могут повлечь отключение от систем жизнеобеспечения потребителей. Также им указано на необходимость незамедлительно восстановить газоснабжение, теплоснабжение и электроснабжение ранее отключенных потребителей.

В период новогодних и рождественских праздников будет усилена работа региональных операторов по обращению с твердыми коммунальными отходами. В резерве у регио-

наторов находятся дополнительные единицы техники – мусоровозы и машины для вывоза крупногабаритных отходов. Региональное министерство энергетики и ЖКХ совместно с администрациями муниципальных образований будет в ежедневном режиме вести мониторинг контейнерных площадок для своевременного вывоза ТКО. Также организован оперативный обмен информацией с территориальным центром мониторинга и реагирования на чрезвычайные ситуации в Свердловской области по произошедшим авариям и инцидентам в сфере ЖКХ.

Департамент информполитики

## ПОМНИТЕ ОБ АКТИВИЗАЦИИ МОШЕННИКОВ НАКАНУНЕ НОВОГО ГОДА!

**Накануне новогодних длительных каникул сотрудники ФСБ и полиции Свердловской области обращаются к жителям региона с просьбой проявлять особую бдительность и осторожность, когда по телефону звонят неизвестные, представляясь работниками Федеральной службы безопасности или иных государственных ведомств.**

В этот период различного рода аферисты, пользуясь праздничной суетой, активизируют свою противоправную деятельность. Оперативные сводки уже пестрят сообщениями от доверчивых пострадавших уральцев, добровольно жертвовавших злоумышленникам многомиллионные суммы личных сбережений.

Криминальные колл-центры постоянно совершенствуют формы обмана людей. Человеку, к примеру, могут позвонить якобы из «госуслуг», «Росфинмониторинга», «Центробанка», «налоговых органов» и ошарашить сообщением о том, что взломан личный кабинет, что деньги со счета будто бы кто-то перевел на финансирование вооруженных формирований. Затем к разговору с будущей жертвой подключается «липовый» чекист или следователь, который обязательно предупреждает о необходимости соблюдения конфиденциальности, так как проводится «специоперация по изобличению аферистов».

Звонки могут быть, на первый взгляд, весьма актуальными для абонента. Одним предлагают востребованные

медицинские услуги, другим – смену тарифа телефонной связи, третьим – различные компенсации или выгодные финансовые предложения. Диалог с «доброжелателем» всегда заканчивается просьбой предоставить цифровые сведения из смс или банковской карты. Продиктовав их, люди вскоре обнаруживают пропажу своих средств. Мошенники также любят представляться Социальным фондом, медучреждениями, операторами сотовой связи и другими важными службами.

ФСБ и МВД напоминают: сотрудники правоохранительных ведомств никогда не запрашивают информацию о состоянии банковских счетов, не требуют проводить операции по переводу денег, не просят называть номер карты и цифры на обратной её стороне, тем более – никогда не задействуют граждан в расследовании уголовных дел по телефону.

Настоятельно просим соблюдать бдительность и помнить основные правила безопасности: игнорировать входящие звонки с незнакомых номеров, не доверяя информации о каких-либо действиях по вашей карте, полученной в телефонном разговоре, не сообщать персональные данные незнакомцам. Только соблюдение этих простых правил позволит снизить вероятность стать жертвой мошенников. Если столкнулись с подобными или похожими мошенническими схемами, немедленно обратитесь по экстренным номерам: 02 или 112.

**Валерий Горелых,**  
пресс-секретарь Свердловского  
главка МВД России

## КАК ВЫРАСТЕТ РАЗМЕР ПЕНСИИ РАБОТАЮЩИХ ПЕНСИОНЕРОВ

**Начиная со следующего года Социальный фонд России начнет индексировать размер пенсий работающим пенсионерам. Повышение будет обеспечено всем получателям пенсий, независимо от наличия у них оплачиваемой работы.**

Однако рост выплат будет разным у тех, кто продолжает трудиться, и у тех, кто уже уволился. Согласно изменениям, подписанным Президентом, пенсии работающих пенсионеров теперь подлежат индексации наравне с выплатами неработающих. До настоящего времени получить индексацию пенсионер мог только после увольнения. Теперь все пенсии Соцфонд будет индексировать независимо от выполнения трудовой деятельности.

Особенность механизма повышения заключается в том, что индексацию применяют не к выплачиваемой пенсии, а к ее установленному размеру, который учитывает все индексации за периоды трудовой деятельности. Такой вариант предусмотрен для того, чтобы пенсионеры смогли получить более существенную прибавку в результате индексации. Уровень индексации будет считаться не от той суммы, которую работающий пенсионер получает сейчас, а от той, которую он мог бы получать, если бы был неработающим пенсионером. Таким образом, работающий пенсионер получит индексацию с учетом всех пропущенных за время работы повышений, но сама пенсия будет выплачиваться с учетом индекса за 2025 год.

Когда пенсионер уволится, в дополнение к прибавке по индексации за 2025 год он получит повышение пенсии, размер которой рассчитают с учетом всех пропущенных индексаций за время его работы. Поэтому максимальное увеличение в январе ожидает тех пенсионеров, которые ранее уволились с работы. Иными словами, повышение выплат гарантировано всем, но оставившие трудовую деятельность получат еще и прибавку в связи с прекращением трудовой деятельности.

Индексация с нового года планируется на уровне 7,3%. Однако Правительство РФ сохранило за собой право дополнительно увеличить пенсии в случае, если рост цен по итогам года окажется выше указанного коэффициента.

Возобновление индексации для работающих пенсионеров затрагивает страховую пенсию и распространяется на все ее виды, включая пенсии по инвалидности и по потере кормильца. Другие пенсионные выплаты и социальные пособия работающим пенсионерам продолжают индексироваться в следующем году так же, как и раньше. Это относится к таким видам обеспечения, как государственные и социальные пенсии, накопительная пенсия и ежемесячная денежная выплата, которая является одной из самых распространенных социальных льгот для пенсионеров. Все перечисленные выплаты не переставали индексироваться работающим пенсионерам в прошлые годы.

Социальный фонд России

### О погоде в новогоднюю ночь

В Свердловской области ожидается теплая и бесснежная новогодняя ночь. Об этом заявила главный синоптик региона Галина Шепоренко.

«Погоду Свердловской области определит дальняя периферия арктического циклона, поэтому на юге области и в Екатеринбурге осадки маловероятны, на севере области – небольшие снег. Ветер западный, 3-8 м/с, температура воздуха ночью – 5-10 градусов ниже нуля, днем 1 января – 3-6 градусов мороза», – сообщила Г. Шепоренко.

По данным синоптиков, январь на Среднем Урале будет близким по показателям к климатической норме. Норма средней месячной температуры: -14, -16 градусов, на крайнем севере области: -17, -19.

Информагентство ЕАН

### График работы почтовых отделений в новогодние праздники

Как сообщили в пресс-службе «Почты России», в праздничные дни почтовое ведомство перейдет на специальный график работы.

Так, **31 декабря, 1 и 7 января** будут выходными днями для всех почтовых отделений. В остальные дни «Почта России» будет обслуживать клиентов и предоставлять все почтовые и финансовые услуги. Но предварительно нужно уточнять график работы своего отделения.

Напомним, что новогодние каникулы продлятся 11 дней – с 29 декабря по 8 января включительно. Первая рабочая неделя в новом году будет короткой, так как начнется с четверга, 9 января.

www.dvnovosti.ru

# БЕЗОПАСНЫЙ НОВЫЙ ГОД, ИЛИ КАК В ПРАЗДНИКИ ИЗБЕЖАТЬ НЕПРИЯТНОСТЕЙ

Елена Зинковская  
Фото из открытых источников

**Впереди – пора долгожданных каникул. В такие дни люди, расслабившись, не всегда помнят об осторожности, поэтому во время длинных выходных возрастает число происшествий. Противостоять этой печальной статистике несложно: нужно лишь придерживаться простых советов, которые помогут избежать пожара, травматизма.**

## МЧС во всеоружии

Заместитель главного государственного инспектора Свердловской области по пожарному надзору Сергей Махнев перечислил наиболее частые причины пожаров и призвал свердловчан к соблюдению требований пожарной безопасности во время новогодних праздников.

На территории Свердловской области наблюдается значительное снижение техногенных пожаров. Так, в 2023 году насчитывалось более 8200 пожаров, а за истекший период 2024

горючие материалы, устанавливают непроектные перегородки, отсекая возможность работы системы дымоудаления.

Как отмечают специалисты противопожарной службы, жилые дома не старше 10 лет оборудованы системой противопожарной защиты, но ее нужно содержать в исправном состоянии. В жилфонде, который создавался в 1970-80 годах, ситуация сложнее, там отсутствуют система дымоудаления, пожарные извещатели, часто в неудовлетворительном состоянии находится и внутренний противопожарный водопровод.

С 29 декабря по 8 января ГУ МЧС России по Свердловской области начнет работать в усиленном режиме. В рамках профилактической операции «Новый год» сотрудники ведомства будут дежурить в местах проведения массовых мероприятий с большим скоплением людей: детских учреждениях, ДК, храмах, уделяя основное внимание состоянию путей эвакуации, первичных средств пожаротушения, украшению зданий гирляндами.

– Особое внимание в рамках этой операции обращаем на хранение и реализацию пиротехники, – отметил



**СЕРГЕЙ МАХНЕВ**  
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ГЛАВНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ИНСПЕКТОРА  
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ПОЖАРНОМУ НАДЗОРУ

оборудования. Не оставляйте без присмотра отопительные приборы. Если почувствовали запах плавящейся проводки либо дыма, обесточьте их. При начальной стадии пожара очень эффективно применение огнетушителей.

В случае возникновения чрезвычайной ситуации звоните на единый телефон спасения: 112 либо 101.

## Энергетики переходят на усиленный режим

Еще одна причина несчастных случаев и пожаров в новогодние праздники – электричество. В это время многократно возрастает нагрузка на электросети: отопительные приборы, гирлянды, использование энергоемкой кухонной техники при грандиозной подготовке к новому году могут приводить к скачкам напряжения.

Директор Свердловского филиала «Россети Урал» Алексей Смушкин рассказал, что электросетевая компания выполнила все мероприятия программы технического обслуживания и ремонтов. Общий объем средств, направленный на эти цели в Свердловской области, составил более трех млрд рублей. В дни праздников Свердловский филиал «Россети Урал» будет работать в усиленном режиме. С 28 декабря по 9 января круглосуточно будут находиться на дежурстве и руководящий персонал, и ремонтные бригады. В полную готовность приведены резервные источники электроснабжения, которые при необходимости могут быть задействованы для электроснабжения котельных и социально значимых объектов.

В новогодние каникулы энергетики прогнозируют увеличение нагрузок по бытовому сектору на 20%. Особенно это характерно для тех территорий, где все системы жизнеобеспечения домов обеспечены только электричеством. Директор Свердловского филиала «Россети Урал» призвал жителей соблюдать элементарные правила без-

опасности при обращении с электроприборами и нахождении вблизи электроустановок, а жителей индивидуальных домов призвал проверить готовность собственных электросетей к повышенным нагрузкам, предусмотреть для автономных систем отопления резервные источники питания, подключенные в строгом соответствии с требованиями правил эксплуатации электроустановок.

– Новогодняя ночь будет сопровождаться использованием большого количества электроприборов – гирлянд, бытовой техники, а в случае поездки за город – и мощные электрообогреватели. Электрические сети рассчитаны на определенную нагрузку, ее значительное превышение способствует возникновению аварийных ситуаций и чревато не только массовыми отключениями, но и реальной угрозой возникновения пожара из-за перегрева проводки, пробое изоляции и коротких замыканий, – подчеркнул Алексей Смушкин.

Ни в коем случае нельзя запускать пиротехнику под линиями электропередачи и вблизи опор – это представляет угрозу и для жизни человека, и для оборудования, обеспечивающего электроснабжение потребителей. В случае появления вблизи объектов сетевого комплекса подозрительных лиц просьба сообщить об этом в правоохранительные органы, а также по единому номеру Центра поддержки клиентов компании: 8 (800) 220-02-20 (звонок бесплатный).

По этому же телефону можно обращаться, если у вас прекратилось электроснабжение. Он работает по всей территории Свердловской области. Для звонка с мобильных устройств существует короткий номер: 220.

Помните, что выполнение этих элементарных правил поможет вам хорошо провести праздники. Пусть ваш Новый год будет только радостным и безопасным!

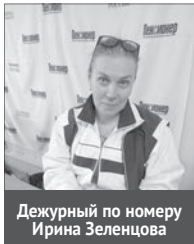


года – чуть более 6300, также на 7% снизилось число погибших при пожарах людей – с 229 человек в 2023 году до 219 – в 2024-м; на 18% стало меньше и полученных при пожаре травм.

Треть пожаров происходит в жилом фонде – как в многоквартирных, так и в 1-квартирных домах. Их основная причина – неосторожное обращение с огнем, различные повреждения электропроводки. В частном секторе самая распространенная причина – нарушение эксплуатации печного оборудования: отсутствие припопечных печей, побелки, очистки поверхности печей от пыли и других горючих отложений. В многоквартирных домах люди захламывают пути эвакуации, лоджии и балконы, в подвалах хранят различные

С. Махнев. – На учете находятся порядка 250 стационарных точек реализации и хранения такой продукции. Торговля пиротехникой не должна проходить на первых этажах жилых домов, при отсутствии инструкции и сопроводительной документации. Такие товары запрещено продавать лицам младше 16 лет. Как показала практика, с конца декабря и до окончания новогодних праздников стихийно возникают временные точки реализации пиротехники. Они – на особом контроле. Мы проверяем качество продукции, соответствие сертификатов, срок годности, соблюдение требований пожарной безопасности при ее хранении и реализации.

**Важно!** В праздничные дни следите за исправным состоянием газового



Дежурный по номеру  
Ирина Зеленцова

# ВНОВЬ ГРЯДЕТ НОВЫЙ ГОД!

Мы называем этот праздник главным, зимним, любимым с детства, переходом к новой жизни, воплощением волшебства и светлых надежд... Интересно, как встречают праздник читатели нашей газеты?

## На мгновения – в детство

Как ценны яркие, счастливые воспоминания, которые всегда с нами. От них разливается волной нежность, на глаза навертываются слезы. Появляются паузы в словах, словно вы на мгновение очутились в далеком детстве.

**Алексей Степанович Тимошенко** из Кушвы рассказывает: «Мама с папой перед празднованием Нового года нас, детей, отправляли или в магазин, или погулять, или поведать и поздравить бабушку с дедушкой. Сейчас понимаю, что им нужно было время, чтобы разложить нам подарки. Вокруг елки делали маленькие «норки» из ваты, еловых веточек, бумаги и прятали туда вкусности, сюрпризы. А мы, вернувшись домой, искали их. Доставали мандаринку, большую конфету, пряник, игрушку. А родители хвалили. Как давно это было... Сейчас праздник проходит обыденно. Настроение не то. Но газету – с наступающим праздником! Редко какая редакция разговаривает с читателями, принимает звонки, поднимает интересные темы для обсуждения. Спасибо, что поддерживаете нас!»

**Владимир Александрович Чащин** из Асбеста вспоминает: «Мы в детстве друг друга поздравляли, угощали незамысловатыми подарками – печеньем, пряничком, конфетами. Катались на санях, лыжах, костер разжигали, картошку пекли, песни пели, обнимали друг друга, смеялись! Радовались новой прочитанной книге, пятеркам в дневнике, обновкам, какие нам купят, или шарфик с варежками мама с бабушкой свяжут. Кормушки делали для птиц. Да-да, кормушки – это важно. Сначала учишься кормить птичек, потом думаешь о кошках и собаках. А потом начинаешь заботиться о семье. И, знаете, радость была другая. Не та, что сейчас. Тогда радость была искренняя, настоящая, глубокая, с чистой совестью. Нельзя вернуть того времени, дорогих людей, но они с нами – в памяти, в сердце. Можно и нужно научить внуков этим чувствам, настроениям и ощущению важности человеческого внимания, взаимопомощи, общей радости».

## Вокруг зеленой красавицы

Наш постоянный собеседник **Сергей Леонидович Мелкозеров** из Верхней Туры тоже не остался в стороне от новогодней темы: «У нас – частный дом, елка за окном растет. Наряжаем ее, радуемся празднику на свежем воздухе. Встречи Нового года самые яркие – в детстве. Школьные праздники были хорошие. Родителям на предприятии подарки выдавали для детей. Отличные подарки! Почти все конфеты – шоколадные, крупное красное яблоко, апельсин, шоколадная фигурка в яркой обертке, шоколадка. Вкусно! А сейчас покупаем подарок, деньги платим больше, а там – карамель и ириски. Запомнилась в детстве новогодняя поездка к родственникам. Поехали из Кушвы в Алапаевск. Поезд шел со всеми остановками аж полтора дня! Обрато возвращались с гостинцами: орехи, лимонад, мандарины. Лимонад и мандарины – на новогодний стол, а орехи в фольге мама хотела на елку повесить. За полтора дня я всего попробовал так, что орехи те до сих пор вспоминаю.

Газету поздравляю с Новым годом! Она несет позитив, воодушевляет, радует интересными публикациями. Спасибо!».

**Валентина Ивановна** из Екатеринбургa вспоминает о том, какие в ее дет-

стве были морозные и снежные зимы. «Совсем не то, что сейчас, – говорит она. – Снега, бывало, навалит столько, что мы через забор тропинки прокладывали и ходили. Высокие сугробы убрать не было никакой возможности. Сейчас с дедом отмечаем праздник традиционно: обильный стол, речь Президента, бой курантов, телевизор. Но часто вспоминаю новогодние школьные праздники. Наша учительница сама шила нам костюмы, ведь многие семьи были бедными. Однажды я на празднике в спектакле была бабочкой. Какой яркий и красивый костюм из марли шила мне учительница! Мы веселились, водили хоровод. Ель ставили – настоящую лесную красавицу! На ней не было дорогих игрушек. Вешали флажки, конфеты в ярких обертках, орехи в фольге, свечи зажигали. Царили атмосфера праздничной суматохи, конфетно-пряничный и еловый аромат. У классного руководителя получилось создать в кабинете сказочное царство. А в Деда Мороза переоделись директор школы. Но мы все равно его узнали! Это забываемо!»

Хочу поздравить с наступающим новогодним праздником редакцию газеты. Благодарю за интересные публикации. Спасибо за ваш труд!»

## «Вернись с ответом!»

Одной из новогодних традиций стало дарение поздравительных открыток. Вот что говорит **Людмила Ивановна Симонова** из Новоуральска: «Вспоминаю нашу с мужем семейную традицию. Всех друзей и родственников поздравляли красивыми новогодними открытками. И ждали ответа. Открытка, написанная собственноручно, особенно приятна. Это – показатель равнодушия: человек

думал о нас, радовался или переживал за успехи и неудачи. Муж обязательно выбирал открытки с Дедом Морозом и Снегурочкой. Супруга нет со мной уже более 30 лет, а некоторые открытки тех лет хранятся дома. Сейчас я встречаю праздник со своим коллективом. Будет традиционный концерт с участием детей. Обязательно Дед Мороз и Снегурочка поздравят гостей. Будут пироги и горячий чай!»

## А вот и любимые персонажи

Деда Мороз и Снегурочка – родом из детства, новогодние торжества памяты многим нашим читателям.

**Валентина Аркадьевна Филякина** из села Быньги Невьянского района говорит: «За отличную учебу и примерное поведение меня и еще нескольких учеников нашей школы отправили в Москву на праздничную елку. Это был 1966 год. Ах, какая радость! Целое событие в моей жизни! Я, ученица 6-го класса, еду в столицу страны! Папа выдал мне 5 рублей и сказал, чтобы я купила себе чего-нибудь, и обязательно – цветы Марку Бернесу. Наша семья очень любила этого актера и его песни. С каким благоговением мы ступали по Красной площади, слушали бой Кремлевских курантов, побывали на новогодней елке! К сожалению, цветы я Бернесу не купила. Зато привезла домой такие яркие среди белоснежной зимы апельсины и мандарины. Пусть родные попробуют, какие они вкусные! Папа меня похвалил. Поездка была бесплатная. Спасибо директору школы Алексею Ивановичу Данилову. Нашего учителя пения Евгения Ивановича Винника я тоже вспоминаю часто. Как он играл на балалайке и пел «Эх, дороги!» Фронтвик, инвалид войны. Какие замечательные люди нас воспитывали! Нет уже ни школы, ни любимых педагогов, а благодарность

в сердце и воспоминания об этой поездке всегда со мной. Газету – с наступающим Новым годом! Здоровья и радости в вашей семье!».

**София Дмитриевна Левшина** из поселка Половинный возле Верхнего Тагила сообщила: «Нас у родителей было 8 детей. Новый год всегда справляли вместе с друзьями. Папа приносил большую пушистую елку. Всей семьей наряжали ее. Мама с бабушкой пекли пироги, стряпали пельмени. Их укладывали рядами на досочках и выносили на мороз. С мороза из сеней принесешь эти пельмешки, а они красивые, в морозном куржаке и снежинках! И звонкие какие! Мама в кастрюлю бросает, а они как бы звенят. На празднование приходили соседи, было много детей. Соседи наряжались Дедом Морозом и Снегурочкой. Было весело и интересно. Люблю к людям у меня из детства. Помогаю всем, чем могу. Много лет возглавляла клуб ветеранов. Однажды накануне праздника сложилась безвыходная ситуация: Дед Мороз есть, а Снегурочки нет! Несмотря на солидный возраст, пришлось быть Снегурочкой! С ролью справилась. Стараюсь быть активной. Сама себя с утра мотивирую. Нынче вместо дорогой елочки поставлю в вазу букет сосновых веток. Дом наполнится свежестью и чудесным ароматом».

## В наши дни

Новый год – любимый праздник всех людей. С ним все связывают свои надежды и желания, он не носит никакой идеологической нагрузки. Он просто добрый, веселый, радостный и такой нужный для всех нас. Будем соблюдать традиции, радовать себя, вдохновлять и поддерживать близких.

И вновь слово **Владимиру Александровичу Чащину** из Асбеста: «Хоть это – семейный праздник, мы с супругой выделяем время для друзей – дорогих нам людей, с кем ранее работали вместе, с кем дружим сегодня. Стряпаем сообща пельмени, вкусные

пирожки с разными начинками. Хочется поговорить, вспомнить прежние годы, воодушевить и поддержать кого-то».

**Валентина Аркадьевна Филякина**, село Быньги: «Сейчас встречаем новогодний праздник традиционно. Подводим итоги года: что сделано за прошедшее время, что еще предстоит сделать. Обязательно ходим в церковь помолиться о благополучии родных и близких. Дети с внуками приглашают к себе на застолье. Собираться всем вместе за одним столом так приятно!»

## СТАТИСТИКА

Дежурному поступило **10** звонков

из Невьянского, Пышминского района, поселка Половинный, Асбеста, Верхней Туры, Кушвы, Новоуральска, Екатеринбургa.

ПЕРВЫЙ

- 06.00. ПОДОК. 12.00 НОВОСТИ
06.10 ПОДАРОК ЛАБ 16+
06.30 Х/Ф "ВАРВАРА-КРАСА, ДЛИННАЯ КОСА" 0+

МАТЧ ТВ

- 08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
09.00. 14.45 НОВОСТИ
09.05. 14.50. 23.25 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

Домашний

- 06.30 Х/Ф "ОДИНОЧЕСТВА. NET" 16+
10.15 Х/Ф "УДЕРЖИ МЕНЯ" 16+
14.30 Х/Ф "ХРУСТАЛЬНАЯ КОРОЛЕВА" 16+

ТВ Центр

- 06.20 Х/Ф "ЧТО ОН СКАЗАЛ?" 16+
08.00 Х/Ф "КУБАНСКИЕ КАЗАКИ" 12+
10.20 Х/Ф "СНЕЖНЫЙ ЧЕЛОВЕК" 16+

ТНВ

- 06.00. 13.05. 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00. 11.00. 22.20. 00.00. 02.40 КОНЦЕРТ (КАТ12+) 12+

СТС

- 06.00. 05.50 ЕРАЛАШ 0+
06.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 М/Ф "ДОМОВЫЕ ЖДУТ НОВЫЙ ГОД" 0+

РОССИЯ 1

- 05.25 Х/Ф "СКАЗКИ ГОФМАНА" 16+
07.05 Х/Ф "НОВОГОДНЯЯ ЖЕНА" 16+
09.00. 15.30. 20.00 ВЕСТИ
09.10 Х/Ф "ЗОЛОТЫЙ ПАПА" 16+

КУЛЬТУРА

- 06.30 М/Ф "КОШКИН ДОМ". "В НЕКОТОРОМ ЦАРСТВЕ..." 16+
07.35 Х/Ф "ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО" 0+

ТНТ

- 07.00 Х/Ф "ИВАН СЕМЕНОВ. ШКОЛЬНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ 2" 6+
08.35 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

4 КАНАЛ

- 05.00 Д/Ф "ТАЙНА НА КАРТЕ. СОЛОВЕЦКИЕ ЛАБИРИНТЫ" 16+
06.00. 06.30. 07.00. 07.30. 14.30. 15.00. 15.30 Д/Ф "ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ" 12+

ОТВ

- 05.00. 11.00. 19.00. 00.00 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+

ТВ3

- 08.00. 08.40 М/Ф "ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ" 6+
08.30. 15.00. 18.00. 22.15 НОВОСТИ 16+

НТВ

- 05.40. 08.20 Х/Ф "ДЕД МАЗЕВ И ЗАЙЦЕВЫ" 16+
08.00. 10.00. 16.00. 19.00 СЕГОДНЯ
10.20 ЧУДО 6+

ЗВЕЗДА

- 06.15. 09.15 Т/С "НАЗАД В СССР" 16+
09.55 Х/Ф "ДВЕНАДЦАТЬ НОЧЬ" 12+

5 канал

- 05.00. 05.50. 06.35 Х/Ф "КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА" 12+
07.25. 08.15. 09.00. 09.50 Х/Ф "СВОИ-5" 16+

ВТОРНИК, 31 ДЕКАБРЯ

ПЕРВЫЙ

- 06.00 "ДОБРОЕ УТРО"
08.40 Х/Ф "ЗОЛУШКА" 0+
10.00 НОВОСТИ
10.15 ДЕВЧАТА 0+

МАТЧ ТВ

- 08.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС 16+
09.00. 14.45 НОВОСТИ
09.05. 14.50 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

Домашний

- 06.30 Д/Ф "ЛЮБИМЫЙ НОВЫЙ ГОД" 16+
08.30 Х/Ф "НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ" 16+
10.40 Х/Ф "КАЖДОМУ СВОЕ" 16+

ТВ Центр

- 08.20 Х/Ф "СИРОТА КАЗАНСКАЯ" 12+
09.35 Х/Ф "ВЫСОТА" 0+
11.10 Д/Ф "МИХАИЛ ЗАДОРНОВ. ТРУДНО ХИТЬ ЛЕГКО" 16+

ТНВ

- 06.00. 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00 Х/Ф "ТВОИ ГЛАЗА" 16+
11.20. 17.00 ТАТАРЫ 12+

СТС

- 06.00. 05.50 ЕРАЛАШ 0+
06.10. 05.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
06.30 М/Ф "ДОМОВЫЕ ЖДУТ НОВЫЙ ГОД" 0+

РОССИЯ 1

- 06.00 Х/Ф "КОНЕК-ГОРБУНОК" 6+
07.40 Х/Ф "КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ" 0+
09.00. 20.00 ВЕСТИ
09.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ

КУЛЬТУРА

- 06.30 М/Ф "ВОЛК И СЕМЕРО КОЗЛЯТ НА НОВЫЙ ЛЕД". "ВОТ КАКОЙ РАССЯЕЛЫЙ". "ПТИЧЬИ РЫНОК" 16+

ТНТ

- 07.00. 07.40. 08.30. 09.30. 10.30. 11.30. 12.30. 13.30. 14.30. 15.30 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

4 КАНАЛ

- 06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
09.00. 14.00. 21.00. 23.30 НАВИГАТОР 12+

ОТВ

- 05.00 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+

ТВ3

- 06.00. 08.30. 15.00. 18.00 НОВОСТИ 16+
06.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+

НТВ

- 08.00. 10.00. 16.00 СЕГОДНЯ
08.15. 10.15 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ 16+

ЗВЕЗДА

- 05.10 Х/Ф "НОВОГОДНИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ МАШИ И ВИТИ" 6+
06.20 Х/Ф "ЭТА ВЕСЕЛАЯ ПЛАНЕТА" 12+

5 канал

- 09.00 Х/Ф "ИГРУШКА" 12+
10.55 Х/Ф "ПАПАШИ" 12+

ОТВ

- 05.00 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+

ПЕН ТВ

- 05.00 Х/Ф "ШЕРЛОК ХОЛМС И ДОКТОР ВАТСОН" 12+

ПЕРВЫЙ 1

06.00 "НОВОГОДНИЙ КАЛЕНДАРЬ" 0+
07.05 ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЕГКИМ ПАРОМ! 12+

РОССИЯ 1

06.50 Х/Ф "СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН" 12+
09.30 Х/Ф "КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА" 6+

НТВ

08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ! 12+
09.00 Х/Ф "ВЕТЕР СЕВЕРНЫЙ" 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. УФС. ИСЛАМ МАХАЧЕВ ПРОТИВ АЛЕКСАНДРА ВОЛКАНОВСКИ.

КУЛЬТУРА K

06.30 Х/Ф "СЕМЬЯ КАК СЕМЬЯ (КОРОВОВЫ ВСТРЕЧАЮТ НОВЫЙ ГОД)" 16+

Домашний

06.30 Д/Ф "ПРЕДСКАЗАНИЯ" 16+

ТНТ

07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 02.15, 03.00, 03.45, 04.30, 05.20, 06.00 КОМЕДИ КЛУБ

ЗВЕЗДА

06.05 Х/Ф "12 СТУЛЕВ" 12+

ТВ Центр

07.10 "ДЕД МОРОЗ И ЗЕЛЕНый ЗМИЙ". КОММУНИСТИЧЕСКИЙ КОНЦЕРТ 12+

4 КАНАЛ

05.00, 05.15 ВНЕ ЗОНЫ 12+

5 канал

05.00 М/Ф "ШЕЛКУЧНИК", "ЧЕБУРАШКА", "КРОКОДИЛ ГЕНА", "ШАПОКЛЯЖ", "ЗАСИЛКА ПРЕКРАСНАЯ"

ТНВ

06.00, 10.30, 16.30 ТАТАРЫ 12+

ОТВ

05.00, 05.30 ВМЕСТЕ ПО РОССИИ 12+

СТС

06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+

ТВ3

06.00, 05.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+

ПЕН ТВ

05.00, 22.00 М/Ф "ТРИ БОГАТЫРЯ И ПУЛ ЗЕМЛИ" 6+

ЧЕТВЕРГ, 2 ДЕКАБРЯ

ПЕРВЫЙ 1

05.50 Х/Ф "ФИНИСТ-ЯСНЫЙ СОКОЛ" 0+

РОССИЯ 1

05.50 Х/Ф "МАСТЕР И МАРГАРИТА" 16+

НТВ

04.30 Т/С "МЕДВЕЖИЙ УГОЛ" 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 БОКС. ВАРЕ КНИУСКЕ ФС. ЛОРЕНЦО ХАНТ ПРОТИВ КРИСА КАМОЩИЦА 16+

КУЛЬТУРА K

06.30 М/Ф "ЛИСА И ЗАЯЦ". ТРОЕ ИЗ ПРОСТОКВАШИНО. "КАНИКУЛЫ В ПРОСТОКВАШИНО"

Домашний

06.30 Х/Ф "УРАВНЕНИЕ ЛЮБВИ" 16+

ТНТ

07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ

ЗВЕЗДА

05.25 Х/Ф "ЦИРК ЗАЖИГАЕТ ОГНИ" 12+

ТВ Центр

06.30 Х/Ф "АРТИСТКА" 12+

4 КАНАЛ

05.30, 06.00 НАВИГАТОР 12+

5 канал

05.00 МУЛТФИЛЬМЫ 0+

ТНВ

06.00, 10.30, 16.30 ТАТАРЫ 12+

ОТВ

05.00, 05.30 ВМЕСТЕ ПО РОССИИ 12+

СТС

06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+

ТВ3

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+

ПЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+



## Пансионат «Милый дом» спешит поздравить всех с наступающими новогодними праздниками

Пансионат «Милый дом» примет на временное и постоянное пребывание людей, попавших в сложную жизненную ситуацию, людей с ограниченными физическими возможностями, нуждающихся в круглосуточном присмотре



Телефон единой диспетчерской службы: **8-912-204-0-88**

[www.milodom.ru](http://www.milodom.ru)

Реклама, ОГРН 311662108900060

## ДВЕ ПОЛОВИНКИ, СТАВШИЕ ЕДИНЫМ ЦЕЛЫМ

Ольга Брулева

**На учёте в Ревдинской местной организации Всероссийского общества слепых состоит немало семейных пар. Нет в этом ничего удивительного, ведь практически все незрячие и слабовидящие ревдинцы трудились на местном заводе светотехнических изделий. Молодые люди охотно ехали в Ревду, прослышав, что здесь предоставляют не только работу, но и общежитие.**

На предприятии они получали профессию, знакомились с новыми друзьями, а зачастую и любимого человека встречали. Одного на всю жизнь! Сегодня я познакомлю читателей с супружеской парой, прожившей в браке 58 лет! Мои герои – инвалиды 1 группы по зрению, но это не помешало им обрести семейное счастье.

... В Ревду Елизавета приехала из Шадринска в 1965 году после окончания школы-интерната для слепых и слабовидящих детей. Коллектив УПП ВОС принял 17-летнюю девочку очень хорошо, старшие коллеги научили и трудиться добросовестно, и отдыхать с пользой.

Лиза с удовольствием посещала танцевальный кружок, в хоре пела, а ещё по уши влюбилась в высокого, интеллигентного Юру Пильникова. Впрочем, сегодня трудно сказать, чьи чувства вспыхнули раньше, поскольку Юрий Васильевич говорит, что, как только увидел в общежитии эту бойкую девочку, услышал её звонкий голос, решил, что она обязательно станет его женой.



Юрий, кстати, в Ревду приехал на год раньше, в 1964-м, работал штамповщиком в цехе №2, увлеклся спортом и пользовался авторитетом как человек ответственный, надёжный.

Дружили Юрий и Лиза недолго, в июне 1966 года сыграли комсомольско-молодёжную свадьбу. Сразу возникла проблема – комнат для семейных в общежитии не было. Молодожёны ушли на съёмную квартиру.

– Это была комнатуха в частном доме, который оказался холодным. Приходилось колоть дрова, топить печи, – вспоминает Елизавета Ивановна.

Через семь месяцев молодая семья получила комнату в коммунальной квартире, вскоре родился их первенец Александр.

– Это было счастливое время, – говорит Юрий Васильевич. – Я спешил домой, как на крыльях, зная, что меня ждут любимая жена и сынок. Радовался первому слову ребёнка, первому шагу. Если и возникали житейские проблемы, мы с ними дружно справлялись. А через семь лет родилась у нас и дочь Танюшка.

Ласково глядя на мужа, Елизавета Ивановна добавляет:

«...они не теряют мужества, не опускают руки, не замыкаются в себе, а продолжают вести активный образ жизни.»

Одна из них – екатеринбургженка Венера Федоровна Сереброва. Столько горя перенесла она! Муж погиб в Афганистане, а недавно и сына похоронила. Ему было всего 39 лет. Был участником специальной военной операции, получил ранение, приехал домой для восстановления, но неожиданно возникло коварное заболевание... У самой Венеры Федоровны – серьёзный диагноз, но она продолжает работать в общественной организации «Содружество», созданной при Екатеринбургском военном училище, активно занимается

– Юра всегда и во всём мне помогал, и сейчас не даёт тяжёлые сумки носить, внимательный, заботливый и надёжный. Я его с каждым годом всё больше люблю и ценю.

В 1975 году Ю.В. Пильникова назначили мастером заготовительного участка цеха №1, затем – старшим мастером и направили в Москву на курсы повышения квалификации. В 1984 году Юрий Васильевич стал начальником цеха №1, которым руководил 24 года и был активным рационализатором: все его предложения внедрялись в производство. В 2000 году Ю.В. Пильников стал руководить цехом надомного труда. Нагрузка на него была колоссальная, цех был большим – 290 человек, работающих в разных городах: Красноуфимске, Полевском, Каменске-Уральском. Трудовой стаж Ю.В. Пильникова – 45 лет. На одном предприятии!

При этом он принимал и активное участие в общественной жизни предприятия и местной организации ВОС. Занимался спортом, его неоднократно избирали членом цехового комитета, членом профсоюзного комитета. Был членом правления Свердловской областной общественной организации ВОС. За достижения в труде, большие успехи в развитии предприятия Юрий Васильевич награждён знаками «Отличник ВОС», «Ветеран труда», «Ветеран ВОС», «Ударник коммунистического труда», «Заслуженный работник ВОС».

Трудовые достижения Елизаветы Ивановны Пильниковой, проработавшей на Ревдинском заводе светотехнических изделий 41 год, скромнее, что неудиви-

тельно, ведь на ней были и домашние обязанности, и воспитание детей. Зато она освоила несколько рабочих специальностей, и на всех участках работала добросовестно и ответственно. За долготелый труд Е.И. Пильникова отмечена благодарственными письмами и почётными грамотами предприятия и Свердловской областной общественной организации, имеет знаки «Отличник ВОС», «Победитель социалистического соревнования», «Ударник 9-й пятилетки» и другие.

Но самым важным жизненным достижением она считает своих детей и внуков. К примеру, дочь Татьяна живёт в Ревде, работает преподавателем, в прошлом году была удостоена звания «Лучший учитель года». Подают надежды и внуки, их у Пильниковых трое – Евгений, Даниил, София.

– Внуки – наше продолжение, хочется, чтобы жизнь их сложилась удачно, чтобы жили в мирной стране и нашли свою половинку, как мы с дедушкой, – говорит Елизавета Ивановна.

Эти супруги – действительно, две половинки, которые стали одним целым. У них – и общие воспоминания, очень светлые: как на курорт ездили, с коллегами праздники отмечали, как в саду работали... А ещё у них и друзья общие, что не в каждой семье бывает.

– Мы очень дружим с семьёй Шадриных, рядышком по жизни идём. Поженились в один год, дети у нас – одногодки, живём в одном подъезде. Вы о них тоже напишите, они замечательные, – убеждали меня Пильниковы.

Отказать я не могла. О супругах Шадриных читайте в одном из следующих номеров «Пенсионера».

## В ГУЩЕ ЖИЗНИ

Римма Врубель

**Корреспонденты, которые дежурят по номерам нашей газеты, не перестают удивляться тому, насколько интересными людьми являются друзья «Пенсионера». Общение с ними – это и источник тем, и пример настоящей дружбы читателей и издания.**

Всегда восхищаюсь людьми, которые, несмотря на тяжёлые жизненные ситуа-

ции, не теряют мужества, не опускают руки, не замыкаются в себе, а продолжают вести активный образ жизни.»

Несколько лет В.Ф. Сереброва была председателем совета их многоквартирного дома на Сиреневом бульваре, сделала многое для соседей: добилась ремонта крыши, замены лифтов, во дворе появились теннисный корт, волейбольная и баскетбольная площадки. Здоровье не позволило ей и дальше решать проблемы всего дома, но старшей по подъезду она остается и сейчас.

Людмила Ивановна из Новоуральска – из тех, о ком поется в известной песне:

«Старость меня дома не застанет, я в дороге, я в пути». Вся ее жизнь была посвящена общению с людьми – работала учителем начальных классов и в детском саду. А сейчас активная пенсионерка состоит в литературно-музыкальном объединении. Недавно его члены провели встречу, посвященную пушкинской поэзии. Стихи читали и взрослые, и дети. Пушкинская тема – неисчерпаемая, поэтому решили продолжить разговор на следующей встрече, которая пройдет в марте будущего года.

Искренняя благодарность и низкий поклон вам, наши читатели, за ваши добрые дела. Так держать и в наступающем году!

# ЛЮБИМЫЕ РОМАШКИ И СОБАКА ШАНЬГА

## АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Елена Зинковская

Газета продолжает знакомить читателей с призерами регионального конкурса «Фото на комод». Напомним, его организовало министерство здравоохранения Свердловской области, а «Пенсионер» был в числе партнеров и членов жюри.

В конкурсе приняли участие более 300 свердловчан старше 60 лет, которые поделились памятными снимками. Все изображения отличаются сюжетным многообразием, но объединяет их одно: они дышат любовью и добротой, вселяют надежду и заряжают оптимизмом. Отобрать лучшие фотографии было невероятно трудно.

В прошлом номере мы писали о Людмиле Владимировне Друговой, занявшей первое место. Сегодня представляем имена еще двух призеров. Второе место жюри присудило фотографии «Любимые ромашки». Ее выслала Людмила Александровна Шишкина из Новоуральска. Она оставила под снимком небольшой комментарий: «На этом фото памятно всё: любимые ромашки мамы, которые дарил ей мой отец, старый радиоприёмник и лупа деда, часы от дяди». Как отметила клинический



психолог Свердловского областного центра общественного здоровья и медицинской профилактики Анна Ткач, «очень трогательная фотография. Как здорово, что люди хранят семейные ценности, дорожат ими. А благодаря современной технике каждый может их запечатлеть на фото. Все это и продлевает нашу жизнь».

Третье место в конкурсе присуждено жителю Качканара Александру Степановичу Пахоменко. Вот что он написал о себе: «Мне 63 года, пенсионер, фотографией увлекаюсь с юности, пишу стихи и картины. Обожаю здоровый образ

жизни, свой сад, собаку Шаньгу – это сокращенное имя бульдога Шанель. Не пью, не курю, люблю бег, плавание, спортивную ходьбу, занимаюсь на уличных тренажерах, благо их у нас в городе много установили. Я очень рад, что мне удалось вернуться как активной, полноценной жизни, несмотря на то что сильно разбился в аварии, получил серьезную травму головы. Даже врачи назвали это чудом, говорили, что вернулся с того света. Считаю, надо ценить каждое мгновение, то, что ты дышишь, можешь сказать «люблю» близким, помогать



людям и животным. Фотографии, что я отправил на конкурс, наполняют мою жизнь светом. Благодаря организаторов за то, что устраиваете такие хорошие конкурсы! Дай Бог всех благ».

Согласитесь, очень верные слова! Наверняка и у вас, друзья-читатели, есть снимки памятных моментов вашей активной, наполненной событиями жизни. Присылайте их в газету, сопроводив рассказом о том, чем запомнился вам сюжет, запечатленный на фото. Самые интересные работы мы обязательно опубликуем в наступающем году!

## УВАЖАЕМЫЕ ПЕНСИОНЕРЫ! С НОВЫМ ГОДОМ!

Приглашаем на праздничные мероприятия\*  
и тестирование массажного оборудования

ПОБАЛУЙТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ  
НОВОГОДНИМИ ПОДАРКАМИ

ПОЗВОНТЕ ИЛИ ЗАПИШИТЕСЬ ПО АДРЕСУ

Наши адреса:

г. Екатеринбург:

ул. Посадская 42, 8(982)751-00-10

ул. Победы 5, 8(982)751-00-20

ул. Восточная 162, 8(919)399-20-35

ул. Амундсена 61, 8(982)717-50-08

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

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

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

\*Подробнее с мероприятиями можно ознакомиться в салон-магазине «Дом Здоровья». Записаться можно по номеру телефона или адресу. Количество мест ограничено.



# ПОЧТИ АНЕКДОТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ

## Они происходили со знаменитостями в новогодние дни

Мы ждём новогоднюю ночь, чтобы поднять бокалы за будущие свершения и загадать заветное желание. А следующие за ней праздничные дни – время активного отдыха, встреч с родными и друзьями. Но для многих актёров новогодние дни ассоциируются с большим количеством концертов, спектаклей, и у каждого есть своя забавная история о самом запоминающемся новогоднем празднике в их жизни.

Мы собрали для вас несколько таких историй. Они случились с артистами, которых знает и любит не одно поколение российских зрителей. Кого-то из них уже нет с нами, но их необыкновенный талант жив в памяти зрителей. А кто-то продолжает радовать нас своим мастерством.

kulturologia.ru

### Александр Ширвиндт



В конце 1960-х годов в Доме актёров во время праздничного новогоднего вечера присутствовали лучшие актёры страны: Фаина Раневская, Ростислав Плятт, Леонид Утёсов. Был приглашён на праздник и директор гастронома, через которого доставили к новогоднему столу дефицитные продукты.

Молодой Александр Ширвиндт был ведущим праздника и решил поприветствовать работника советской торговли. Последнему, впрочем, обращение к нему не понравилось, и он презрительно бросил в адрес конферансье: «Паяц!». Зал замер. Ведь, по сути, все присутствовавшие и были профессиональными паяцами.

Все ждали ответной реплики от ведущего. Он же очень мягко продолжал перечислять присутствующих, подчёркивая заслуги каждого.

А потом, повывисив голос, вдруг сказал, что в общество почтенных и уважаемых людей приходит нехороший человек и позволяет себе... И дальше Александр Ширвиндт просто открытым текстом послал высокомерного торговца по известному адресу. Когда тот удалился вместе со своими сопровождающими, все актёры, которых

можно было без преувеличения назвать лицами эпохи, стоя аплодировали молодому артисту, вступившемуся за честь мундира.

### Леонид Якубович



В жизни знаменитого ведущего было множество новогодних выступлений. Но сам он с особой теплотой вспоминает свой самый первый опыт исполнения роли Деда Мороза. Ему было лет 15, родители, которые всегда ходили поздравлять друзей и знакомых большой компанией, нарядили подростка в костюм Деда Мороза и взяли с собой.

Они шумно перемещались по подъезду дома, где жил друг отца будущего ведущего. Из одной квартиры вышла женщина и попросила весёлую компанию не шуметь: у неё в это время спал сын. Взрослые перешли на шёпот, но стали поздравлять женщину.

Леонид Якубович зашёл в её квартиру и увидел лежащего в кровати маленького мальчика. Когда ребёнок открыл глаза, Дед Мороз, чтобы малыш не испугался, поцеловал его. А мальчик очень тихо вдруг сказал: «Дед Мороз такой тёплый...». Даже много лет спустя Леонид Якубович не может сдержать эмоций при воспоминании об этом случае.

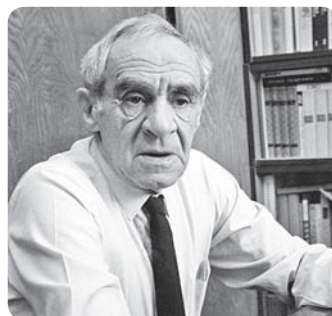


### Лев Дуров

Как-то под Новый год актёр не смог купить домой ёлку и очень печалился по этому поводу. Но вечером 31 декабря, когда он возвращался после последнего спектакля, купить лесную красавицу уже было негде.

В парке его окликнул какой-то мужичок и предложил настоящую пушистую ёлочку. Обрадованный актёр вручил спасителю 3 рубля, тот сразу ушел. Дуров ухватился за верхушку ели, попытался перехватить её поудобнее и понял, что она за что-то зацепилась. Однако попытки дёрнуть посильнее к успеху не привели. Лишь через несколько минут Лев Дуров понял: он отдал 3 рубля за растущую в парке маленькую ёлочку...

### Зиновий Гердт



Знаменитый актёр и его жена были владельцами японского автомобиля с правым рулём ещё в те времена, когда их на наших дорогах было совсем немного. Когда они возвращались домой после празднования Нового года,

был уже вечер 1 января. Естественно, сотрудник ГАИ остановил одинокую машину и привычно подошёл к левому переднему окну, чтобы представиться по всей форме.

Когда стекло опустилось, запах алкоголя сотрудника просто сразил. Он попросил права и дал понять, что вопрос с вождением в нетрезвом виде можно решить на месте. А потом вдруг увидел, что руль на привычном месте отсутствует!

Гердт же невозмутимо сказал: «Вы не переживайте, я, когда выпью, всегда отдаю руль жене!». Опешивший ГАИшник долго смотрел вслед удаляющемуся автомобилю актёра.

### Ирина Алфёрова



Актрисе навсегда запомнились предновогодние дни, проведённые в Париже, когда труппу театра Ленком пригласил к себе сам Пьер Карден. Всем актёрам придумывал и шил наряды Вячеслав Зайцев, о чём советские гости и сообщили знаменитому французскому кутюрье.

Карден устроил для артистов из СССР настоящий праздник: водил в дорогие магазины и кафе, оплачивал билеты в кино, а на рождественском приёме, устроенном в его старинном особняке, каждому вручил подарок.

Ирине Алфёровой и Александру Абдулову, которые тогда были женаты, досталась зелёная сумка. В ней сидело много существа с огромным красным бантом. Пьер Карден предложил супругам познакомиться с Авоськой – их собакой. Авоська была очень породистой и вообще-то носила аристократичное имя Юсела де Бон-Шасон. Правда, имя Авоська ей подходило куда больше, и супруги переименовывать её не стали.

## У ВАС ТУГОУХОСТЬ? НАДОЕЛО ТЕРПЕТЬ НЕУДОБСТВА ИЗ-ЗА ПЛОХОГО СЛУХА? НЕ ПЕРЕЖИВАЙТЕ, ВЕРНУТЬСЯ К ПОЛНОЦЕННОЙ ЖИЗНИ ВОЗМОЖНО!

«Уже несколько лет мучаюсь от тугоухости. Мои домашние постоянно раздражаются, что плохо слышу, часто переспрашивают их. Иногда смеются надо мной, а мне обидно. Потом могу целую ночь проплакать. Можно ли как-то вернуть хороший слух и спокойствие в жизни?»  
Шилина Лариса, г. Красноярск

«В свои 76 лет я еще довольно неплохо смотрюсь. Только вот слух не к черту. Последнее время постоянно падают. Боюсь, что скоро совсем оглохну. Дайте совет, что мне делать?»  
Зотов Олег, г. Тверь



экстракт гинкго билоба, кварцевин, кознимин О10, комплекс витаминов и минералов, усиливающих эффект от дискорина.

Совместное действие этих компонентов может помочь улучшить слух и избежать от дискомфорта. С хорошим слухом вы сможете нормально общаться с людьми, слышать все вокруг и перестать постоянно переспрашивать, что вам сказали. Над вами больше никто не будет смеяться, и вы сможете вновь начать жить полноценной жизнью.

Таких вопросов возникает очень много. Давайте же разберемся, что делать в такой ситуации.

От тугоухости не застрахован никто. Особенно к плохому слуху предрасположены люди старшего возраста. Когда снижается слух, возникает много вопросов – почему так произошло, что можно сделать, чтобы улучшить слух, неужели слуховой аппарата единственный выход и нет никакой альтернативы?

Чтобы получить возможность улучшить свой слух обратите внимание на стики для ушей «Отитон». Они содержат высокоэффективную природную формулу. Основным компонентом является экстракт дискорина кавказской. Она положительно влияет на кровообращение в слуховом аппарате, что способствует восстановлению волосковых клеток уха и улучшению нервной проводимости в органах слуха. В «Отитоне» также содержится

улучшить слух и избежать от дискомфорта. С хорошим слухом вы сможете нормально общаться с людьми, слышать все вокруг и перестать постоянно переспрашивать, что вам сказали. Над вами больше никто не будет смеяться, и вы сможете вновь начать жить полноценной жизнью.

### СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему ПОДАРОК\* – «Отитон»

Для этого сделайте 2 простых шага:

1. ПОВЗОНИТЕ по телефону **8-800-302-30-30** и назовите промокод акции **3444**
2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «ОТИТОН»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО! ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ! Доставка за счет производителя!

\* АКЦИОННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ ДО 18 ФЕВРАЛЯ 2025 Г.

## НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИП Коробина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, с. Балашиха, ул. 5-я Сложа, действие акции до 18 февраля 2025 г. \* Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА

## Клуб одиноких сердец

● Познакомлюсь для совместного проживания с мужчиной, 60-70 лет, без в/п. О себе: 62/160/68. Тел.: 8-996-174-35-14

● Владислав, 35 лет. Познакомлюсь для дружбы и общения со скромной женщиной, можно с инвалидностью, из Екатеринбурга, без в/п. Тел.: 8-950-209-54-39

● Пенсионерка, вдова, рост

175 см, ж/о, Екатеринбург. Ждет для серьезных отношений высокого надежного мужчину, с а/м. Тел.: 8-906-804-81-21

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

### МАГНИТНЫЕ БУРИ В ЯНВАРЕ 2025 ГОДА

**Новый год начнется с длительного периода геомагнитного беспокойства. Он продлится с 1 по 18 января.**

В эти дни ожидается, что небольшая солнечная активность будет периодически нарушаться вспышками, влекущими за собой слабые магнитные бури. Эти бури взволнуют геомагнитное поле Земли **5-6, 10-12, 16-18 января**. В первый день они будут наиболее интенсивны, на второй-третий день их воздействие начнет ослабевать. Их воздействие на метеозависимых людей будет нестабильным.

**С 19 января** геомагнитное поле придет в равновесие, которое продлится минимум до конца месяца.

Накануне магнитной бури не переутомляйтесь, проводите не менее часа в день на свежем воздухе. Употребляйте легкую пищу, ограничьте курение, прием спиртных напитков. Хорошо высыпайтесь, делайте легкую утреннюю гимнастику. Людям с хроническими болезнями следует строго выполнять предписания лечащего врача. Важно сохранять спокойствие, не преувеличивать влияние магнитной бури на организм.

Во время магнитной бури откажитесь от употребления кофе, алкоголя, от курения. Не поддавайтесь стрессам, избегайте конфликтных ситуаций. Не беритесь за работу, которая требует сосредоточенности и внимания.

По материалам сайтов

## ОБЪЯВЛЕНИЯ

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

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

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

● Ищу бабушку-знахарку из деревни. Тел.: 8-950-190-40-24

● Отдам бесплатно шифоньер, 3-створчатый, сервант, кровать 1-спальную,

в хор. сост. Тел.: 8-919-373-74-39

● Продам книги «Поздравления на все случаи жизни», «Поздравления для любимых женщин», справочник для решения кроссвордов, энцикл. словарь по географии. Тел.: 8-908-634-14-83

● Продаю радиатор отопления, 6 секций, новый, Н. Тагил. Тел.: 8-900-049-64-70

● Продам книги по разной тематике, открытки старые, справочники по медицине, кулинарии, ремонту. Тел.: 8-912-669-14-54

● Продам ножной велосипед для зарядки, недорого. Тел.: 8-950-190-40-24

● Продам швейную машину, магнитола, мебель, редкие книги, верхнюю одежду, новогодние игрушки, открытки, посуду, обувь, цветы комнатные. Тел.: 8-982-622-68-04

● Продам зимние ботинки, меховые, мужские, черные, нат. кожа, р-р 40-43, новые. Тел.: 8-919-369-04-18

## Клиника микрохирургии глаза доктора Игнатьева



Здоровый глаз

Катаракта

**УСПЕВАЙТЕ! АКЦИЯ!** только до 31 января 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**

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

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

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

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

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Медицлицензия №Л041-01021-66/00358956

## С днём рождения!

Не знать ни проблем, ни печалей, ни грусти, А весь негатив из души пусть отпустит, Пусть солнышко светит, даря вдохновение, Всего наилучшего вам в день рождения!

**Галина Фокеевна ПЕРЕВОЗЧИКОВА,** Екатеринбург

**Галина Петровна ПОСОХОВА,** Белярский район

**Людмила Ивановна СИМОНОВА,** Новоуральск

**Галина Павловна СЮЗЕВА,** Первоуральск

**Фаина Петровна ФЕДОСЕЕВА,** Первоуральск

**Нагима Хабиброхмановна ХАСАНОВА,** Краснофимский район

**Мария Ивановна ЧУХАРЕВА,** Березовский

**Любовь Михайловна ЦЕБЛАНОВА,** Екатеринбург

**Татьяна Ивановна ЯХИНА,** Екатеринбург

**95 ЛЕТ**

**НИНА ИГНАТЬЕВНА ШАЛУНОВА,** Нижний Тагил

**75 ЛЕТ**

**Валерий Валентинович АЛЬМУХАМЕТОВ,** Березовский

**Лидия Александровна ДЕМЕНЬШИНА,** Екатеринбург

**Любовь Павловна КУЗНЕЦОВА,** Екатеринбург

**Алла Павловна МАЛИЗЕВА,** Екатеринбург

**70 ЛЕТ**

**Анатолий Николаевич КОЗЛОВ,** Екатеринбург

**ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ**

**Клавдия Александровна БЕЗМАТЕРНЫХ,** Ачитский район

**Зинаида Александровна ГОФМАН,** Асбест

**Тамара Александровна ЕГОРОВА,** Красноуфимск

**Валентина Васильевна ЖИТНУХИНА,** Екатеринбург

**Мария Семеновна КОНОПЛЕВА,** Нижний Тагил

**Нина Ивановна КОРЕНЬКОВА,** Екатеринбург

**Татьяна Алексеевна КОРШИКОВА,** Екатеринбург

**Елена Ильинична КРИВОЩЕКОВА,** Невьянский район

**Елизавета Николаевна МАКАРОВА,** Екатеринбург

Поздравляем с днем рождения нашу замечательную маму и бабушку **Ираиду Николаевну МЕХОНЦЕВУ!**

Желаем невероятно крепкого здоровья, больших и радостных событий, улыбок, прекрасных новостей и непрерывного потока положительных эмоций. Пусть у тебя всегда и во всем будет порядок, любовь согревает душу, а семья остается неизменным лучом счастья и вдохновения!  
*Родные, Екатеринбург*

Поздравляю с 75-летием

**Валерия Валентиновна АЛЬМУХАМЕТОВА,**

с днем рождения – **Андрея Сергеевича ТЕРЕБЕНИНА**

Доходы пусть всегда растут,

В семье пусть любят, берегут. И всем невзгодам вопреки В душе сияют огоньки!

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

### ВНИМАНИЕ!

Следующий выпуск «Пенсионера», №1-2 за 2025 год, выйдет **1 января**. Спасибо всем, кто выписал газету на 1-е полугодие наступающего года!

*Редакция*

Только для пенсионеров

# Пенсионер Купон

на одно бесплатное объявление

Заполняйте разборчиво и печатными буквами

Текст объявления: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Телефон или адрес: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

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

Фамилия \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

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

ПЕРВЫЙ

- 05.45 Х/Ф "МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА" 0+
06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА 0+

РОССИЯ

- 05.50 Х/Ф "МАСТЕР И МАРГАРИТА" 16+
07.40 Т/С "ЛИКВИДАЦИЯ" 16+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+

НТВ

- 04.25 Т/С "МЕДВЕЖИЙ УГОЛ" 16+
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
08.20 "РУСАЛОЧКА". ШОУ ЕВГЕНИЯ ПЛУСЧЕНКО 12+

МАТЧ ТВ

- 08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
09.00 НОВОСТИ
09.05, 12.35, 13.25, 14.15, 23.00, 03.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА

- 06.30 М/Ф "ДЯДОШКА АУ" 16+
07.35 Х/Ф "КОНЕК-ГОРБУНОК" 0+
08.55 Д/Ф "ДО НАЧАЛА ИСТОРИИ" 16+

Домашний

- 06.30 Х/Ф "БЕЛАЯ ЛИЛИЯ" 16+
06.40 ПЯТЬ УЖИХОВ 16+
06.55 Х/Ф "НОВОГОДНИЙ БРАК" 16+

ТНТ

- 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

- 05.15 Х/Ф "СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ" 12+
07.00 Х/Ф "КУБАНСКИЕ КАЗАКИ" 12+
09.15, 10.00, 10.55, 11.40, 12.30, 13.15, 13.35, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50, 17.40, 18.25, 19.05, 19.25 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+

ТВ Центр

- 06.40 Х/Ф "МУЖЧИНА К НОВОМУ ГОДУ" 16+
08.15 Х/Ф "ТАРХИЖСКИЕ ТАЙНЫ" 6+
10.30, 01.25 НЕВИДИМЫЙ ПОЕДИНОК. ИГЛЕСИМ И РАЗОБЛЕ 16+

4 КАНАЛ

- 05.00, 05.15 ВНЕ ЗОНЫ 12+
05.30, 06.00, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30 НАВИГАТОР 12+

5 канал

- 05.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 Х/Ф "ТАЙНА СНЕЖНОЙ КОРОЛЕВЫ. СКАЗКА ПРО СКАЗКУ" 0+

ТНВ

- 06.00, 10.30 ТАТАРЫ 12+
06.30 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
07.00 Т/С "ПОДМАНА" 16+

ОТВ

- 05.00, 05.30 ВМЕСТЕ ПО РОССИИ 12+
05.55, 08.55, 10.55, 12.55, 14.55, 16.55, 18.55, 20.55, 22.55, 00.55, 02.55, 04.55 ДАЙДЖЕСТ. РУБРИКАТОР 16+

СТС

- 06.00 ЕРАЛШ 16+
06.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.05 Т/С "ЛУКА И ВОЛШЕБНЫЙ ТЕАТР" 12+

ТВ3

- 06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
06.30 М/Ф "ХРАНИТЕЛЬ ЛУНЫ" 0+
08.00, 08.40 М/Ф "ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ" 6+

РЕН ТВ

- 05.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 19.30 НОВОСТИ 16+

СУББОТА, 4 ДЕКАБРЯ

ПЕРВЫЙ

- 06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
07.00 ПОДКАСТ ЛАБ 16+
07.10 Х/Ф "ФРАНЖИЗ" 12+

РОССИЯ

- 05.50 Х/Ф "МАСТЕР И МАРГАРИТА" 16+
07.40 Т/С "ЛИКВИДАЦИЯ" 16+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+

НТВ

- 04.30 Т/С "МЕДВЕЖИЙ УГОЛ" 16+
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
08.20 ДЕТСКАЯ НОВАЯ ВОЛНА 0+

МАТЧ ТВ

- 08.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС 16+
09.00 НОВОСТИ
09.05, 12.35, 13.25, 18.55, 21.30, 01.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА R

- 06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.55 Х/Ф "ПО ЩУЧЬЕМУ ВЕЛЕНЮ" 16+

Домашний

- 06.30 Х/Ф "ИДУ ЗА ТОБОЙ" 16+
07.00 Х/Ф "СЮРПРИЗ" 16+
08.50 Х/Ф "ТАРИФ НА ЛЮБОВЬ" 16+

ТНТ

- 07.00, 08.40, 10.20, 12.10, 13.45, 15.25 ЭКСТРАСЕНСЫ. БИТВА СИЛЬНЕЙШЕГО 16+

ЗВЕЗДА

- 05.10 Х/Ф "ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ" 12+
06.35 Х/Ф "НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ" 12+

ТВ Центр

- 06.50 Х/Ф "ТАЙНА" 6+
08.20 Х/Ф "ЖЕНСКАЯ ЛОГИКА" 12+
10.25, 01.05 НЕВИДИМЫЙ ПОЕДИНОК. МИРОНОВ И ТАБАКОВ 16+

4 КАНАЛ

- 05.00, 05.15 ВНЕ ЗОНЫ 12+
05.30, 06.00 НАВИГАТОР 12+
06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 12+

5 канал

- 05.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.10 Х/Ф "ПАПАШЫ" 12+

ТНВ

- 06.00, 11.00 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОДВАРИВАННЯ 16+

ОТВ

- 05.00, 06.00 Х/Ф "ТАЙНА СНЕЖНОЙ КОРОЛЕВЫ. СКАЗКА ПРО СКАЗКУ" 0+

СТС

- 06.00 ЕРАЛШ 6+
06.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 Х/Ф "ДОМОВЫЕ ЖДУТ НОВЫЙ ГОД" 0+

ТВ3

- 06.00, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
06.15 М/Ф "РУСЛАН И ЛЮДИМЛА. ПЕРЕЗАГРУЗКА" 6+

РЕН ТВ

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

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 ПОДКАСТ ЛАСЬ 16+
06.50 "ИГРАИ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМЯЯ!" 12+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС 16+
09.00 НОВОСТИ
09.05 12.25, 13.25, 14.15, 18.55, 21.30, 00.00, 02.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

Домашний

06.30 Х/Ф "ЗА ПЯТЬ МИНУТ ДО ЯНВАРЯ" 16+
06.40 Х/Ф "НОВОГОДНИЙ РЕЙС" 16+

ТВ Центр

06.45 Х/Ф "НЕВИДИМКИ" 16+
08.20 Х/Ф "ЖЕНСКАЯ ЛОГИКА-2" 12+

ТНВ

06.00 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
07.00 КОНЦЕРТ (КАТ12+) 12+

СТС

06.00 ЕРАЛАШ 0+
06.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.05 Т/С "ЛУКА И ВОЛШЕБНЫЙ ТЕАТР" 12+

РОССИЯ 1

05.50 Х/Ф "МАСТЕР И МАРГАРИТА" 16+
07.40 Т/С "ЛИКВИДАЦИЯ" 16+

КУЛЬТУРА К

06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.35 Х/Ф "КАШЕИ БЕССМЕРТНЫЙ" 0+

TNT

07.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТ 16+

4 КАНАЛ

05.00, 05.15 ВНЕ ЗОНЫ 12+
05.30, 06.00, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 14.00,

ОТВ

05.00, 06.00 Х/Ф "СКАЗКИ СТАРОГО ВОЛШЕБНИКА" 0+

ТВ3

06.00 М/Ф "БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ" 6+
07.30 ВКУСНО С АНФИСОЙ ЧЕХОВОЙ 16+

НТВ

04.30 Т/С "МЕДВЕЖИЙ УГОЛ" 16+
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ! 12+

ЗВЕЗДА

05.25 Х/Ф "СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА" 12+

5 канал

05.00, 05.25, 06.15, 07.10, 04.40 Х/Ф "ВРЕМЯ НЕ ДОДУЕТ" 12+

СКАНВОРД

Сканворд-игра с 15x15 сеткой. Включает подсказки в виде картинок: электрический ток, марш, пещера, ночной волк, пырей, шуточное представление, высокая равнина, актриса, техническая ткань, конская упряжка, специалист в водоотводе, так звали президента Черчилля, круговая, острый ножичек хирурга, лучшая часть стада, двойное ушникоского чемодана, ряд бревен на землянке, священная кувшинка индусов, сумка с обедом у морды коня, английский мистер-комик, российский физик, внутричерепной генератор идей, турецкий титул, обман вокруг пальца, трава в один унос, река фаранов, выходной среди недели, маленькая лопатка, цыганское женское имя, вид меховой верхней одежды, животное символ немцы, подразделение записи в файле, потенциальный металл, индейский хохол на всю голову, одна из сторон предмета, рыболовецкая контора, подушечка лавандой набитая.

Ответы на сканворд, опубликованный в предыдущем номере. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Апитерапия. Хонсю. Ряба. Курсив. Манна. Кисть. Мята. Яхта. Гро. Идши. Яго. Струг. Нарез. Взвод. Вата. Мел. Карнеги. Цекало. Рату. Дуст. Птт. Лавра. Мехико. Баки. Вол. Горло. Схима. Ягода. Торт. Нашатырь. ПО ВЕРТИКАЛИ: Румянец. Емеля. Терек. Амико. Изол. Код. Опора. Роялти. Швертбот. Пламя. Злата. Ахав. Яхонт. Окулист. Наядя. Юнга. Раввин. Горн. Рома. Люк. Ералаш. Укос. Лори. Твид. Ссора. Смит. Утес. Вьюга. Ткань.

# КИТАЙСКИЙ ГОРОСКОП НА 2025 ГОД ПО ГОДУ РОЖДЕНИЯ

## Мышь (1936, 1948, 1960, 1972, 1984)



Родившиеся в этот год получают самые благоприятные условия для самодовольствия через работу, отношения с сослуживцами. Будет возможность укрепить своё положение в коллективе, потому что вам будут давать ответственные задания. Значительно увеличатся ваши доходы,

укрепится материальное благосостояние. Эти изменения благоприятно скажутся и на вашем самочувствии. Вторая половина года – хорошее время для заключения договоров, в том числе – и для официального брака. Какие-то вопросы придётся решать путем конфликта, но этого не надо бояться.

## Бык (1937, 1949, 1961, 1973, 1985)



В первом полугодии самое продуктивное занятие – общение с детьми. Вы станете гораздо ближе друг другу, ваша самооценка повысится, ведь дети будут с восторгом откликаться на ваши предложения и смотреть на вас с обожанием. Если вы увлечены каким-либо творчеством, можете

рассчитывать на частые визиты вдохновения. Во втором полугодии хорошенько думайте, прежде чем принимать решение о перемене места работы. Ущемленные амбиции – плохой советчик, можете долго искать подходящее место.

## Тигр (1938, 1950, 1962, 1974, 1986)



Вам следует заниматься преимущественно семьёй и домом. Возможно улучшение жилищных условий за счёт расширения жилплощади, также вы можете приобрести недвижимость, особенно начиная с весны. С июня и до конца года радостные и огорчающие события будут происходить

у вас с детьми и любимым человеком. Не всегда они будут вас слушаться, но вы в итоге докажете свою правоту. Будьте в это время щедрыми, чаще дарите подарки, пусть и недорогие.

## Кролик (1939, 1951, 1963, 1975, 1987)



Год Деревянной Змеи для вас – один из самых благоприятных и щедрых на дары судьбы. В течение первого полугодия будет всё в порядке и с личной энергетикой, и с финансами. Успехи в профессиональной сфере обернутся ростом авторитета среди близких по духу людей, возможна

известность благодаря личным достижениям. Большинство ваших начинаний будут удачными. Во втором полугодии расширится ваша семья. Возможно, появятся новые её члены: кто-то из домочадцев вступит в брак, родит ребёнка. Вы можете удачно продать недвижимость или сдать её в аренду.

## Дракон (1940, 1952, 1964, 1976, 1988)



Вашу жизнь сейчас не назовёшь предсказуемой. Поэтому вы мечтаете обрести устойчивость, зацепиться за что-то стабильное. Островком стабильности для вас сейчас станет всё, что связано с вашими заработками, ощущение того, что тело вас слушается, и даже регулярное питание.

Через материальные вещи, которые нравятся, тоже будут приходить силы. До конца года у вас улучшится ближайший круг общения. Среди ваших знакомых появятся люди, хорошо образованные и обладающие связями.

## Змея (1941, 1953, 1965, 1977, 1989)



В год Зелёной Деревянной Змеи вы сможете заложить циклы, которые будут работать сами по себе долгие годы. Хорошо, если вы не станете расплываться на дела-однодневки. Сейчас очень быстро приобретаются как хорошие привычки, так и не очень полезные. Постарайтесь не путать,

например, интерес к получению новой информации со сплетнями. Во втором полугодии у вас будут значительные расходы, но перед этим обязательно возрастут и доходы.

## Лошадь (1942, 1954, 1966, 1978, 1990)



В год Змеи стоит лучше заботиться о восполнении собственных ресурсов и бережнее, разумнее распоряжаться ими. В первом полугодии сосредоточьтесь на своём физическом и психологическом состоянии. Старайтесь не тратить силы на то, что вам не нужно. Откажитесь от необязательно-

го и не радующего сердце общения, полезнее побыть в одиночестве, поразмышлять, поспать. Второе полугодие обеспечит вам неплохие шансы для роста вашего авторитета. К вам чаще станут обращаться за советом. Не исключено, что вы прославите экспертом в какой-то области, где проявится ваша компетентность.

## Овца (1943, 1955, 1967, 1979, 1991)



Год Змеи для вас можно характеризовать словом «перезагрузка». В первом полугодии вас окружит водоворот перемен: пришло время многое менять в своей жизни. Вы чаще станете видеться со старыми друзьями, общаться на разные темы, вы очень интересны друг другу. Постарайтесь

улучшить свои познания в области владения Интернетом. Во втором полугодии замедлите ритм жизни. Не расстраивайтесь, что какие-то ваши качества пока не востребованы обществом: скоро ситуация изменится.

## Обезьяна (1944, 1956, 1968, 1980, 1992)



Наступающий год обещает успехи в профессиональной самореализации, хорошую карьеру, престижные должности, взаимопонимание с начальством. Вы ставите правильные цели и выбираете оптимальные пути их достижения. Поэтому ваши успехи будут значительными и впечатля-

ющими. Во втором полугодии вы очень зависимы от отношения к вам коллег. Зато всегда можете рассчитывать на их помощь. Среди людей, с которыми работаете, найдёте верных друзей и единомышленников. Поразитесь собственной независимости и свободолобью.

## Петух (1945, 1957, 1969, 1981, 1993)



В этом году надо обязательно повышать свой образовательный уровень, расширять познания о мире, больше общаться с людьми, которые живут вдали от вас и придерживаются иной культуры. В первом полугодии не жалейте времени на дальние поездки, на посещение лекций на интересные вас

темы. Во втором полугодии новые знания станут для вас залогом получения приглашения принять участие в хороших и перспективных проектах.

## Собака (1946, 1958, 1970, 1982, 1994)



Первые шесть месяцев года окажутся сложными потому, окружающие будут акцентировать внимание на ваших недостатках и не станут замечать достоинств. У вас нередко будут наблюдаться плохое настроение и неважное самочувствие. Терпение и ещё раз терпение – всё это пройдёт. Глав-

ное – приобрести в этот трудный период вредных привычек. Во втором полугодии приложите усилия, чтобы восстановить отношения с дальними родственниками. У вас наверняка будут интересные поездки.

## Свинья (1947, 1959, 1971, 1983, 1995)



Год Зелёной Деревянной Змеи станет временем, когда вы будете востребованы в обществе. Вас часто будут приглашать на общественные мероприятия, не исключено, что вам придётся выступать. Это улучшит вашу репутацию как профессионала. В течение первого полугодия улучшит-

ся взаимопонимание и с деловыми компаньонами, с супругом или супругой. Второе полугодие может оказаться сложным в физическом плане: старайтесь не хвататься за всё, не стремитесь объять необъятное, ведь силы у вас безграничны.



## БЕРЕГИТЕ СЕБЯ, В ПРАЗДНИКИ ПИТАЙТЕСЬ ПРАВИЛЬНО!

### СОВЕТЫ ВРАЧА

Марина Старостина

**Питание – один из наиболее важных аспектов здорового образа жизни. И предстоящие новогодние праздники, которые, как правило, ассоциируются с обильным застольем, вовсе не повод «сорваться» – нагрузить свой организм вредной едой.**

О здоровом «новогоднем» питании мы поговорили с Людмилой Александровной Шароватовой, эндокринологом и диетологом, врачом высшей категории.

**- Наш разговор сейчас особенно актуален, ведь все планируют праздничное меню. Каким должен быть новогодний стол, на ваш взгляд?**

- Для праздничного стола можно приготовить вкусные и полезные блюда. Я посоветую, конечно, обилия овощей на столе, которые можно сочетать с

белковыми продуктами – с мясом. Его можно приготовить в духовке, запечь, сделать шашлычки, замариновав их на минеральной воде или кефире, и не обязательно использовать большое количество специй. Также это может быть рыба с овощными нарезками либо с листовыми салатами. Очень рекомендую листья пекинской капусты, рукколу, они украсят стол и не приведут к каким-то дисфункциям организма. В качестве заправки советуем использовать сметану или греческий йогурт с чесноком или другими специями, можно добавить горчицу.

- У меня есть фирменный салат, который все любят. Я отвариваю куриное мясо или грудку индейки, режу на кусочки, потом прокладываю слоями: сначала листья салата, затем мясо, потом греческий салат, заправленный зеленью и чесноком, сверху кладу густой омлет из яйца с молоком, на него – грибы. Грибы можно использовать как

лесные, так и шампиньоны, их следует немножко припустить с луком. Я еще сверху посыпаю кедровыми орешками, чуть поджаренными без масла. Салат получается очень вкусный и не очень калорийный.

**- Как вы относитесь к редьке?**

- Я очень люблю редьку, но она многим противопоказана, особенно пациентам с заболеваниями желудочно-кишечного тракта, людям с ожирением. Но при хорошей переносимости и без проблем с ЖКТ я ее рекомендую, ее можно подавать в разных блюдах. Некоторые делают вареники с редькой со сметанным соусом, многие любят редьку в виде салата с морковкой. Традиционный новогодний салат у нас – оливье, но его лучше не заправлять майонезом, а вместо колбасы положить мясо. И не забывайте о фруктах, они украсят ваш стол.

**- На десерт что порекомендуете?**

- Есть очень вкусные и полезные десерты. На днях у меня был на приеме

мальчик-второклассник, который весит почти 80 килограммов. Он говорит: «Это мне нельзя, то нельзя. А я люблю торттики, вкусняшки». Я предложила: «Сделайте с мамой вкусный десерт – смузи. Возьмите замороженные малину, чернику, клубнику, пусть ягоды чуть оттают, и взбейте с йогуртом. Затем поломайте кусочки любой бисквит, положите в красивые чашки. И послонно залейте ягодами с йогуртом, сверху посыпьте какими-нибудь орешками, кунжутом. Знаете, как это будет вкусно!» Мальчишка загорелся этой идеей, надеюсь, они сделают, ему угощение понравится. Такой десерт дешевле и полезнее торта.

**- Ваши пожелания читателям газеты?**

- У меня есть девиз: «Берегите себя, питайтесь правильно». Пусть наступающий 2025 год будет удачным и здоровым, щедрым на добрые события и позитивные моменты.

## ВСТРЕТИТЬ НОВЫЙ ГОД И ВЫЖИТЬ

lenta.ru

До главного праздника года остались считанные дни. Как провести длинные зимние каникулы без вреда для здоровья?

### Ощутить новогоднее настроение

Для многих Новый год ассоциируется с детством, радостью и предвкушением подарков. Во взрослой жизни все иначе: заботы, хлопоты, вал работы перед долгими праздниками.

И все же ощутить атмосферу грядущего торжества возможно, утверждает психолог Яна Семенова. Для этого нужно постараться разгрузить себя перед Новым годом и перенести часть дел на потом. «Разрешите себе праздновать так, как вы хотите, а не как положено. И не ругайте себя, если новогоднее настроение все-таки не придет, ведь сложно чувствовать что-то по заказу», – посоветовала психолог.

Сложные времена и переживания рано или поздно проходят. Не стоит винить себя за то, что праздники окажутся не такими, какими были раньше. И не следует тратить силы на то, что вы сделать сейчас не в состоянии. В праздник нужно отдать

ся тому настроению, какого просит душа.

### Не переест за новогодним столом

Режим питания нужно наладить до новогодних праздников. Меню должно быть разнообразным и вкусным и восприниматься с оптимизмом. Перед ночным празднованием важно хорошо выспаться. В этом случае гормоны, отвечающие за аппетит и насыщение, будут находиться в норме, риск переедания снизится.

За три часа до праздничного ужина, как рекомендует диетолог Анна Зубарева, стоит съесть нежирный белок и овощи, а перед застольем выпить стакан теплой воды.

Отдельно скажем про алкоголь. Он вреден и сам по себе, и тем, что содержит много калорий и раздражает аппетит. Бокал шампанского под бой курантов – да. Но напитки крепче градусом и в большом количестве однозначно не стоят вашего здоровья. Наутро после застолья нужно выпить стакан теплой воды с соком цитрусов в пропорции 2:1. Это стимулирует опорожнение желчного пузыря.

С утра не накидывайтесь на еду, первый прием пищи должен приходиться на обед. И это не должны быть остатки

новогоднего салата! Лучше пообедать горячим куриным бульоном, омлетом, овощным салатом.

### Избежать похмелья

Новогодние праздники традиционно не обходятся без алкоголя. И зачастую после праздничных возлияний возникает похмелье – проявление последствий отравления спиртными напитками, токсичными для организма.

Симптомы похмелья: сильная головная боль, слабость, тошнота, жажда, сухость во рту, нарушение координации.

При употреблении алкоголя организм начинает выводить его всеми доступными способами: через почки с мочой, через легкие с выдыхаемым воздухом, через желудочно-кишечный тракт. Усиленное выведение приводит к обезвоживанию, а вместе с водой теряются и соли. Именно обезвоживание приводит к неприятным последствиям, поэтому для избавления от похмелья первым делом нужно восстановить водно-солевой баланс в организме.

Сделать это можно большим количеством жидкости, желательно с добавлением соли. Рекомендуется пить минеральную воду, можно употреблять рассол, обычную воду, горячий и некрепкий чай.



спост.ру

### Не разругаться с близкими

Новый год – праздник, когда близкие стремятся собраться за одним столом. Но бывает, что неумение принимать людей такими, какие они есть, неприязнь друг к другу берут верх. Если есть опасения, что во время празднования веселая беседа может перерасти в скандал, нужно заранее поделиться своими страхами с близкими и договориться до застолья, каких тем лучше избегать, рассказала психолог Юлия Кузнецова.

Если во время праздничного застолья напряжение нарастает, например, из-за расхождения мнений в актуальных вопросах, нужно постараться спокойно напомнить всем повод праздника. Можно вспомнить что-то доброе из общих историй, тем самым переключив фокус внимания с конфликта на что-то радостное, объединяющее всех.

## ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ НОВОГОДНИХ САЛАТОВ

здоровое-питание.рф

Одним из главных блюд на новогоднем столе бывает салат. Разнообразие рецептов позволяет сделать праздничное меню вкусным и нарядным. Однако следует помнить, что любой салат – благоприятная питательная среда для развития патогенных микроорганизмов, которые способны вырабатывать токсины. Неправильно хранящийся салат может стать причиной тяжелого пищевого отравления.

В этом блюде перемешано множество продуктов с разной стойкостью хранения, поэтому его срок годности будет зависеть от рецепта. Салаты часто заправляют майонезом или другим



соусом, это ускоряет процессы размножения микробов. Поэтому салаты относят к скоропортящимся пищевым продуктам, которые рекомендуется хранить в холодильнике.

Салаты из сырых овощей или фруктов; с добавлением мяса, птицы, копченостей; из вареных овощей могут храниться 18 часов, после заправки – 12.

Салаты с добавлением консервированных овощей или вареных яиц после заправки хранятся только 6 часов. Из маринованных, соленых, квашеных овощей – 36 часов.

Заправлять салаты безопаснее все-



го перед подачей на стол. Старайтесь не оставлять заправленный салат на всю ночь на новогоднем столе, лучше убрать его в холодильник.

# К нам приближается миролюбивая Змея

## СИМВОЛ 2025 ГОДА: ЧТО О НЕМ НУЖНО ЗНАТЬ

«Российская газета»

Если в реальной жизни рептилия считается потенциально опасным животным, то Зеленая Деревянная Змея, которая сменит Дракона в 2025 году, – самая миролюбивая из всех своих сестер.

### Спокойствие и гибкость

Зеленый цвет символизирует обновление, гармонию и процветание, китайцы раньше часто использовали его для защиты от злых духов, считая символом удачи. Дерево отвечает за рост, развитие и самосовершенствование: будучи твердым и гибким одновременно, оно символизирует решительность и терпение.

Зеленую Деревянную Змею отличает остроумие, магнетизм, спокойствие и чувственность. Двучищность и злопаятность ей чужды. Поэтому, чтобы ухватить удачу за хвост, стоит уподобиться этой грациозной рептилии: не проявлять в делах спешку, избегать ненужной суеты, быть спокойным, гибким, тщательно продумывать свои действия.

«Год Деревянной Змеи несет стремление к переменам и глубокому анализу, вдохновляя нас искать новые пути к достижению целей. Год будет отмечен вниманием к деталям, проницательностью и способностью принимать дальновидные решения. Змея предпочитает обдуманные действия и избегает импульсивности, что делает ее символом расчетливой и взвешенной мудрости, – отмечает эксперт по вос-

точным практикам Мария Ковальская. – В 2025 году успеха добьются те, кто умеет быть терпеливым, открытым для роста, сохраняя при этом гибкость».

### Что обязательно должно быть на столе

Праздничный стол должен символизировать стихию Дерева, которая поддерживает Змею в этом году. Добавьте на праздничный стол много свежей зелени и овощей: салаты, блюда с травами, чтобы привлечь энергию роста и процветания. Помимо очевидной пользы для здоровья, овощи и зелень символизируют жизненную энергию и обновление. Не стоит забывать и про фрукты – символ удачи и благополучия.

Но Змея – хищное животное, поэтому без мясных блюд не обойтись. К тому же, согласно китайским поверьям, мясо символизирует богатство и процветание, а его употребление в новогодние праздники может принести защиту от негативного воздействия. Больше всего Змее нравятся кролик и курица, их можно запечь или потушить.

Змея – не большая поклонница сладкого, зато благосклонно относится к дарам природы. В качестве лакомства к чаю подойдут орехи, которые олицетворяют защиту и изобилие, мед – символ сладкой жизни и сухофрукты.

### Что нельзя готовить

Змея ценит свежесть и натуральность. Колбасы и копчености насыщены различными добавками, их резкий вкус будет воспринят Зеленой Деревянной Змеей как слишком агрессивный. Не

по душе придется хозяйке 2025 года и красное мясо – свинина, говядина. Советуем выбрать легкие блюда из птицы или кролика.

Змея – поклонница умеренности, легкости, жирные продукты могут ее разозлить. Помните: минимум масла и специй – максимум натуральности. Это относится и к десертам: в новогоднюю ночь забудьте про торты с жирным кремом, отдайте предпочтение фруктовым десертам.

Что касается гарнира, то в крупах и бобовых много полезных веществ, однако блюда из них могут вызвать тяжесть. Лучше в качестве гарнира подать запеченный или отварной картофель, овощи-гриль.

Символ наступающего 2025 года не терпит ничего «шипучего», поэтому на новогодний стол лучше подать не газировки, а натуральные соки или морсы.

### Как правильно украсить праздничный стол

Первый шаг к созданию новогоднего стола 2025 – выбор правильной цветовой гаммы. Темно-зеленый – любимый цвет хозяйки наступающего года. Он олицетворяет богатство и здоровье. Можно экспериментировать с оттенками зеленого – от мятного до глубокого хвойного.

Младшая сестра Дракона, Змея тоже любит роскошь, значит, приветствуется цвет золота, но в меру. Перебарщивать с золотом не стоит. Лучше использовать этот цвет в качестве яркого акцента, например, кайма на тарелке.



uliss.media

В сочетании с зеленым и золотистым, небольшое присутствие черного цвета придаст праздничному столу загадочности и элегантности.

Идеальной для новогоднего стола в Год Змеи станет скатерть изумрудного или хвойного оттенка из натуральных материалов – хлопок или лен. Добавьте свечи, чтобы создать атмосферу уюта и тепла.

Также можно смело включить в декор элементы природы – еловые веточки, зелень, живые растения и деревянные аксессуары. Например, это может быть композиция из еловых веток, золотистых шариков и маленьких змеек изумрудного цвета. Главное – избегайте перегруженности, приветствуется здоровый минимализм.

### Какие блюда приготовить

Курица по-китайски



**Потребуется:** курица – 1 тушка, луковица – 1 средняя, чеснок – 4 зубчика, растительное масло без запаха – 250 мл, соль и сахар – по 2 ч. ложки, перец горошком, имбирный порошок, семена кориандра, соцветия гвоздики – по 0,5 чайной ложки.

**Приготовление:** поджарьте кориандр, сушеный имбирь, черный перец и 2 бутона гвоздики на сухой сковороде, затем измельчите специи с 1 ложкой соли. Обмажьте курицу этой смесью. Внутри положите очищенную луковицу. Поместите птицу в пластиковый пакет и уберите в холодильник, чтобы она пропиталась специями.

Через 5 часов разогрейте в глубокой сковороде растительное масло, опустите курицу и обжаривайте с разных сторон до образования золотистой корочки.

Как только корочка появится со всех сторон, выньте курицу и слейте масло так, чтобы осталось буквально на дне.

Положите туда 4 мелко нарезанных зубчика чеснока и влейте пол-литра горячей воды. Добавьте соль и сахар. Когда бульон закипит, положите в него курицу, убавьте огонь и томите около 20 минут.

Перед подачей украсьте блюдо зеленью, можно добавить тонкие кружки свежего апельсина.

### Салат с курицей, виноградом и яблоками

**Потребуется:** отварное куриное филе – 2 шт., кисло-сладкое яблоко – 2-3 шт., сельдерей – 2 стебля, зеленый виноград – 300 г, красная луковица – 1 шт., сметана или греческий йогурт для заправки, перец и соль – по вкусу.

**Приготовление:** куриное филе мелко нарежьте. Яблоки и сельдерей нарежьте кубиками, измельчите лук, виноградины разрежьте пополам. Заправьте салат греческим йогуртом или сметаной, добавив соль и перец по вкусу. При желании можно добавить грецкий орех. Украсьте зеленью, клюквой или брусникой.

### Закуска на крекерах

**Потребуется** на 3 крекера (для большего количества объем продуктов пропорционально увеличивается): сваренное вкрутую яйцо куриное – 1 шт., мягкий сыр – 100 г, сыр творожный – 2 ст. ложки, помидоры черри – 2 шт., чеснок – 1 зубчик, укроп – 30 г,

крекер – 3 шт., зерна граната.

**Приготовление:** яйцо и сыр натрите на мелкой терке. Помидоры мелко нарежьте, лишний сок слейте. В глубокой миске смешайте натертые сыр, яйца, черри, добавьте творожный сыр и выдавите чеснок.

Сформируйте «елочки»: положите ложку сырной массы в ладонь и скатайте конус. Затем возьмите мелко нарезанный укроп и обваляйте в нем каждый сырный конус. Установите «елочки» на крекерах, украсьте зернами граната.

### Рулетки из огурцов с авокадо



**Потребуется:** 2 длинных огурца, авокадо – 1 шт., творожный сыр – 2 ст. ложки, мягкий сыр – 80 г, по желанию – кедровые орехи – 50 г, соль, перец – по вкусу.

**Приготовление:** огурцы нарежьте тонкими пластинами-лентами. Сыр натрите на терке, авокадо разомните вилкой. Смешайте авокадо, сыр и творожную массу, добавьте перец и соль, хорошенько перемешайте. Можно

добавить кедровые орехи. Выложите начинку на огуречные полосы, сверните рулетки, скрепите зубочистками. Сверху можно украсить кружочками оливок.

### Запеченные яблоки с корицей



**Потребуется:** яблоки (зеленые или любые кисло-сладкие) – 5 шт., грецкие орехи – 150 г, мед, сок 1 лимона, корица, мускатный орех, молотый имбирь.

**Приготовление:** у яблок удалите сердцевину и верхушку, сбрызните каждое соком лимона. Смешайте мед, измельченные грецкие орехи и специи, начините этой смесью яблоки. Сверху добавьте корицы.

Выложите яблоки на противень, запекайте при температуре 180 градусов. Следите за процессом: быстрая приготовления десерта будет зависеть от степени зрелости яблок, их размера и сорта. Яблоки должны остаться целыми и не превратиться в пюре. Подавать можно с мороженым.

## СИМВОЛЫ НОВОГО ГОДА: ИСТОРИЯ И ЗНАЧЕНИЯ

flowwow.com

**Почему мандарины – символ Нового года в России? Какие игрушки вешают на елку только у нас и нигде больше? И почему Новый год – это именно елка? Попробуем проследить, когда и как появились в нашем обиходе привычные символы праздника?**

Каков истинный смысл Нового года? Для человека очень важна смена циклов: начало нового года знаменует собой момент, когда можно оставить в прошлом все грустное и плохое, а в новый круг вступить с надеждой, что он будет лучше предыдущих. И помочь в этом должны особые атрибуты.

**Елка.** Пушистая красавица с ароматной хвоей стала главным новогодним знаком по историческим меркам недавно. Сегодняшний главный символ Нового года впервые появился в исторических источниках в 1510 году в Риге, где в канун Рождества на площади у ратуши установили наряженное хвойное дерево. Сейчас там есть не приметная каменная плита – памятник первой в мире новогодней елке.

Но почему именно елка? Об этом говорят христианские легенды: якобы святой Бонифаций, борясь с язычниками, срубил дуб бога Тора. Дерево, падая, обрушило все другие деревья,

кроме елки. С XVI века символ елки прочно вошел в обиход европейцев. Деревце долгое время оставалось маленьким, настольным.

В Россию традицию украшать елку под Новый год принес Петр I. Этот ритуал появился вместе с законом о новом летосчислении и должен был визуализировать новую традицию, до этого началом нового цикла считали 1 сентября.

Вместе с елочкой Петр ввел традицию вешать на ворота хвойные ветви.

Забавный факт: русский «обычай» не убирать елку до самого лета зародился тогда же! После смерти Петра украшенные деревья устанавливали только в питейных заведениях, их хозяева ленились вырывать дерево до следующего Нового года.

Путь новогодней елочки в новой истории России был тернист. Ее было стали устанавливать в середине XIX века на главных площадях в больших городах, но во время Первой мировой войны традицию упразднили. Позже елочка вернулась, но ненадолго: в 1920-е ее запретили в СССР как буржуазный символ, который не вяжется с новой властью. Лесная красавица возвращается в дома только в 1936 году, с тех пор ей посвящают песни, мультфильмы, налаживают производство елочных игрушек.

**Дед Мороз.** До XX века в русской традиции Мороз был сердитым и не имел ничего общего со святым Николаем, который подсовывал европейским детям подарки в носочки. Наши предки чтли традиции в самые холодные дни кормить Студенца, то есть

утренниками, когда нужно проводить с маленькими детьми подвижные игры!

**Снеговик.** Этот персонаж – волшебный дух зимы и ее помощник. Если Снегурочки нет рядом, именно Снеговик на правах символа Нового года проведет веселые конкурсы и поможет раздать детям свертки с конфетами.

**Подарки.** Сувениры на Новый год дарили друг другу дворяне в конце XIX века. Обменивались небольшими вещичками, сладостями, елочными украшениями. На русских открытках начала XX века Деда Мороза изображают идущим через город или деревню с огромным мешком, из которого щедро сыплются нарядные свертки.

**Пряники.** Из съедобных атрибутов праздника только пряник мы можем смело записать в официальные новогодние символы. Пряник – старинное лакомство, пекли его преимущественно на Новый год и в Европе, и на Руси.

**Мандарины.** В солнечной Абхазии, некоторых южных регионах России их сезон наступает как раз в декабре. Однажды в 1963 году в ленинградский порт прибыл сухогруз со спелыми мандаринами. Фрукты заполнили прилавки во всех крупных магазинах и вызвали настоящий ажиотаж. С тех пор в стандартные советские «продуктовые корзинки» всегда входили мандарины.

**Шампанское.** Французы, настоящие фанаты своих игристых вин, считали, что шампанское приносит удачу и финансовое благополучие. Со времен Наполеона его пили во время новогодней трапезы. В СССР на стол было принято ставить не только шампанское, но и другой алкоголь: коньяк, крепленое вино, рябиновые и вишневые настойки. Но когда в 1960-е годы на каждую семью стали выделять по бутылке шампанского, в обиход вошла эффектная традиция хлопнуть пробкой под бой курантов.

**Салат оливье.** Шеф-повар ресторана «Эрмитаж» в Москве Люсьен Оливье приготовил знаменитое блюдо от отчаяния: к нему в заведение перестали ходить. Повар просто выложил на большое блюдо все любимые продукты москвичей того времени: рябчиков, раковые шейки, картошку, маринованные

огурцы, желе из бульона – облагороженный холодец, ломтики говяжьего языка. Все это нужно было есть попеременно, макая в соус провансаль. Блюдо стало негласным новогодним символом опять же в 1960-х, когда в поваренных советских книгах появился салат «Столичный» – сплошь из дефицитных продуктов: языка, майонеза, зеленого горошка.

**Красная икра, шпроты, селедка под шубой.**

В конце XIX века соленую икру лососевых рыб стали активно поставлять в Россию из Норвегии, в высших кругах было обязательным ритуалом подать икру к шампанскому.

В СССР икра была синонимом богатства. Драгоценные зелено-оранжевые баночки выделяли по одной на семью, а если деликатеса не хватало, обходились балтийскими шпротами, сельдью, скумбрией.

**Фейерверки и бенгальские огни.** Огни в небе – старинный символ Нового года в Китае. В царской России фейерверки долго оставались символом имперской власти и силы. В 1674 году государь Алексей Михайлович отпраздновал великолепным фейерверком рождение сына – наследника престола. Пиротехникой с детства увлекался и Петр I, поэтому в 1700 году салюты вошли в традицию вместе с елкой и новым календарем.

В советской России салюты стали обязательной частью традиции после 1945 года, долгое время они символизировали огневую мощь страны. А символом детских праздников была нарядная и безопасная хлопушка.

**Елочные шары.** Круглые и блестящие, они – универсальный вид декора для новогодней елки. Впервые их стали делать в Германии в конце XVIII века. Шары выдували из толстого стекла и изнутри покрывали свинцом. Позже заменили свинец серебром, а стенки шаров стали делать тоньше. Сегодня яркие советские шары с гордостью вешают на елку вместе с новенькими украшениями.

В XX веке игрушки на елку из стекла стали более причудливыми: в форме зверушек, звездочек, колокольчиков. Сегодня хрупкий и дорогостоящий материал для них часто заменяют пластиком.

**Гирлянда.** Декабрь – самый темный месяц в году, поэтому нарядные елочки было решено подсвечивать. Первые гирлянды появились в XIX веке, это было безумное расточительство, доступное только царям. А сегодня традиция украшать дом, окна, балконы разноцветными огоньками настолько сильна, что всю зиму мы можем идти по улице и видеть яркие переливы света.

## СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ

## «Новогодние игрушки»

**Ирина Анатольевна** из Екатеринбурга предлагает за праздничным столом исполнить чудесную песню из репертуара певицы Натали. Она придется по душе и взрослым, и детям.

**Слова Андрея Дементьева, музыка Аркадия Хоралова.**

Мне однажды летом приснился Новый год:  
По зелёным травам Снегурочка идёт.  
А ко мне с букетом из ромашек  
Заявился Дедушка Мороз,  
И такой он мне ларец волшебный преподнёс.  
Новогодние игрушки, свечи и хлопушки в нём,  
А весёлые зверушки мой перевернули дом.  
Завели весёлый хоровод,  
До чего смешон лесной народ!  
И не верилось, что всё пройдет сказочным сном.  
Всё уносит время, исчез нежданный сон,  
Но порою снова ко мне приходит он.  
И однажды среди вещей забытых  
Я случайно поднял ларец...  
Значит, сказке новогодней этой – не конец!



Мороза: выставлять за порог кашу, кисель, блины, чтобы он наелся и пощадил посевы на полях. Сегодня добрый Дед Мороз – символ Нового года, волшебник и исполнитель желаний. В России он появился вместе с советской елкой в 1930-е годы.

**Снегурочка.** Грустная снежная девочка, которую, по сказке, слепили дед с бабкой, превратилась в миловидную девушку-помощницу Деда Мороза. Что бы он делал без нее на детских



НАШ САЙТ: [газетапенсионер.рф](http://газетапенсионер.рф)  
ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Пенсионер №52(1230)

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС: П3196

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

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

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

Адрес редакции и издателя:  
Россия, 620000, Екатеринбург, ул. Антона Валека, 15, оф. 602. Телефон: 8-800-511-87-12. E-mail: [ps@mediakrug.ru](mailto:ps@mediakrug.ru).  
Сайт: [газетапенсионер.рф](http://газетапенсионер.рф)

Газета распространяется по подписке, в газетных киосках, почтовых отделениях города и области. Цена – договорная. Газета отмечена в АО «Прайм Принт Екатеринбург», Россия, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18, корп. Н. Сдана номера в печать по графику – 16.00, фактически – 13.00, 24.12.2024 г. Дата производства 24.12.2024 г. Выход в свет 25.12.2024 г. Тираж 12 400 экз. Заказ 8520.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова,  
E-mail: [ps@mediakrug.ru](mailto:ps@mediakrug.ru)

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка В. Маргиева

Отдел объявлений М. Волкова.

Отдел подписки О. Бирюмова, тел. 8953-825-76-81

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

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР» по QR-коду

