



В мире существует парадокс — чем больше власти, тем меньше ответственности.

Фёдор Тютчев

Пенсионер



ГЛАВНАЯ ГАЗЕТА ПЕНСИОНЕРОВ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

№ 50 (812) • 12 декабря 2016 г.

РОССИЙСКАЯ РЕАЛЬНОСТЬ:



НИ ДНЯ БЕЗ КАТАСТРОФЫ?

Вся страна скорбит по погибшим в страшном ДТП в Ханты-Мансийском автономном округе. Но лично для меня это стало очередным подтверждением печального факта: бесконечные трагедии на дорогах России — это результат краха системы безопасности дорожного движения.

ЭХО ТРАГЕДИИ

Напомним, 4 декабря в 36 километрах от Ханты-Мансийска, около 16 часов произошло ДТП с участием пассажирского автобуса и нескольких грузовиков. В автобусе находились юные спортсмены из секции спортивной акробатики, которые возвращались с окружных соревнований в Нефтеюганск. Всего в автобусе было 34 человека. В результате трагедии 12 человек погибли, в том числе — 11 детей. Остальные пассажиры с травмами были доставлены в ОКБ столицы Югры. Два подростка находятся в крайне тяжелом состоянии, 18 — в тяжелом.

Министр здравоохранения РФ Вероника Скворцова, которая координирует работу врачей в самом Ханты-Мансийске, сообщила на встрече с журналистами, что 35-летняя женщина-тренер, которая сопровождала детей, находится в реанимации в критическом состоянии. «Прогноз очень

сложный, порадовать нечем... Повреждено все, все шесть основных систем повреждены, эти повреждения несовместимы с жизнью», — сказала министр.

Скворцова подчеркнула, что пока никто из детей не транспортабелен. У всех — тяжелейшие черепно-мозговые травмы, врачи опасаются отправлять их на лечение в Москву до тех пор, пока их состояние не станет более-менее стабильным.

По факту аварии Следственный комитет России возбудил уголовные дела по двум статьям: нарушение ПДД, повлекшее гибель нескольких человек, и оказание услуг, не соответствующих требованиям закона. Глава СКР Александр Бастрыкин также находится в ХМАО и контролирует ход следствия...

ПОЖУРИЛИ — И В ПУТЬ!

Да, сейчас спохватились в очередной раз. В полном соответствии с народной пословицей «Пока гром не грянет...».

Прокурор Свердловской области Сергей Охлопков поручил подчиненным срочно провести проверку организации детских автоперевозок на территории Среднего Урала. Но беда в том, что проблема в безопасности не только детских, но и пассажирских перевозок вообще.

Проведя расследование, представители правоохранительных органов утверждают: водителей автобуса и грузовика, которые погубили детей в ХМАО, работники ГИБДД ранее неоднократно привлекали к ответственности за нарушения правил дорожного движения. Плюс сам автобус, как и большая часть автопарка, который используют предприниматели для пассажирских перевозок, — «столетней» давности и в жутком техническом состоянии. Просто хочется кричать: если знали, если штрафовали, почему вообще разрешали им работать на маршрутах? Или очередной штраф — лишь «отмазка» от начальства на случай ЧП: мол, мы же их наказывали! Непомерно жестокой оказалась расплата за такое попустительское! Теперь высокопоставленные «командиры» ГИБДД Югры оправдываются: если бы к нам обратились за разрешением на перевозку детей, мы бы ни

за что не разрешили движение автобуса в темное время суток. Но, напомню, все случилось в 16 часов. Да, в это время на Урале, на севере уже темнеет, и дело здесь не в продолжительности светового дня, а в том, что этот автобус в принципе не должен был появляться на дороге! И в этом виноваты именно вы, господа из ГИБДД!

Точно так же виновны инспекторы и в другой аварии, которая случилась в один день с ханты-мансийской катастрофой. Но осталась почти незамеченной, хотя пострадали тоже молодые ребята — призывники.

ЧП произошло утром 4 декабря на федеральной трассе в Челябинской области. Микроавтобус, на котором к областному сборному пункту везли 11 юношей из Усть-Катава, слетел с дороги и перевернулся. Один из молодых людей получил серьезную травму позвоночника, его госпитализировали в больницу Чебаркуля. Как выяснили в ГИБДД, 39-летний водитель автобуса за два года семь раз привлекался к ответственности, в том числе несколько раз — за выход в рейс на неисправном транспорте. Вновь вопрос: почему он оставался «при правах»? Почему вновь сел за руль?

Окончание на стр. 2

Как встретиться с губернатором

По сообщению Департамента информполитики, губернатор Е. Куйвашев проведет 6 декабря прием граждан в общественной приемной премьер-министра, председателя партии «Единая Россия» Дмитрия Медведева.

В послании Федеральному Собранию Президент России Владимир Путин отметил особую роль прямого общения с людьми и обратился с призывом «не прятаться в служебных кабинетах, не бояться диалога — идти навстречу, честно и открыто разговаривать с людьми».

На этот раз в режиме видеосвязи к губернатору смогли обратиться жители разных районов области. К примеру, за помощью в получении благоустроенного жилья обратилась жительница Артея Лариса Петрованова. Дом, в котором она проживает, был признан аварийным в 2015 году и не попал в программы переселения граждан из аварийного жилфонда.

«В первую очередь мы должны обеспечить новым жильем тех жителей области, чьи дома включены в программу переселения до 1 января 2012 года. Потом приступим к расселению людей из аварийных домов, признанных таковыми позже. Я ставлю этот вопрос на контроль и поручаю главе муниципалитета ежемесячно информировать, как идут дела по переселению...», — пояснил губернатор.

Думаем, что возможность пообщаться по наболевшим вопросам с руководителем региона готовы воспользоваться тысячи пенсионеров Свердловской области. Поэтому мы публикуем контакты Региональной общественной приемной Д.А. Медведева.

Обращение в адрес общественной приемной председателя «Единой России» можно направить:

- по почте, адрес: 620075, г. Екатеринбург, ул. Розы Люксембург, 7;

- по электронной почте: or.r66@edinros.ru;

- по телефону: (343) 355-11-41.

Также можно предварительно записаться на тематический прием, который по графику проводят руководители исполнительных органов государственной власти Свердловской области и депутаты регионального Законодательного собрания.

Российская реальность: ни дня без катастрофы?

Окончание. Начало на стр. 1

С ПЛЕЧ ДОЛОЙ

Просто просится на язык присказка, которую я услышала однажды: «Скажи-ка, дядя, ведь недаром ты вышел из кустов с радаром?» Что входит в функции инспекторов ГИБДД, если не отслеживание подобных случаев и предотвращение их повторов в будущем? Не хватает сил и возможностей? Так сегодня все больше бдительных граждан готовы оказывать содействие госавтоинспекции, прекрасно понимая, что завтра трагедия может случиться в любом месте и с каждым.

Но эта помощь остается не востребовавшейся. Конкретный пример: в Екатеринбурге на оживленном и всегда загруженном перекрестке, обгоняя друг друга и нарушая правила, спешат к остановке два пассажирских автобуса из разряда «маршрутка с водителем из ближнего зарубежья». Их задача – не довезти пассажиров в целостности и сохранности, а «нарубить бабла». В итоге тот, которому не хватает места на остановке, просто распахивает двери посреди перекрестка, где движутся автомобили!

Один из прохожих снимает происходящее на мобильный телефон и отправляет фото в облГИБДД с указанием даты, места и времени происходящего.

Ответ он ждет больше недели. В итоге автоинспекция пишет письмо примерно следующего содержания: это не в нашей компетенции, это нарушение правил оказания услуги, так что обратитесь в Роспотребнадзор...

Господа при погонах, а как же Правила дорожного движения, которые, как известно, написаны кровью? В них имеется очень точное определение понятия «Остановка» – «преднамеренное прекращение движения транспортного средства на время до 5 минут, а также на большее, если это необходимо для посадки или высадки пассажиров...». Высадка пассажиров является одной из главных причин остановки. И она запрещена там, где запрещена остановка. Ответственность за остановку там, где это запрещено, определяет статья 12.19 Кодекса об административных правонарушениях. Напомним, что среди мест, где запрещено останавливаться, значатся, в том числе, и пешеходные переходы и перекрестки, а также расстояние ближе 5 метров перед или за ними.

Будем ждать месива на перекрестках, чтобы снова организовать масштабную проверку и ужесточение всего и вся?

Сегодня дорожные трагедии стали печальной реальностью в России. Их провоцирует, среди прочего, и всеобщее попустительство. Но не слишком ли высокая цена за равнодушие – 11 детских жизней? Даже не беря в расчет других погибших на дорогах страны...

Наталья Березнякова

ГОРЕ-СЧЕТОВОДЫ

Как утверждает информагентство Ura.ru, политэлита Свердловской области выказала крайнее недовольство инициативой, касающейся пенсий губернаторов. Соответствующий законопроект скоро должны рассмотреть депутаты Заксобрания.

Суть предложения: если губернатор проработает от 5 до 7 лет, предлагается назначить ему пенсию в размере 135 процентов ежемесячного оклада, от 7 до 12 лет – 155 процентов, от 12 до 15 лет – в размере 175 процентов, свыше 15 лет – в размере 195 процентов. «Возмутительно, когда Россель столь откровенно проталкивает такое, понимая, что следующий сроку в Совете Федерации уже не сидеть. Что, икра уже не таким толстым слоем на бутерброде? Лучше бы лицо сохранил и престиж стареющего политика», – приводит агентство мнение некоего регионального политика.

НИ В ЧЕМ СЕБЕ НЕ ОТКАЗЫВАЙ

Тема соответствия российских пенсий насущным потребностям пенсионеров стара, как мир. Понятно, что на фоне растущих цен на продукты питания, коммунальные услуги, лекарства и прочее пожилым россиянам приходится каждый день делать мучительный выбор в пользу здоровья, более-менее полноценного питания или оплаты жилья. На все сразу ни у кого не хватает. Поэтому появляются всевозможные попытки подвести под существующую реальность научную основу. Мол, никогда старики так сытно, как сейчас, не жили!

Однажды я наткнулся на некоторые, с позволе-



ния сказать, исследования. Опубликовано в журнале «Лайф» в июне нынешнего года «размышление» историка Евгения Антоныча «Верните мне 1907-й: почему сто лет назад пенсии были выше?» вызвало противоречивые чувства. В целом интересные данные были омрачены несколькими «но»...

Например, автор, указывая расходы пожилых людей в дореволюционной России на содержание жилья, не учитывает их в оценке покупательной способности тогдашней пенсии. Впрочем, не берет он эти затраты во внимание и при расчёте покупательной способности пенсий в СССР. Что уж говорить о затратах на жилищно-коммунальные услуги в наши дни, когда они составляют порой до 75 процентов пенсии! Различные доплаты и компенсации несколько выравнивают эту диспропорцию, но лишь в том случае, когда пенсионер проживает один в скромной по метражу квартире.

Итак, что же насчитал Евгений Антоныч? Для удобства сравнения я несколько преобразил «авторский» список продуктов и дал одинаковую трактовку единицам измерения.

Средняя пенсия в России, по состоянию на 2016 год, составляет 13,1 тысячи рублей при средней зарплате по стране – 32,1 тысячи (до выплаты налогов). Сейчас на среднюю российскую пенсию можно приобрести:

436 буханок хлеба, 187 кг гречки, 252 кг риса, 262 кг сахара, 93,5 кг курицы, 29 кг говядины, 66 бутылок водки, 1746 яиц или 524 кг капусты. Понятно, что не все сразу, а один вид продуктов на выбор!

При средней пенсии в 70 рублей советский пенсионер мог потратить её на приобретение: 350 буханок хлеба, 135 кг гречки, 79,5 кг риса, 77,7 кг сахара, 35 кг курицы, 35 кг говядины, 14 бутылок водки, 770 яиц или 875 кг капусты.

Современный пенсионер может приобрести на среднюю пенсию чуть меньше хлеба, чем дореволюционный, но больше, чем советский. Также ему по карману примерно сопоставимое с дореволюционными данными количество курицы, значительно больше мяса птицы, чем в советское время. В 2016 году он может купить на 33,5 кг говядины меньше, чем сто лет назад, и на 6 килограммов меньше, чем в советский период. Современный пенсионер может позволить себе больше сахара, чем его предшественники за последние сто лет. Аналогичная ситуация и с крупями.

ДАВАЙТЕ ОЦЕНИМ СВОЕ «СЧАСТЬЕ»

Так мы, оказывается, живём хорошо! Вот только в расчёте покупательной способности автор, помимо платежей за ЖКУ, почему-то не учел и резко возросшие

расходы стариков на приобретение лекарств, проезд в общественном транспорте и прочее. Этот и другие «исследователи» прекрасно знают, что рассчитывать надо не чистые пенсии, а реальный доход пенсионера. Тут ситуация получится несколько иная.

Почему, например, оказалось неучтенным бесплатное медицинское обслуживание в СССР и «условно бесплатное» – в современной России? Образование брать не будем, финансирование образования внуков – дело для бабушек и дедушек сугубо добровольное. Тем не менее понижающий коэффициент всё-таки поставим.

Зато товары народного потребления, наоборот, сегодня часто дешевле, чем во времена СССР. Для сравнения: туфли мужские тогда стоили 30-40 рублей, то есть полпенсии, а сейчас в недорогом магазине отечественной обуви сопоставимые по качеству туфли можно купить за четверть нынешней пенсии.

Попытки сравнения пенсий для того, чтобы оценить качество жизни пожилых россиян, заведомо провальны. Чтобы оценить реальное положение дел, нужен всесторонний анализ, куда войдут затраты на «коммуналку»; стоимость продуктов питания, товаров народного потребления; проезда в общественном транспорте – с учётом действующих льгот; затрат на медицинское обслуживание – с учётом приобретения лекарств; не забудьте и о дополнительных выплатах и иной материальной помощи. Вот тогда можно будет увидеть действительную разницу в уровне жизни современных пенсионеров и их сверстников времён СССР.

Так что можно лишь позавидовать «оперативности» бывших губернаторов. Они разницу своих доходов с пенсией «коллег по возрасту» давно сравнили и поняли: надо бы, пока не поздно, солломки подстелить!

Андрей Сальников

ВАШИ ДЕНЬГИ РАБОТАЮТ НА ВАС!



«КАПИТАЛ»
финансово-строительная компания
ДЕНЬГИ В РОСТ!

НОВОГОДНЯЯ АКЦИЯ!

100%
защиты ваших
вложений

28% + 4%
ГODOVЫХ

(343) 271-55-96, 8-922-29-54-922

г. Екатеринбург, ул. Малышева, 12 Б-207

Санаторий «Юматово»
Ждем вас на отдых и лечение!

Предъявителю купона
СКИДКА до 20%*

- благоприятный климат;
- кумыс и минеральная вода «Юматовская»;
- различные виды водных, физиотерапевтических и других процедур;
- полноценное трехразовое питание;
- уютные номера, разнообразный досуг.

тел. 8(347) 270-72-11
РБ, Уфимский р-н, село санатория «Юматово», ул. Кольцевая, 27,
www.yumatovo.ru, e-mail yumatovo@ufanet.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

*Купон действует до 31.12.2017г.



«ПЕНСИОНЕР» ценит поддержку читателей

Наша газета за 17 лет существования стала отдушиной, верным и надежным помощником для тысяч читателей. К сожалению, в жизни случаются перемены, и зачастую - не самые приятные. Цена на подписку стала выше, поэтому многие подписчики стали задумываться: стоит ли и дальше выписывать любимое издание? На самые распространенные вопросы читателей отвечает редактор **Иван Михайлович Шиков**.

- Подписка на газету «Пенсионер» на первое полугодие 2017 года резко возросла в цене. Конечно, это не могло не вызвать недовольство многих читателей. С чем связано повышение цены?

- Как известно, итоговую цену подписки во многом определяет руководство «Почты России» и федерального Министерства связи и массовых коммуникаций. Их решение зависит от стоимости затрат по доставке газеты до подписчика, они же предоставляют льготы и скидки исходя из специфики издания и его социальной значимости. Каждые полгода, задолго до начала подписной кампании, нам приходится оформлять множество разных документов с «Почтой России». Сразу хочу сказать, что на первое полугодие 2017 года мы свою, «редакционную» часть цены на подписку не поднимали. Возросла лишь «почтовая» доля подписной цены - за доставку номеров до личного почтового ящика или абонентской ячейки в почтовом отделении.

- Сказалось ли повышение цены на количестве подписчиков?

- Конечно. Пенсия у наших читателей, как говорится, не резиновая, - каждый рубль на учёте, а подписка стала на 90 рублей дороже. Поэтому некоторые пенсионеры пока не оформили подписку на первое полугодие 2017 года. Я их понимаю: денег иной раз не хватает на самое необходимое - лекарства, еду, ЖКХ, а тут, хоть и интересная, но газета, без которой вроде бы можно обойтись.

Но давайте взглянем с другой стороны. Недавно я вручал приз подписчику в поселке Левиха, в разговоре он сказал: «Благодаря газете «Пенсионер» я переехал в новую квартиру». Выяснилось, что в одной из опубликованных статей была информация, которая помогла ему решить квартирный вопрос.

- Какие меры были предприняты редакцией, чтобы многие подписчики смогли подписаться на газету по сниженным ценам?

- Мы всегда включаемся в акции, которые организует «Почта России», - это досрочная подписка, Всероссийская декада подписки. Благодаря этому наши читатели получают возможность выписать издание по сниженной цене. Сейчас вновь, с 1 по 10 декабря, проходит декада, объявление о ней мы также размещали в газете. Цена подписки с доставкой до почтового ящика в эти дни снижена.

Если кому-то тяжело заплатить сразу полгода, можно выписать

другую нашу газету - «Пенсионер России». Её стоимость значительно ниже. Но надо учесть, что эта газета будет приходить не каждую неделю, а 1 раз в месяц и без ТВ-программы.

- Успеют ли читатели подписаться на «Пенсионер» по выгодной цене?

- Конечно, ведь декада заканчивается в субботу, 10 декабря. Не забывайте и о том, что можно оформить подписной абонемент «до восстановления» с получением номеров на почте. Цена также окажется ниже, чем с доставкой до личного почтового ящика. Также на почте действуют льготы для ветеранов Великой Отечественной войны и инвалидов при наличии соответствующего удостоверения.

- Многие заметили, что у газеты появились два подписных индекса. К привычному 58840 добавился ПЗ196. С чем это связано?

- Сейчас подпиской занимаются два агентства - Межрегиональное (МАП) и Почтовое (ПАП). Подписчики вольны выбирать любое, называя тот или иной подписной индекс. Цены по любому из них абсолютно одинаковы. Кстати, в декаду подписаться на «Пенсионер» можно лишь по индексу ПЗ196, поэтому при оформлении подписки называйте этот индекс.

- Не секрет, что «Пенсионер» также продаётся в киосках «Роспечати» и в отделениях почтовой связи, но большинство читателей предпочитают выписывать газету. Почему?

- Мы ценим и любим всех читателей. Подписчики остаются с нами на протяжении многих лет. А те, кто с газетой познакомился недавно, пока присматриваются и привыкают к ней. Для них предпочтительнее покупка свежих выпусков в киоске. Для подписчиков действуют специальные бонусы: участие в традиционном розыгрыше призов по итогам каждого полугодия, публикация именного поздравления с днем рождения, юбилеем.

- В продаже появляется немало изданий, адресованных пожилым людям. Что отличает газету «Пенсионер» от них?

- Да, с каждым годом появляется всё больше газет и журналов со словом «пенсионер» в заголовке. Это естественно, ведь люди старшего возраста привычны к печатной прессе, в отличие от молодёжи, предпочитающей Интернет. Главное отличие «Пенсионера» от прочих - в том, что мы стараемся охватить

всю сферу интересов и нужд пенсионера: это новости, пенсионное законодательство, здоровье, досуг, творчество, советы по домоводству и садово-огородным делам, телепрограмма, поздравления. Другие издания ориентированы на более узкие темы. Только дача-сад или здоровье и так далее. В итоге придется по каждому увлечению приобретать отдельную газету.

Важно и то, что «Пенсионер» - единственное специализированное издание для пожилых людей в Свердловской области, значит, в ней есть вся информация, касающаяся родного края. Ещё одно наше отличие - в том, что в редакцию приходит большое количество писем с просьбами и жалобами. Мы не оставляем без внимания ни одно письмо, отправляем официальные запросы в различные ведомства и учреждения, прилагаем все силы для урегулирования проблем читателей. Также мы ведём большую социальную работу. К примеру, организуем полюбившийся многим пенсионерам областной фестиваль «Осеннее очарование».

- В последнее время сотрудники почты начали предлагать подписку на «Пенсионер» и молодым людям. С чем это связано?

- Любой человек задумывается над тем, что подарить близкому человеку, особенно родителям. Хорошим подарком служит подписка на интересную старшему поколению газету «Пенсионер». Такое решение молодые люди принимают всё чаще, ведь на самом деле подписка является оригинальным и полезным подарком. Согласитесь, любому приятно получать еженедельно газету и думать о том, какие заботливые у него дети!

- Многие читатели знают вас лично, обращаются к вам с вопросами. Что бы вы пожелали читателям «Пенсионера»?

- Мы - сотрудники редакции - действительно любим вас, дорогие читатели. Искренне желаем вам здоровья, активного долголетия. Хотим, чтобы у вас всегда было хорошее настроение, чтобы неурядицы и проблемы обходили вас стороной. Занимайтесь творчеством, ходите в кружки, воспитывайте внуков, ухаживайте за садом и не забывайте рассказывать о своих достижениях в письмах в редакцию. Благодаря вам и газеты всегда будет благодарный источник тем для публикаций. Оставайтесь с «Пенсионером»!

Беседовала Анна Кулакова

Урал в судьбе легендарного маршала

В начале декабря в календаре по соседству оказались две знаменательные даты: 120-летие со дня рождения Георгия Константиновича Жукова - маршала Победы, и День Героев Отечества.



Активисты Фонда Жукова

Георгий Жуков оставил яркий след в истории Краснознамённого Уральского военного округа. Памятные торжества в честь легендарного маршала, которые прошли во многих городах Свердловской области, - это и дань уважения всем бойцам, сражавшимся на фронтах Великой Отечественной, участвовавшим в других вооружённых конфликтах.

Недавно в Центре истории Свердловской области на презентации книги «Урал в жизни маршала Победы» (авторы - Анатолий Кириллов и Григорий Каёта) присутствовали активисты Фонда Г.К.Жукова. Среди них был и участник Великой Отечественной войны, полковник в отставке Михаил Ершов, который вместе с Георгием Константиновичем участвовал в урегулировании событий в Венгрии.

Наш край прочно вошел в жизнь полководца: по решению партийной верхушки маршал Советского Союза в 1948 году был послан командовать одним из посредственных военных округов, но за весьма непродолжительное время сделал его одним из передовых в стране. Свердловчане дважды избирали его депутатом Верховного Совета СССР. Неслучайно книга о нём появилась именно в Екатеринбурге - городе, где его помнят и чтут. Жуков говорил: «Для меня высочайшая честь - командовать Уральским военным округом... Почётно потому, что Урал-батюшка заслужил, чтобы его берегли как край несметных земных богатств. С его рудознатцами, железоделателями, чьё ремесло выше всякой похвалы. Почетно потому, что Урал испокон веку при любом военном действии как нельзя лучше выручал своё Отечество. Урал по-особому показал богатырскую силу и неприступную крепость в годы минувшей войны».

Инициатива установки памятника маршалу Победы возникла именно в Фонде Г.К.Жукова. Благодаря совместным усилиям журналистки Нины Ерофеевой и ветеранов фонда под руководством фронтовика, генерал-майора в отставке Алексея Левченко вышло постановление правительства Свердловской области в июле 1994 года «О строительстве памятника Г.К.Жукову». К исполнению этого решения приступили скульптор К. Грюнберг, архитекторы Г. Белянкин и С. Гладких.

Сегодня, проходя по проспекту Ленина, невольно останавливаюсь у штаба Центрального военного округа, возле памятника маршалу Жукову. Великолепная скульптура подтвердила мастерство и смекалку уральских мастеровых. Треть средств, потраченных на возведение памятника, собрали уральцы. На памятнике высечено: «Жукову Г.К. - солдату и маршалу от уральцев».

С момента основания Фонда Г.К. Жукова в течение 19 лет им руководил генерал-майор в отставке А. Левченко; эстафету у него принял полковник в отставке А. Войтенко. Большую информационную работу проводит его заместитель, подполковник в отставке С. Лаврищев.

В честь 120-летия маршала состоялось немало военно-спортивных, патриотических мероприятий. Члены фонда активно поддержали инициативу о присвоении Дому офицеров Центрального военного округа имени четырёхжды Героя Советского Союза маршала Г.К. Жукова.

Игорь Малышев

В мире особых людей



Особые люди. Внешне они отличаются от остальных только физическими ограничениями. А если говорить о внутренних качествах и устремлениях, то порой они оставляют далеко позади тех, кто считает себя совершенно здоровым.

Накануне Международного дня инвалидов в Екатеринбурге, в Театре эстрады прошло чествование людей с ограниченными возможностями здоровья. Счастливые, нарядные и жизнерадостные, шли они на праздник, который каждый раз ждут с особым нетерпением. До начала торжественной части у гостей была возможность сразиться в настольных играх и поучаствовать в увлекательных мастер-классах.

«Международный день инвалидов был учрежден Генеральной Ассамблеей ООН, чтобы привлечь внимание общества к проблемам людей с инвалидностью и созданию для них равных прав и возможностей в обществе», - заметил министр социальной политики Свердловской области Андрей Злоказов.

Началось мероприятие с демонстрации документальных фильмов. Первый из них - «Чемпион и Балерина» - был посвящен красивой молодой паре. Она вынуждена передвигаться на инвалидном кресле, он - с помощью протезов. Несмотря на это они не только живут яркой жизнью, но и участвуют в спортивных состязаниях, показывая высокие результаты. Второй фильм знакомил с правилами этикета в общении с людьми-инвалидами. Часто окружающие люди отказываются от намерений помочь человеку в кресле или с тростью, думая, что таким образом выкажут свою жалость к инвалиду. Вовсе нет! Достаточно деликатно предложить помощь, и, очень вероятно, что ваше предложение будет с благодарностью принято. Людям с ограниченными возможностями здоровья очень важно чувствовать себя частью нашего мира, вот почему они стараются не замыкаться

в четырех стенах, посещают мероприятия и различные общественные места. Многие из них - успешные студенты, творческие личности, невероятно интересные собеседники. Осталось только дожидаться, когда окружающие перестанут сочувственно оглядываться вслепую и шептаться за спиной, а различные коммерческие организации - закрывать двери перед такими людьми. К сожалению, пока такое случается нередко. Задача - создать в обществе комфортные условия для инвалидов.

Во время официальной части представители власти и общественных организаций чествовали особых людей, а те дарили в ответ слова признательности и творческие номера. Впервые на сцену поднялся слепоглохой Вячеслав Каргаполов, который отлично играет в шахматы и шашки, путешествует по миру и даже снимается в кино. Владимир Васкевич, являясь незрячим с рождения, путешествует автостопом, ведет лекции по саморазвитию, учится на первом курсе медицинского колледжа... Чествовали и счастливых супругов Ольгу Ориничеву и Ринальдо Давлетова, у которых недавно родился первенец.

Вышли на сцену и те люди, которые ежедневно вносят огромный вклад в жизнь людей с ограниченными возможностями. Среди них - Ольга Небесная, Андрей Рожков, Андрей Жуков и другие.

Завершалось мероприятие красочным концертом, подготовленным людьми с ограниченными возможностями и артистами Театра эстрады. Сольные выступления, жестовое пение в исполнении маленьких детей, трогательные песни - такой подарок был преподнесен всем присутствующим. Праздник проходил под ключевым словом «счастье» - это именно то, к чему стремиться каждый.

После таких встреч понимаешь, насколько недооцененными порой остаются люди, имеющие инвалидность. Люди с глубоким внутренним миром, огромной силой духа и неугасающим стремлением к победе!

Светлана Шигорина
Фото Татьяны Ахметзяновой





Доверие
ПАНСИОНАТ

Доверьте нам заботу о вас!

Услуги по размещению и уходу за пожилыми и нуждающимися в заботе людьми

В честь наступающего 2017 года всем новым клиентам, заключившим с нами договор до 20 января, Пансионат «Доверие» предоставляет скидку 17%*

- Одно и двухместные комнаты с индивидуальным санузлом
- 5-разовое сбалансированное питание
- Ежедневный контроль состояния здоровья
- Культурно-досуговые программы

Сысертский район, п. Асбест, ул. Ленина, 2,
Тел.: (343) 328-15-08; 8 (922) 020-02-89

* Скидка действует на протяжении 3 месяцев с момента заключения договора.



Кредитный кооператив: еще один способ увеличить свой доход

О возможностях организации рассказала директор КПК «Уральский Фонд Сбережений»

Многие уральцы мало знакомы с деятельностью кредитных потребительских кооперативов, где, как и в банках, можно делать накопления и брать займы. Директор КПК «Уральский Фонд Сбережений» Ольга Михайловна рассказала, что такими услугами могут пользоваться граждане.

-Ольга, как выбрать финансовый кооператив?

Кооперативы по российскому законодательству не имеют лицензий. Поэтому, чтобы быть спокойным за свои средства, рекомендую пользоваться услугами компаний, состоящих в саморегулируемых организациях, которые контролируют деятельность своих членов. Мы входим в некоммерческое партнерство Межрегиональный союз кредитных кооперативов «Опора кооперации».

- Как общественная организация контролирует деятельность кооперативов?

Саморегулируемая организация осуществляет свою деятельность по федеральному законодательству. Устраивает выездные проверки, рассматривает жалобы на деятельность того или иного кооператива, регулирует соблюдение нормативов по создаваемым фондам. Федеральная служба по финансовым рынкам также занимается надзором за деятельностью кооперативов.

Согласно федеральному закону «О кредитной кооперации» кооперативы создают резервные и паевые фонды на случай непредвиденных расходов. Кроме того, мы регулярно делаем отчисления в компенсационный фонд саморегулируемой организации для формирования дополнительного источника по возмещению

УРАЛЬСКИЙ ФОНД СБЕРЕЖЕНИЙ

КРЕДИТНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЙ КООПЕРАТИВ

расходов, связанных с нашей деятельностью.

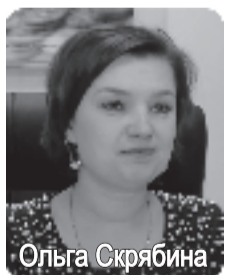
- Каким образом защищены средства клиентов кооператива?

В связи с последними изменениями в федеральном законодательстве деятельность кооперативов стала подконтрольной Центробанку России. Нас проверяют тщательнее и жестче, и это дает нашим пайщикам дополнительные гарантии и преимущества в возвратности личных сбережений. Мы заключили договор страхования финансовых рисков со страховой компанией ООО СК «Диамант». Данный договор гарантирует пайщикам стопроцентный возврат вложенных средств без учета процентов. Пайщики могут быть уверены, что их денежные средства застрахованы.

- Каким образом кооператив обеспечивает рост денежных накоплений пайщиков?

Клиент приносит нам свои сбережения, выбирает программу, заключает с нами договор, получает на руки договор, свидетельство пайщика, ПКО о внесении денежных средств в кооператив. Далее мы даем средства в займы юридическим лицам. Они платят проценты по займам ежемесячно, и поэтому наши пайщики могут получать свои начисления по личным сбережениям каждый месяц.

Приходите в КПК «Уральский Фонд Сбережений» и ваши накопления начнут работать на Вас!
Мы ждем Вас!



Ольга Скрыбина

г. Екатеринбург, ул. Уральская, 60, тел.: (343) 286-97-03
г. Екатеринбург, ул. Машиностроителей, 14, тел.: (343) 300-61-63
г. Нижний Тагил, пр. Ленина, 67, офис 105, тел.: (3435) 379-012
г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 40Б, тел.: (3439) 370-120
г. Пермь, Комсомольский проспект, 62, офис 16, тел.: (342) 2-444-177
г. Серов, ул. Карла Маркса, 28, офис 6, тел.: (34385) 7-60-01

Кредитный потребительский кооператив «Уральский Фонд Сбережений». Финансовыми услугами могут воспользоваться исключительно пайщики кооператива. Пайщиками кооператива могут стать лица от 16 лет. Для физ. лиц вступительный взнос - 100 руб., обязательный паевой взнос - 100 руб. Переданные личные сбережения граждан застрахованы ООО СК «Диамант». Кооператив состоит в членстве СРО «Опора Кооперации». Осуществление деятельности на основании Федерального закона № 190-ФЗ «О кредитной кооперации» от 18.07.2009.
ИНН 6671318321, ОГРН 1106671007926, РЕКЛАМА

РАСПАХНИТЕ ДВЕРЬ В КОМПЬЮТЕРНЫЙ МИР!



Социально значимый проект «Повышение качества жизни людей пожилого возраста – продление активного деятельностного долголетия» проводится согласно Распоряжению Президента РФ № 68-рп от 05.04.2016: «Об обеспечении в 2016 году государственной поддержки некоммерческих неправительственных организаций, участвующих в развитии институтов гражданского общества и реализующих социально значимые проекты и проекты в сфере защиты прав и свобод человека и гражданина» на средства гранта, предоставленного ООО «Союз пенсионеров России». Организатором проекта выступает ООС «Инициатива»

Записаться на бесплатное обучение можно по телефонам: тел. 8(343)290-24-89; 219-45-62

Главная задача повышения качества жизни людей пожилого возраста – это продление активного деятельностного долголетия.

В Екатеринбурге по адресу: ул. Тургенева, д. 13, комн. 420, бесплатно для пенсионеров проходит «Первичный курс освоения компьютера и работы с основными программами». При освоении курса используется индивидуальный подход: в группах по 6 человек. Записаться на бесплатное обучение можно по телефонам: (343) 290-24-89; 219-45-62.

Занятия для пенсионеров проводятся в рамках социально значимого просветительского проекта «Повышение качества жизни людей пожилого возраста – продление активного деятельностного долголетия», который второй год продолжается в Екатеринбурге.

Уже около 100 человек изъявили желание участвовать в проекте в 2016-2017 учебном году.

В течение первого этапа реализации проекта в 2015-2016 году обучение прошли 330 пенсионеров. Они научились работать на компьютере, пользоваться электронной почтой и скайпом, прослушали лекции, познакомились с современными оздоровительными системами, узнали от представителя Пенсионного фонда о порядке перерасчета и начислении пенсий, подробно узнали о деятельности Союза пенсионеров России.

Занятия продолжаются. Те пенсионеры, которые присоединились к проекту, уже встретились с врачом высшей категории, кандидатом медицинских наук А.И. Щиновым, в ходе мультимедийных экскурсий под руководством Д.С. Кезиной, используя возможности Интернета, познакомились с природным и культурным наследием Урала. Впереди их ждут занятия, на которых они узнают о способах очистки воздуха и воды: как это можно сделать в домашних условиях, используя современные технологии, приборы и устройства.

Дарья Кезина, преподаватель



Санаторий-профилакторий «Родничок»



**ЦЕНЫ
НА 2017
ГОД**

ПУТЕВКА НА 12 ДНЕЙ 15 000/ для ПЕНСИОНЕРОВ 14 250 РУБЛЕЙ
ПУТЕВКА НА 10 ДНЕЙ 13 000/ для ПЕНСИОНЕРОВ 12 350 РУБЛЕЙ
ПУТЕВКА НА 5 ДНЕЙ 7 000/ для ПЕНСИОНЕРОВ 6 650 РУБЛЕЙ

Поздравляем всех с наступающим Новым годом! Ждем вас с нетерпением в гости в уютную атмосферу с отличным лечением и вкусным питанием. Всем записавшимся на январь 2017 г. до 31 декабря дополнительная скидка! Для постоянных клиентов у нас есть специальное предложение (подробности по телефону)!

ПРЕДЛАГАЕМ СЛЕДУЮЩИЙ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОЦЕДУР:

● ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ:

ванны, души (циркулярный, восходящий, лечебный душ Шарко, подводный душ-массаж, жемчужная ванна, вихревые ванны для ног).

● МЕХАНИЧЕСКИЙ МАССАЖ: на аппаратах Ормед-профилактик и Нуга-Бест.

- Ручной массаж
- Вакуумный массаж

● ЭЛЕКТРОСВЕТОЛечение: магнитотурботрон; магнитотерапия; магнитолазерная терапия; гальванизация; электрофорез; дарсонвализация местная; УВЧ-терапия; КВЧ-терапия; СВЧ-терапия; СМТ-терапия; электростимуляция; ДДТ-терапия; фонофорез; 4-камерная гальваническая ванна; УФО; электросон; биорезонансная диагностика; сухая углекислая ванна. SPA-процедуры: различные виды обертываний; скрабы для тела, маски для лица, кедровая бочка.

- Озонотерапия
- Кавитар
- Гирудотерапия
- Мониторное очищение кишечника
- Микроклизмы
- Грязелечение

- Озокеритолечение
- Спелеотерапия

● ДИАГНОСТИКА:

фиброгастроскопия, фиброколоноскопия, ректороманоскопия

■ УЗИ брюшной полости, органов малого таза, молочных желез, почек, щитовидной железы.

► ВЕДУТ ПРИЕМ КВАЛИФИЦИРОВАННЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ:

хирург; онколог-маммолог; эндокринолог; проктолог; невролог; акушер-гинеколог; гинеколог-эндокринолог; уролог; нефролог. Проводится забор анализов крови, мочи, кала, уrogenитальных мазков (большой перечень видов исследований).



Запись на путевки по телефону **(34397) 2-62-85**
Запись на процедуры по телефону **(34397) 2-63-58**

Ждем вас по адресу:
г. Ревда, ул. Чехова, 55.
www.revda-rodnik.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Доброта нужна, как воздух

«Мне 90 лет. Я вдова инвалида войны, труженица тыла, ветеран труда. Я встречала на своем веку немало хороших людей с добрым сердцем. Но после 80 лет я познакомилась с такой молодой труженицей, с таким отзывчивым сердцем, что не могу о ней не писать.»

Татьяна Андреевна Копылова трудилась в нашем Кленовском сельском поселении специалистом от Нижнесергинского военкомата. Свою работу выполняла точно и аккуратно, за что получала благодарности и повышение по службе. Она помогала нам, пенсионерам, по разным поводам обращения в сельсовет. Нужно справку – подскажет, к кому обратиться для этого; потребуется заявление написать – сделает. Ежегодно с учителей и ветеранов труда требовалось заявление на дрова. Она и в этом всем помогала, писала заявления тем, кто не мог это сделать сам.

Т. Копылова всех встречала с улыбкой. Она по моей просьбе писала поздравительные открытки, от которых становилось радостнее на душе.

Спасибо ее матери Антониде Федоровне Детковской за то, что воспитала такую замечательную дочь. Сейчас Татьяна Андреевна находится на заслуженном отдыхе. Здоровья ей, долгих лет жизни!

В нашей деревне работает почтальоном Вера Анатольевна Стажева. Она тоже постоянно помогает пенсионерам. Собирает необходимые документы, отвозит их в совет. Выполняет все заказы пенсионеров. Низкий поклон ей и уважение!

Может, прочитав мою маленькую заметку, кто-то станет добрее. Доброта нужна всем, как воздух».

**Т. Феденева, д. Киселевка,
Нижнесергинский район**

ДРУЖИТЕ С «ПЕНСИОНЕРОМ»

«Я являюсь подписчиком с начала выхода газеты, очень люблю ее. Хочу сказать другим пенсионерам: дружите с этой интересной газетой, выписывайте ее. Следуйте ее советам, участвуйте в мероприятиях, о которых сообщает «Пенсионер»..»

Не засиживайтесь, а особенно не залеживайтесь дома. Желание лишней раз полежать на диване соблазнительно, но обманчиво. Стоит перебороть себя и пойти на интересные встречи - от желания полежать не останется и следа.

Больше встречайтесь с людьми, общай-

тесь. Дружите с природой, она дает силы, успокаивает нервы. Вы почувствуете прилив энергии.

Благодарю сотрудников газеты за легкий труд, за внимание к подписчикам, за мероприятия для ветеранов. Спасибо за «Осеннее очарование»!

Желаю всем здоровья, жизненного интереса, благополучия в жизни. Успехов вам в творческой работе».

**Валентина Житнухина,
г. Екатеринбург**

НЕТ ХОЗЯИНА В ПОСЕЛКЕ...

«Дорогая редакция! Пишут вам жильцы домов с улицы Заречной, что в Бисерти. Поселок-то большой, но что с ним стало: завода нет, совхоза нет, леспромхоза нет, скоро и больницы не станет, потому что койки и аппаратуру вывезли, рожать женщины ездят в Первоуральск.

Хозяина в Бисерти нет, вот все и рушится. Выбирали в мэры одного - обещал восстановить водоканчку, поставить ее на баланс, потому что она нигде не числится, но ничего не сделал. Выбрали другую - тоже обещала помочь с водоканчкой и организовать автобусное движение по нашей улице. Но снова ничего не сделано. На улице – всего одна колонка. Где воду брать, скажите, пожалуйста?

Детей надо в школу, детский сад возить,

а остановка далеко, на соседней улице. Был у нас магазин, да новая хозяйка его поломала, даже нас, жителей, не спросила. Она же хозяйка: что хочу, то и делаю! Сейчас направляют к нам машину с продуктами, она должна 1 час стоять, а на деле она быстро уезжает, мол, холодно стоять зимой. В центре поселка магазинов много, а к нам на окраину даже автолавку не могут послать, мы здесь, видно, никому не нужны.

Предприниматели хотят торговать готовым, а нельзя ли свое выращивать, восстановить совхоз? Земли брошенной много, все зарастает. Нет хозяина...»

**Микрюков, Болдырева,
Востров, Гуцин, Кекин, Литвинов,
Саркочева, Гущина, п. Бисерть**

5 лет

Золотой Фонд
КПК СБЕРЕГАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР

Договор «ЗОЛОТОЙ»

16% годовых
на сумму от 100.000 руб.

Подробно по телефону в г. Екатеринбург:
8(343) 328-90-50
8(343) 328-90-60

Проверено временем!

КПК «СЦ «Золотой Фонд» предлагает заключить договор «Золотой». Период заключения договора хранения денежных сбережений «ЗОЛОТОЙ» – с 16 июля 2016 г. по 31 декабря 2016 г. Сумма привлеченных сбережений от 100 000 рублей, пополнение от 10000 рублей не позднее, чем за 30 дней до окончания срока договора.

Все услуги предоставляются по тарифам КПК «СЦ «Золотой Фонд», вступительный взнос – 300 руб.; годовая комиссия – 200 руб. погашается при выводе из КПК. Свид. о гос. рег. 74 № 005851391 от 09.10.2012

На сайте компании. Подробная информация по ссылке: www.zolotofond.ru

ИПН: 5011015372, ИНН: 7451344556

СПАСИБО ЗА ЗАБОТУ

«Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Пенсионер»!

Я постоянная, давняя читательница газеты. Она мне очень нравится: интересная, многогранная, освещающая все вопросы, особенно интересующие нас – пенсионеров. Искренняя благодарность за ваш бесценный, нелегкий труд!

Всегда жду газету с нетерпением, перечитываю от корки до корки. Много у меня вырезок из «Пенсионера», я их храню, при необходимости перечитываю. Я прожила длинную, нелегкую жизнь. Мне уже 86 лет, но по-прежнему интересуюсь всем.

Скоро наступит Новый год. Разрешите поздравить коллектив газеты

«Пенсионер» с наступающим 2017 годом и пожелать всем доброго здоровья, счастья, удачи, успехов в нужном нам, пенсионерам, и таком хлопотливом деле!

Прошу через газету поблагодарить и небольшой сплоченной коллектив нашей почты во главе с Ольгой Владимировной Топычановой. Работники почты внимательно относятся к каждому, удовлетворяют любую просьбу, всегда вежливы. Благодаря их слаженной работе я всю корреспонденцию получаю своевременно».

**Александра Конищева,
п. Нейво-Рудянка**

ПЕРВЫЙ
КРЕДИТНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЙ КООПЕРАТИВ

СБЕРЕЖЕНИЯ
ставка - до 21% годовых

- увеличенные ставки для пенсионеров
- деятельность регулируется Центробанком РФ
- абсолютная защищенность средств*

БУДУЩЕЕ ЗА ПЕРВЫМИ!

ЗАЙМЫ
за пять минут

- быстрое оформление
- доверие 30 000 клиентов
- от 0,3% в день
- паспорт+СНИЛС

Узнайте адрес офиса в Вашем городе по телефону бесплатной «горячей» линии: **8-800-555-09-43** или на сайте www.займ-онлайн.рф

Пётр I.
Первый русский император.

Информация предназначена для пайщиков Кредитного потребительского кооператива «Первый». Пайщиками могут стать лица от 16 лет. Для физических лиц вступительный взнос – 100 руб. Паевый взнос – 100 руб. Договор о передаче личных сбережений заключается на срок от 3 до 36 месяцев. Минимальная сумма – 1 000 руб. Максимальная – ограничена нет. Пополнение – от 10 руб., в любое время. Снимать проценты можно в любое время. Оформление доверенности бесплатно. Досрочное расторжение договора производится по взаимному согласию кооперативом порядке (1% годовых). Кредитный потребительский кооператив «Первый» является членом СРО «Межрегиональный союз кредитных кооперативов». Регистрационный номер №70. Работает согласно Федеральному Закону № 190. Подробности вы можете узнать по телефону горячей линии: 8-800-555-09-43 или на сайте www.1krkd.ru или www.займ-онлайн.рф. ИНН 6630012944. ОГРН 1096630000301.

*среди финансовых продуктов КПК «Первый».

Реклама

понеделник, 12 декабря

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО
09.00 12.00 14.00 15.00 НОВОСТИ
09.10 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА
09.40 ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ. СОВЕТЫ ДЛЯ ЖЕНЩИН
09.50 ЖИТЬ ЗДОРОВО! (12+)
10.55 МОДНЫЙ ПРИГОВОР
12.15 ПРО ЛЮБОВЬ (16+)
13.20 14.15 15.15 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ (16+)
16.00 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ (16+)
17.00 НАЕДИНЕ СО ВСЕМИ (16+)
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.45 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! (16+)
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ (16+)
21.00 ВРЕМЯ
21.35 Т/С "ОБРАТНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ". 9 И 10 СЕРИИ (16+)
23.40 ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ (16+)
00.10 "ПЛОЗНЕР" (16+)
01.10 НОЧНЫЕ НОВОСТИ
01.25 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ (16+)
02.15 НАЕДИНЕ СО ВСЕМИ (16+)
03.15 МОДНЫЙ ПРИГОВОР
04.15 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА

НТВ 13

05.00 Т/С "АДВОКАТ". "ПОСТУПОК" (16+)
06.00 НОВОЕ УТРО
07.30 СТУДИЯ ЮЛИИ ВЫСОЦКОЙ
08.00 СЕГОДНЯ
08.05 Т/С "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+)
10.00 СЕГОДНЯ
10.20 Т/С "ЛЕСНИК". "ЛОВУШКА" (16+)
12.00 СУД ПРИСЯЖНЫХ (16+)
13.00 СЕГОДНЯ
13.25 ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ (16+)
16.00 СЕГОДНЯ
16.25 Т/С "УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ" (16+)
18.00 ГОВОРИМ И ПОКАЗЫВАЕМ (16+)
19.00 СЕГОДНЯ
19.40 Т/С "ШЕЛЕСТ" (16+)
23.30 ИТОГИ ДНЯ
00.00 ПОЗДНЯКОВ (16+)
00.10 Т/С "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ". "СТАРЫЙ МАЯК" (16+)
01.10 МЕСТО ВСТРЕЧИ (16+)
03.10 "ОСНОВНОЙ ЗАКОН" (12+)

4 КАНАЛ 4

06.00 СТУДИЯ ЗВЕЗД (6+)
06.10 НОВОСТИ "4 КАНАЛА" (16+)
06.40 ЗДРАВСТВУЙТЕ, ДОКТОР! (16+)
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС (12+)
08.30 ШКОЛА ДОКТОРА КОМАРОВСКОГО (16+)
09.00 ОРЕЛ И РЕШКА. ШОПИНГ (16+)
10.10 ЖАННАПОЖЕНИ (16+)
10.00 ОРЕЛ И РЕШКА. КРУГОСВЕТКА (16+)
14.10 ПРОВОДНИК (16+)
15.10 ОРЕЛ И РЕШКА. НА КРАЮ СВЕТА (16+)
19.00 ОРЕЛ И РЕШКА. КРУГОСВЕТКА. НЕИЗДАННОЕ (16+)
20.00 НОВОСТИ "4 КАНАЛА" (16+)
20.35 СТЕНД (16+)
20.50 БИЗНЕС СЕГОДНЯ (16+)
21.00 РЕВИЗОРРО. МОСКВА (16+)
23.00 02.15 Т/С "СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ" (16+)
00.45 ПЯТНИЦА NEWS (16+)
01.15 ЭКС НА ПЛЯЖЕ (16+)
04.00 МИР НАИЗНАНКУ (16+)

КУЛЬТУРА K

10.00 15.00 19.30 23.20 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ
11.15 БИБЛИОТЕКА ПРИКЛЮЧЕНИЙ
11.30 ДРАМА "ЖАЖДА" (12+)
12.50 ПЕШКОМ...
13.20 Д/Ф "НЕРАЗГАДАННАЯ ТАЙНА"
14.05 "ЛИНИЯ ЖИЗНИ". ЛАРИСА МАЛЕВАННАЯ
15.10 ДЕТЕКТИВ "БЕСПОРЯДОК И НОЧЬ" (12+)
16.45 КРИСТИНЕ ОПОЛАИС И ЙОНАС КАУФМАН. ГАЛА-КОНЦЕРТ В БОСТОНЕ
18.35 ЕДИНИЦА ХРАНЕНИЯ. ФИЛЬМ 1. "АДОВЖЕНКО И Ю.СОЛНЦЕВА"
19.15 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА...
20.45 ПРАВИЛА ЖИЗНИ
21.15 Д/Ф "СВОЙ КРУГ НА ЗЕМЛЕ..."
22.00 ТЕМ ВРЕМЕНЕМ
22.50 Д/С "СИРИЯ. ЗДЕСЬ БЫЛ РАЙ"
23.35 ХУДСОВЕТ
23.40 ЭНИГМА. КРИСТИНЕ ОПОЛАИС

ТВ3 3

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ (0+)
09.30 Д/С "СЛЕПАЯ" (12+)
10.30 Д/Ф "ГАДАЛКА" (12+)
11.30 МЕСТА СИЛЫ. РЕСПУБЛИКА БЕЛАРУСЬ (12+)
12.30 ТАЙНЫЕ ЗНАКИ (12+)
13.30 Д/Ф "ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ" (16+)
15.00 МИСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ (16+)
16.00 Д/Ф "ГАДАЛКА" (12+)
17.30 Д/С "СЛЕПАЯ" (12+)
18.30 Т/С "ДЖУНА" (16+)
19.30 Т/С "АННА-ДЕТЕКТИВЪ". "ШАЛЬНАЯ ПУЛЯ" (12+)
21.30 Т/С "КОСТИ" (12+)
23.15 ФАНТАСТИКА "ВОИНЫ СВЕТА" (16+)
01.15 ТРИЛЛЕР "ХИМЕРА" (16+)
03.15 Т/С "ДЕТЕКТИВ МОНК" (12+)

ОТВ 5ТВ

05.00 09.00 18.30 19.00 19.10 21.00 22.30 23.00 СОБЫТИЯ (16+)
05.55 МУЛЬТФИЛЬМЫ
07.00 УТРОТВ
09.05 ДОБРОГО ЗДОРОВЬИЦА! (12+)
10.00 М/Ф "ДИЮИМОВОЧКА"
10.30 ПРОКУРАТУРА. НА СТРАЖЕ ЗАКОНА (16+)
10.50 НАСЛЕДНИКИ УРАТУ (16+)
11.05 ВСЕ О ЖЖХ (16+)
11.25 НАЦИОНАЛЬНОЕ ИЗМЕРЕНИЕ (16+)
11.45 ГОРНЫЕ ВЕСТИ (16+)
12.00 ДОБРОГО ЗДОРОВЬИЦА! (12+)
12.55 КОМЕДИЯ "ТЫ ВСЕГДА БУДЕШЬ СО МНОЙ?" (16+)
14.30 Т/С "ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА" (16+)
16.55 ГОРОД НА ЗАПЫ (16+)
17.15 ВСЕ О ЖЖХ (16+)
17.40 23.10 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК (16+)
18.00 РЕЦЕПТ (16+)
19.25 МЕЛОДРАМА "ЛАБИРИНТЫ ЛЮБВИ" (16+)
21.30 НОВОСТИ ТАУ "9 1/2" (16+)
23.30 ЧЕТВЕРТАЯ ВЛАСТЬ (16+)

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ (12+)
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 ВЕСТИ-УРАЛ. УТРО
09.00 ВЕСТИ (12+)
09.15 УТРО РОССИИ (12+)
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ (12+)
11.00 ВЕСТИ (12+)
11.40 ВЕСТИ-УРАЛ (12+)
11.55 Т/С "СВАТЫ-5". 5 И 6 СЕРИИ (12+)
14.00 ВЕСТИ (12+)
14.40 ВЕСТИ-УРАЛ (12+)
14.55 Т/С "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ". "СМЕРТЬ ЗА КАДРОМ" (12+)
17.00 ВЕСТИ (12+)
17.20 ВЕСТИ-УРАЛ (12+)
17.40 ПРЯМОЙ ЭФИР (16+)
18.50 ТОК-ШОУ "60 МИНУТ" (12+)
20.00 ВЕСТИ (12+)
20.45 ВЕСТИ-УРАЛ (12+)
21.00 Т/С "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ". "С ЧИСТОГО ЛИСТА" (12+)
22.55 "ВЕЧЕР" С В.СОЛОВЬЕВЫМ (12+)
01.25 Т/С "СВАТЫ-5". 5 И 6 СЕРИИ (12+)
03.30 Т/С "ДАР". 27 СЕРИЯ (12+)

МАТЧ ТВ 2

09.05 Д/С "БЕСКОНЕЧНЫЕ ИСТОРИИ" (12+)
09.35 НОВОСТИ
09.40 ВСЕ НА МАТЧ!
10.55 НОВОСТИ
11.00 ХОККЕЙ
12.25 БИАТЛОН. КУБОК МИРА. ЭСТАФЕТА. МУЖЧИНЫ
14.15 БИАТЛОН. КУБОК МИРА. ЭСТАФЕТА. ЖЕНЩИНЫ
16.00 ФУТБОЛ
16.30 ВСЕ НА ФУТБОЛ!
17.00 ФУТБОЛ
17.30 ВСЕ НА ФУТБОЛ!
18.05 ВСЕ НА МАТЧ!
18.35 ФУТБОЛ
ЕКАТЕРИНБУРГ (16+)
21.10 ВЕСТИ КОННОГО СПОРТА
21.20 АВТОНЕWS (16+)
21.30 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК (16+)
21.55 ТЕХНОЛОГИИ КОМФОРТА
22.10 НОВОСТИ. ЕКАТЕРИНБУРГ (16+)
22.45 НОВОСТИ
22.55 СПОРТИВНЫЙ ИНТЕРЕС
23.55 ОБЗОР МАТЧЕЙ НЕДЕЛИ (12+)

СТС

06.00 ЕРАЛАШ (0+)
06.10 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)
07.30 Т/С "ОТЕЛЬ "ЭЛЕОН" (16+)
09.30 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ". "ДНЕВНИКОВЫЙ ПЕРИОД" (16+)
10.40 ФАНТЕЗИ "ХРОНИКИ НАРНИИ. ПРИНЦ КАСПИАН" (12+)
13.30 Т/С "КУХНЯ" (12+)
15.30 Т/С "ВОРОНИНЫ" (16+)
20.00 Т/С "ОТЕЛЬ "ЭЛЕОН" (16+)
21.00 МИСТИЧЕСКАЯ КОМЕДИЯ "ПРИЗРАК" (6+)
23.15 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ". ЛЮБИМОЕ (16+)
23.30 КИНО В ДЕТАЛЯХ (18+)
00.30 ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ ЕКАТЕРИНБУРГА. АВТОРСКИЙ ВЗГЛЯД (16+)
01.00 ФУНТАСТИКА (16+)
01.45 Т/С "ЭТО ЛЮБОВЬ" (16+)
03.45 ВЗВЕШЕННЫЕ ЛЮДИ (16+)
05.15 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)
05.40 МУЗЫКА НА СТС (16+)

ТВ Центр Ц

06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.05 КОМЕДИЯ "ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ" (6+)
09.50 ПРИКЛЮЧЕНИЯ "ПИРАТЫ XX ВЕКА" (12+)
11.30 14.30 19.30 22.00 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 ПОСТСКРИПТУМ (16+)
12.55 В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ (16+)
13.55 ОСТОРОЖНО, МОШЕННИКИ! ЛИПОВЫЕ РОДСТВЕННИКИ (16+)
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ
15.15 ГОРОДСКОЕ СОБРАНИЕ (12+)
16.00 ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ. СТРАШНАЯ СКАЗКА (16+)
16.35 ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР (12+)
17.30 Т/С "ЖИТЬ ДАЛЬШЕ". 1 И 2 СЕРИИ (16+)
20.00 ПРАВО ГОЛОСА (16+)
21.45 ПЕТРОВКА, 38 (16+)
22.30 "СОЮЗНЫЙ ПРИГОВОР". СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ (16+)
23.05 БЕЗ ОБМАНА. "ГРАМОТНАЯ ЗАКУСКА" (16+)
00.30 ДЕТЕКТИВ "ВЕРОНИКА НЕ ХОЧЕТ УМИРАТЬ" (12+)

ТНТ 5ТВ

07.00 М/С "ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ" (12+)
07.30 ЭКСТРАСЕНСЫ ВЕДУТ РАССЛЕДОВАНИЕ (16+)
09.00 ДОМ-2. ЛТЕ (16+)
10.30 ДОМ-2. ОСТРОВ ЛЮБВИ (16+)
11.30 "ТАНЦЫ" - "ДЕТИ" (6+)
14.00 СОМЕДУ WOMAN (16+)
14.30 БОЕВИК "КРЕПКИЙ ОРЕШЕК-4" (16+)
17.00 Т/С "ИНТЕРНЫ" (16+)
19.00 Т/С "УНИВЕР" (16+)
20.00 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
21.00 СОМЕДУ WOMAN (16+)
23.00 ДОМ-2. ОСТРОВ ЛЮБВИ (16+)
00.00 ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА (16+)
01.00 КОМЕДИЯ "КЛЕВЫЙ ПАРЕНЬ" (12+)
02.55 ХОЛОСТЯК (16+)
06.30 Т/С "САША + МАША" (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ
08.00 Д/Ф "ОРУЖИЕ ПОБЕДЫ"
08.30 Т/С "ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1" (16+)
09.00 НОВОСТИ ДНЯ
09.15 Т/С "ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1" (16+)
10.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ
10.05 Т/С "ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1" (16+)
13.00 НОВОСТИ ДНЯ
13.20 Т/С "БАЛЛАДА О БОМБЕРЕ" (16+)
14.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ
14.05 Т/С "БАЛЛАДА О БОМБЕРЕ" (16+)
18.00 НОВОСТИ ДНЯ
18.30 Д/Ф "ЛЕГЕНДЫ ГОСБЕЗОПАСНОСТИ" (12+)
19.20 ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА (16+)
20.05 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ (12+)
22.00 ОСОБАЯ СТАТЬЯ (12+)
22.00 НОВОСТИ ДНЯ
22.25 Д/С "ЗАГАДКИ ВЕКА. ВАЛЕРИЙ ЧКАЛОВ. ПОСЛЕДНИЙ ВЫРАЖ" (12+)
23.15 ЗВЕЗДА НА "ЗВЕЗДЕ" (6+)
00.00 Т/С "ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1" (16+)
04.05 КИНОПОВЕСТЬ "ВСТРЕЧА В КОНЦЕ ЗИМЫ" (6+)

вторник, 13 декабря

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО
09.00 12.00 14.00 15.00 НОВОСТИ
09.10 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА
09.40 ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ
09.50 ЖИТЬ ЗДОРОВО! (12+)
10.55 МОДНЫЙ ПРИГОВОР
12.15 ПРО ЛЮБОВЬ (16+)
13.20 14.15 15.15 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ (16+)
16.00 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ (16+)
17.00 НАЕДИНЕ СО ВСЕМИ (16+)
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.45 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! (16+)
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ (16+)
21.00 ВРЕМЯ
21.30 Т/С "ОБРАТНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ". 11 И 12 СЕРИИ (16+)
23.40 ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ (16+)
00.15 НОЧНЫЕ НОВОСТИ
00.30 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ (16+)
01.20 НАЕДИНЕ СО ВСЕМИ (16+)
02.20 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ (16+)
03.20 МОДНЫЙ ПРИГОВОР
04.20 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА

НТВ 13

05.00 Т/С "АДВОКАТ". "ТОЧКИ НАД I" (16+)
06.00 НОВОЕ УТРО
07.30 СТУДИЯ ЮЛИИ ВЫСОЦКОЙ
08.00 СЕГОДНЯ
08.05 Т/С "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+)
10.00 СЕГОДНЯ
10.20 Т/С "ЛЕСНИК". "УБИЙЦА" (16+)
12.00 СУД ПРИСЯЖНЫХ (16+)
13.00 СЕГОДНЯ
13.25 ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ (16+)
16.00 СЕГОДНЯ
16.25 Т/С "УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ" (16+)
18.00 ГОВОРИМ И ПОКАЗЫВАЕМ (16+)
19.00 СЕГОДНЯ
19.40 Т/С "ШЕЛЕСТ" (16+)
23.30 ИТОГИ ДНЯ
00.00 Т/С "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5". "СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА" (16+)
01.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ (16+)
03.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС
04.05 Т/С "ХВОСТ". "КОННИТИВА" (16+)

4 КАНАЛ 4

06.00 НОВОСТИ "4 КАНАЛА" (16+)
06.35 СТЕНД (16+)
06.50 БИЗНЕС СЕГОДНЯ (16+)
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС (12+)
08.30 ШКОЛА ДОКТОРА КОМАРОВСКОГО (16+)
09.00 ОЛИГАРХ-ТВ (16+)
09.30 ОРЕЛ И РЕШКА. ШОПИНГ (16+)
10.30 ЕДА. Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ! (16+)
14.40 РЕВИЗОРРО. МОСКВА (16+)
20.00 НОВОСТИ "4 КАНАЛА" (16+)
20.35 СТЕНД (16+)
21.00 КОМЕДИЯ "СУПЕРБОБОВЫ" (12+)
23.00 Т/С "СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ" (16+)
00.45 ПЯТНИЦА NEWS (16+)
01.15 ЭКС НА ПЛЯЖЕ (16+)
02.15 Т/С "СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ" (16+)
04.00 МИР НАИЗНАНКУ (16+)

КУЛЬТУРА K

10.00 15.00 19.30 23.20 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ
11.15 Т/С "КОЛОМБО". "ЗВЕЗДА И СМЕРТЬ" (12+)
12.45 ЭРИМИТАЖ
13.15 ДРАМА "МЫ ИЗ КРОНШТАДТА" (12+)
15.10 Д/Ф "КОРОЛИ ДИНАСТИИ ФАБЕРЖЕ"
15.55 САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА...
16.55 ГЕНИИ И ЗЛОДЕИ
17.25 "РОССИЙСКИЕ ЗВЕЗДЫ МИРОВОЙ ОПЕРЫ". РОДИОН ПОГОСОВ
18.30 ЕДИНИЦА ХРАНЕНИЯ. ФИЛЬМ 2. "ЭЛЕМ КЛИМОВ И ЛАРИСА ШЕПТИЛКО"
19.15 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
20.05 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТБОР
20.45 ПРАВИЛА ЖИЗНИ
21.15 Д/Ф "АЛЕКСАНДР СОЛЖЕНИЦЫН".
22.00 ИГРА В БИСЕР
22.40 Д/Ф "ТИПОКРАТ"
22.50 Д/С "СИРИЯ. ЗДЕСЬ БЫЛ РАЙ"
23.35 ХУДСОВЕТ
23.40 УРОКИ РУССКОГО. ЧТЕНИЯ

ТВ3 3

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ (0+)
09.30 Д/С "СЛЕПАЯ" (12+)
10.30 Д/Ф "ГАДАЛКА" (12+)
11.30 НЕ ВРИ МНЕ. МАМА, МЕНЯ ПОХИТИЛИ (12+)
12.30 ТАЙНЫЕ ЗНАКИ (12+)
13.30 Д/Ф "ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ" (16+)
15.00 МИСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ (16+)
16.00 Д/Ф "ГАДАЛКА" (12+)
17.30 Д/С "СЛЕПАЯ" (12+)
18.30 Т/С "ДЖУНА" (16+)
19.30 Т/С "АННА-ДЕТЕКТИВЪ". "КАТОРЖНИК И ПРОКУРОР" (12+)
21.30 Т/С "КОСТИ" (12+)
23.15 БОЕВИК "ВО ИМЯ СПРАВЕДЛИВОСТИ" (16+)
01.00 ФИЛЬМ УЖАСОВ "АКУЛЫ НА СВОБОДЕ" (16+)
02.45 Т/С "ДЕТЕКТИВ МОНК" (12+)

ОТВ 5ТВ

05.00 09.00 10.00 18.30 19.00 21.00 22.30 23.00 СОБЫТИЯ (16+)
05.30 10.30 18.05 23.10 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК (16+)
06.00 НОВОСТИ ТАУ "9 1/2" (16+)
07.00 УТРОТВ
09.05 ДОБРОГО ЗДОРОВЬИЦА! (12+)
10.55 Д/Ф "В МИРЕ ЧУДЕС: ПРОКЛЯТЫЕ ЗЕМЛИ" (12+)
11.45 18.25 ИСТОРИЯ ГОСУДАРСТВА РОССИЙСКОГО (16+)
12.55 МЕЛОДРАМА "ЛАБИРИНТЫ ЛЮБВИ" (16+)
14.30 Т/С "ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА" (16+)
17.00 НОВОСТИ ТАУ "9 1/2" (16+)
19.10 КАБИНЕТ МИНИСТРОВ (16+)
19.25 КОМЕДИЯ "ТЫ ВСЕГДА БУДЕШЬ СО МНОЙ?" (16+)
21.30 НОВОСТИ ТАУ "9 1/2" (16+)
23.30 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ (12+)
00.20 Т/С "ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА" (16+)

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ (12+)
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 ВЕСТИ-УРАЛ. УТРО
09.00 ВЕСТИ (12+)
09.15 УТРО РОССИИ (12+)
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ (12+)
11.00 ВЕСТИ (12+)
11.40 ВЕСТИ-УРАЛ (12+)
11.55 Т/С "СВАТЫ-5". 7 И 8 СЕРИИ (12+)
14.00 ВЕСТИ (12+)
14.40 ВЕСТИ-УРАЛ (12+)
14.55 Т/С "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ". "ВОПРОСЫ ВОСПИТАНИЯ" (12+)
17.00 ВЕСТИ (12+)
17.20 ВЕСТИ-УРАЛ (12+)
17.40 ПРЯМОЙ ЭФИР (16+)
18.50 ТОК-ШОУ "60 МИНУТ" (12+)
20.00 ВЕСТИ (12+)
20.45 ВЕСТИ-УРАЛ (12+)
21.00 Т/С "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ". "МАЛЫШОК СО СКРИПКОЙ" (12+)
22.55 "ВЕЧЕР" С В.СОЛОВЬЕВЫМ (12+)
01.25 Т/С "СВАТЫ-5". 7 И 8 СЕРИИ (12+)
03.30 Т/С "ДАР". 28 СЕРИЯ (12+)

МАТЧ ТВ 2

07.00 09.00 20.30 21.40 НОВОСТИ. ЕКАТЕРИНБУРГ (16+)
07.30 ТЕХНОЛОГИИ КОМФОРТА
07.55 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК (16+)
08.30 КВАДРАТНЫЙ МЕТР
09.30 ВЕСТИ КОННОГО СПОРТА
09.40 17.05 ВСЕ НА МАТЧ!
11.00 Д/С "ВСЯ ПРАВДА ПРО..." (12+)
11.30 ЕВРОТУР. ОБЗОР МАТЧЕЙ НЕДЕЛИ (12+)
12.35 СПОРТИВНЫЙ ИНТЕРЕС (16+)
13.35 ВСЕ НА МАТЧ!
14.05 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС (16+)
16.00 РЕАЛИТИ-ШОУ "БОЙ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ" (16+)
17.35 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА (16+)
19.45 РЕАЛЬНЫЙ СПОРТ. ГАНДБОЛ
20.20 ВЕСТИ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА
21.00 В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ (16+)
22.15 Х/Ф "ДЕНЬГИ НА ДВОИХ" (16+)
00.40 ФУТБОЛ

СТС

06.00 М/Ф "ГОЛОВОЛОМКА" (6+)
07.45 М/С "ТРИ КОТА"
08.05 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)
08.30 Т/С "ВЕЧНЫЙ ОТПУСК" (16+)
09.30 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ". ЛЮБИМОЕ (16+)
10.15 МИСТИЧЕСКАЯ КОМЕДИЯ "ПРИЗРАК" (6+)
12.30 Т/С "КОРАБЛЬ" (16+)
13.30 Т/С "КУХНЯ" (12+)
15.30 Т/С "ВОРОНИНЫ" (16+)
20.00 Т/С "ОТЕЛЬ "ЭЛЕОН" (16+)
21.00 КОМЕДИЯ "СУПЕРБОБОВЫ" (12+)
22.55 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ". "ОТЦЫ И ЭТИ" (16+)
00.00 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ". ЛЮБИМОЕ (16+)
00.30 ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ ЕКАТЕРИНБУРГА. АВТОРСКИЙ ВЗГЛЯД (16+)
01.00 Т/С "ВЕЧНЫЙ ОТПУСК" (16+)
02.00 Т/С "ЭТО ЛЮБОВЬ" (16+)
04.00 ВЗВЕШЕННЫЕ ЛЮДИ (16+)
05.30 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)

ТВ Центр Ц

06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.10 ДОКТОР И... (16+)
08.40 МЕЛОДРАМА "НЕОКОНЧЕННАЯ ПОВЕСТЬ"
10.35 Д/Ф "ЭЛИНА БЫСТРИЦКАЯ. ЖЕЛЕЗНАЯ ЛЕДИ" (12+)
11.30 14.30 19.30 22.00 00.00 СОБЫТИЯ
11.50 Т/С "МИСС МАРГЛ АГАТЫ КРИСТИ" (12+)
13.40 МОЙ ГЕРОЙ (12+)
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ
15.15 БЕЗ ОБМАНА. "ГРАМОТНАЯ ЗАКУСКА" (16+)
16.00 ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ. "ТРИНАДЦАТЫЙ ЗНАК ЗОДИАКА" (16+)
16.35 ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР (12+)
17.30 Т/С "ЖИТЬ ДАЛЬШЕ". 3 И 4 СЕРИИ (16+)
20.00 ПРАВО ГОЛОСА (16+)
21.45 ПЕТРОВКА, 38 (16+)
22.30 ОСТОРОЖНО, МОШЕННИКИ! "ПРИБОРЫ ОТ МАРАЗМА" (16+)
23.05 СВАДЬБА И РАЗВОД. СЕРГЕЙ ЖИГУНОВ И ВЕРА НОВИКОВА (16+)
00.30 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (16+)

ТНТ 5ТВ

07.00 М/С "ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ" (12+)
07.30 ЭКСТРАСЕНСЫ ВЕДУТ РАССЛЕДОВАНИЕ (16+)
09.00 ДОМ-2. ЛТЕ (16+)
10.30 ДОМ-2. ОСТРОВ ЛЮБВИ (16+)
11.30 БИТВА ЭКСТРАСЕНСОВ (16+)
13.00 ЭКСТРАСЕНСЫ ВЕДУТ РАССЛЕДОВАНИЕ (16+)
14.30 Т/С "УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА" (16+)
19.00 Т/С "УНИВЕР" (16+)
20.00 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
21.00 СОМЕДУ WOMAN (16+)
23.00 ДОМ-2. ГОРОД ЛЮБВИ (16+)
00.00 ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА (16+)
01.00 КОМЕДИЯ "МИСТЕР ВУДКОК" (16+)
02.40 ХОЛОСТЯК (16+)
06.05 Т/С "ЗЛОЖНИКИ" (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ
08.00 Д/Ф "ОРУЖИЕ ПОБЕДЫ" (6+)
08.30 Т/С "ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1" (16+)
09.00 НОВОСТИ ДНЯ
09.15 Т/С "ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1" (16+)
10.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ
10.05 Т/С "ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1" (16+)
13.00 НОВОСТИ ДНЯ
13.20 Т/С "БАЛЛАДА О БОМБЕРЕ" (16+)
14.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ
14.05 Т/С "БАЛЛАДА О БОМБЕРЕ" (16+)
18.00 НОВОСТИ ДНЯ
18.30 Д/Ф "ЛЕГЕНДЫ ГОСБЕЗОПАСНОСТИ" (12+)
19.20 ЛЕГЕНДЫ АРМИИ (12+)
20.05 ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА (12+)
02.40 ХОЛОСТЯК (16+)
22.00 НОВОСТИ ДНЯ
22.25 "УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО. МАЯКОВСКИЙ" (16+)
23.15 ЗВЕЗДА НА "ЗВЕЗДЕ" (6+)
00.00 Т/С "ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1" (16+)
04.00 МЕЛОДРАМА "ЖЕНЩИНЫ ШУТЯТ ВСЕРЬЕЗ" (12+)

* Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет. 6+ - телепередачи для зрителей старше 6 лет; 12+ - для зрителей старше 12 лет; 16+ для зрителей старше 16 лет; 18+ - для зрителей старше 18 лет.

среда, 14 декабря

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО
09.00 НОВОСТИ
09.10 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА
09.40 ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ
09.50 ЖИТЬ ЗДОРОВО! (12+)

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ (12+)
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 ВЕСТИ-УРАЛ. УТРО
09.00 ВЕСТИ (12+)

НТВ НТВ

06.00 НОВОЕ УТРО
07.30 СТУДИЯ ЮЛИИ ВЫСОЦКОЙ
08.00 СЕГОДНЯ
08.05 Т/С "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+)

МАТЧ ТВ 2

07.00 09.00 20.00 21.30 НОВОСТИ.
ЕКАТЕРИНБУРГ (16+)
07.30 ВЕСТИ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА
07.40 ТЕХНОЛОГИИ КОМФОРТА

4 КАНАЛ 4

06.00 СТУДИЯ ЗВЕЗД (6+)
06.10 НОВОСТИ "4 КАНАЛА" (16+)
06.45 СТРЕНД (16+)
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС (12+)

СТС СТС

06.00 ЕРАЛАШ (0+)
06.50 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)
07.45 М/С "ТРИ КОТА"
08.05 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)

КУЛЬТУРА К

10.00 15.00 19.30 23.20 НОВОСТИ
КУЛЬТУРЫ
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ
11.15 Т/С "КОЛОМБО" (12+)

ТВ Центр Ц

06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.00 ДОКТОР И... (16+)
08.30 ТРАГИКОМЕДИЯ "НЕБЕСА
ОБЕТОВАННЫЕ" (12+)

ТВ3 3

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ (0+)
09.30 Д/С "СЛЕПАЯ" (12+)
10.30 Д/Ф "ГАДАЛКА" (12+)
11.30 НЕ ВРИ МНЕ. КРАЖА (12+)

ТНТ ТНТ

07.00 М/С "ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ" (12+)
07.30 ЭКСТРАСЕНСЫ ВЕДУТ
РАССЛЕДОВАНИЕ (16+)

ОТВ ОТВ

05.00 СОБЫТИЯ. ИТОГИ (16+)
05.30 10.30 18.05 23.10 ПАТРУЛЬНЫЙ
УЧАСТОК (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ
08.00 Д/Ф "ОРУЖИЕ ПОБЕДЫ" (6+)
08.30 Т/С "БАЛЛАДА О БОМБЕРЕ" (16+)

четверг, 15 декабря

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО
09.00 12.00 14.00 15.00 НОВОСТИ
09.10 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА
09.40 ЖЕНСКИЙ ЖУРНАЛ
09.50 ЖИТЬ ЗДОРОВО! (12+)

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ (12+)
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 ВЕСТИ-УРАЛ. УТРО
09.00 ВЕСТИ (12+)

НТВ НТВ

05.00 Т/С "АДВОКАТ". "ОБОРОТНИ" (16+)
06.00 НОВОЕ УТРО
07.30 СТУДИЯ ЮЛИИ ВЫСОЦКОЙ
08.00 СЕГОДНЯ
08.05 Т/С "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+)

МАТЧ ТВ 2

07.00 09.00 20.00 НОВОСТИ.
ЕКАТЕРИНБУРГ (16+)
07.30 19.40 КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ (16+)

4 КАНАЛ 4

06.00 НОВОСТИ "4 КАНАЛА" (16+)
06.35 СТРЕНД (16+)
06.50 БИЗНЕС СЕГОДНЯ (16+)
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС (12+)

СТС СТС

06.00 ЕРАЛАШ (0+)
06.50 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)
07.45 М/С "ТРИ КОТА"
08.05 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)

КУЛЬТУРА К

10.00 15.00 19.30 23.20 НОВОСТИ
КУЛЬТУРЫ
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ
11.15 Т/С "КОЛОМБО" (12+)

ТВ Центр Ц

06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.10 ДОКТОР И... (16+)
08.40 МЕЛОДРАМА "ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ" (12+)

ТВ3 3

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ (0+)
09.30 Д/С "СЛЕПАЯ" (12+)
10.30 Д/Ф "ГАДАЛКА" (12+)
11.30 НЕ ВРИ МНЕ. КОГДА ХОЧЕШЬ КАК
ЛУЧШЕ (12+)

ТНТ ТНТ

07.00 М/С "ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ" (12+)
07.30 ЭКСТРАСЕНСЫ ВЕДУТ
РАССЛЕДОВАНИЕ (16+)

ОТВ ОТВ

05.00 09.00 11.10 18.30 19.00 21.00 22.30
СОБЫТИЯ (16+)
05.30 10.30 18.05 23.10 ПАТРУЛЬНЫЙ
УЧАСТОК (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ
08.00 Д/Ф "ОРУЖИЕ ПОБЕДЫ" (6+)
08.30 Т/С "БАЛЛАДА О БОМБЕРЕ" (16+)

* Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет. 6+ - телепередачи для зрителей старше 6 лет; 12+ - для зрителей старше 12 лет; 16+ для зрителей старше 16 лет; 18+ - для зрителей старше 18 лет.

пятница, 16 декабря

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО
09.00 НОВОСТИ
09.20 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА
09.50 ЖИТЬ ЗДОРОВО! (12+)

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 ВЕСТИ-УРАЛ. УТРО
09.00 ВЕСТИ
09.15 УТРО РОССИИ

НТВ НТВ

05.00 Т/С "АДВОКАТ". "СВИДЕТЕЛЬ" (16+)
06.00 НОВОЕ УТРО
07.30 СТУДИЯ ЮЛИИ ВЫСОЦКОЙ
08.00 СЕГОДНЯ
08.05 Т/С "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+)

МАТЧ ТВ 2

07.00 09.00 НОВОСТИ. ЕКАТЕРИНБУРГ (16+)
07.30 КВАДРАТНЫЙ МЕТР
08.05 ФУТБОЛЬНОЕ ОБОЗРЕНИЕ УРАЛА
08.20 AVTONews (16+)

4 КАНАЛ 4

06.00 НОВОСТИ "4 КАНАЛА" (16+)
06.35 СТЕНД (16+)
06.50 БИЗНЕС СЕГОДНЯ (16+)
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС (12+)

СТС СТС

06.00 ЕРАЛАШ (0+)
06.50 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)
07.45 М/С "ТРИ КОТА"
08.05 М/С "ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК" (6+)

КУЛЬТУРА К

10.00 15.00 19.30 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.20 КОМЕДИЯ "СЧАСТЛИВЫЕ КРАСИВЫЕ" (12+)

ТВ Центр ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.00 ДЕТЕКТИВ "ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА" (12+)

ТВЗ ТВЗ

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ (0+)
09.30 Д/С "СЛЕПАЯ" (12+)
10.30 Д/Ф "ГАДАЛКА" (12+)

ТНТ ТНТ

07.00 М/С "ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ" (12+)
07.30 ЭКСТРАСЕНСЫ ВЕДУТ РАССЛЕДОВАНИЕ (16+)

ОТВ ОТВ

05.00 09.00 10.00 18.30 19.00 21.00 22.30 23.00 СОБЫТИЯ (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

08.00 КОМЕДИЯ "СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА" (12+)

суббота, 17 декабря

ПЕРВЫЙ 1

06.35 М/Ф "ГАРФИЛД: ИСТОРИЯ ДВУХ КОШЕЧЕК"
08.00 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ!
08.45 СМЕШАРИКИ. НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ

РОССИЯ 1

04.50 Х/Ф "ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ"
07.05 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ
08.00 ВЕСТИ-УРАЛ
08.20 ВЕСТИ-УРАЛ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ

НТВ НТВ

05.00 ИХ НРАВЫ
05.40 Т/С "АДВОКАТ" (16+)
07.25 СМОТР
08.00 СЕГОДНЯ
08.20 СТРИНГЕРЫ НТВ (12+)

МАТЧ ТВ 2

09.30 11.00 НОВОСТИ. ЕКАТЕРИНБУРГ (16+)
10.00 AVTONews (16+)
10.20 ТЕХНОЛОГИИ КОМФОРТА

4 КАНАЛ 4

06.00 МИР НАИЗНАНКУ (16+)
07.20 "36,6" (16+)
07.30 СТУДИЯ ЗВЕЗД (6+)
07.40 ЗДРАВСТВУЙТЕ, ДОКТОР! (16+)

СТС СТС

07.30 М/Ф "МОНСТРЫ ПРОТИВ ОВОЩЕЙ" (6+)
07.55 М/С "РОБОКАР ПОЛИ И ЕГО ДРУЗЬЯ" (6+)

КУЛЬТУРА К

10.00 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ
10.35 МЕЛОДРАМА "СКАЗКИ... СКАЗКИ... СКАЗКИ СТАРОГО АРБАТА" (12+)

ТВ Центр ТВ Центр

06.05 "МАРШ-БРОСОК" (12+)
06.40 АБВГДЕЙКА
07.10 СКАЗКА "САДКО"

ТВЗ ТВЗ

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ (0+)
09.30 ШКОЛА ДОКТОРА КОМАРОВСКОГО (12+)

ТНТ ТНТ

07.00 ТНТ. MIX (16+)
09.00 АГЕНТЫ 003 (16+)
09.30 ДОМ-2. ЛТЕ (16+)

ОТВ ОТВ

05.35 12.30 17.15 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

06.50 "РЫБИЙ ЖЫР" (6+)
07.15 "ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ" (6+)

* Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет. 6+ - телепередачи для зрителей старше 6 лет; 12+ - для зрителей старше 12 лет; 16+ - для зрителей старше 16 лет; 18+ - для зрителей старше 18 лет.

воскресенье, 18 декабря

ПЕРВЫЙ

05.30 НАЕДИНЕ СО ВСЕМИ (16+)
06.35 Х/Ф "КО МНЕ, МУХТАР!"
08.10 СМЕШАРИКИ. ПИН-КОД
08.20 ЧАСОВОЙ (12+)

РОССИЯ

05.00 МЕЛОДРАМА "ДОЧЕНЬКА МОЯ" (12+)
07.00 М/Ф "МАША И МЕДВЕДЬ"
07.30 САМ СЕБЕ РЕЖИССЕР
08.20 "СМЕХОПАНОРАМА" Е.ПЕТРОСЯНА

НТВ

05.00 Т/С "АДВОКАТ" (16+)
07.00 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ (16+)
08.00 СЕГОДНЯ
08.20 СЧАСТЛИВОЕ УТРО. ЛОТЕРЕЯ

МАТЧ ТВ

10.20 В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ (16+)
11.05 ЕЛЕНА МАЛАХОВА. ЖЖХ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА
11.15 БАСКЕТБОЛЬНЫЕ ДНЕВНИКИ УГМК

4 КАНАЛ

06.00 МИР НАИЗНАНКУ (16+)
07.00 М/С "СМЕШАРИКИ" (12+)
08.00 СТУДИЯ ЗВЕЗД (6+)
08.10 "36,6" (16+)

СТС

06.00 ЕРАЛАШ (0+)
06.20 АНИМАЦИОННЫЙ ФИЛЬМ "УПС! НОЙ УПЫЛ..." (6+)

КУЛЬТУРА

10.00 ОБЫКНОВЕННЫЙ КОНЦЕРТ С Э.ЭФИРОВЫМ
10.35 КОМЕДИЯ "СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ" (12+)

ТВ Центр

05.35 Х/Ф "НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)" (12+)

ТВЗ

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ (0+)
07.30 ШКОЛА ДОКТОРА КОМАРОВСКОГО (12+)

ТНТ

07.00 ТНТ. МИХ (16+)
09.00 ДОМ-2. ЛТЕ (16+)

ОТВ

05.00 ДЕПУТАТСКОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ (16+)
05.20 12.30 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 ПРИКЛЮЧЕНИЯ "ДЕЛО ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН" (12+)

41 канал

ПОНЕДЕЛЬНИК
07.30 ДОМАШНЯЯ КУХНЯ (16+)
08.00 6 КАДРОВ (16+)

ВТОРНИК
07.00 ПОЛЕЗНЫЙ ВЕЧЕР С АЛЕНОЙ КОСТЕРИНОЙ (16+)

СРЕДА
07.00 ПОЛЕЗНЫЙ ВЕЧЕР С АЛЕНОЙ КОСТЕРИНОЙ (16+)

ЧЕТВЕРГ
07.00 ПОЛЕЗНЫЙ ВЕЧЕР С АЛЕНОЙ КОСТЕРИНОЙ (16+)

11.00 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! (16+)
14.00 СВАДЕБНЫЙ РАЗМЕР (16+)

ПЯТНИЦА
07.00 ПОЛЕЗНЫЙ ВЕЧЕР С АЛЕНОЙ КОСТЕРИНОЙ (16+)

СУББОТА
07.30 МЕЛОДРАМА "ЦВЕТКОВ И КАМЕНЬ" (16+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ
07.30 МЕЛОДРАМА "ЖАЖДА МЕСТИ" (16+)

07.30 МЕЛОДРАМА "ЖАЖДА МЕСТИ" (16+)

РЕН ТВ

ПОНЕДЕЛЬНИК
07.00 С БОДРЫМ УТРОМ! (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 НОВОСТИ (16+)

ВТОРНИК
07.00 С БОДРЫМ УТРОМ! (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 НОВОСТИ (16+)

СРЕДА
07.00 С БОДРЫМ УТРОМ! (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 НОВОСТИ (16+)

07.00 С БОДРЫМ УТРОМ! (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 НОВОСТИ (16+)

23.25 ДРАМА "СЕРЕНА" (16+)

ЧЕТВЕРГ
07.00 С БОДРЫМ УТРОМ! (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 НОВОСТИ (16+)

ПЯТНИЦА
07.00 С БОДРЫМ УТРОМ! (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 НОВОСТИ (16+)

СУББОТА
08.30 АНИМАЦИОННЫЙ ФИЛЬМ "БЕЛКА И СТРЕЛКА. ЛУННЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ"

ВОСКРЕСЕНЬЕ
05.00 Т/С "МЕЧ-2" (16+)

ТНВ

ПОНЕДЕЛЬНИК
05.00 КОНЦЕРТ (6+)
05.50 08.00 14.30 18.30 21.30 23.00 НОВОСТИ ТАТАРСТАНА (12+)

ВТОРНИК
05.50 08.00 14.30 18.30 21.30 НОВОСТИ ТАТАРСТАНА (12+)

СРЕДА
09.00 "КАРАМБОЛЬ". Т/С (16+)

10.00 17.40 "ВТОРАЯ СВАДЬБА". Т/С (12+)

ПЯТНИЦА
09.00 "КАРАМБОЛЬ". Т/С (16+)

СУББОТА
09.45 "ПОЕМ И УЧИМ ТАТАРСКИЙ ЯЗЫК" (0+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ
09.00 "ДК" (12+)

Слух66 центр слухопротезирования

• Выезд на дом • Консультация бесплатная

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Цифровые программируемые аппараты 17000 руб. (пр-во Швейцария)
+ годовой запас батареек в подарок

Екатеринбург, ул. 8 Марта, 212, оф. 205
тел. 8 (343) 266-48-98

Нижний Тагил, ул. Ленина, 67, оф. 100
тел. 8 (3435) 21-21-05

Акция до 31.12.2016 г.

Св-во гос. регистр. физ. лица в кач-ве ИП №311667407700059 от 18.03.2011

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПРОЖИТОЧНЫЙ МИНИМУМ СНИЗИЛСЯ

По сообщениям информагентств, прожиточный минимум в России по итогам третьего квартала 2016 года составил 9,889 тыс. рублей.

«Это на 0,7 процента меньше по сравнению со II кварталом текущего года. Величина прожиточного минимума для трудоспособного населения равна 10678 рублям, для пенсионеров - 8136 рублям, для детей - 9668 рублям», - сообщает Минтруд РФ.

Снижение величины прожиточного минимума, как объясняет федеральное правительство, вызвано уменьшением стоимости продуктов питания... «По сравнению с предыдущим кварталом снизились цены на плодощную продукцию, некоторые виды круп и куриные яйца», - убеждены чиновники.

Так ли это, читайте на стр. 12.

ОТ ВСЕЙ ДУШИ

Поздравляем дорогую **Зою Николаевну КЕЖАЕВУ** с 90-летним юбилеем.

Мама, бабушка наша родная!
Поздравляем сегодня тебя!
Вся семья сейчас наша большая
Пожелает лишь счастья любя.
Мы за все благодарны на свете.
За ту жизнь, что ты нам дала
Что с тобою росли наши дети,
Что ты лучшая в мире из мам.
Пусть, родная, возраст тебе
По заслугам безмерным твоим,
И пусть жизни твоей вся дороженька
Богом будет хранима одним.
Желаем, чтобы жизнь твоя была вечной,
Здоровья и счастья была полна чаша,
Чтоб мы любовью твоей бесконечной
Тебя окружали, мамочка наша.

Вся семья Новоселовых,
п. Сабик, Шалинский р-н

Поздравляем с 75-летним юбилеем **Александру Николаевну ФЕДОРОВСКИХ**.

Наша жизнь - как цветков, как черемухи цвет,
И сегодня тебя прекраснее нет.
Наши годы текут, как в потоке вода,
Мы в твои 75 поздравляем тебя.

Городское общество инвалидов,
г. Реж

Поздравляем с 80-летием **Нину Ивановну КРОПАНЦЕВУ**, с 65-летием - **Владимира Алексеевича БЕССОНОВА**, с 60-летием - **Сергея Михайловича ГНУСОВА**, **Валерия Алексеевича ГРЯЩЕНКОВА**, с 55-летием - **Тамару Васильевну КОПТЯЕВУ**, **Татьяну Васильевну КАЗАКОВУ**.

Будьте здоровы, пусть продлятся ваши дни в мире, радости и заботе близких вам людей.

Совет ветеранов,

п. Колпаковка, Шалинский р-н

Поздравляем с днем рождения **Александру Александровну ПЕСТОВУ**, **Владимира Пантелионовича КУЗНЕЦОВА**, **Людмилу Афанасьевну ОВСЯННИКОВУ**, **Нину Максимовну НОСОВУ**, **Татьяну Владимировну РЕПЬЕВУ**.

Желаем легких и веселых дней,
Полных впечатлений,
Смелых, радостных затей,
Ярких ощущений,
Встреч с хорошими людьми,
Новых чувств и мыслей,
Полных счастья и любви
К миру, к свету, к жизни!

Л.С. Анашкина, председатель
Екатеринбургского регионального
совета ветеранов, г. Екатеринбург

Все поздравления - на сайте газетапенсионер.рф

НАЗНАЧЕНА ОПЕРАЦИЯ ПО КАТАРАКТЕ? ХОТИТЕ УТОЧНИТЬ ДИАГНОЗ ИЛИ СРАВНИТЬ ЦЕНЫ? МНЕНИЕ НАШЕГО ДОКТОРА БЕСПЛАТНО



Главный офтальмолог УрФО,
заслуженный врач России,
научный консультант клиники,
д.м.н., проф. Коротких С.А.

- ХИРУРГИЯ КАТАРАКТЫ
- ЛАЗЕРНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ДЕГЕНЕРАЦИИ СЕТЧАТКИ, ГЛАУКОМЫ, ЗАБОЛЕВАНИЙ ЗРИТЕЛЬНОГО НЕРВА
- ВОЗВРАЩЕНИЕ ЗРЕНИЯ ПРИ МАКУЛОДИСТРОФИИ
- ОПЕРАЦИЯ ПРИ ОПУЩЕНИИ ВЕК
- ДИАГНОСТИКА ЗРЕНИЯ

КЛИНИКА ОФТАЛЬМОХИРУРГИИ
«ПРОФЕССОРСКАЯ ПЛЮС»
(бывшая микрохирургии глаза)

Тел. (343) 2-148-000 Сайт: www.профессорская.рф

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ОФТАЛЬМОЛОГА

Реклама. Лицензия № ЛО-66-01-001605 выд. Минздрав Св. обл. от 15.11.2012г.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления - на сайте газетапенсионер.рф

- Куплю старые монеты. Тел. 8-912-693-84-71
- Куплю иконы, «касли», самовары, антиквариат. Тел. 8-912-240-2000
- Ремонт квартир и ванн в Екатеринбурге. Пенсионерам - скидка 30%. Тел. 8 (343) 207-07-27
- Семейная пара ищет работу сторожем в саду в г. Ревда. Тел. 8-950-647-75-88
- Сдается 3-комнатная благоустроенная квартира на длительный срок, возможно с последующим выкупом, 57 м2. Тел. 8-950-542-71-19
- Куплю дом, готовый к проживанию, в районном поселке или городе, или другую жилплощадь недалеко от города в пределах 350 тыс. руб. Тел. 8-950-655-52-37
- Продам 2-комн. квартиру в п. Курорт-Самоцвет, дом кирпичный, 4/5 этаж, новая сантехника, натяжной потолок, плитка, балкон застеклен, ламинат, железная дверь. 850 тыс. руб. Торг. Тел.: 8-950-202-28-29, 8-982-702-94-43
- Продам 2-комнатную квартиру в Артемовске, 48,5 м2, 2/5, дом панельный, хороший ремонт, с/у раздельный, балкон утеплен, рядом школа и детский сад. Тел. 8-902-440-74-57, Ирина Николаевна
- Продается 1-комнатная благоустроенная квартира в центре п. Староуткинск, 31/18/7, имеется участок земли около квартиры, пластиковые окна, железная дверь, счетчики на свет, воду и газ, пруд, река Чусовая. Тел. 8-904-384-60-20
- Продается участок в селе Пристань Артинского р-на, около реки Уфы, 12 соток. Экологически чистый район. Наталья. Тел. 8-902-877-45-40
- Продается садовый участок в п. Моноетный (35 км от города). Есть 2-этажный дом-баня для круглогодичного проживания, своя скважина, электричество, печь-термофор, слив. Подключена машина-автомат. Есть насаждения. Наталья. Тел. 8-902-877-45-40
- Продам 2-комнатную квартиру в г. Артемовский, 48,5 м2, 2/5 эт., дом панельный, окна пластиковые, с/у раздельный, все в кафеле, балкон застеклен и утеплен, новые батареи. Есть Интернет. Тел. 8-902-440-74-57
- Продается новый жилой 2-этажный дом из бруса в п. Косулино, 150 м2, обшит сайдингом, газ, вода, электричество, канализация, земля 10 соток, все насаждения. Или меняется на две однокомнатные квартиры в Екатеринбурге. Тел.: 8-922-160-81-68, 8-932-611-16-88
- Продается гаражный бокс в ГСК «Южный», на ул. 8 Марта (Екатеринбург), 21 м2, видеонаблюдение, сигнализация, охрана, собственник, цена договорн. Тел.: 8-912-219-82-02, (343) 260-18-55
- Продам сад за Березовским на берегу протоки р. Пышмы, 7,2 сотки. Большой 2-этажный деревянный дом, все посадки. Пляж рядом. 850 тыс. руб. Тел. 8-902-272-69-62
- Продам две фляги алюминиевые (38 л), лампы дневные большие (1-1,5 м), газовый баллон 5л; муж. серый костюм, р. 50-52, рабочую муж. одежду на лебяжьем пуху, р. 52 и без утепления летнюю, плащ жен. с капюшоном, две шапки жен. из псаца, кофту розовую с коротким рукавом; кожаную жен. куртку р. 50-52, упаковки для цветов, ручной пылесос «Шмель-4», новый,

в упаковке. Тел.: 8-912-219-82-02, (343) 260-18-55

● Срочно продается благ. 2-комн. квартира в пос. Курорт-Самоцвет, общая площадь 45 м2, комнаты изолированы, этаж 2/5, балкон застеклен, сейф-двери. Тел. 8-919-390-68-73

● Продам жен. мутоновую шубу, р. 48-50, цвет черный, в хор. сост.; новые портьерные шторы, 240x140 см, цвет светло-вишневый - 500 руб.; валенки серые, р. 28, б/у - 300 руб.; жен. пуховик, р. 50-52, красный - 400 руб. Тел. 8-912-238-91-58

● Продам телевизор Самсунг, б/у - 2 тыс. руб., ковер на пол красный - 1 тыс. руб., медиц. аппарат «Бабочка» - 10 тыс. руб., украшения из лечебного камня - 3 тыс. руб., слуховой аппарат средней мощности - 3 тыс. руб. Тел. 8-902-267-30-08

● Продам жен. костюмы нарядные р. 46-48 - от 500 руб., шубу из нутрии аргент. р. 48 - 5 тыс. руб., свингер из енота - 10 тыс. руб., свингер из норки р. 44 - 15 тыс. руб. (торг), черная шуба из цигейки р. 46 - 500 руб., шапки норковые от 1 тыс. руб., сапоги из натур. Кожи р. 37 - от 500 руб. Тел. 8-902-267-30-08

● Продам две пары зимних сапог, р. 40-41, замша и кожа, почти новые, книги. Тел. 8-950-543-59-80

● Продам электрообогреватель новый, в упаковке, уют, бра настенное (с двумя лампами), стир. машину «Малютка», настол. лампу, посуду красивую, кухонный чайный сервиз, шубу мутоновую в хор. сост. р. 50-52, пальто новое меховое (лиса), черное, опушки для капюшона и манжеты, валенки нов. р. 36-37, сапоги кожаные на сплошной подошве р. 36-37,5, сапоги замшевые р. 38-39, юбку драповую и ч/ш р. 44-48 и р. 54-58. Все недорого. Тел. 8-982-622-68-04

● Срочно отдам 2-месячных щенков, серый окрас. Тел. 8-950-199-32-41

● Продам 2 газовых баллона, электроплиту «Мечта», ткацкий станок. Тел. 8-904-386-59-59

● Продам новую мутоновую шубу с норкой. Цена договорн. Тел. 8-950-551-31-37, (34394) 2-49-52

● Куплю челнок с катушкой от швейной машинки «Зингер». Тел.: (343) 369-37-15, 8-922-19-38-122

● Открылся комиссионный магазин, где можно сдать и купить одежду, обувь, бытовую технику и др. по адресу: г. Екатеринбург, ул. Восточная, 174. Тел. 8-982-731-99-19

● Продам книги в хор. сост.: детские, собр. соч. классики, ЗОЖ, дамские романы, детективы. Продам цветы: синтониум, гатибру, толстянку, фиалки и др. Тел. (343) 341-85-65

Только для пенсионеров

Пенсионер Купон

на одно бесплатное объявление

Заполните разборчиво и печатными буквами

Текст объявления: _____

Телефон или адрес: _____

Заполните данные для редакции: цена объявления не будет начислена. Публикация не гарантируется

Фамилия _____ Телефон _____

Адрес _____ Подпись _____

В РЕКЛАМЕ – ОДНО, НА ДЕЛЕ – ДРУГОЕ



что «Пятерочка» выручает». Пока она выручает только деньги покупателей!

Римма Врубель,
фото автора

В канун Нового года супермаркеты решили немного порадовать покупателей, снизив цены на большинство продуктов, указанных в нашей таблице.

Особенно щедрыми оказались торговые сети «Магнит», «Верный» и «Кировский». В «Магните», к примеру, на 46,2 рубля подешевел килограмм докторской колбасы, на 47,2 – гречка. Снижение цен коснулось также курицы и минтая, сливочного

и подсолнечного масла, молока, картофеля и сахара. В «Верном» в продаже появилось новое сливочное масло – «Кошкинское», и пока здесь оно самое дешевое: 180-граммовая пачка жирностью 72,5 процента почти в 2 раза дешевле, чем в «Елисее» и «Пятерочке». Немного снизились в стоимости в этой сети замороженный минтай, подсолнечное масло, молоко, картофель, сахарный песок.

В «Кировском» остались на прежнем уровне цены на докторскую колбасу, столовое яйцо, молоко, хлеб и сахар, а снижены на цыплят-

бройлеров (- 26 рублей за килограмм), сливочное масло (- 17,91 за пачку), гречку (- 9 рублей за упаковку), сахарный песок (- 7 рублей за килограмм), белокочанную капусту и макаронные изделия. Похвально, что не были повышены цены ни на один продукт, приведенный в таблице.

В магазинах всех шести торговых сетей прекратился рост цен на замороженный минтай и сливочное масло. Килограмм этой рыбы подешевел в «Верном» - на 5,1 рубля, в «Магните» - на 2 рубля. Замороженная курица подорожала только в

«Монетке» на 6 рублей за килограмм, здесь же вырос в цене картофель - на 1,4 рубля за килограмм. Но самыми дорогими остаются супермаркеты торговой сети «Пятерочка». Здесь дороже, и порой значительно, почти все продукты, указанные в таблице. К примеру, подсолнечное масло подорожало только в «Пятерочке» почти на 23 рубля за литровую бутылку, молоко - на 7 рублей за литр, яйцо С1 - на 4 рубля за десяток, гречка - на 30 копеек за килограммовый пакет. Выходит, не права телереклама, которая утверждает,

	Кура з/м	Колбаса доктор.	Минтай с/м	Масло сливочное	Масло подсол.	Гречка	Макаронные изделия	Яйцо С1	Молоко 2,5%	Хлеб крест. нарезка	Картофель	Капуста	Сахар
Верный	119	270	119,9	49,9	65,7	57,8	33,5	53	30,7	27,5	8,9	14,9	45,4
Елисей	123,2	199,8	119,9	89,9	70	79,9	69,1	59,99	31,9	23,6	15,90	14,9	65,9
Магнит	134	141,8	123	68	65,1	56,8	37	66,4	35	22,5	12,9	15,3	48,1
Монетка	129,9	219,8	199,9	87,9	65,9	59,9	42,25	52,9	31,9	23,9	14,9	14,9	47,9
Кировский	109,99	319,98	89,99	69,69	61,99	55,99	42,59	49,99	33,99	17,8	16,99	14,99	48,99
Пятерочка	119	149,9	159	93,95	89,9	60,55	39,87	56,9	41,95	22,65	18,95	14,95	50,35

Хорошо видеть после 50 лет – норма!



О снижении зрения в старшем возрасте рассказывает главный врач клиники микрохирургии «ГЛАЗ» им. академика Святослава Федорова, к.м.н., офтальмохирург с 27-летним стажем работы в зарубежных и российских клиниках Борис Витальевич Романенко

- Каковы основные причины снижения зрения у старшего поколения?

- На сегодня при обращении к офтальмологу с жалобами на плохое зрение после проведения обследования довольно часто людям старше 50-ти лет ставится

диагноз «катаракта». Приведут некоторые цифры: число пациентов с катарактой в РФ достигает 10 млн. Из них 50% не ощущает заметного снижения зрения, не обращается к врачу. При подтвержденном диагнозе 90% лечатся глазными каплями, которые не останавливают процесс, а лишь замедляют скорость помутнения хрусталика. И лишь около 400 тыс. россиян ежегодно успешно борются с заболеванием при помощи операции. Катаракта в России – одна из главных причин, ведущих к слепоте в пожилом и старческом возрасте: в 70–80 лет она встречается примерно у 260 мужчин и 460 женщин на 1000 человек.

- А как с ней бороться?

- Благодаря развитию медицинских технологий на сегодня катаракта — одна из немногих болезней, которая может быть полностью вылечена хирургическим путем. Операция - это единственный метод избавиться от катаракты. Но перед проведением операции необходимо пройти полную диагностику зрения, чтобы подтвердить диагноз и сформировать план лечения. Углубленное обследование в нашей клинике с использованием новейшей офтальмологической аппаратуры и технологий проводится бесконтактным способом.

Этот комплекс исследований в течение часа опишет не только качество зрения, но и состояние зрительной системы пациента в целом.

- Какие симптомы этой патологии должны насторожить человека при обнаружении у себя?

- Это расплывчатое или туманное изображение, раздвигание и искажение изображения; уменьшение четкости или появление желтого оттенка цвета; чувствительность к солнцу и дискомфорт от света фонарей и фар при вождении в ночное время; частая смена диоптрий очков; усталость при чтении. Снижение зрения после 50-ти обычно не вызывает у людей особой тревоги, часто это списывают на возраст и не идут к доктору. Очень часто мы сталкиваемся с мнением, что для пожилых людей плохо видеть – это естественно. Это заблуждение, норма – хорошо видеть в любом возрасте!

- Когда проводить операцию?

- Это определяет офтальмолог. Показание к проведению оперативного лечения - снижение качества жизни у таких пациентов. Катаракта развивается от нескольких месяцев до лет. Иногда с помощью капель

врачам удается замедлить ее развитие на ранних стадиях. Но если катаракта продолжает прогрессировать и зрение снижается - лечение необходимо.

- А подробнее об операции – как именно проходит, сколько времени занимает?

- Наиболее эффективный, надежный, безболезненный и современный метод удаления катаракты — ультразвуковая факэмульсификация с имплантацией искусственного хрусталика. Операция проводится под внутривенной анестезией. Противопоказаний к выполнению операции и каких-либо особых ограничений по общему состоянию здоровья практически нет. Каждому пациенту искусственный хрусталик подбирается индивидуально, в зависимости от состояния зрительной системы. Современные искусственные

хрусталики, имплантируемые человеку, позволяют откорректировать, например, астигматизм, возрастную дальнозоркость.

- На время операции нужна длительная госпитализация?

- Операция проводится амбулаторно, в больнице лежать не нужно. Само вмешательство занимает 10-15 минут. В общей сложности в день операции пациент проводит 3–4 часа под наблюдением врача, а вечером того же дня он будет дома заниматься привычными делами, конечно, с ограничением физических нагрузок.

- Уточните стоимость и доступность лечения для наших читателей?

- Специальная стоимость на операцию по катаракте до 31 декабря 2016г. - 29 750р.

Полная диагностика зрительной системы
(7 исследований и консультация офтальмолога)
до 31 декабря 2016г.:

- для пенсионеров
1750 р.
- для взрослых
2650 р.



ул. Никонова, 18
с 8:00 до 20:00 ч
тел. +7 (343) 270-00-30
clinicglaz.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



«Свой возраст человек определяет сам!»

Жители Екатеринбурга с началом зимы массово отправились на Уктусские горы, которые находятся в черте города, чтобы открыть зимний сезон катания на горных лыжах и сноуборде. Каково же было их удивление, когда на лыжной базе новичков-экстремалов встретил статный мужчина с седойной в волосах.

Пенсионер Сергей Борисович Рогожкин работает инструктором на горнолыжном комплексе. Вот уже 10 лет наш герой открывает всем желающим дверь в мир горнолыжного спорта. Сергей Борисович - очень приятный собеседник, обладатель отменного чувства юмора, о чем красноречиво говорят его ответы...

- Сергей Борисович, как давно катаетесь на горных

лыжах, как пришли к этому?

- Впервые встал на лыжи в детстве, а с возрастом стал заниматься более регулярно и тщательно.

- Доводилось ли участвовать в соревнованиях по горным лыжам?

- Всегда с большим энтузиазмом участвовал в любительских стартах. «Любительский спорт» - словосочетание забавное, как, впрочем, и само занятие, которое оно определяет. Мою маленькую домашнюю фотостудию раньше украшал шкафчик, уставленный кубками, над ними висела гирлянда медалей.

Как-то дотошные гости спросили: «А почему в основном вторые и третьи места?» Мой ответ: «В нашей возрастной группе иногда на старт выходят только два лыжника,

чаще три» - был встречен хохотом.

- Какие трассы вас впечатляют?

- Любой состоявшийся инструктор знает, что тот, кто произносит фразу «Я гоняю только в Альпах по черным трассам», забывает о том, что скатывающая сила действует на любой предмет. Важно, не по какой трассе, а как.

- Сейчас вы на пенсии и работаете инструктором по горным лыжам, а кто вы по основной специальности?

- По диплому я учитель физики. Приходилось работать поваром, переводчиком с английского языка, техническим и рекламным фотографом. Охотно провожу мастер-классы по уличной фотографии. Есть даже несколько опубликованных рассказов и эссе. Сейчас преподаю художественную фотографию в педагогическом университете. Образование, особенно в настоящее время, - это то, что можно «взять», а не «получить».

- Катание на горных лыжах - это травмоопасный вид спорта. Были ли в вашей жизни спортивные травмы или, как говорится, Бог миловал?

- Нет, не миловал. Поэтому все «прелести» отечественной травматологии, как, впрочем, и проявления высочайшей квалификации наших Врачей (только так, с большой буквы!) перечислять придется долго.

- Как вы считаете, могут ли пожилые люди впервые встать на горные лыжи? В каком возрасте еще не поздно приобщиться к этому виду спорта?

- Свой возраст человек определяет сам. Есть такой девиз у некоторых коммерческих лыжных школ: «Если можешь дойти до горы, значит, годен для спуска». В вашем вопросе ключевое слово - «впервые». Обладая навыками, человек действительно может вполне прилично выглядеть на склоне и в преклонном возрасте. Опасность кроется в собственном мироощущении, навязанном нам обществом потребления. Стало очень трудно адекватно оценить себя. Лозунг «Ты этого достоин» прекрасно работает в отношении крема для лица, но не для оценки своих физических возможностей. Ежегодно именно по этой причине случаются трагедии на склоне. Завышенной самооценки горы не прощают. Утверждаю это на основании собственного опыта.

- Вы предпочитаете быстро спускаться с горы или аккуратно?

- Спускаюсь в меру своих навыков. Экстрим начинается там, где заканчивается контроль.

- Знаю, что вы увлекаетесь фотографией. Это хобби или работа тоже?

- Классическая, не инсценированная фотография - мое главное занятие. Но предупреждаю: цветочков, девушек и пейзажей в моих работах не найти. Фотографии маленькие, черно-белые.

- Чем занимаетесь в летний период?

- Моя летняя страсть - рыбалка нахлыстом. Лето пролетает мгновенно. Последнее время, к величайшему стыду, стал меньше читать, слушать музыку и даже фотографировать.

- Вы производите впечатление очень энергичного человека. Откуда черпаете силы?

- Шкала ценностей благоприятная!

Анна Кулакова
Фото из архива
С. Рогожкина

ВЕРНАЯ ПОДРУГА - ГАРМОНЬ



Недавно я побывала в санатории в Ревде. Две недели лечения и отдыха пролетели незаметно, но главным было общение с людьми, которые многое пережили, но с достоинством выдержали свой жизненный экзамен. О жизни одного из отдыхающих мне захотелось рассказать читателям «Пенсионера».

Вечерком, на второй день нашего заезда, из одной комнаты полились русские народные песни под гармошку. Одна мелодия сменялась другой - от весёлой «Калинки» до задумчивой «Черёмухи».

Захотелось познакомиться с самодеятельными артистами. Шесть бабушек под аккомпанемент седовласого гармониста задумчиво пели очередную песню. А потом певуны разговорились, немного рассказали о себе. Разговорили и гармониста, его рассказ взволновал всех.

Знакомьтесь - **Николай Семёнович Грызунков** из Богдановича, родился в 1939 году в Пензенской области. В семье он был четвёртым ребёнком.



Когда началась Великая Отечественная война, отца забрали на фронт, домой он так и не вернулся. Тяжело приходилось маме, трудилась с утра до вечера на ферме. Безмерная усталость и недоедание подкосили её здоровье. Два Коле исполнилось шесть лет, мама умерла...

Детей увезли в детский дом, который на-

ходился недалеко от их села. Очень тяжело Николаю Семеновичу вспоминать то время. Детей обижали воспитатели, бывало, и директор мог ударить. Кормили в детдоме очень плохо.

- Мы, ребяташки, картофельные очистки в карманы натолкаем, потом на печке подсушим и быстренько съедим, чтобы никто не видел, - с горечью рассказывает пенсионер. - Когда мне исполнилось 16 лет, я пожаловался на свое житье одному милиционеру. Он помог мне достать справку, потом по ней мне выдали паспорт. У меня как будто крылья за спиной выросли!

В 1960 году он приехал в Богданович, где уже жил брат. Но парню из детдома трудно было устроиться на работу. Всюду получал отказ и от отчаяния написал открытое письмо Никите Хрущёву. На удивление, вскоре пришло от него большое письмо с пе-

чатью. Николая вызвали в исполком, побеседовали и устроили учеником плотника. Так началась его трудовая жизнь: 30 лет отработал на шпалозаводе, откуда и на пенсию вышел.

- Николай Семёнович, а когда вы подружились с любимой гармошкой? - поинтересовалась я.

- Когда ещё в родном селе жил. У нас один парень очень хорошо играл, его всегда приглашали на разные вечера, девчата возле него так и вились. И я решил, что обязательно научусь! Почти с первой полочки купил гармошку. Учился сам, приглядывался, как другие играют. Так и освоил.

- Как сложилась ваша личная жизнь?

- В библиотеке познакомился с будущей женой. Воспитали сына. Молодец, учился отлично. Получил высшее образование, живёт и работает в Ека-

теринбурге, занимается наукой. И внук у меня умница, учится в университете. Меня не забывают, постоянно звонят, интересуются делами.

Супруга, с которой прожили 37 лет, ушла из жизни. Со второй женой живём вместе уже 15 лет. Трудимся в саду, отмечаем домашние праздники с песнями под гармошку.

- Так что ваша гармошка без дела не скучает?

- Хор ветеранов «Валентина» частенько со-

бирается во Дворце культуры Богдановича попеть песни. Вот тут моя родная гармонь и отрывается. Репертуар разнообразный, но в основном народные песни. Я очень рад, что и в санатории моя гармошка пригодилась, порадовала отдыхающих - и молодых, и молодых.

От себя скажу: да, так и было. Многие благодарили Николая Семёновича и его подружку-гармошку, ведь душевное здоровье не менее важно в жизни каждого!

Играй, гармонь, душа так просит песен,
Ведь в русских песнях - русская душа,
От них старушки вновь помолодеют,
Лучами солнышка засветятся глаза!

Татьяна Дроздова, г. Дегтярск

ВКУСНЫЙ ПОСТНЫЙ ОБЕД

Продолжается Рождественский пост. Он завершится 7 января с наступлением одного из главных православных праздников - Рождества Христова.

Тем, кто постится, предписано воздерживаться от продуктов животного происхождения: мяса, яиц, молочного.

Рождественский пост не считается чрезмерно строгим. Поэтому можно приготовить очень вкусный обед, используя разрешенные продукты.

САЛАТ С КАЛЬМАРАМИ

Потребуется: кальмары отварные или консервированные - 100-150 г, свежие помидоры - 2-3 шт., болгарский перец - 1 шт., половина красной луковицы (по желанию), оливковое или рафинированное подсолнечное масло, половина лимона, зелень петрушки, соль, перец черный - по вкусу.



Приготовление: кальмары нарежьте на кусочки. Овощи промойте и просушите. Помидоры нарежьте некрупными дольками. Болгарский перец - тонкими полукольцами. Петрушку измельчите. Лук нарежьте тонкими полукольцами.

Смешайте ингредиенты для соуса - лимонный сок, растительное масло, соль, черный перец. Смешайте компоненты салата, приправьте соусом.



БОРЩ С КИЛЬКОЙ

Потребуется: 1 банка консервов «килька в томате», картофель - 3-4 шт., морковь - 1 шт., капуста - треть кочана, 1 луковица, томатная паста - 2 ст. ложки, масло растительное - 2-3 ст. ложки, вода - 2 литра, лавровый лист, соль, перец - по вкусу.



Приготовление: овощи промойте и почистите. Капусту нашинкуйте, картошку порежьте кубиками, лук измельчите, морковь натрите на крупной терке.

В кастрюлю влейте воду, доведите до кипения. В кипящую воду выложите картофель и варите 7-10 минут. Добавьте нашинкованную капусту и варите до готовности. Пока картофель и капуста варятся, обжарьте нарезанный лук и морковь в растительном масле до мягкости. Добавьте томатную пасту, перемешайте, прогрейте и добавьте в борщ. Туда же отправьте кильку в томате. Перемешайте.

Посолите и поперчите постный борщ. Варите до готовности на медленном огне.

Готовый борщ должен настояться 15 минут. Посыпьте рубленой зеленью и подавайте.

ЗАПЕЧЕННАЯ КАРТОШКА С ЛУКОВЫМ СОУСОМ

Потребуется: картофель (лучше красный), растительное масло, постный майонез (продается в магазинах), 1 крупная салатная луковица, зерновая горчица, соль, зелень укропа и петрушки. Количество - произвольное.



Приготовление: картофель тщательно вымыть (если кожура толстая - очистить, если нет - лучше оставить в кожуре), обсушить, сбрызнуть растительным маслом, посыпать мелкой солью, отправить в разогретую духовку запекаться.

Приготовить соус: в постный майонез добавить мелко нарезанную салатную луковицу, зерновую горчицу, измельченные укроп и петрушку. Перемешать. Соус подавать в отдельной мисочке к готовой картошке.

vkusnopoedim.temaretik.com/povar.ru

В определенном возрасте даже родной дом может превратиться в полосу препятствий. Как создать безопасную и комфортную обстановку для пожилого человека?

Стены коридора должны быть свободны от прислоненных к ним предметов. Передвигаясь, пожилые люди часто опираются о стены.

Кровать лучше снабдить ортопедическим матрасом. Если нет такой возможности, выбирайте модели помягче. Поставьте рядом с кроватью тумбочку. На ней держите лекарства и воду, чтобы не было необходимости вставать за нужной таблеткой ночью.

Диваны и кресла должны быть достаточной высоты и не особо мягкие. Вставать с низкого дивана,

Особенности обустройства жилья пожилых людей

на, когда тело утопает в мягких подушках, тяжело. Высота мебели должна быть такой, чтобы ступни сидящего человека уверенно стояли на полу, а колени сгибались под прямым углом.

Следите за тем, чтобы ковровые покрытия плотно прилегали к полу, иначе высок риск запнуться за край коврика. Надёжно зафиксировать ковёр можно при помощи двустороннего скотча.

Позаботьтесь о том, чтобы у изголовья кровати был источник света, который легко включить, не вставая. Пожилой человек не должен подниматься в темноте.

В доме, где живёт пожилой человек, предпочтительнее поставить душевую кабину. Забираться в ванну с высокими бортиками и вылезать из неё в определённом воз-

расте становится опасно. Если нет возможности купить кабину, обзаведитесь сиденьем, которое крепится к бортику ванны, чтобы было удобно спускать ноги на пол. Прикрепите к стенам рядом с ванной поручни, чтобы облегчить вставание.

Несколько резиновых коврик должны лежать на полу и на дне ванны.

Унитаз тоже должен быть достаточной высоты. Если пожилому человеку сложно подниматься, можно обзавестись специальной накладкой на чашу унитаза, которая увеличит высоту сантехники. Подобные накладки могут регулироваться по высоте.

Постарайтесь в шкафах расположить предметы так, чтобы вещи первой необходимости

лежали на нижних полках. Старикам не должны забираться на табуретки или стремянки - поза с вытянутыми вверх руками часто приводит к головокружениям. Вспомнить, что хранится в том или ином шкафчике, помогут стикеры, приклеенные к дверце.

Правила безопасности

- Не загромождайте пространство мебелью. Проходы должны быть широкими.

- Если на полу есть пороги, пометьте их белой краской, чтобы не споткнуться в полумраке.

- Прикрепите номера телефонов родственников и экстренных служб на видном месте.

- Тапочки без задников - не для пожилых. Такая обувь легко соскальзывает с ноги, что может привести к падению. Лучше покупать тапочки на резиновой нескользкой подошве.

odomah.info

Дарим в подарок здоровье!

Дарить подарки - одно из самых приятных занятий в жизни. Даже сам выбор подарка поднимает настроение, ведь это делается с намерением порадовать близкого человека! Даря близким своё внимание, взамен мы получаем мощный приток жизненной силы.

Воспользуйтесь нашими подсказками и подарите дорогим людям то, что не только порадует, но и принесет пользу здоровью. Подарить эко-подарок на Новый год - значит подарить путь к здоровью, глоток живой силы сибирских лесов или покой и чистоту природы Урала.

Для всей семьи прекрасным подарком станет жим-ка (жмых кедрового орешка). Она полезна детям для полноценного развития и активного роста, а взрослым поможет выдержать стрессовые и физические нагрузки. Другие полезные сладости тоже будут встречены на «ура!» Например, шоколадные конфеты без сахара, натуральная фруктово-ягодная пастила, варенье из соевых шишек или варенье из одуванчиков. Хит продаж - льняные батончики «Микс» с кунжутными семечками. Такие сладости и удивят, и подарят минуты наслаждения. А к сладостям у нас есть широкий выбор чаев и сбитней, среди которых иван-чай самый популярный благодаря его удивительному вкусу и пользе. Великолепным подарком станет мёд в красивом бочонке! В основном наш мёд с севера Урала. Чем северней собран мёд, тем выше его ценность.

Также у нас большой выбор натуральной косметики и мыла. Маска для волос «Сила кедра» вернёт утраченную красоту. Масло вечернее после душа «Гармония» прекрасно поднимет женскую энергию, позволит хорошо отдохнуть. Можно подобрать в подарок биомаски для лица, крем для кожи вокруг глаз, для рук, чудесные натуральные шампуни и бальзамы для волос. Для мужчин мы предлагаем великолепное мыло «Цирюльник», которое заменяет пену и бальзам после бритья.

Есть широкий выбор подарков и для людей старшего поколения. Фитобальзам «Калина красная» - незаменимый помощник при нервных перегрузках и стрессе. Он уменьшает раздражительность, снимает дискомфорт в области сердца, облегчает засыпание, дарит чувство душевной гармонии. Огромный выбор урбечей (пасты) из орехов и семян! К примеру, паста из лесного ореха помогает нормализовать давление, снижает уровень холестерина, укрепляет и поддерживает эластичность сосудов и сердечной мышцы. Широко представлены продукты для оздоровления суставов. Для глаз есть уникальное кедровое масло, которое снимает сухость, покраснение и слезоточивость.

Чудесным подарком станут оздоровительные кедровые подушки и матрасы. Храня силу сибирских лесов, кедровые подушки помогают восстановить сон, нормализуют давление, укрепят тело и порадуют душу.

В преддверии Нового года мы искренне желаем вам самого главного - любви к себе, своим близким! Сибирского вам здоровья и долголетия!

УРЦ «МЕДВЕДЬ»

Телефон для справок: 8-922-188-97-21

МЕДВЕДЬ

ЭКО-ПОДАРОКИ

скидка 5%

Скидка действует до 31 декабря 2016 г. в магазинах "Медведь" Екатеринбург, Нижний Тагил, Первоуральск, Новоуральск, Ревда.

8922-188-97-21 Медведушка.рф

ТРЕЩИНА РЕБРА: СИМПТОМЫ И ЛЕЧЕНИЕ

Никто не застрахован от неожиданных травм, которые могут случиться во время гололеда. Достаточно часто следствием неожиданного падения на улице становятся ушиб грудной клетки или трещина ребра.



Трещина ребра – это общее нарушение его целостности. Обычно трещина ребра не приносит серьезных последствий. Может наблюдаться кратковременный дискомфорт, который сопровождается периодическими болями в области ушиба. Если боли усиливаются, нужно немедленно обратиться к врачу-травматологу для установки точного диагноза и назначения лечения.

При травме ребра может произойти повреждение легкого или внутреннее кровотече-

ние. Поэтому при любой травме грудной клетки необходим рентген, чтобы установить точный диагноз и предотвратить опасные осложнения.

Ушиб или трещина ребра обычно возникает непосредственно от прямого воздействия на грудную клетку. Это может быть сильный удар в область грудной клетки, дорожно-транспортное происшествие, всевозможные ранения, падения. Вероятность возникновения трещины ребра зависит не только от травмирующего фактора, но и от того, насколько

развита мышечная масса человека, и какой у него возраст.

Повторим: без рентгенологического обследования определить трещину в ребре сложно. Но определенные симптомы трещины в ребре все же существуют. Главный из них – боль, которая ощущается практически постоянно в области пораженного ребра. Острая боль появляется сразу после травмы и длится в течение нескольких суток. При глубоком вдохе боль усиливается, а при выдохе слабеет. При такой боли дыхание становится поверхностным, что в дальнейшем приводит к нехватке воздуха и отдышке. Обычно люди с трещиной ребра четко указывают на поврежденное место – там, где у них болит. Вокруг того места, где находится трещина, появляется припухлость кожи, также может возникнуть гематома.

Сразу после травмы рекомендуется приложить холод на поврежденное ребро, это

может быть пластмассовая бутылка либо грелка с холодной водой. Такую процедуру следует делать несколько раз в день по 10–15 минут. Это поможет уменьшить боль и воспалительный процесс.

Как правило, само лечение заключается в приеме обезболивающих препаратов. Возможно применение мазей против ушибов и воспаления тканей, к примеру, «фастумгеля» или «хондроксида». Боль длится не более пяти дней, поврежденное ребро в течение нескольких недель благополучно срастается. Если же травматолог при осмотре трещины ребра обнаружил повреждение внутренних органов, то вам, скорее всего, будет назначено стационарное лечение с приемом болеутоляющих средств. В остальных случаях лечение трещины ребра можно проводить в домашних условиях.

www.dolgojit.net

Упражнения против головокружений

Головокружению подвержены многие пожилые люди. В подавляющем большинстве случаев оно связано с остеохондрозом шейного отдела позвоночника. В этом случае полезна специальная гимнастика. Она укрепляет мышечный каркас шейного отдела позвоночника и предотвращает «зажимы», приводящие к головокружению.

1. Медленно, с усилием вытягивайте шею вверх (голову задерживать не нужно, смотреть перед собой). Удерживайте напряжение несколько секунд, затем расслабьте шею.

2. Медленно, с усилием поверните голову налево до упора. Задержитесь в таком положении несколько секунд, затем расслабьте мышцы и вернитесь в исходное положение.

3. Медленно, с усилием поверните голову направо до упора. Задержитесь в таком положении несколько секунд, затем расслабьте мышцы и вернитесь в исходное положение.

4. Медленно, с усилием опустите голову, коснувшись подбородком груди. Удерживайте напряжение в мышцах несколько секунд, затем расслабьте мышцы и поднимите голову.

5. Медленно, с усилием отклоняйте голову назад как можно дальше. Удерживайте напряжение в мышцах несколько секунд, затем расслабьте мышцы и вернитесь в исходное положение.

6. «Пишите» носом цифры от 1 до 10.

Повторяйте каждое упражнение сначала по 3–4 раза. Постепенно увеличивайте количество повторов до 10 раз.

«Болтай!»

«Болтай!»

МЕРЗНУТ РУКИ И НОГИ. КАК БЫТЬ?

Для некоторых людей зима – время страданий. От минусовой температуры у них стынут руки и ноги, да так, что и пальцем не пошевелить. Что делать?



Сначала давайте разбираться, отчего вы мерзнете. В «мерзляки» попадают те, кто страдает анемией – низким уровнем железа в крови. Эту причину поможет выявить анализ крови.

Ноги и руки могут мерзнуть, например, при гипотонии – пониженном артериальном давлении, ведь кровь по слабым, расширенным сосудам бежит вяло.

На то, что никак не могут согреться, сетуют зимой и больные атеросклерозом и диабетом. Вечно холодные ноги – и при варикозном расширении вен.

Если вы все время мерзнете и при этом нередко плачете, жалуетесь на забывчивость, быструю утомляемость, вам стоит проконсультироваться у эндокринолога и сдать анализ на гормоны. Чувствительны к холоду люди с пониженной

функцией щитовидной железы.

Если пальцы даже при небольшой минусовой температуре белеют или принимают голубоватый оттенок, а отогреваясь, становятся красными и опухают, можно заподозрить синдром Рейно. При этом заболевании восстановление кровообращения сопровождается сильной болью. Здесь нужна помощь ревматолога.

Как согреться тем, кто постоянно мерзнет? Прежде всего, нужно лечить болезни, которые мешают нормальному кровообращению. А также принимать «согревательные» меры. Но алкоголь – не из их числа!

Ваше спасение – теплая одежда. Не давайте не перчатки, а рукавицы, на ноги – обязательно шерстяные носки. Настоящая находка для вас – термобелье, в котором невозможно замерзнуть.

Перед выходом на холод разомнитесь – сделайте несложную гимнастику. Движение разгоняет кровь по сосудам. Глотните горячего чая – полученного тепла хватит продержаться достаточно долго.

Тренируйте сосуды и иммунитет. Начните с горячих ванночек для рук и ног – по 1 минуте и больше, потом переходите к холодным – на несколько секунд. Так будет легче привыкнуть к перепаду температур.

Пейте дома горячий чай с лимоном, имбирем, женьшенем, мятой, мелиссой, корицей.

Приверженцы китайской народной медицины предлагают испробовать точечный массаж. Массировать нужно пальцы рук. Прямо по центру верхней фаланги среднего пальца найдите точку «чжун-чун». Здесь находится волшебный «обогреватель». Хорошо помассируйте эти точки на обеих руках, и уже через минуту по всему телу разольется тепло.

КАТАРАКТА – НЕ ПРИГОВОР!

У мужа катаракта, в операции отказали, так как перенес инсульт. Слышала от знакомой о приборе Галазомир. Может ли прибор, хотя бы сохранить зрение, мужу 82 года? Я очень переживаю за близкого мне человека! Мария С., г. Екатеринбург

КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЕЗНЬ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА?



Именно эту задачу решает уникальный аппарат для лечения глазных заболеваний ГАЛАЗОМИР. Катаракта, глаукома, атрофия зрительного нерва, близорукость, дальнозоркость – БОЛЬШЕ НЕ УГРОЗА! Теперь, благодаря ГАЛАЗОМИР, возможно восстановить и сохранить зрение НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

Вам достаточно позвонить и заказать ГАЛАЗОМИР по телефону:
8 800 707 70 19 - БЕСПЛАТНО ПО РОССИИ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Рег. св-во № АСН 2010/07927 от 31.05.2010г., выд. Федеральной службой по надзору в сфере здравоохранения и соц. Развития. ООО «Элит-Трейд», ОГРН 1125476242594, от 18.03.2015г.

Предложение действительно до 28.02.17 г.

ЗИМНИЕ ЦЕНЫ

ПРИ ПЕРВЫХ СИМПТОМАХ ПРОСТУДЫ ЗОЛОТАЯ ЗВЕЗДА БАЛЬЗАМ 4 г СТОП-ЦЕНА 80 руб.	ПРИ ГРИППЕ И ПРОСТУДЕ НАГОЦЕЛ ТАБЛ. 12 МГ №10 СТОП-ЦЕНА 215 руб.	ОТ БОЛИ НУРОФЕН ТАБЛ. П/О 200 МГ №10 СТОП-ЦЕНА 85 руб.
ОТ БОЛИ НУРОФЕН ДЕТСКИЙ 100 МЛ СТОП-ЦЕНА 125 руб.	ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ СЕРДЦА КАРДИОМАГНИЛ ТАБЛ П/О 75 МГ №100 СТОП-ЦЕНА 80 руб.	ВОСПАЛЕНИЕ ГОРЛА И НОСА МИРАМИСТИН Р-Р 0,01% 150 МЛ СТОП-ЦЕНА 330 руб.

Адреса аптек «Радуга» можно посмотреть на сайте: <http://raduga-ural.ru/>

Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста.

