

# Пенсионер



Газета награждена знаком качества российской прессы

№ 15 (516) • 11 апреля 2011 г.

ОБЛАСТНАЯ ГАЗЕТА

Большое препятствие для счастья - это ожидание слишком большого счастья.

Бернар де Фонтенель

## НОВОСТИ



Свердловское министерство госимущества согласилось с тем, что бесплатную землю льготникам нужно выдавать только там, где они

### Бесплатную землю — по месту прописки

прописаны. Об этом сегодня заявил глава министерства Виталий Недельский. Закон, принятый еще в 2009 году, позволяет льготникам, имеющим право на бесплатный участок земли под индивидуальное жилищное строительство, подавать соответствующие заявки в любой муниципалитет. Сейчас, по словам Недельского, подготовлен законопроект о внесении изменений в закон, предполагающий выдачу земли льготнику только там, где он прописан.

Крупные муниципалитеты области некоторое время назад высказывали опасения, что к ним пойдет вал заявок от жителей других городов, где земля менее дешевая. И, к примеру, участки в Екатеринбурге будут распродаваться (этого закон

не запрещает), а не использоваться для строительства.

«Понятно, что Екатеринбург опасался подобного, ведь своих земель у него не так уж много», — прокомментировал Недельский. Также он отметил, что в Свердловской области вообще не хватит земли, чтобы удовлетворить 800 тысяч заявок — именно столько человек имеет право получить участок. По словам министра, не факт, что все имеющие право на землю подадут заявки. Кроме того, власти могут выдать участок на земле, которая находится в федеральной собственности.

Добавим, что сейчас в Свердловской области подано более 20 тысяч заявок, удовлетворено из них пока только 249.

Татьяна Пашкова, «Новый регион»

### Почти ста тысячам свердловчан увеличена пенсия

В апреле 2011 года 92 тысячи свердловчан получат увеличенный размер пенсии.

В связи с внесением изменений в ст. 25 Федерального закона «О государственном пенсионном обеспечении в РФ» № 166-ФЗ от 15.12.2011 года объединены апрельская и июльская индексации социальных пенсий.

Таким образом, коэффициент индексации социальных пенсий с 1 апреля 2011 года составил 10,27%, размер социальной пенсии в Свердловской области увеличился на 513 рублей 39 копеек и составил 5512 рублей 80 копеек.

Решение об объединении двух индексаций обусловлено тем, что в этом случае нетрудоспособные граждане смогут сразу получить

более значительное увеличение пенсии и иметь его на протяжении более длительного периода времени.

Помимо увеличения пенсий по государственному пенсионному обеспечению с 1 апреля 2011 года произведена индексация размеров ежемесячной денежной выплаты и стоимости набора социальных услуг для федеральных льготников на 6,5%.

Теперь стоимость набора социальных услуг составил 750,83 рублей в месяц, в том числе: оплата обеспечения лекарственными препаратами — 578,30 рублей, оплата предоставления путевки на санаторно-курортное лечение — 89,46 рублей, оплата проезда на пригородном железнодорожном транс-

порте и междугородном транспорте к месту лечения и обратно — 83,07 рубля.

Напомним, 1 февраля 2011 года трудовые пенсии по старости, по инвалидности и по случаю потери кормильца были проиндексированы на 8,8%. В результате средний размер трудовой пенсии по старости в Свердловской области достиг 9000 рублей. Если по итогам первого полугодия 2011 года рост цен превысит порог в 6%, в соответствии с законодательством РФ с 1 августа 2011 года трудовые пенсии должны быть проиндексированы с учетом фактического роста цен за указанный период, сообщает пресс-служба отделения Пенсионного фонда РФ по Свердловской области.

Татьяна Пашкова, «Новый регион»

ПЛАТО-БАНК



18 ЛЕТ С ВАМИ!

Лицензия № 2071 от 04.10.99 г.

\* Ставка по вкладу действительна на момент публикации

Вклад «ПЕНСИОНЕР+»\*



**Условия:**  
минимальная сумма первоначального вклада - от 10 000 руб., срок - 360 дней, возможность пополнения в течение всего срока, минимальная сумма пополнения - 500 руб, пролонгации - нет.

**Проценты по периодам:**  
с 1 по 180 день - 6%,  
со 181 по 360 день - 6,5%.

г. Екатеринбург, ул. 8 Марта, 2 (вход с ул. Володарского)

Тел. (343) 355-38-86

www.plato-bank.ur.ru

На правах рекламы

### Права на звание «Ветеран труда» расширят

Областная дума приступила к расширению списка свердловчан, которые могут получить звание «Ветеран труда». Принятый ранее закон о «Ветеранах труда Свердловской области» предполагает, что такое звание могут получить женщины, имеющие стаж работы от 30 лет, и мужчины со стажем от 35 лет. Помимо стажа претендующие на звание ветерана труда должны иметь определенные государственные награды.

Как рассказал «Новому региону» председатель думского комитета по социальной политике Николай Воронин, из-за таких ограничений порядка тысячи человек в области не могут получить звание ветерана



труда, даже если имеют необходимый стаж.

По словам Воронина, сегодня рабочая группа по совершенствованию закона рассмотрела поправки, расширяющие перечень государственных организаций, награды от которых позволяют получить это звание.

Предположительно, поправки будут рассмотрены областной думой в апреле.

Николай Воронин сообщил также, что основания для присваивания звания «Ветеран труда» будут расширяться и дальше — в течение года или полутора лет. Депутат добавил, что сейчас это звание уже получили 1900 жителей области.

Татьяна Пашкова, «Новый регион»

## ДЕНЬГИ

ВУЗ-БАНК

70%  
в рублях

### вклад «ПЕНСИОННЫЙ»

Срок вклада - 736 дней

Минимальная сумма вклада - 1 000 рублей

Выплата процентов - каждые 30 дней

Капитализация процентов - по желанию клиента

Вклад пополняемый в первую половину срока вклада

Оформляем доверенности и завещания при открытии вклада

Зачисляем пенсии и пособия во вклады

Вклады до 700 000 рублей застрахованы государством!



378-78-78

Екатеринбург: Малышева, 129; Родонитовая, 23; Крауля, 44; Машиностроителей, 12; 8 Марта, 62; Малышева, 31; Челюскинцев, 2/5; Вайнера, 10 (ТЦ «Успенский»); Амундсена, 65; Ленина, 50; Грибоедова, 20.

Верхняя Пышма: Ленина, 34. Первоуральск: Ватутина, 64а; Чкалова, 48.

Проценты по вкладам облагаются в соответствии с действующим законодательством.

Свидетельство о включении банка в реестр банков — участников системы обязательного страхования вкладов № 376 от 23.12.2004. ОАО. «ВУЗ-банк». Лиц. ЦБ РФ № 1557.

На правах рекламы

## СУДЕБНЫЕ РЕШЕНИЯ

## ПЛАТЕЖКА С ПОТОЛКА

Ситуация, когда коммунальщики пересчитывают в конце года свои издержки, а затем рассылают жильцам «внеочередные» квитанции с пересчитанной суммой доплаты, увы, не редкость.



В Санкт-Петербурге с начала года жителями подано уже порядка 120 судебных исков против самоуправления «управдомов».

В качестве нового годного сюрприза многие жители Северной столицы получили от коммунальщиков так называемую 13-ю квитанцию – с требованием оплатить перерасход тепла за прошлую (!) аномально холодную зиму. Заметим, предыдущая аномально теплая зима, когда коммунальные предприятия сэкономили изрядные деньги на не потраченном топливе, такого «пересчетного» рвения ни в Питере, ни в других российских городах не вызвала.

Любопытно, что подобный пересчет далеко не всегда связан с перерасходом ресурсов из-за незапланированных холодов. Сами представители ЖКХ нередко признаются, что, подбивая годовой баланс, «раскидывают» на исправно платящих жильцов то, что недоплатили должники. Это ведь гораздо проще, чем ходить по квартирам и убеждать неплательщиков рассчитаться с долгами.

Кто-то, как это часто бывает, недолго думая, «лишнюю» квитанцию оплатил. Но многие с таким подходом не согласились и обратились в различные инстанции за защитой своих прав. На стороне жителей выступила прокуратура, признав доплату незаконной. Однако точку в споре могут поставить только суды – только судебным решением можно обязать коммунальщиков «отозвать» уже разошедшиеся квитки. Всего про-

куратурой с начала 2011 года подано 119 судебных исков.

Помогать жителям взялась и Комиссия по недвижимости Общества потребителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области, которая подала иски в защиту неопределенного круга потребителей сразу в пять районных судов города. Иски от неопределенного круга хороши тем, что если по ним принимается положительное решение, оно действительно для всех жителей, независимо от того, писали они судебную жалобу или нет.

Как сообщил «Российской газете» сопредседатель Союза потребителей России Евгений Мясин, 10 марта в Смольнинском районном суде Санкт-Пе-

тербурга было оглашено первое решение в пользу жильцов: суд признал незаконным выставление гражданам так называемой 13-й квитанции.

В суде представители ответчика – ООО «Жилкомсервис №3 Центрального района» – привели свои доводы и приложили к ним расчеты, по которым выставляли людям увеличенную квартплату. Однако они не смогли объяснить суду, на основании каких законов и нормативных актов появились эти расчеты. Соответственно, суд признал их аргументы неправомерными.

Однако сдаваться коммунальщики просто так не собираются. Они уже пообещали оспорить приговор в Городском суде

Петербурга. А пока в отношении жителей используются меры давления: тем, кто не стал оплачивать 13-ю квитанцию, перестали начислять субсидии по квартплате. При этом коммунальщики ссылаются на постановление правительства России от 14 декабря 2005 года. Документ действительно предполагает отмену компенсаций в случае, если у гражданина образуется долг по квартплате. Но вот является ли «долгом» сумма, которая по решению суда выставлена жильцу незаконно, большой вопрос.

## КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ЖИЛЬЦАМ

В случае вынесения окончательного решения (если городской суд подтвердит решение первой инстанции) те жители домов, которых обслуживает «Жилкомсервис №3 Центрального района», и кто не заплатил по «13-й квитанции», могут забыть про эту обязанность, а сам жилкомсервис не имеет права начислять им пени. Те же, кто деньги все-таки внес, должны будут подать заявление на обратный перерасчет, приложив к нему копию решения суда. Это касается только жителей домов, не оборудованных приборами учета тепла.

## МЕЖДУ ТЕМ

Председатель Совета

Федерации Сергей Мионов обратился к губернатору Санкт-Петербурга Валентине Матвиенко с просьбой дать указание не приостанавливать и тем более не прекращать выплаты субсидий до вступления в силу судебных решений по искам.

## КОММЕНТАРИЙ

Екатерина Метелева, руководитель юридической службы Комиссии по недвижимости:

Коммунальщики по требованию судьи представляли расчеты, на основании которых жильцам были выставлены дополнительные квитанции. Однако расчеты были сделаны чисто математическим способом, поскольку официально утверждена методика, которой могли бы воспользоваться управляющие компании, не существует. Это давало нам основание утверждать, что все коммунальные платежи должны выставляться только по нормативам, и, соответственно, никакие доплаты предъявлять жителям коммунальные службы не вправе.

## ОПЫТ

Аналогичное дело на днях было рассмотрено и в Пензе.

Решением пензенского Первомайского районного суда действия ООО

«Надежда-6» по перерасчету сумм оплаты за «горячее водоснабжение» были признаны противоправными.

С иском о защите прав потребителей выступила «Ассоциация потребителей Пензенской области».

В 2010 году компания выставила жителям счета на дополнительную оплату горячей воды. Квитки получили жители домов, не оборудованных общедомовыми приборами учета, и те, кто живет в домах, оборудованных такими приборами учета, но платит по нормативам потребления.

Поскольку проведение корректировки за «горячее водоснабжение» допускается только при отсутствии общедомового прибора учета и индивидуальных приборов учета, а также наличии временно проживающих в жилом помещении, суд пришел к выводу, что в рассматриваемом случае корректировка платы в сторону увеличения из-за дополнительных расходов воды незаконна.

К тому же коммунальщики не были особо щепетильны в расчетах – они произвольно изменили формулу, добавив в нее дополнительный удорожающий показатель. Понятно, что права на это ООО «Надежда-6» не имела.

«Суд обязал организацию прекратить выставление потребителям дополнительные счета», – сообщили ИА «Пенза-Пресс» в пресс-службе Первомайского райсуда.

Ирина Невинная

## ВАШЕ МНЕНИЕ ИНТЕРЕСНО

## Военное детство: помнить надо хорошее

Я обратила внимание, что в последнее время в газете появляется очень много статей о тяжелом военном детстве людей нашего поколения. Тяжело читать о трудностях и лишениях того времени. Конечно, нельзя отрицать, что военное время наложило свой суровый отпечаток на наше детство. И что тяжелое лихолетье нашу жизнь не обогатило. Но несмотря на то что жизнь шла благодаря нашим отцам, павшим в борьбе за Родину. Дети во все времена одинаковы. И мы были озорные, веселые, у нас всегда находился повод для шуток и веселья, и спустя годы остаются в памяти курьезные случаи, детские игры и шалости. Вот об этом я и хочу написать.

Я родилась шестой по счету дочкой в семье через три месяца после того, как отец ушел на фронт. Старшей из нас было 12 лет. Мама и старшие сестры очень много работали и были всегда заняты, чтобы обеспечить пропитание для семьи. Рассказу несколько случаев: уложили меня сестры маленькую в кроватку и просыпали туда

клюкву. Приходит мама с работы и в крик «Дитя вся в крови!» В следующий раз побежали все на речку купаться и меня, шестимесячную, взяли с собой. Пока все купались, я уползла на плотик и упала в воду. Выловила меня соседка, положила в корзину и поставила к нам за дверь. Искали меня всей улицей, а я в это время мирно спала в корзинке за дверью. Поскольку в детский сад меня не водили, я часто оставалась дома одна, стояла на подоконнике и смотрела в окно. А сосед, глухонемой дед Коля, бросал в окно снежки, маршировал, развлекал меня, одним словом, веселил. Его жена тетя Наташа по православному праздникам приносила мне из храма очень вкусные, сладкие пироги. Мама узнала и запретила, сказала: милостыню не собираем.

В семье потом долго смеялись, что с этих пирогов я и выросла. Часто пели, танцевали, старушки учили младших. Музыка – из радио. Летом во дворе для взрослых, вернувшихся с работы, мы устраивали концерты. Пели

«Наш паровоз, вперед лети...» и другие песни.

В виде присказки осталось с тех пор: «Мы мирные люди, но наш бронепоезд стоит на запасном пути».

Когда училась я в первом классе, к нам в школу пришла комиссия. Наша учительница Раиса Ивановна говорит: «Дети, в нашей стране нет бедных и богатых, все равны! Вы это знаете».

Я руку подняла и говорю: «Есть богатые. Вот Игорь богатый, у него часы на руке, а у меня веревка в шароварах вместо резинки не развязывается». Пришлось учительнице за меня краснеть перед начальством. А потом и маму вызвали в школу, для профилактики.

Как-то раз в школе дали задание нарисовать любимых зверей в лесу зимой. Все дети нарисовали медведей, зайчиков, белочек, а я нарисовала дельфина и слона. Смеялся надо мной весь класс. А я не плакала, мне нравился мой рисунок.

Мама у нас часто болела. Однажды после того, как она пролежала в больнице полгода, к нам в дом пришла

комиссия, чтобы определить нас в детский дом.

На вопрос одной дамы, и сколько же вас здесь, я выскочила вперед и отчеканила: «Томка – пятая, а я – шестая!» Так и приклеилась это прозвище к моей сестре – Томка Пятая. В детский дом нас тогда не определили, потому что две старшие сестры уже работали, им была в то время уже 17 и 19 лет. Старше меня на пять лет, решила заняться нашим воспитанием, учила нас, как входить в чужой дом или другое помещение. Надо сначала постучать, а потом, дождавись ответа, входить. Мы начали репетировать и до того разыгрались, что, когда в это время к нам пришла учительница и постучала, мы ей хором ответили: «И там не тесно». Растерялись и хохотали одновременно.

За это нам опять крепко попало от старших.

Вечером, когда за столом собиралась вся семья, на нас, младших, напал, смех – немного шалости нам прощались.

В конце ужина кто-нибудь крикнет:

«Кто последний – тому



посуду мыть!» Мы все пулей летели из-за стола. Идти на речку и мыть песком посуду никому не хотелось.

Мы всегда любили праздники и очень к ним готовились. Когда мне было лет 9, мне сшили костюм медведя, маску сделали по чертежу из отрывного настенного календаря. Успех у меня был грандиозный из всех ёлок, куда меня водили старшие сестры в этом костюме. Я рассказывала стихи и тем самым зарабатывала четыре шоколадки. Вот это был Новый год – настоящий праздник!

Ещё хорошо помню, как каждый вечер ждали, чтобы нас отпустили во двор играть в лапту. Очень любили мы эту игру, слабых в команду не брали.

Когда я училась уже в техникуме, активно занималась спортом – лёгкая атлетика, лыжи, баскетбол. «У вас возраст, а спина – прямая», – часто говорят мне. Это потому, что до 18 лет пришлось спать на полу. Оказывается, в последующей жизни пригодилось, одно из другого вытекает, и хорошее всегда рядом!

Наши отцы, и вернувшиеся с войны, и оставшиеся лежать на полях брани, предоставили нам возможность жить, и мы жили, а что из этого вышло, как каждый из нас прожил свою жизнь – это зависело во многом и от нас самих, а не только от ситуации в стране. Поэтому давайте будем вспоминать хорошее и надеяться на лучшее.

Н. Д. Фофанова,  
п. В. Сысерть

МОИ ГОДА – МОЕ БОГАТСТВО

# ЛЮБУЮ ПОРУ ЖИЗНИ НАДО БЛАГОДАРНО ПРИНИМАТЬ

Живет в нашем городе женщина - недожизненных талантов человек. По паспорту – Альбина, по характеру – Алла, по бабушке – Герасимовна, по мужу – Акимов. Возраста уважаемого, но по темпераменту - студентка. С серебром в волосах, с искрой в глазах, с улыбкой доброй на лице. Такой ее знают коллеги, близкие, дети, такой любил ее муж. Он был летчиком, пилотом-международником, совместное супружество с которым оборвалось на 42-м году. Не стало любимого человека - затмило мглой белый свет. Надо было как-то жить дальше. Собирала волю в кулак, чтобы не убивать себя хандрой, не быть обузой детям, быть полезной внукам, не растерять подруг. Впрочем, все это не грозило ей. Благодарные сын и дочь, воспитанные внуки, преданная подруга.

Зине она могла доверить сокровенное. Они и замужем были за лучшими друзьями, которые ушли из жизни друг за другом с разницей в год и в один и тот же день. И только нежное и надежное плечо подруги, любовь к родным, до фанатизма увлеченность своим садом помогли Алле Герасимовне пережить горечь утраты, тоску, одиночество. Это только на театральной сцене живет «веселая вдова». Сердце одинокой женщины до сих пор ноет, задает в пустоту вопросы, просит у Бога ответов и здоровья. По вере дается ей.

Деятельная по натуре, более 40 лет проработавшая с тубинфицированными детьми на базе детского сада № 256 интернатного типа, она и теперь бывает полезной родителям и их «трудным» детям (или наоборот) как педагог-психолог. Для них она стала психологом и адвокатом, и доверенным лицом, которому дети не опасались доверить свои маленькие тайны и большие мечты. Ведь у родителей часто банально нет времени (или желания) выслушать свое чадо. Алла Герасимовна в своих подопечных, прежде всего, видела талантливых детей. Она не просто умела скрасить будни изолированным от родителей детям живописью и музыкой(!), а долгие годы успешно пробуждала в них творческий потенциал, который от природы дарован каждому. Она это делала посредством собственной методики «Развитие воображения в процессе рисования». Я после курса изостудии и не предполагала, что оно может быть столь разнообразным. Да и моей дочери в «Артэтиде» подобное не преподавали: пальцеграфия, линотипия, штамповка (срезом минокви в виде звездочки, например), кляксография, штриховое рисование, по-мокрому, обрисовка по контуру, граттаж.

Акцент Алла Герасимовна всегда ставила на вариативности детского мышления и рекомендовала бы педагогам по живописи не заставлять учеников повторять рисунок, а создавать нечто новое, свое. По



дидактическим материалам Акимовой местное министерство образования выпускало методички. Их надо бы переиздавать и преподавать современным педагогам. В свое время она многое студентам дала и в плане методик и практики, а главное – воспитанникам. Она их люби-



ла, а это в педагогике первое и необходимое условие.

- У меня состоялось точное попадание в профессию, – подытоживает теперь Алла Герасимовна и желает этого всем. Теперь свои уроки и дидактический материал педагог со стажем проводит на свежем воздухе:

- Мои воспитатели год ждут, когда я их в сад позову. Насмешаются, нанохаются цветочных ароматов – и дальше будто легче работается, – смеется гостеприимная хозяйка. Ни один десяток снимков пересмотрела я при встрече и подтверждаю: трудно в ее саду «не обнюхаться» даже в засушливый год. Помимо привычных (если вообще можно так говорить о цветах – остатках рая на земле) цветов, она непре-

менно выращивает любимые лилии «Трифатор», циннии, мимулюс, тигридию, малопу, вербену, астры, виолу, петунью и даже герани из квартиры вывозит в сад проветриться и окрепнуть. А не чудо ли расписная ванна, полная настурций, а плетистая нежная роза с сотней бутонов, а деревянная из тополиных спилов дорожка, а гряда из белого кварцита, перетасканная на себе из парка (как и земля из леса под смородиной), а фонтанчик с белой лилией!

Еще сугробы не сошли на Урале, а опытного садовода уже зеленеет рассадой перцев, томатов, петрушки, сельдерея подоконник. Проснулись розы, гладиолусы выгнали свои изумрудные хвостики из лукович.

Еще одна страсть Акимовой - садовая скульптура. Посреди грядок и под яблонями их разместилась дюжина. Такой поросенок не насвинячит или, выражаясь интеллигентно, не нарушит красоту в вашем саду, а напротив, собой украсит клумбу. Расход материалов и времени на его изготовление – копеечный, а настроение поднимет любому и неопытному труду для пенсионера на земле сделает приятным. Итак, мастер-класс от скульптора в бриджах. Берете пластиковую пятилитровую бутылку, красите в розово-белый цвет, можно в грязный, будто только из лужи, приклеиваете нос-пяткачок и хвостик-крючок вставляете в прорези плюс ушки. Вот

и все - захрюкал! От простых к сложным садовым скульптурам перейдете. Развивайте свое воображение, и тогда в коряге вам почудится удав (какого я с ребенком сделала из картонных рулончиков от туалетной бумаги для своей рябины в клумбе, чтобы охранял) или какой другой неведомый зверь.

А в саду у Аллы Герасимовны прописались балерина с чудной растяжкой, Семен Семенович, олень – золотые рога, птица-феникс, жирафа (бывшее бревно, служившее местным тунеядцам и курильщикам местом для винопития), Иван-да-Марья, папуасик, два поросенка (третьего надо бы), дед, бабка



и внучок (это три пенька, которыми пользуется Денис, чтобы вместо дверного глазка посмотреть, кто идет к ним в гости), а еще Баба Яга.

Ее фото мы предлагаем вашему вниманию особо изучить. Приятно сознавать, тем более в саду, где некогда обедать в полевую и в зеркало смотреться, что есть особы действительно страшные. Тогда пузыри на коленках своего трико уже будут волновать куда меньше того, что перцы у соседки завязались лучше или долгоносик намерен продегустировать викторию. Хотя прикид Бабы Яги смастерила Акимовна на зависть всем домохозяйкам: какой фартучек, а маникюр!

Все эти одушевленные скульптуры-фигуры в минуты одиночества вдруг «оживают», становятся собеседниками.

- С ними можно поговорить, поругать, если завалятся, и они не обидятся, – призналась неунывающая пенсионерка. А какое чудное кашпо получилось у Аллы Герасимовны из обычной ванны. Вот вам свежая идея. До сих пор их под воду использовали. У нашей советчицы для этих целей приспособлены железные бочки. Помните, Иван-да-Марья: Она – дрянь-баба, а он не знает, как к ней подступиться, – выдала характеристику парочки наша приятельница.

Забор в саду есть у каждого как средство защиты от нерадивых соседей, сторожевых собак, неправильно припаркованных авто. Наша художница сделала из своего забора «стенгазету». Заголовок позаимствовала у классика. Взгляните внимательно на фото с героиней материала. Дружить дочери из УПИ, а еще точнее – из «Красной Бурды», как-то погостив в саду, признались, что до сих пор на заборах читали более короткие надписи. Эта шутка своей эксклюзивностью обязана гостеприимной хозяйке.

Обязан своим счастливым, почти деревенским детством своей классной бабушке и внучку. Денис любит сад, судя по многочисленным снимкам, не меньше бабули. Еще бы! Она ему такую горку (с крыши сарая) устраивала, что потом взрослых гостей не могла с нее согнать в новогоднюю ночь. Летом под тентом располагают надувной бассейн. В него до пяти человек могут забраться одновременно. Оборудовано здесь для мальчишки настоящее стрельбище с мишенью. Впрочем, взрослые посетители сада тоже не прочь проверить свою меткость. Такие вольности позволяет и столько свободы предоставляет баба Алла внучку, что его папа даже сказал однажды теще: «Я скорее тебе родил внука, чем себе сына». К подобной критике и шутке Алла Герасимовна отнеслась по-доброму.

Окончание на стр. 4.

**ЗДРАВООХРАНЕНИЕ****ПЕРВЫЙ ШАГ К ВОЗВРАЩЕНИЮ ПРЕСТИЖА**

**Значительные вложения средств в здравоохранение должны привести к главному результату - росту уровня здоровья жителей Свердловской области и возвращению высокого престижа профессии врача.**

**РУБЛИ И МИЛЛИАРДЫ**

Первым существенным шагом в решении проблем региональной медицины станет областная программа модернизации здравоохранения, по которой эта отрасль на Среднем Урале в течение двух лет получит 16,5 миллиарда рублей. Причем, дополнительно к тем средствам, которые уже заложены в бюджете. «Напомню, финансирование здравоохранения, составившее в 2010 году 32 миллиарда рублей, в этом году вырастет до 36 миллиардов рублей», - отметил губернатор Свердловской области Александр Мишарин в ходе общественного слушания региональной программы модернизации здравоохранения Свердловской области на 2011-2012 годы, которые состоялись 30 марта в Екатеринбурге. Предполагается, что 10,5 миллиарда рублей будут выделены из Федерального фонда обязательного медицинского страхования, еще 6 миллиардов - из областной казны.

Ну а с 1 июня 2011 года планируется еще и повысить оклады свердловских медиков - на 6,5 процента.

Все это меня, простую пациентку муниципальных учреждений здравоохранения (которые, всем известно, финансируются до сих пор весьма скудно), радует.

Правда, возникают все же некоторые сомнения. Особенно с учетом того, что в связи с недавним переходом на новую систему оплаты труда большинство медицинских работников в зарплате почему-то потеряли. И потеряли, по словам знакомых врачей и медсестер, весьма немало. Так, медицинская сестра в стационаре, со всеми ночными дежурствами, получает сегодня 5-6 тысяч рублей (тогда как по старой системе ее зарплата была больше). А базовый оклад, к примеру врача, в том числе и оперирующего, со-

ставляет 4 900. Вот и становятся отделения стационара для многих медиков родным домом на деле, а не на словах: чтобы хоть как-то сносно жить и содержать свои семьи, врачи и медсестры вынуждены брать дополнительные дежурства.

**ПРИЧИНА НЕКОТОРЫХ СОМНЕНИЙ**

При переходе на новую систему оплаты труда подразумевалось: зарплата медработников (без учета премий и иных стимулирующих выплат) не может быть ниже прежней при условии сохранения объема должностных обязанностей работников и выполнения ими работ той же квалификации. Уменьшение оклада не должно было приводить к снижению заработной платы, но привело, - в общем, обещанные новой системой деньги не дошли до адресата - врачей, среднего и младшего медицинского звена. Система снова сработала не совсем так, как задумывалось. А по закону - не придержишься...

Во многом из-за возникших трудностей, как прозвучало на слушаниях, власти Среднего Урала и приняли решение о том, что увеличение заработка на 6,5 процента в июне 2011 года коснется базовой части зарплаты. И что увеличение это должны почувствовать абсолютно все медики. На данные цели в консолидированном бюджете на 2011 год предусмотрено 420 миллионов рублей.

В любом случае предполагается, что зарплаты медицинских работников буду расти быстрее, чем инфляция.

**О ДЕФИЦИТЕ НАСТОЯЩИХ «КОРОЛЕЙ»**

В странах Евросоюза и в США профессия врача - очень уважаемая и высоко оплачиваемая. В Великобритании, например, участковые врачи получают больше, чем премьер-министр. А если сравнить данные реальных минимальных(!) зарплат врачей в долларах (на начало 2011 года), то в США, к примеру, она составляет 14 500 долларов, в России - 586. Насколько мне известно, даже выпускник-медик в США по-



лучает 10 000 долларов в месяц, у нас же - всего 135-150 долларов. Там врачи - настоящие короли. В рейтинге «Форбс» в ТОП-10 самых высокооплачиваемых профессий первые девять мест занимают врачи.

Наши врачи, решая не менее важные задачи в условиях гораздо более сложных, при отсутствии достаточной аппаратуры и средств, конечно, не могут быть удовлетворены своими доходами. Потому многие не выдерживают и уходят из муниципальных больниц и клиник в частные медицинские центры или даже меняют сферу деятельности. На мой взгляд, вряд ли их удовлетворит и повы-

шение на 6,5 процента от оклада. Фактически это чуть больше 318 рублей - сумма, действительно, не революционная.

**С УВАЖЕНИЕМ И БЛАГОДАРНОСТЬЮ**

Центральная городская больница № 7 по улице Вилонова - одно из крупнейших многопрофильных лечебно-профилактических учреждений Екатеринбурга, муниципальная больница, где волею судеб может оказаться любой из нас. В 2011 году МУ ЦГБ № 7 возглавил врач-кардиолог высшей категории, заслуженный врач РФ Евгений Семенович Барац.

В отделениях стационара за 70 лет восстановили свое здоровье многие сотни тысяч больных. Сегодня в больнице, открывшейся еще в 1941 году (как инфекционная больница Сталинского района), - современное диагностическое и лечебное оборудование. На базе МУ ЦГБ № 7 работают 3 кафедры Уральской государственной медицинской академии.

В одном из отделений - неврологическом - несколько десятков коек, которые ни на день не остаются пустующими: круглосуточно подкатывают «скорые», доставляя в приемник очередных тяжелых или средней тяжести больных: весна - словно толчок к возникновению различного рода нарушений мозгового кровообращения, инсультов и предынсультных состояний.

Заведующую отделением врача-невролога высшей категории Эльвиру Игоревну Свининникову с благодарностью вспоминаю уже более десяти лет. Когда-то она и врачи, медсестры отделения

буквально вытащили меня с края пропасти, куда я попала по незнанию и неумению читать сигналы собственного организма. Четыре месяца восстановления - и снова нормальная жизнь, подарок, который ценишь, только когда снова оказываешься на ее краю... И вдруг наступает момент, когда приходится признать очевидное: снова без помощи «скорой» уже не обойтись.

Уже первого посещения палаты заведующей и лечащего врача Владимира Ивановича Малахова, кажется, достаточно, чтобы у тебя появилась уверенность: все будет хорошо. Но необходимо относиться к своему здоровью серьезнее, и выслушиваешь рекомендации, и получаешь ежедневные капельницы. И, несмотря на весьма скудный больничный рацион, поправляешься с каждым днем, и походка становится тверже, и не надо уже держаться за стены. Девочки-медсестры и мальчишки-медбратья, студенты академии, круглосуточно рядом с тобой. Они ставят уколы, измеряют давление, приносят лекарства, помогают, подсказывают... Они получают за свою работу несоизмеримые с этим тяжелейшим и ответственным трудом копейки.

В чьих же силах изменить наконец ситуацию кардинально - и оклады этих людей увеличить в десятки раз, а не на 6,5 процента? Муниципальные больницы, где сегодня обычные жители получают лечение бесплатно, - это единственное, кажется, что осталось хорошего в нашей жизни от прошлых социалистических завоеваний.

От имени десятка пациентов (в том числе - Надежды Алексеевны, Галины Ивановны, Тамары Ильиничны, Нелли Ивановны, Нины Ивановны, Маргариты Александровны, Антонины Григорьевны и многих других) - с огромным уважением и благодарностью

**Татьяна Савкина**

**МОИ ГОДА - МОЕ БОГАТСТВО****Любую пору жизни надо благодарно принимать**

Окончание. Начало на стр. 3.

И все же больше всех свой сад любит она, выросшая в этом доме Альбина. Здесь прошло ее детство. По этим дорожкам ходила ее мама. Сможет ли кто-то лучше ухаживать за ним?!

- Логичнее, конечно, просто купить связку репчатого лука на зиму, чем килограмм севка за 300 рублей. И немало надо потрудиться, что он еще уродился в нашей-то зоне рискованного земледелия. Но только земля эта уже стала родной, а руки привыкли трудиться.

- Порой думаешь, день начинается серый, длинный, а увидишь зеленый росток, и настроение поднимается. Столько еще надо успеть!

Сильная женщина уже не плачет у окна, а просто берет инструмент и все делает сама в

собственной столярке «ТесАк», получившееся от слияния двух фамилий - Тесленко (дочери) и Акимова. Инструмент она расположила в ней, как в операционной. На стене прибила бельевую широкую резинку, в двадцати местах, через 2-3 сантиметра, закрепив гвоздями. Получились отверстия для молоточков, ножниц и прочего необходимого садового инструментария. Сосед по саду прокомментировал: по-бабски она это устроила. Я бы сказала - по-дамски! Интеллигентно и очень удобно в использовании, так что берите на заметку, садоводы.

Результат последних стараний Аллы Герасимовны - арочная теплица из поликарбоната. Сын бы помог, но в Москве живет, воспитывает двоих детей. Бабушка гостит у них по месяцу, музицирует для трехлетней

Киры. Малышка однажды чуть не сорвала занятие: «Я хорошо вообще-то пою, но у меня картошка во рту».

Нынче сын решил подарить маме путешествие в Грецию и сказал, чтобы сделала загранпаспорт. Теперь у нее появилась еще одна забота кроме рассады - оформить его. Дело это непростое, как выяснилось. В паспортном столе на ул. Машиностроителей их оформлением занимается только раз в неделю. Она встала на очередь. Ежедневно отмечается - 169-я!

Ведь о путешествиях и с мужем мечтали. Он-то полетал, повидал мир: Судан, Франция... Это мужа значок «Первый пилот УрВО» висит на груди у Семена Семеновича.

Талантливый человек во всем талантлив. Садовая скульпту-

ра, как розы на зиму, укрыты, а малая дома хранится. Это я о дымковских глиняных фигурках и лошадах из папье-маше, что Алла Герасимовна мастерит зимними вечерами. Лошадки расписаны под хохлому, а одна пока ждет своего часа. Ее решение сделать зеброй, но не простой - под нотный стан с ключом скрипичным в области сердца. Вот где фантазия!

Еще они с подругой Зиной собирают рецепты тортов и непременно пробуют испечь. А вот с дочерью в вышивании не рискнула тягаться. Лада в этом увлечении далеко зашла: ко дню свадьбы подарила родителям огромный портрет с нею маленькой. И теперь продолжает маме дарить букеты цветов на канве: ирисы, анютки, незабудки. Но и тут мама проявила свое творчество, любовно прикрепив их на

картонных подложках, обтянутых пестрым ситчиком. Представили, какая прелесть?! Возьмите на заметку, мастерицы.

И, наконец, последний талант нашей героини - это стихи. Она пишет их по вдохновению - о жизни, семье, детях, любви. Как это все же замечательно - сохранить и питать в себе это чувство:

Прошли года, прошла любви пора,  
И свет любви, и боль разлуки.

И с внуками хохочем,  
спорим, скачем,

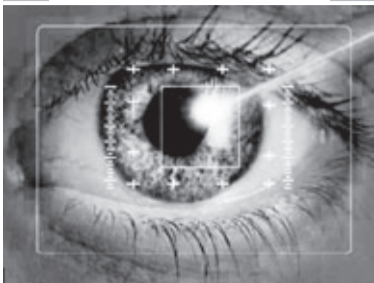
И греюсь у этого костра...

И пусть все это с нами было не вчера.

Здоровья вам, Алла Герасимовна, на долгие годы. Пенсия - это не диагноз и не «период доживания», как определяли наши законодатели, а новый интересный отрезок жизни. Надо только найти В СЕБЕ СИЛЫ.

**Н. Рукавичникова**

ВОПРОС - ОТВЕТ



**Лазер умер - да здравствует лазер!**

Ситуация с высокотехнологической помощью в Свердловской области, мягко говоря, не простая. Но ответственные лица соблюдают олимпийское спокойствие, хотя, по данным переписи, с демографией и у нас совсем даже не круто. Факторов достаточно много, и они, конечно, разные, но качество и доступность медицинских услуг в этом ряду занимают далеко не последнее место. В редакцию обратилась Королюкова Евгения Ивановна, проживающая в посёлке Восточный Серовского района. Наша читательница просила газету походить за ней перед самим В.В. Путиным о ремонте лазерной установки для проведения операций на глазах, находящейся на балансе ОКБ № Дело в том, что, по словам нашей читательницы, услуги МНТК «Микрохирургия глаза» обходятся нашим небогатым пенсионерам чрезвычайно дорого. Редакция обратилась в министерство здравоохранения Свердловской области и получила нижеследующий ответ:

«По информации главного врача ГУЗ «Свердловская областная клиническая больница № 1» Бадаева Ф.И., существующий офтальмологический аппарат «ИАГ-лазер» (год выпуска 2003) в 2009 г. неоднократно выходил из строя. По заключению специалистов ремонт имеющегося аппарата экономически нецелесообразен. Министерством здравоохранения Свердловской области запланирована замена данного аппарата в рамках федеральной программы модернизации здравоохранения Свердловской области на 2011-2012 годы, вопрос находится на контроле. Кроме того, необходимо отметить, что в государственном областном учреждении здравоохранения Свердловский областной клинический психоневрологический госпиталь для ветеранов войн проводится лечение офтальмологических заболеваний с использованием лазера.

**Заместитель министра  
С. Б. Турков»**

**От редакции:** надо полагать, что не любой пенсионер сможет воспользоваться лазером, находящимся на балансе областного психоневрологического госпиталя ветеранов войн. Или всё-таки такой проблемы просто не существует?! Может быть, Евгения Ивановна или кто-то другой из наших читателей попробует получить направление на лечение лазером в госпитале и напишут нам в редакцию, смогли ли добиться.

СОЦИАЛЬНАЯ ЗАЩИТА

**КТО ПРОИНФОРМИРУЕТ ЛЬГОТНИКА?**

*Сам себе господин и соломинка*

В редакцию обратился Фёдоров Сергей Павлович, проживающий в Екатеринбурге.

Читателя интересует следующий вопрос: почему при выдаче документов, к примеру, «Ветеран - участник ВОВ», льготников никто не информирует об объёме их социальных прав и привилегий. В результате многие граждане, ранее имевшие, например, право на обеспечение спецавтотранспортом, узнали об этом тогда, когда действие программы уже закончилось.

Редакция направила запрос в министерство социальной защиты населения Свердловской области с вопросами: обязан ли информировать льготника специалист, который и завёл соответствующее дело на этого льготника? Есть ли соответствующая информация на стендах для информирования пришедших? Даются ли льготнику памятка с перечислением объёма социальных льгот и гарантий по данной категории и правилами оформления соответствующих социальных преференций?

И вот какие ответы мы получили:

«В соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 28.05.1992г. № 356 «О мерах по социальной защите инвалидов, нуждающихся в специальных транспортных средствах» все инвалиды при наличии у них установленных медицинских показаний на обеспечение специальными транспортными средствами и отсутствии противопоказаний, препятствующих допуску к управлению ими, имеют право на получение мотоколяски бесплатно. Инвалиды, не имевшие права на получение автомобиля «Запорожец» бесплатно, имели возможность приобретения автомобилей с ручным и обычным управлением с зачетом стоимости мотоколяски.

В соответствии с пунктом 19 части первой статьи 14 Федерального закона от 12.01.1995г. № 5-ФЗ «О ветеранах», в редакции от 06.05.2003 г., инвалидам войны при наличии медицинских показаний (инвалидам войны I группы по зрению или без обеих рук - без медицинских показаний) предоставлялось право бесплатного получения в пользование в качестве средства реабилитации транспортных средств, тип которых и срок пользования которыми устанавливались Правительством РФ. В частности, использовались автомобили марки «Ока» и «Таврия», выдаваемые сроком на семь лет. При наличии противопоказаний к вождению транспортного средства инвалиду войны предоставлялось право передать управление указанным транспортным средством другому лицу, проживающему с данным инвалидом в одном населенном пункте.

Обязанность по выявлению и извещению инвалидов, имеющих право на обеспечение транспортными средствами, нормативными правовыми актами, действовавшими до 01.01.2005 г., на органы социальной защиты населения не возлагалась.



С 1 января 2005 года в соответствии с Федеральным законом от 22.08.2004г. № 122-ФЗ «О внесении изменений в законодательные акты Российской Федерации и признании утратившими силу некоторых законодательных актов РФ...» нормы федеральных законов «О ветеранах», «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации», ранее предусматривавшие бесплатное или на льготных условиях обеспечение инвалидов транспортными средствами, утратили силу. С указанной даты основная часть льгот, ранее предоставлявшихся инвалидам и ветеранам в натуральной форме, заменена ежемесячной денежной выплатой. Медицинские показания на обеспечение транспортными средствами не устанавливаются, замена ранее выданных инвалидам автомобилей

не производится. Транспортные средства не квалифицируются более в качестве технических средств реабилитации, которые предоставляются инвалидам бесплатно за счет средств федерального бюджета. Все обязательства государства перед инвалидами, которые на 1 января 2005 года состояли на учете в органах социальной защиты населения для обеспечения транспортными средствами бесплатно или на льготных условиях в соответствии с медицинскими показаниями, но не были обеспечены спецавтотранспортом до указанной даты по независящим от них причинам, исполнены в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 6.05.2008 г. № 685 «О некоторых мерах социальной поддержки инвалидов» и постановлением Правительства Российской Федерации от 12.09.2008г. №670.

В соответствии с действующим законодательством в настоящее время правовых оснований для обеспечения автомобилями инвалидов не имеется. Сергей Павлович, согласно имеющейся в распоряжении министерства социальной защиты населения Свердловской области информации, вы не имели медицинских показаний на получение бесплатно или на льготных условиях спецавтотранспорта в качестве средства реабилитации, поэтому вопрос о постановке вас на учет для обеспечения транспортным средством в период до 01.01.2005г. органами социальной защиты населения не рассматривался. При вручении в 2003

году удостоверения ветерана Великой Отечественной войны вы были проинформированы о положенных вам льготах юристом Управления социальной защиты населения по Чкаловскому району г. Екатеринбург (далее - Управление).

По существу вопроса, поставленного в обращении в газету «Пенсионер», с вами по месту проживания 16.02.2011г. специалистами Управления проведена беседа, в ходе которой вам даны подробные разъяснения о мерах социальной поддержки, предусмотренных для инвалидов Великой Отечественной войны и приравненных к ним льготных категорий граждан.

Меры социальной поддержки предоставляются вам в полном объеме в соответствии с федеральным и областным законодательством.

Дополнительно сообщаем, что в Управлении разработаны и применяются информационные материалы о мерах социальной поддержки для льготных категорий граждан, в том числе для инвалидов Великой Отечественной войны, а именно:

- памятки (информационные листы, выдаются гражданам, обратившимся на прием, направляются в общественные организации ветеранов, учреждения социального обслуживания населения;
  - в помещениях Управления для посетителей имеются информационные стенды по мерам социальной поддержки;
  - необходимую информацию о мерах социальной поддержки можно получить по телефону «горячая линия» (217-22-50).
- Консультация граждан о мерах социальной поддержки на приеме у специалистов Управления осуществляется в обязательном порядке.

**Заместитель министра  
А. И. Никифоров»**

*От редакции:* ну прямо резиновая эта ЕДВ. Тут тебе спецавтотранспорт, лекарства, протезы, путёвка, бесплатный проезд, зубопротезирование и пр. И всё это «влезло» в чуть более полутора тысяч рублей, а по третьей группе - и того менее. Чудеса арифметики, да и только. Просто потому, что выплачиваемая сумма ЕДВ - в лучшем случае одна шестая от реальной стоимости якобы замещаемых ею натуральных льгот. О чём можно говорить, если сумма ЕДВ меньше стоимости суммы месячных проездных билетов на весь городской общественный транспорт?! Так что на эту часть ЕДВ далеко не уедешь, да и на всю ЕДВ тоже, при стоимости 18 рублей за поездку. Если ездить с пересадками, а в Екатеринбурге именно так и приходится, то три поездки в день - это девятая поездка в месяц, или 1620 рублей. А о приобретении собственного автомобиля на какую-то часть и без того мизерной суммы и мечтать смешно. Может быть, господин Зурабов, эту систему придумавший, в школе уже тогда обучался по новым принципам реформированного образования. То есть, уча математику, не учил геометрию и, уча физику, не изучал химию. А как иначе объяснить этот бред?!

БЛАГОДАРНОСТЬ



В прошлом году (2010 г.) я через газету «Пенсионер» опубликовал свой боевой путь в Великой Отечественной войне от Курской дуги до Берлина. Этим решил показать, что я заслуживаю, чтобы меня поставили на учёт в Октябрьском районе г. Екатеринбурга с целью улучшения жилищных условий. И стал собирать для этого различные справки, которых требовалось

более десяти. Так как я не знал, где и как и собрать, то пришлось обратиться за помощью в газету «Пенсионер». Журналист этой газеты А. С. Сальников оказал мне соответствующую помощь и поддержал меня морально. Все эти документы передал в администрацию. За участие в сборе и оформлении, а также за моральную поддержку выражаю искреннюю благодарность журналисту Андрею Сергеевичу. Долгое оформ-

ление справок, мои переживания и отказ администрации поставить меня на учёт для улучшения жилищных условий из-за превышения нормы общей жилищной площади у нас с женой на 0,8 м<sup>2</sup> администрация области написала это превышение 4,4 м<sup>2</sup>. В нашей с женой собственности общей жилой площади числится всего 21,3 м<sup>2</sup>) - всё это оказало отрицательное влияние на мое здоровье, и я попал в больни-

цу в июле 2010 г. для лечения инсульта, а весь декабрь 2010 г. находился на стационарном лечении в госпитале.

В госпитале я попросил путёвку у врача-методиста М. А. Сангаевой и зам. начальника госпиталя Т. Г. Кутузовой, и они меня приняли доброжелательно и не отказали в моей просьбе. Выражаю им обеим сердечную благодарность.

**Николай Красников,  
г. Екатеринбург**

## ЛИЧНЫЕ ДЕНЬГИ

## Как вернуть деньги

Не давать никому денег (даже под проценты) и не позволять себе жить взаимно – вот нехитрая мудрость, позволяющая не только сохранить свои финансы, но и приумножить их. Многочисленные опросы свидетельствуют: большинство наших соотечественников разделяет подобные взгляды. Однако пара-тройка неприятных воспоминаний, связанных с одалживанием денег, есть в запасе практически у каждого.

Печальные истории о невозвращенных долгах почти всегда начинаются одинаково: с просьбой о материальной помощи обратился человек, «которому нельзя было отказать». Поэтому первое правило опытного займодавца должно гласить: не торопись сказать «да», оцени, есть ли у потенциального должника реальные возможности вернуть долг.

Впрочем, даже благонадежность и обеспеченность вашего друга или коллеги (к примеру, у него есть постоянная работа, вы знаете приблизительную сумму его зарплаты) не являются гарантией того, что вы получите свои деньги обратно. Вот почему так важно оформить свои отношения в письменном виде (это второе правило).

Юрист Оксана Кучеренко советует не пренебрегать письменным соглашением: «Дело не в вашей жадности, а в том, что этого требует закон. Многие не знают, что согласно ч. 1 ст. 808 ГК РФ в случае, если сумма за-



йма превышает 10 МРОТ (1000 рублей), договор должен быть заключен в письменном виде. Иначе сделка является оспоримой: вы, конечно, сможете подать в суд, однако привлечь свидетелей у вас не получится. Да и выиграть дело будет довольно сложно. Впрочем, даже если в соответствии с судебным решением заемщик обязан

будет вернуть вам деньги в тот или иной срок, даже через службу судебных приставов вам будет очень сложно вернуть ваши средства, и в любом случае это займет значительное время».

Для того чтобы оформить отношения в письменном виде, необязательно обзаводиться личным адвокатом или обращаться к нотариусу, достаточно грамотно составленной долговой расписки. В случае необходимости этот документ может выступать в роли упрощенного договора займа.

Расписку всегда лучше оформлять в рукописном виде – так вы получите достаточный для экспертизы образец почерка заемщика. Далее в расписке обязательно должны быть указаны следующие сведения: дата и место выдачи денег; подлинные ФИО заимодателя и заемщика; паспортные данные и адреса сторон; сумма займа в рублях (даже если у вас берут доллары или евро); срок возврата долга; проценты по займу или указание на то, что дого-

вор является беспроцентным; подпись и расшифровка подписей сторон. Если погашение долга происходит в несколько приемов, то на каждую сумму составляется расписка в получении денег, старая долговая бумага уничтожается, а вместо нее составляется новая.

Разговоры о деньгах в нашем обществе по-прежнему считаются весьма щекотливым вопросом. Однако если срок возврата прошел, а деньги вам так и не вернули, стоит напомнить о заключенной сделке. Ничего дурного в том, чтобы напрямую спросить о дате погашения долга, нет, но если воспитание давит на вас, можно сослаться на предстоящие расходы. Так, фраза: «Я хочу поехать в отпуск, не могла бы ты вернуть мне деньги?» звучит гораздо мягче, чем: «Когда ты отдашь мне долг?»

Если же переговоры и подобные хитрости не приносят желаемого результата, то, собственно, остаются два пути: смириться с потерей денег или добиваться их возврата в установленном законом порядке. Решив бороться до конца, для начала необходимо передать заемщику письменное

требование возврата суммы. Проще всего это сделать с помощью заказного письма с уведомлением о вручении. Затем необходимо написать исковое заявление, оплатить госпошлину и передать заявление с копией и приложенной распиской в суд по месту жительства должника. Можно также обратиться к мировому судье. Исполнение решения будет передано в службу судебных приставов. Имейте в виду, что подобные тяжбы могут сопровождаться массой нюансов, разобраться в которых сможет только профессиональный адвокат.

Если вам неудобно отказать просителю, можно взять на вооружения данные отговорки:

- Я посоветовалась с женой / я посоветовалась с мужем, и мы поняли, что для нас это слишком большая сумма.

- В этом месяце у нас запланированы большие траты, поэтому я не смогу тебе помочь.

- Я в процессе ремонта, и поэтому у меня каждая копейка на счету.

- У нас с женой / мужем отдельный бюджет, а в этом месяце мне надо оплачивать страховку за машину.

- Мне нужно отправить ребенка на отдых, и я коплю на это деньги. Это важно для его здоровья.

## ОБЗОР ПИСЕМ

## ЛИЧНОЕ МНЕНИЕ КАЖДОГО

Мы рады, что читатели видят в нас команду, способную ответить на все ваши многочисленные и нелегкие вопросы.

Можно выделить не так уж много главных тематических направлений, по которым в редакцию приходят письма читателей: проблемы в такой «горячей» нынче отрасли, как ЖКХ, вопросы деятельности ТСЖ, случаи несвоевременной и некачественной поставки дров и угля в сельских районах области, компенсации по денежным вкладам... Иногда редакцию воспринимают как последнюю инстанцию, где истина обязательно восторжествует – и мы пытаемся определить, куда же в действительности направить важные документы длительных судебных разбирательств. Порой вы обращаетесь... даже с просьбой рассчитать пенсию, хорошо, хоть не отправляете трудовую книжку, лишь копию. А вообще-то в этом случае надо обращаться в местные пенсионные службы, где пенсия ваша будет насчитана справедливо и точно.

Конечно, приятно, что вы, уважаемые читатели, видите в нас команду, способную решить все без исключения вопросы, которые не смогли для вас сдвинуть с места многочисленные инстанции, обязанные это делать. И хотя для нахождения истины и справедливости есть в городах и селах специальные службы с многочисленными работающими в них чиновниками, возможно, вы и правы, и на

наши обращения они, конечно, отвечают более серьезно и раз-вернуто.

И все же намного интереснее, когда в письмах мы видим живой отклик на какое-то важное событие: своя, пусть и необычная, точка зрения на ту или иную проблему всегда очень ценна. О том, что мы с нетерпением ждем ваши рассказы именно о вашей судьбе, необыкновенной, отличной от других, вы давно уже знаете, мы постоянно об этом напоминаем.

Очень радуют нас и, конечно же, дают дополнительный стимул в работе ваши доброжелательные, оптимистически настроенные письма. Так, читательница Тамара Михайловна Стрелова, секретарь совета ветеранов городского поселения Верхние Серги Нижнесергинского района, пишет в редакцию: «А мне очень нравится телепрограмма, которая публикуется в газете, – очень компактная, удобная и каналов достаточно. Шрифт такой же, как и в самой газете. Все равно мы читаем в очках, так что, на мой взгляд, все нормально. Цена на газету тоже приемлемая. В полгода раз из любой пенсии можно выделить 250 рублей, если есть желание читать газету. И рекламы не так уж много. Я выписываю еще три издания, так, поверьте мне, в них действительно много рекламы. А если у кого-то есть претензии,

то вместо того, чтобы набрасываться на редакцию, можно выписать ту самую газету, где программа напечатана более крупным шрифтом. А мне обидно за любимую газету, и поэтому я решила вас поддержать. Повторю еще раз: газета «Пенсионер» очень нужная, полезная и интересная для пенсионеров. Желаю редакции дальнейших успехов в работе».

Мне искренне жаль авторов, у которых подчас главным мотивом письма становится обида – на все и на всех. Иногда такому человеку кажется, что во всем, что случилось плохого или просто грустного в его долгой жизни, обязательно кто-то виноват. Не занимаясь нравоучениями, все-таки скажу: такая позиция не приносит ничего положительного в нашу жизнь, она чревата новыми обидами, расстройствами, болезнями, наконец.

Наша читательница Е.Ф. Чудинова из Нижнего Тагила пишет: «Я выписываю вашу газету и через нее хочу выразить свое негодование насчет ветеранов труда...». Негодование это на трех страницах убористым почерком – о главном, о том, что не всем пенсионерам, кто тяжело и трудно работал почти по 40 лет на благо государства (и свое собственное, разумеется), присвоено звание ветеранов труда. Ну да, обидно, но таков закон. Когда-то всем, у кого



стаж трудовой достигал 25 лет, автоматически таковое звание присваивалось, потом все это прекратилось. И что, теперь со страшной завистью и ненавистью относиться к тем, кто успел родиться «вовремя»? Но даже не это неумение сдерживать свои негативные эмоции вызывает сочувствие к автору письма, а то, что ненависть его по отношению к ветеранам отравляет и все письмо в целом, даже ту часть, где рассказывается о собственной жизни и работе.

Пожалуйста, пишите о себе, и мы с удовольствием расскажем о вашей судьбе, о вашей работе и жизни. Вот только не надо бы таких жестких и кричащих фраз про «тех, кто по 20 лет зады протирал на стульях» (ну не все же землю пахали, были и те, кто придумывал наши любимые телефоны, телевизоры, писал картины, музыку и книги!). А

еще про чиновников, «которые в конторах сидели», про «бардак и нигде правды нет», «за что пахал», «депутаты, где совесть, неужели мы не заслужили». Ну и, разумеется, опять – «что мы, дети войны, видели?». Про лекарства дорогие и про то, «как жить, надоело все. Неужели нас за дураков считают, что мы тупые, ничего не понимаем...». Вот тут с вами совсем не соглашусь: старость – это все же мудрость. И опыт, и умение думать и сопоставлять, прощать и находить в этой жизни повод для радости и видеть доброе. Мне, например, обычному православному человеку, очень помогает в трудные минуты мудрость известной молитвы: «Господи, дай мне силы изменить то, что я могу изменить. Дай мне мужество вытерпеть то, что я не в силах изменить. И дай мне мудрость, чтобы отличать одно от другого... Научи меня прямо и разумно действовать с каждым членом семьи моей, никого не смущая и не огорчая. Руководи моей волею и научи меня молиться, верить, надеяться, терпеть, прощать и любить».

Понимаю, под настроение, за всех соседей и знакомых, навверное, наболело в душе – и вылилась эта боль в письмо, а его нам даже направить некуда, потому что неизвестно, на кого конкретно вы жалуетесь. На ветеранов труда, успевших получить звание, на законодателей, на депутатов «свободной России» (вроде нет пока у нас такой партии), экономистов, «чиновников в конторах»? На жизнь? Так она в ваших собственных руках.

Татьяна Савкина

Понедельник, 11 апреля

«ПЕРВЫЙ»

05.00 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»
09.00 НОВОСТИ
09.05 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА
09.40 ЖИТЬ ЗДОРОВО!

«НТВ»

04.55 НТВ УТРОМ
08.30 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ
09.30 ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ
ПРОИСШЕСТВИЕ

«ДТВ»

06.00 М/Ф
08.00 ТЫСЯЧА МЕЛОЧЕЙ
08.30 САМОЕ СМЕШНОЕ ВИДЕО
09.30 СЕКРЕТНЫЕ ФАЙЛЫ

«СТС-УРАЛ»

06.55 М/С «СМЕШАРИКИ»
07.00 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ
МУЛЬТЯШЕК»

«ТВЦ»

06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.20 М/Ф «ВАСИЛИСА
МИКУЛИШНА»

«ТВ-3»

06.00 М/Ф
06.30 Т/С «АЛЬФ»
07.00 РЕБЯТАМ О ЗВЕРЯТАХ
07.30 Д/Ф «ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ»

«ТНТ-УРАЛ»

07.00 М/С «ЖИЗНЬ И
ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБОТА-
ПОДРОСТКА»

«ЗВЕЗДА»

06.00 Д/С «РУССКИЙ ПОЛЮС».
«АРКТИКА - ТОЧКА ПОЛЮСА»
07.00 КРУГОВСЕТКА

«РОССИЯ 1»

05.00 УТРО РОССИИ
05.05, 05.35, 06.05, 06.35, 07.05,
07.35, 08.05, 08.35 ВЕСТИ-
УРАЛ. УТРО

«10 КАНАЛ-РОССИЯ 2»

07.00 БАНКОВСКИЙ СЧЕТ
07.30 РИЗЛОРТСКИЙ ВЕСТНИК
09.00 КАСТАЛЬСКИЙ КЛЮЧ

«4 КАНАЛ»

07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС
09.00 НОВОСТИ. ИТОГИ НЕДЕЛИ
09.30 СЛУЖБА СПАСЕНИЯ «СОВА»

«РОССИЯ К»

07.00 ЕВРОНЬОС
10.00 НОВОСТИ
10.15 КТО ТАМ...

«СТУДИЯ-41»

07.00 МОЯ ПРАВДА
08.00 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

«РЕН-ТВ УРАЛ»

05.30 «ПРОКЛЯТИЕ ДРАГОЦЕННЫХ
КАМНЕЙ»
06.00 НОВОСТИ 24

«ОТВ»

07.00 ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ
09.00 СОБЫТИЯ. КАЖДЫЙ ЧАС
09.10 ЮВЕЛИРНАЯ ПРОГ.

«ТВ 5»

06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 15.30,
18.30, 22.00 СЕЙЧАС
06.10 Д/С «ПОДВОДНАЯ ОДИССЕЯ
КОМАНДЫ КУСТО»

Вторник, 12 апреля

«ПЕРВЫЙ»

05.00 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»
09.00 НОВОСТИ
09.05 ПЕРВЫЕ В КОСМОСЕ
09.40 ЖИТЬ ЗДОРОВО!

«НТВ»

04.55 НТВ УТРОМ
08.30 ОЧНАЯ СТАВКА
09.30 ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ
ПРОИСШЕСТВИЕ

«ДТВ»

06.00 М/Ф
08.00 ТЫСЯЧА МЕЛОЧЕЙ
08.30 САМОЕ СМЕШНОЕ ВИДЕО
09.30 СЕКРЕТНЫЕ ФАЙЛЫ

«СТС-УРАЛ»

07.00 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ
МУЛЬТЯШЕК»
07.30 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВУДИ
И ЕГО ДРУЗЕЙ»

«ТВЦ»

06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.25 ДЕТЕКТИВ «В ПОЛОСЕ
ПРИБОЯ»

«ТВ-3»

06.00 М/Ф
06.30 Т/С «АЛЬФ»
07.00 РЕБЯТАМ О ЗВЕРЯТАХ
07.30 Д/Ф «ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ»

«ТНТ-УРАЛ»

07.00 М/С «ЖИЗНЬ И
ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБОТА-
ПОДРОСТКА»

«ЗВЕЗДА»

06.00 Д/С «РУССКИЙ ПОЛЮС».
«АРКТИКА - РУССКИЙ
ПРОЕКТ»

«РОССИЯ 1»

05.00 УТРО РОССИИ
05.05, 05.35, 06.05, 06.35, 07.05,
07.35, 08.05, 08.35 ВЕСТИ-
УРАЛ. УТРО

«10 КАНАЛ-РОССИЯ 2»

07.50 ИНТЕРНЕТ-ЭКСПЕРТ
08.15 ЗДРАВСТВУЙ, МАЛЫШ!
08.40 ФУТБОЛЬНОЕ ОБОЗРЕНИЕ
УРАЛА

«4 КАНАЛ»

07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС
09.00 НОВОСТИ «4 КАНАЛА».
НОЧНОЙ ВЫПУСК

«РОССИЯ К»

10.00 НОВОСТИ
10.40 ФАНТАСТИКА «АЗЛИТА»
12.20 К 110-ЛЕТИЮ СО ДНЯ
РОЖДЕНИЯ НИКОЛАЯ

«СТУДИЯ-41»

08.00 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
09.00 ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ

«РЕН-ТВ УРАЛ»

05.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ПЛАНЕТА:
«ТРИ ЛИЦА КАТАЛОНИИ»
05.30 ФАНТАСТИЧЕСКИЕ
ИСТОРИИ: «КУКЛЫ»

«ОТВ»

09.00 СОБЫТИЯ. КАЖДЫЙ ЧАС
09.10 ГУРМЭ
09.30 ДЕЙСТВУЮЩИЕ ЛИЦА

«ТВ 5»

06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 15.30,
18.30, 22.00 СЕЙЧАС
06.10 Д/С «ПОДВОДНАЯ ОДИССЕЯ
КОМАНДЫ КУСТО»

Среда, 13 апреля

«ПЕРВЫЙ» 09.00 НОВОСТИ 09.05 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА 09.40 ЖИТЬ ЗДОРОВО!

«НТВ» 04.55 НТВ УТРОМ 08.30 И СНОВА ЗДРАВСТВУЙТЕ! 09.30 ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ

«ДТВ» 06.00 М/Ф 08.00 ТЫСЯЧА МЕЛОЧЕЙ 08.30 САМОЕ СМЕШНОЕ ВИДЕО 09.30 СЕКРЕТНЫЕ ФАЙЛЫ

«СТС-УРАЛ» 06.55 М/С «СМЕШАРИКИ» 07.00 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ МУЛТЯШЕК» 07.30 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВУДИ И ЕГО ДРУЗЕЙ»

«ТВЦ» 06.00 НАСТРОЕНИЕ 08.25 МУЛЬТПАРАД 09.00 Х/Ф «СКОРЫЙ ПОЕЗД» 10.55 Д/Ф «ДАМСКИЙ НЕГОДНИК»

«ТВ-3» 06.00 М/Ф 06.30 Т/С «АЛЬФ» 07.00 РЕБЯТАМ О ЗВЕРЯТАХ 07.30 Д/Ф «ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ»

«ТНТ-УРАЛ» 07.00 М/С «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБОТА-ПОДРОСТКА» 07.55 М/С «КАК ГОВОРЯТ ДЖИНДЖЕР»

«ЗВЕЗДА» 06.00 Д/С «РУССКИЙ ПОЛОС». «АНТАРКТИДА - ВОЗДУШНАЯ ОДИССЕЯ»

«РОССИЯ 1» 05.00 УТРО РОССИИ 05.05, 05.35, 06.05, 06.35, 07.05, 07.35, 08.05, 08.35 ВЕСТИ-УРАЛ. УТРО

«10 КАНАЛ-РОССИЯ 2» 07.30 ДОКТОР КРАСОТЫ 08.00 РИЗЛПОРТСКИЙ ВЕСТНИК 08.30 15 МИНУТ О ФИТНЕСЕ

«4 КАНАЛ» 07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 09.00 НОВОСТИ «4 КАНАЛА» 10.40 Х/Ф «ДОЛИНА РЕШИМОСТИ»

«РОССИЯ К» 10.00 НОВОСТИ 10.15 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 10.40 Х/Ф «ДОЛИНА РЕШИМОСТИ»

«СТУДИЯ-41» 06.30 ГОРДА МИРА 06.55 ПОГОДА 07.00 ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ 08.00 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

«РЕН-ТВ УРАЛ» 05.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ПЛАНЕТА: «ЯПОНИЯ: БОЖЕСТВА ВОД И ГОР»

«ОТВ» 07.00 ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ 09.00 СОБЫТИЯ. КАЖДЫЙ ЧАС 09.10 ВСЕ О ЗАГОРОДНОЙ ЖИЗНИ

«ТВ 5» 06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 13.00, 18.00, 22.00 СЕЙЧАС 06.10 Д/С «ПОДВОДНАЯ ОДИССЕЯ КОМАНДЫ КУСТО»

Четверг, 14 апреля

«ПЕРВЫЙ» 05.00 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО» 09.00 НОВОСТИ 09.05 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА 09.40 ЖИТЬ ЗДОРОВО!

«НТВ» 04.55 НТВ УТРОМ 08.30 РАЗВОД ПО-РУССКИ 09.30 ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ

«ДТВ» 06.00 М/Ф 08.00 ТЫСЯЧА МЕЛОЧЕЙ 08.30 САМОЕ СМЕШНОЕ ВИДЕО 09.30 СЕКРЕТНЫЕ ФАЙЛЫ

«СТС-УРАЛ» 06.55 М/С «СМЕШАРИКИ» 07.00 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ МУЛТЯШЕК» 07.30 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВУДИ И ЕГО ДРУЗЕЙ»

«ТВЦ» 06.00 НАСТРОЕНИЕ 08.20 М/Ф «ОБЕЗЬЯНА С ОСТРОВА САРУГАСИМА» 08.30 Х/Ф «НЕЖДАДНО-НЕГАДАННО»

«ТВ-3» 06.00 М/Ф 06.30 Т/С «АЛЬФ» 07.00 РЕБЯТАМ О ЗВЕРЯТАХ 07.30 Д/Ф «ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ»

«ТНТ-УРАЛ» 07.55 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДЖИММИ НЕЙТРОНА, МАЛЬЧИКА-ГЕНИЯ»

«ЗВЕЗДА» 07.40 Т/С «ПРОФЕССИЯ - СЛЕДОВАТЕЛЬ» 09.15 Д/С «ТАЙНЫ ВЕКА»

«РОССИЯ 1» 05.00 УТРО РОССИИ 05.05, 05.35, 06.05, 06.35, 07.05, 07.35, 08.05, 08.35 ВЕСТИ-УРАЛ. УТРО

«10 КАНАЛ-РОССИЯ 2» 07.30 ДОКТОР КРАСОТЫ 08.00 РИЗЛПОРТСКИЙ ВЕСТНИК 08.30 15 МИНУТ О ФИТНЕСЕ

«4 КАНАЛ» 07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 09.00 НОВОСТИ «4 КАНАЛА» 10.40 Х/Ф «ПОРТРЕТ ДОРИАНА ГРЕЯ»

«РОССИЯ К» 10.00 НОВОСТИ 10.15 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 10.40 Х/Ф «ПОРТРЕТ ДОРИАНА ГРЕЯ»

«СТУДИЯ-41» 06.30 ГОРДА МИРА 06.55 ПОГОДА 07.00 ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ 08.00 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

«РЕН-ТВ УРАЛ» 06.00 НОВОСТИ 24 06.30 ГРОМКОЕ ДЕЛО 07.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ПЛАНЕТА

«ОТВ» 07.00 ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ 09.00 СОБЫТИЯ. КАЖДЫЙ ЧАС 09.10 ВСЕ О ЗАГОРОДНОЙ ЖИЗНИ

«ТВ 5» 06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 13.00, 18.00, 22.00 СЕЙЧАС 06.10 Д/С «ПОДВОДНАЯ ОДИССЕЯ КОМАНДЫ КУСТО»



Пятница, 15 апреля

«ПЕРВЫЙ» 05.00 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО» 09.00 НОВОСТИ 09.05 КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА 09.40 ЖИТЬ ЗДОРОВО!

«НТВ» 04.55 НТВ УТРОМ 08.30 ИСТОРИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ОБМАНА. ВЫХОД ЕСТЬ! 09.30 ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ

«ДТВ» 06.00 М/Ф 08.00 ТЫСЯЧА МЕЛОЧЕЙ 08.30 САМОЕ СМЕШНОЕ ВИДЕО 09.30 СЕКРЕТНЫЕ ФАЙЛЫ

«СТС-УРАЛ» 06.55 М/С «СМЕШАРИКИ» 07.00 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ МУЛЬТЯШЕК» 07.30 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВУДИ И ЕГО ДРУЗЕЙ»

«ТВЦ» 06.00 НАСТРОЕНИЕ 08.20 Х/Ф «НАШ ОБЩИЙ ДРУГ» 10.40 Д/Ф «ЛЕОНИД ДЕРБЕНЕВ. СЛОВА НАРОДНЫЕ»

«ТВ-3» 06.00 М/Ф 06.30 Т/С «АЛЬФ» 07.00 РЕБЯТАМ О ЗВЕРЯТАХ 07.30 Д/Ф «ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ»

«ТНТ-УРАЛ» 07.00 М/С «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБОТА-ПОДРОСТКА» 07.55 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДЖИММИ НЕЙТРОНА»

«ЗВЕЗДА» 06.00 Д/Ф «КОНЕЦ ФИЛЬМА» 06.45 М/Ф 07.55 Т/С «ПРОФЕССИЯ - СЛЕДОВАТЕЛЬ»

«РОССИЯ 1» 05.00 УТРО РОССИИ 05.05, 05.35, 06.05, 06.35, 07.05, 07.35, 08.05, 08.35 ВЕСТИ-УРАЛ. УТРО

«10 КАНАЛ-РОССИЯ 2» 07.00 НОВОСТИ. ЕКАТЕРИНБУРГ 07.20 БАСКЕТБОЛЬНЫЕ ДНЕВНИКИ «УГМК»

«4 КАНАЛ» 07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 09.00 НОВОСТИ «4 КАНАЛА». НОЧНОЙ ВЫПУСК

«РОССИЯ К» 06.55 ПОВОДА 07.30 Х/Ф «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ» 09.00 ПОЛЕЗНЫЙ ВЕЧЕР С АЛЕНОЙ КОСТЕРИНОЙ

«СТУДИЯ 41» 06.55 ПОГОДА 07.30 Х/Ф «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ» 09.00 ПОЛЕЗНЫЙ ВЕЧЕР С АЛЕНОЙ КОСТЕРИНОЙ

«РЕН-ТВ УРАЛ» 05.30 ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ: «ТАЙНЫ СОВРЕМЕННЫХ ВАМПИРОВ»

«ОТВ» 07.00 ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ 09.30 ДЕЙСТВУЮЩИЕ ЛИЦА 11.00 СОБЫТИЯ. КАЖДЫЙ ЧАС

«ТВ 5» 06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30 СЕЙЧАС 06.10 Д/С «ПОДВОДНАЯ ОДИССЕЯ КОМАНДЫ КУСТО»

Суббота, 16 апреля

«ПЕРВЫЙ» 07.20 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 08.10 М/С «НОВАЯ ШКОЛА ИМПЕРАТОРА»

«НТВ» 07.25 СМОТР 08.00 СЕГОДНЯ 08.20 ЛОТЕРЕЯ «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧ»

«ДТВ» 06.00 М/Ф 06.10 Х/Ф «БАБОЧКИ» 08.00 ТЫСЯЧА МЕЛОЧЕЙ 08.20 ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ

«СТС-УРАЛ» 06.00 Т/С «СОБАЧЬЕ ДЕЛО» 08.20 М/С «СМЕШАРИКИ» 08.30 М/С «МИР СТРАНСТВИЙ»

«ТВЦ» 06.25 МАРШ-БРОСКОК 07.05 АБВГДЕЙКА 07.40 М/Ф «БРАТЬЯ ЛЮ»

«ТВ-3» 06.00 М/Ф 07.00 М/Ф «КУРАЖ» 07.30 М/Ф «ДРУЗЬЯ АНГЕЛОВ»

«ТНТ-УРАЛ» 06.00 М/С «БЭБИ БЛЮЗ» 07.00 М/С «КАК ГОВОРИТ ДЖИНДЖЕР»

«ЗВЕЗДА» 06.00 КИНОПОВЕСТЬ «У МЕНЯ ВСЕ НОРМАЛЬНО» 07.35 ПРИКЛЮЧЕНИЯ «ВАСЕК ТРУБАЧЕВ И ЕГО ТОВАРИЩИ»

«РОССИЯ 1» 05.10 Х/Ф «ЖИЗНЬ СНАЧАЛА» 06.45 ВСЯ РОССИЯ 06.55 СЕЛЬСКОЕ УТРО

«10 КАНАЛ-РОССИЯ 2» 08.10 ВЕСТИ-СПОРТ 08.20 ВЕСТИ.RU. ПЯТНИЦА 08.55 ФОРМУЛА-1.

«4 КАНАЛ» 06.20 НОВОСТИ «4 КАНАЛА». НОЧНОЙ ВЫПУСК 06.50 СТЕНД

«РОССИЯ К» 06.30 ЕВРОНЮС 10.10 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 10.40 Х/Ф «ОЧЕРЕДНОЙ РЕЙС»

«СТУДИЯ 41» 06.00 ГОРОДА МИРА 06.55 ПОГОДА 07.00 ПОСЛЕСЛОВИЕ

«РЕН-ТВ УРАЛ» 05.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ПЛАНЕТА: «ЗАВЕЩАНИЕ ДРЕВНИХ МАЙЯ»

«ОТВ» 08.00 МИНЕМ ИЛЕМ 09.40 КОМУ ОТЛИЧНЫЙ РЕМОНТ?! 10.00 ПОГОДА НА «ОТВ»

«ТВ 5» 06.00 М/Ф 08.25 СКАЗКА «КАК ИВАНУШКА ДУРАЧОК ЗА ЧУДОМ ХОДИЛ»

## Воскресенье, 17 апреля

«ПЕРВЫЙ»	«НТВ»	«ДТВ»	«СТС-УРАЛ»	«ЭРА-ТВ»	«СТУДИЯ-41»	«РЕН-ТВ УРАЛ»	«ОТВ»
06.00 НОВОСТИ 06.10 Х/Ф «НАСТЯ» 07.50 СЛУЖУ ОТЧИЗНЕ! 08.20 М/С «МИККИ-МАУС И ЕГО ДРУЗЬЯ», «ЧУДЕСА НА ВИРАЖАХ» 09.10 ЗДОРОВЬЕ 10.00 НОВОСТИ 10.15 НЕПУТЕВЫЕ ЗАМЕТКИ 10.30 ПОКА ВСЕ ДОМА 11.30 ФАЗЕНДА 12.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ) 12.15 ДЕТЕКТИВ «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА» 14.10 Х/Ф «ХРАНИ МЕНЯ, ДОЖДЬ» 16.10 АЛЛА ПУГАЧЕВА. ИЗБРАННОЕ 17.40 АЛЛА ПУГАЧЕВА. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ШОУ 18.40 ЖЕСТОКИЕ ИГРЫ 21.00 ВОСКРЕСНОЕ «ВРЕМЯ» 22.00 МУЛЬТ ЛИЧНОСТИ 22.30 YESTERDAY LIVE 23.20 ПОЗНЕР 00.20 ПРИКЛЮЧЕНИЯ «НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»	08.00 СЕГОДНЯ 08.20 ЛОТЕРЕЯ «РУССКОЕ ЛОТО» 08.45 ИХ НРАВЫ 09.25 ЕДИМ ДОМА! 10.00 СЕГОДНЯ 10.20 ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА 10.50 ПИР НА ВСЬ МИР 12.00 ДАЧНЫЙ ОТВЕТ 13.00 СЕГОДНЯ 13.20 ДЕТЕКТИВ «СЕМИН» 15.05 СВОЯ ИГРА 16.00 СЕГОДНЯ 16.20 ИСТОРИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ОБМАНА. ВЫХОД ЕСТЬ! 17.20 И СНОВА ЗДРАВСТВУЙТЕ! 18.20 ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ. ОБЗОР ЗА НЕДЕЛЮ 19.00 СЕГОДНЯ. ИТОГОВАЯ ПРОГ. 20.00 ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗНАНИЕ 20.50 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ 22.00 ДЕТЕКТИВ «ГЛУХАРЬ В КИНО» 23.45 Т/С «ГЛУХАРЬ» 00.45 АВИАТОРЫ	06.00 М/Ф 06.15 ДЕТЕКТИВ «ПЯТЬ МИНУТ СТРАХА» 08.00 ТЫСЯЧА МЕЛОЧЕЙ 08.20 МЕДИЦИНСКОЕ ОБЗОРИЕ 08.30 М/Ф 09.15 Х/Ф «ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ» 11.00 Т/С «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА. БУКЕТ ПРЕКРАСНЫХ ДАМ» 13.30 САМОЕ СМЕШНОЕ ВИДЕО 14.30 Х/Ф «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ» 16.30 Х/Ф «ДМБ» 19.00 Х/Ф «УЖАС АМИТИВИЛЯ» 21.10 СЕКРЕТНЫЕ ФАЙЛЫ 22.10 УЛЕТНОЕ ВИДЕО ПО-РУССКИ 23.00 БРАЧНОЕ ЧТИВО 23.30 СПЛОХОЙНОЙ НОЧИ, МУЖИКИ! 00.30 БОЙЦОВСКОЕ ШОУ «БИТВА ПОД МОСКВОЙ 3» 01.30 Х/Ф «УЖАС АМИТИВИЛЯ» 03.10 Х/Ф «ДМБ» 05.30 УЛЕТНОЕ ВИДЕО ПО-РУССКИ	06.00 Т/С «СОБАЧЬЕ ДЕЛО» 07.50 М/Ф 08.20 М/С «СМЕШАРИКИ» 08.30 М/С «МИР СТРАНСТВИЙ» 09.00 САМЫЙ УМНЫЙ 10.45 ЕРАЛАШ 11.00 ГАЛИЛЕО 12.00 СНИМИТЕ ЭТО НЕМЕДЛЕННО! 13.00 Т/С «СВЕТОФОР» 15.00 «6 КАДРОВ» 16.00 НЕДЕЛЯ БЕЗ ГАЛУСТУКА 16.30 ПРИКЛЮЧЕНИЯ «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ. НА КРАЮ СВЕТА» 19.35 ФЭНТЕЗИ «АРТУР И МИНИПУТЫ» 21.30 Х/Ф «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА» 23.15 Т/С «СВЕТОФОР» 00.45 СЛУЧАЙНЫЕ СВЯЗИ 01.30 ДЕТЕКТИВ «ЖЕНЩИНА БЕЗ МУЖЧИН» 02.55 ТРАГИКОМЕДИЯ «МАРГО НА СВАДЬБЕ» 04.40 Т/С «КРЕМЛЕВСКИЕ КУРСАНТЫ» 05.30 М/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ КОНАНА-ВАРВАРА» 05.50 МУЗЫКА НА СТС	06.00 MUSIC 07.00 СТЕРЕО УТРО. THE BEST 09.40 HIT CHART 10.40 М/Ф «ГУБКА БОБ» 11.00 NEWS БЛОК WEEKLY 11.30 ИКОНА ВИДЕОИГР 12.00 ЗВЕЗДЫ НА ЛАДОНИ 12.30 ТРЕНДИ 13.00 13 КИНОЛАЖ 13.30 ВУЗ NEWS 14.00 МАМА, ХОЧУ СТАТЬ ЗВЕЗДОЙ! 15.00 БУДУ РОЖАТЬ 16.00 HIT CHART 16.30 ART-КОКТЕЙЛЬ 17.00 Т/С «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ» 18.00 LOVE МАШИНА 19.00 ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА 20.00 ШОПОГОЛИКИ 21.00 20 СВАДЕБНЫХ СОВЕТОВ 22.00 УЖЕ МОЖНО 22.50 СЛЕДУЮЩИЙ 23.15 БУДУ РОЖАТЬ! 00.15 ТРЕНДИ 00.45 MUSIC	06.30 ГОРОДА МИРА 06.55 ПОГОДА 07.00 36, 6 07.30 Х/Ф «ВЕСЕННИЕ ХЛОПОТЫ» 09.10 ДАЧНЫЕ ИСТОРИИ 09.40 Х/Ф «ПОЙМАТЬ ВОРА» 11.45 СЛАДКИЕ ИСТОРИИ 12.15 ИСТОРИЧЕСКИЙ ФИЛЬМ «ПОТОП» 18.00 ПРО УСАТЫХ И ХВОСТАТЫХ ХРОНИКА, ДЕЛА, ЛЮДИ 18.55 ПОГОДА 19.00 ВКУС ЖИЗНИ 19.30 Х/Ф «АФЕРИСТЫ» 21.20 Х/Ф «ГРЯЗНАЯ ИГРА» 23.30 НЕДЕЛЯ БЕЗ ГАЛУСТУКА 23.55 ПОГОДА 00.00 Х/Ф «МАЛЕНЬКАЯ ВЕРА» 02.35 Х/Ф «ЧУВСТВО ВИНЬ» 05.20 СКАЖИ, ЧТО НЕ ТАК?! 05.50 МУЗЫКА НА «41-ДОМАШНЕМ»	05.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ПЛАНЕТА: «ЗАВЕЩАНИЕ ДРЕВНИХ МАЙЯ» 05.30 ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ: «НЕЖИТЬ. ВОССТАВШИЕ МЕРТВЕЦЫ» 06.00 Т/С «ТУРИСТЫ» 09.00 КАРДАННЫЙ ВАЛ 09.30 В ЧАС ПИК. ПОДРОБНОСТИ 10.30 Х/Ф «КОЧЕВНИК» 12.30 НОВОСТИ 24 13.00 НЕДЕЛЯ 14.00 РЕПОРТЕРСКИЕ ИСТОРИИ 14.30 ПРИКЛЮЧЕНИЯ «ЧЕЛОВЕК В ЖЕЛЕЗНОЙ МАСКЕ» 17.00 ЖАДНОСТЬ: «ТАЙНЫ РОССИЙСКОГО ОБЩЕПИТА» 18.00 ЧТО ПРОИСХОДИТ? 18.30 Х/Ф «СУДЬЯ ДРЕДД» 20.30 Х/Ф «СТЕЛС» 22.45 Х/Ф «ПРИКАЗАНО УНИЧОЖИТЬ» 01.25 Т/С «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» 03.00 ПОКЕР ПОСЛЕ ПОЛУНОЧИ 04.05 Т/С «4400»	07.30 ЗЕМЛЯ УРАЛЬСКАЯ 08.00 НАСЛЕДНИКИ УРАПУТ 08.15 ПОГОДА НА «ОТВ» 08.20 НАЦИОНАЛЬНОЕ ИЗМЕРЕНИЕ 09.30 РЕЦЕПТ 10.00 ПОГОДА НА «ОТВ» 12.05 Х/Ф «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ» 13.55 ПОГОДА НА «ОТВ» 14.00 СОБЫТИЯ. ПАРЛАМЕНТ 14.10 СОБЫТИЯ. ОБРАЗОВАНИЕ 16.55 ПОГОДА НА «ОТВ» 17.00 ПЯТЫЙ УГОЛ 17.20 ГОРНЫЕ ВЕСТИ 17.35 ВСЕ О ЗАГОРОДНОЙ ЖИЗНИ 17.55 СЕКРЕТЫ СТРОИТЕЛИ 18.15 ЗАЧЕТНАЯ НЕДЕЛЯ 18.30 Х/Ф «ПЛАНЕТА КА-ПЭКС» 20.30 СОБЫТИЯ. ИТОГИ НЕДЕЛИ 21.30 ЧТО! 22.05 НА СТРАЖЕ ЗАКОНА 22.20 ПОГОДА НА «ОТВ» 22.25 ВСЕ О ЖЖХ 23.35 РЕЗОНАНС 23.55 ПОГОДА НА «ОТВ» 00.00 СТУДИЯ ПРИКЛЮЧЕНИЙ
«РОССИЯ 1»	«10 КАНАЛ-РОССИЯ 2»	«4 КАНАЛ»	«РОССИЯ К»	«ТВЦ»	«ТВ-3»	«ТНТ-УРАЛ»	«ЗВЕЗДА»
05.00 Х/Ф «МАЧЕХА» 06.40 САМ СЕБЕ РЕЖИССЕР 07.30 СМЕХОПАНОРАМА 08.00 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 08.40 СТО К ОДНОМУ 09.25 ГОРОДА И ВЕСИ 10.20 ВЕСТИ-УРАЛ 11.00 ВЕСТИ. СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ 11.10 С НОВЫМ ДОМОМ! 11.25 Т/С «КЕДР ПРОНЗАЕТ НЕБО» 14.00 ВЕСТИ 14.20 ВЕСТИ-УРАЛ 14.30 Т/С «КЕДР ПРОНЗАЕТ НЕБО» 15.40 ЮБИЛЕЙНЫЙ ВЕЧЕР ОЛЕГА МИТЯЕВА 17.30 ТАНЦЫ СО ЗВЕЗДАМИ 20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ 21.05 Х/Ф «ВАРЕНЬКА. ИСПЫТАНИЕ ЛЮБВИ» 00.45 ГЕННАДИЙ ХАЗАНОВ. ПОВТОРЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО 01.15 Х/Ф «ХОЛОСТЯК» 03.05 Х/Ф «НЕБЕСА ВЕГАСА»	09.00 ГОРИЗОНТЫ ПСИХОЛОГИИ 09.20 ДОКТОР КРАСОТЫ 09.50, 10.20 ПРОГНОЗ ПОГОДЫ 09.55 АСТРОПРОГНОЗ 10.00 15 МИНУТ О ФИТНЕСЕ 10.25 АСТРОПРОГНОЗ 10.30 ЗДОРОВЬЕ С ТАТЬЯНОЙ КЛИМИНОЙ 11.00 МЕЛЬНИЦА 11.30 РЫБАЛКА С РАДИШЕВСКИМ 11.45 ХОККЕЙ. ФИНАЛ 12.45 ФОРМУЛА-1. ГРАН-ПРИ КИТАЯ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 15.20 АСТРОПРОГНОЗ 15.25 РИЗЛТОРСКИЙ ВЕСТНИК 18.25 ФУТБОЛ. ПРЕМЬЕР-ЛИГА. ЦСКА - «РУБИН» (КАЗАНЬ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 20.40 ВЕСТИ-СПОРТ 20.55 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ АНГЛИИ. «АРСЕНАЛ» - «ЛИВЕРПУЛЬ». ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 23.55 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ МИРА СРЕДИ ЮНИОРОВ. РОССИЯ - США. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ	06.00 НОВОСТИ. ИТОГИ НЕДЕЛИ 06.30 СКАЗКА «ФРЕОНОВЫЙ ДУХ» 08.30 СКАЗКА «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ» 10.30 М/Ф 11.30 ФЭНТЕЗИ «КОЛЬЦО НИБЕЛУНГОВ» 15.00 Х/Ф «СМЕРТЬ ШПИОНАМ» - 1 - 5 С. 20.00 НОВОСТИ. ИТОГИ НЕДЕЛИ 20.30 СЛУЖБА СПАСЕНИЯ «СОВА» 21.00 Х/Ф «СЧАСТЛИВЫЙ КОНЕЦ» 23.00 СЛУЖБА СПАСЕНИЯ «СОВА» 23.30 К 20-ЛЕТИЮ «4 КАНАЛА!» СПЕЦПРОЕКТ «ЧЕТВЕРТЫЙ КАНАЛ. НОВЕЙШИЕ ИСТОРИИ» 00.00 Х/Ф «ДЖЕКИ БРАУН» 03.00 Х/Ф «БЕШЕННЫЕ ПСЫ»	10.10 ОБЫКНОВЕННЫЙ КОНЦЕРТ С ЭДУАРДОМ ЭФИРОВЫМ 11.50 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО. ГЕОРГИЙ ВИЦИН 12.20 М/Ф «ДРАКОН И ТАПОЧКИ» 13.25 М/Ф «МАРТЫНКО» 13.40 Д/Ф «БОГЕМИЯ - КРАЙ ПРУДОВ» 15.20 К 95-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ ИГУДИ МЕНУХИНА «СКРИПАЧ СТОЛЕТИЯ» 16.35 МАРИЯ АЛЕКСАНДРОВА. БАЛЕТЫ «РУССКИХ СЕЗОНОВ» СЕРГЕЯ ДЯГИЛЕВА 18.20 Х/Ф «ТРИ ДНЯ ВИКТОРА ЧЕРНЫШЕВА» 20.00 КОНЦЕРТ ЕВГЕНИЯ ДЯТЛОВА В МОСКОВСКОМ МЕЖДУНАРОДНОМ ДОМЕ МУЗЫКИ. ПЕСНИ ИЗ СВЕТАЛЫХ БУДУЩИМ 20.55 «ТОТ САМЫЙ ФОМЕНКО, ИЛИ ПОСИДЕЛКИ НА ТВЕРСКОМ» 22.00 ИТОГОВАЯ ПРОГ. «КОНТЕКСТ» 22.40 Х/Ф «КУЗЕНЫ»	05.00 ПРИКЛЮЧЕНИЯ «АНЖЕЛИКА И КОРОЛЬ» 07.00 МУЛЬТПАРАД 08.00 ФАКТОР ЖИЗНИ 08.30 КРЕСТЬЯНСКАЯ ЗАСТАВА 09.00 МУЛЬТПАРАД 09.45 ПРИКЛЮЧЕНИЯ «НА ГРАФСКИХ РАЗВАЛИНАХ» 10.55 БАРЫШНЯ И КУЛИНАР 11.30 СОБЫТИЯ 11.40 Д/Ф «СЕРГЕЙ НИКОНЕНКО. О «СЧАСТЛИВИЧКИ»» 12.25 Х/Ф «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА» 14.20 ПРИГЛАШАЕТ БОРИС НОТКИН 14.50 МОСКОВСКАЯ НЕДЕЛЯ 15.20 Д/Ф «РУССКАЯ КРАСАВИЦА» 16.10 Д/Ф «МОЙ РЕБЕНОК - ВУНДЕРКИНД» 17.00 ДЕТЕКТИВ «САКВОЯЖ СО ГЕННАДИИ ХАЗАНОВА» 21.00 В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ 22.00 ДЕТЕКТИВ «МИСС МАРПЛ АГАТЫ КРИСТИ» 23.50 СОБЫТИЯ 00.05 ВРЕМЕННО ДОСТУПЕН. АЛЛА ПУГАЧЕВА	06.00 М/Ф 07.00 М/Ф «КУРАЖ» 07.30 М/Ф «ДРУЗЬЯ АНГЕЛОВ» 08.00 М/Ф «БАКУГАН» 08.30 М/Ф «ФОСТЕР: ДОМ ДЛЯ ДРУЗЕЙ ИЗ ДОМА ФАНТАЗИИ» 09.00 Т/С «ЗВЕЗДНЫЕ ВОИНЫ: ВОИНЫ КЛОНОВ» 10.00 Х/Ф «НИККИ-ДЬЯВОЛ МЛАДШИЙ» 12.00 УДИВИ МЕНЯ 13.00 Д/Ф «АЛОКАЛИПСИС. ЛЮДИ» 14.00 Т/С «МЕДИУМ» 16.00 Х/Ф «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ» 18.00 Д/Ф «ВЕРБНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ» 19.00 Х/Ф «БЕГИ, ТОЛСТЯК, БЕГИ» 21.00 СЕМЕЙНЫЙ ПРИГОВОР ГЕННАДИИ ХАЗАНОВА 22.00 Х/Ф «СТРИПТИЗ» 00.30 Д/Ф «АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ИСТОРИЯ. ТУРЕЦКИЙ ЭНДШПИЛЬ» 01.30 Х/Ф «БРОНЕЖИЛЕТ» 03.30 ФАНТАСТИКА «ИНЬЕ»	06.00 М/С «БЭБИ БЛОЗ» 07.00 М/С «ЭЙ, АРНОЛЬД!» 07.55 М/С «БЕЙБЛЭЙД: ГОРЯЧИЙ МЕТАЛЛ» 08.20 Т/С «ДРУЗЬЯ» 08.55 ЛОТО СПОРТ СУПЕР 09.00 Т/С «ДРУЗЬЯ» 09.50 ЛОТЕРЕИ: «ПЕРВАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ» И «ФАБРИКА УДАЧИ» 10.00 ШКОЛА РЕМОНТА 11.00 СУПЕРИНТИЦИЯ 12.00 Д/Ф «А ТЕБЕ СЛАБО?» 13.00 ЭКСТРАСЕНСЫ ВЕДУТ РАССЛЕДОВАНИЕ 15.00 Т/С «ЗАПЦЕВ + 1» 17.00 ФАНТАСТИКА «ЗВЕЗДНЫЕ ВОИНЫ: СКРЫТАЯ УГРОЗА» 19.30 Т/С «СЧАСТЛИВЫ ВМЕСТЕ» 20.00 ФАНТАСТИКА «ЗВЕЗДНЫЕ ВОИНЫ: АТАКА КЛОНОВ» 23.00 ДОМ 2. ГОРОД ЛЮБВИ 00.00 ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА 00.30 Х/Ф «ПОЦЕЛУЙ НАВЫЛЕТ» 02.35 СЕКС С АНФИСОЙ ЧЕХОВОЙ 03.05 ЕЩЕ 05.10 КОМЕДИАНТЫ	06.00 КИНОПОВЕСТЬ «Я ВАС ДОЖДУСЬ...» 07.20 ПРИКЛЮЧЕНИЯ «ОТЯРД ТРУБАЧЕВА СРАЖАЕТСЯ» 09.00 Д/С «КАК СОЗДАВАЛАСЬ ЗЕМЛЯ». «РАЗЛОМ САН-АНДРЕАС» 10.00 СЛУЖУ РОССИИ! 11.10 СЛОВО ОФИЦЕРА С ИРИНОЙ ЛОСИК 11.45 Д/Ф «СОЛДАТСКИЙ ДОЛГ МАРШАЛА РОКОССОВСКОГО» 12.50 Т/С «КРАСНАЯ КАПЕЛЛА» 13.00 НОВОСТИ 13.15 Т/С «КРАСНАЯ КАПЕЛЛА» 13.55 Т/С «КРАСНАЯ КАПЕЛЛА» 17.05 Д/С «КАК СОЗДАВАЛАСЬ ЗЕМЛЯ». «САХАРА» 18.00 НОВОСТИ 21.55 Д/Ф «ДЕЛО ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ. ШИПЫ И ЗВЕЗДЫ ГЕНЕРАЛА ЩЕЛКОВА» 22.40 Х/Ф «ИЗ АДА В АД» 00.45 ПРИКЛЮЧЕНИЯ «ВАСЕК ТРУБАЧЕВ И ЕГО ТОВАРИЩИ»

### ПО ВАШЕЙ ПРОСЬБЕ

Благодарю за поздравление. Я работала всю жизнь учительницей начальных классов. Если можно, то напечатайте слова песни «Не надо печалиться». Буду ждать, с приветом и уважением Вера Михайловна Елькина, с. Некрасово Белоярского р-на

#### НЕ НАДО ПЕЧАЛИТЬСЯ

Автор: Рождественский Р., музыка: Экимян А.

Колыхнется дождь густой пеленой.  
Стучатся дождинки в окошко твоё.  
Сегодня мечта прошла стороной,  
А завтра а завтра ты встретишь её  
ты встретишь её  
Припев  
Не надо печалиться –  
вся жизнь впереди,  
Вся жизнь впереди – надейся и жди.  
Тропинка в лесу запахла весной,  
Земля разомлела  
от солнечных дней.

Сегодня любовь прошла стороной,  
А завтра, а завтра ты встретишься с ней  
Припев  
Как в поле роса, как в небе звезда,  
Как в море бескрайнем  
веселый прибой,  
Пусть будут с тобой,  
с тобой навсегда  
Большая мечта и большая любовь  
Припев

### ОБЪЯВЛЕНИЯ

Школа и садик в шаговой доступности. Цена: 900 000 рублей. Телефон: 8 950 644 12 56.  
● Продам: два немецких баяна: 3-рядный «Вельтмистер» и 5-рядный заказной, с регистром. Баян «Тульский», заказной, цены договорные, тел. 246-21-25  
● Работа энергичным пенсионерам, офис р-н Уралмаш, гибкий график, бесплатное обучение, без продаж, тел. 8904-985-34-26  
● Помогу вам решить ваши проблемы с электрикой, сантехникой и прочим мелким ремонтом (плитка, обои, покраска, ремонт мебели), цены невысокие, тел. 8908-635-93-32  
● Предлагаю свои услуги приходящей няни к ребёнку д/ школьного возраста нач/классов. О себе: 60 лет, образование ср/техническое, русская, коренная екатеринбурженка. Лидия Александровна, тел. 262-66-59, желательна Октябрьский р-н.  
● Подушка противопролежневая 400x400, плотность 90, нагрузка до 120 кг, тел. 262-66-59  
● Сдам комнату в частном секторе, недорого, для двоих человек в возрасте от 30 и выше, русской национальности, чистоплотным, тел. 8912-653-14-04

● Продам взрослого козла и козьё молоко в Мезенке, а также садовый участок 4 сотки в с/т «Белый яр» на 52-м км Сибирского тракта, тел. 8912-26-91-867  
● Продам памперсы р-р 3, пелёнки р-р 60-90, новые, недорого, тел.: сот. 8912-653-14-04, дом. 263-16-96  
● 70 лет бабушке, требуется для ухода, совместного проживания и т. д. добрая, спокойная, терпеливая, общительная, без в/п, желательна татарочка, неработающая, тел. 322-13-43  
● Ремонт шуб любой сложности! Большой опыт. Тел. 263-41-20 (вечером)  
● Продам: каракулевую шубу, 52 - 54; воротник норка; брюки мужские 50-54 р - р; костюм 52 - 54 р - р; юбка, тел. 374-68-34  
● Продаю дорожную сумку красного цвета и спортивную сумку, недорого, сумки новые, тел. 8912-605-88-78  
● Продам энциклопедию Второй мировой войны 10 т.; Лев Троцкий «Сталин», 2 т.; Тарле «Наполеон»; Вересаев «Пушкин в жизни» 2 т.; Ж. Санд 22 т.; «Кармелита» 6 т.; Шишков 8 т.; Горький, 10 т., тел. 8912-605-88-78  
● Продаётся холодильник «ЗИЛ» за две тысячи рублей, баян (тульский), новый за 15 тыс. руб, тел. 325-49-51  
● Продаётся а/м Ваз - 111 - «Ока» 1997 выпуска цвет синий, пробег - 60 000 км., ТО - сентябрь 2010 года, 30 тыс. руб., тел. 8950-651-64-81



## СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

**SIEMENS (Германия) PHONAK (Швейцария)**

**Весь спектр услуг:**  
Продажа, настройка, обслуживание слуховых аппаратов  
Изготовление индивидуальных вкладышей  
Батарейки, аксессуары

**«Альфа-Слух»**  
Центр слухопротезирования

**г. Екатеринбург, ул. Белореченская, дом 10, офис 27**  
**Тел. (343)290-77-07**  
**Филиал г.Н.Тагил, пр. Ленина, 64 оф. 513 Тел. (3435) 46-97-07**  
**www.a-sluh.ru**

На правах рекламы

Только для пенсионеров

## Пенсионер Купон

на одно бесплатное объявление

Заполняйте разборчиво и печатными буквами

Текст объявления: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Телефон или адрес: \_\_\_\_\_

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

Фамилия \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_



**Таису Васильевну Акимову**, секретаря 1-й группы общества В. И. с 80 - летним юбилеем поздравляю.

Желаю счастья и здоровья  
На много дней и много лет,  
И пусть житейский ненастья  
В душе не оставляет след.  
Пусть этот день морщинок  
не прибавит,  
А старые разгладит и сотрёт,  
Здоровье укрепит, от бед избавит,  
Побольше радости и счастья  
принесёт.

Таиса, все усилия надо приложить,  
Чтобы до свадьбы правнуков дожить!  
**ВОИ Верх-Исетского района,**  
**Людмила Галахова**

**Галина Аркадьевна Сычёва** после окончания школы стояла перед выбором, кем стать: юристом, медиком, математиком... Выбрала последнее. Поступила в УПИ, на физико-технический факультет. После окончания института Галина Аркадьевна вопреки своим планам стала бухгалтером. Бухгалтер высшей категории, классный специалист бухгалтерского учёта и экономики, Галина Аркадьевна имеет благодарности, почётные грамоты, правительственные награды, другие поощрения - это дань уважения её трудолюбию.

Доброжелательность, любовь и уважение к людям, коллегам по работе в мужском коллективе ГИБДД ГУВД Свердловской области, где она трудится более 25 лет, отличают ее.

В день рождения мы от всего сердца поздравляем Галину Аркадьевну и желаем доброго здоровья, успехов во всех делах, творческих удач и весёлых телепередач.

Обворожи и очаруй одним лишь взглядом.

Весна пришла,  
А вместе с ней и день рожденья!  
И настроение у всех на высоте!  
Не он ль цветы, тепло приносит  
И салютует женской доброте?  
Ну а потом ликует вдохновенье –  
Глубокий смысл заложен, видно, здесь,  
Спасибо за прекрасные мгновения,  
Которых в этот день не счесть.  
Минуты радостны, часы благие...  
Цветов, улыбок, нежности пора.  
Желаем вам, Галина Аркадьевна,  
Любви, здоровья, счастья и добра!

**С уважением к вам, друзья, коллеги бухгалтерии и оперативные службы:**  
**В. Колташева, Л. Дорошенко,**  
**Н. Донских, А. Петухова,**  
**Н. Иванова, Е. Елеськина,**  
**Л. Стаковский, В. Шишкин,**  
**В. Калинин**

Поздравляем **Николая Геннадьевича Вилисова** с днём рождения! После службы в Армии всю сознательную жизнь посвятил работе в Среднеуральском управлении внутренних дел на транспорте, на севере нашей области и в городе Ирбите. В 1980 году, во время проведения спортивной Олимпиады в Москве, был командирован следить за порядком.

Сейчас на пенсии, занимается дачей, где много плодовых деревьев и кустарников, теплицы, выращивает овощи,

а для души – море цветов! Читает газету «Пенсионер», пользуется полезными советами из газеты. Ежедневно нянчится с внуками, помогая им растить. Два сына пошли по стопам отца.

Желаем крепкого здоровья и долгих лет жизни, семейного счастья в кругу родных и близких ему людей.

**С уважением, сваты Денисовы, жена, сыновья, сноха, внучка Ксюша и внук Ваня, с. Байкалово.**

Поздравляю дочь **Нину Михайловну Ермакову** с 60-летием!

Пусть подарит тебе  
День рождения  
Много светлых улыбок, тепла,  
Фейерверк самых ярких мгновений  
И приятные сердцу слова!  
И судьба пусть приносит удачу,  
Волшебство в каждом будничном дне,  
И встречаются в жизни почаще  
Только добрые люди тебе!  
Будь счастлива!

**Твоя любящая мама,**  
**г. Нижний Тагил**

Уважаемые юбиляры ГОУ КЦСОН Верх-Исетского района:

**Валентин Петрович Мишихин, Людмила Константиновна Артемьева, Любовь Артемьевна Синельникова, Людмила Викторовна Сердцова, Александра Николаевна Лавринович!**

Примите в день рождения самые лучшие пожелания:

Чтоб сбылось,  
что задумалось,  
Чтобы небо не хмурилось,  
Счастья вам неизменного  
И всего сокровенного  
Я хочу пожелать!

**Заведущая ОСОД № 4**  
**Кирякова В. С.**

## К 50-летию со дня первого полета в космос Ю. А. Гагарина

Дорогие друзья!  
Позвольте мне, на правах однополчанина Юрия Гагарина, сердечно поздравить вас с торжественным днем - Днем космонавтики!

Первый полет советского человека в космос 12 апреля 1961 года стал самым ярким событием XX столетия! А совершил этот полет вокруг Земли на космическом корабле «Восток» в возрасте 27 лет выпускник Чкаловского военно-авиационного училища старший лейтенант Юрий Гагарин. До зачисления в отряд космонавтов он служил летчиком-истребителем морской авиации Северного

в Космос. Он сделал первый шаг в неизвестное. Есть вехи, которые не стираются из памяти человечества. К таким принадлежит и полет Гагарина. Жаль только, что жизнь его оказалась очень короткой. 27 марта 1968 года во время тренировочных полетов вместе с инструктором, полковником В. Серегиним, истребитель МИГ-15 УТИ ушел в штопор. Спасти летчикам не удалось...

Когда-то Юрий Гагарин написал такие строки: «Облетев Землю в корабле-спутнике, я увидел, как прекрасна наша планета. Люди, будем хранить и приумножать эту красоту, а не разрушать ее!» Замечательные слова! Они характеризуют Юрия Гагарина как патриота, гуманиста, любящего нашу Землю. И потому его имя принадлежит всем землянам, нашей общей истории. Я благодарен судьбе, что она пода-



флота.

В составе авиадивизии, командиром которой был участник Великой Отечественной войны, Герой Советского Союза генерал-майор Владимир Голубев, а командиром авиаполка - тоже участник Великой Отечественной войны, Герой Советского Союза, полковник Петр Рассадкин, нам, североморцам, посчастливилось служить (в 1957-1960гг.) с отзывчивым, добродушным, улыбочивым, всесторонне развитым человеком, каким был Юрий Алексеевич Гагарин.

В суровых условиях Севера защитник неба Заполярья Юрий Гагарин получил закалку для полета

рилла мне возможность в течение трех лет жить и служить бок о бок с таким незабываемым светлым человеком, как Юрий Гагарин! Пока я жив, жива во мне добрая память о нем!

«Выше, быстрее, дальше!» - этот лозунг актуален и сегодня. Хотелось бы от души пожелать нашей молодежи, чтобы к списку славных имен людей, которые прославили нашу Родину, таких, как Юрий Гагарин, добавились и ваши имена!

**Максут Назипович Насыбуллин,**  
**старший авиационный техник**  
**Военно-воздушных сил**  
**Северного флота,**  
**пос. Луостари-Новое, 1954-1960гг**

## Социальная служба помогла дожить до 100 лет

Сырцева Пелагея Федоровна родилась 06.05.1911 года в деревне Ларята Большесосновского района Пермской области в многодетной семье и была шестым ребенком. С 8 лет была отдана в няньки в другую семью. В 1926 году вместе с этой семьей приехала в Екатеринбург и осталась на съемной квартире. У хозяев было 6 сыновей, и они попросили приемную семью отдать Пелагею им в работники по дому, были предложены условия за работу: питание, к праздникам подарки (одежда и обувь). Пелагея и согласилась.

Стали ее звать Полиной. В 18 лет старший сын решил на Полине жениться, но родители его были против. Пришлось молодым скитаться по квартирам. Брак оформили в 1941 году. Муж работал машинистом на железной дороге, а Полина контролером на перроне, т.к. была неграмотной. В июне 1941 года устроилась на работу санитаркой «скорой помощи» в больницу на железную дорогу. Всю войну ухаживала за тяжелоранеными. Приходилось на горбу таскать раненых и выносить умерших.

И после войны Полина осталась в больнице. Своих детей Бог не дал, но молодая семья воспитала племянницу. Муж умер в 1976 году. Из всей многодетной семьи в настоящее время осталась одна, а племянников – много.

Пелагея Федоровна живет одна, старается справляться по хозяйству самостоятельно. Но уже 12 лет юбилярше помогают социальные работники Комплексного центра социального обслуживания населения Железнодорожного района г. Екатеринбурга. Все это время Пелагею Федоровну обслуживает социальный работник Листова Светлана Михайловна. Она для Пелагеи Федоровны и дочь, и доктор, и помощник по хозяйству, и компаньон.

Пелагея Федоровна всегда приветливая, доброжелательная и общительная. Именно такой и помнят тетю Полю в дорожной больнице №1 на ул. Гражданской, 7.

Сырцева Пелагея Федоровна является ветераном труда, тружеником тыла, награждена медалями.  
**Колчина Елена Геннадьевна,**  
**зам.директора ГОУ «КЦСОН**  
**Ж/д района г.Екатеринбурга»**

# ПЯТИГОРСКИЕ ШУБЫ

## НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ!

**РАССРОЧКА до 6 месяцев без %  
Услуги скорняка – БЕСПЛАТНО!**

**Магазин постоянных распродаж: ул. Челюскинцев, 21 (район ж/д вокзала), т. 213-28-38  
ТРЦ «МЕГАПОЛИС», 8 Марта, 149 (Южный автовокзал), 3 этаж, А-318  
ул. Комсомольская, 10**

<http://пятигорскиешубы.рф>

**ШУБЫ из овчины от 6 000 руб.**

**ШАПКИ ВЕСЕННИЕ от 200 руб.**

**СКИДКИ!!!**

**Единая справочная 385-28-55**

5646 Подп. обла. серт.

На правах рекламы

На правах рекламы

**Магазин женской одежды «АРНИКА»**  
(производство г. Екатеринбург) начинает акции:

- Пятая водолазка **БЕСПЛАТНО!!!**
- При покупке двух брюк - третьи (вельвет, лен, цветные) **БЕСПЛАТНО!!!**
- Покупка выходного дня (суббота, воскресенье) – **10 % СКИДКА!!!**
- «Мамин шопинг» - одень красиво и практично свою мамочку и мамочку своего мужа – **10 % СКИДКА!!!**

Магазин «АРНИКА» работает с 11-00 до 19-30 без перерыва.  
В субботу и воскресенье с 11-00 до 17-00 без перерыва.  
По адресу: ул. 8-е Марта, 14, институт «ВУХИН», 1-й этаж  
(перекресток Малышева- 8-е Марта, напротив «Рубина»)

**БЛАГОДАРНОСТЬ**



*Здравствуй, газета «Пенсионер». От всей души и сердца поздравляю с приходом весны! Писать не моя стихия, но хочу выразить свою благодарность газете за её содержание, так как в ней содержатся все разделы, которые*

*интересуют пенсионеров. Это и политика, и судьбы людей, садоводство, медицина, рецепты, песни, поздравления. Ещё раз большое спасибо за газету.*

*Галина Павловна Балдина, ветеран труда*

**ВНУКОВЕДЕНИЕ**

**Зачем ребенку собака?**

**Лидия Геворкян, психолог, кандидат медицинских наук:**

- Безусловно, наличие домашнего животного, за которым ухаживает сам ребёнок, дисциплинирует его, приучает к порядку (ведь собака может и порвать раскиданные по всей комнате книги!), учит заботиться о живом существе. Есть мнение, что детям, не имеющим братьев или сестёр, стоит покупать животных, так они не вырастут эгоистами. Однако полезно с этой точки зрения животное ТОЛЬКО при условии, что ребёнок сам хочет о нём заботиться. И, главное, психологически и физически готов это делать.

Очень часто родители путают истинную потребность ребенка в друге-животном с любопытством.

Если ваш малыш никогда не держал на руках кошку, не кидал палку собаке, не водил ее на поводке, не кормил с руки птиц или хомячков, вполне возможно, что за его желанием завести домашнее животное – просто желание познакомиться с ним поближе, узнать живую природу. Поэтому прежде чем бросаться покупать собак в квартиру, развивайте ребенка – можно ездить на мини-фермы, где есть возможность поиграть с животными (таких сегодня много в ближайшем Подмосковье), в зоопарк, в гости к друзьям, у которых есть звери. Дайте возможность ребёнку на практике узнать, что такое животное – и желание «завести его» может угаснуть само. Иногда для удовлетворения любопытства родители берут на



неделю животное у своих друзей – это тоже хороший ход.

Важно понимать, что наличие животного дома не является 100-процентной гарантией того, что вы вырастите хорошего и доброго человека. Прежде чем бежать на птичий рынок – задумайтесь, почему так хочет ваш малыш именно этого зверя? Чего ему не хватает? Тактильного контакта? Дружеского общения? Все эти нехватки можно удовлетворить и иными способами, если у вас нет возможности заводить животное.

**ЮБИЛЕЙ**

В марте 2011 г. академический хор «Рассвет Химмаша» отметил свой 55-летний юбилей во Дворце AVS (бывший ДК Химмаша).

В 50-е годы хор был организован на базе литейного цеха завода Уралхиммаш. В советское время на заводе почти каждый цех имел свой хоровой коллектив, а в сводном хоре выступали и более 100 человек.

В 1967 г. при руководителе Елене Николаевне Костиной хор получил звание академического.

В деятельности хора были взлёты и падения, особенно в трудные 90-е годы, когда хор находился на грани распада. Смутное время прошло, и «Рассвет Химмаша» возродился.

С годами менялся состав хористов и руководителей. Участники хора с благодарностью вспоминают первого художественного руководителя хора Станислава Ададича Бурковского (так его называли хористы), а также директора завода Химмаш Валерия Петровича Курчанова, при котором песенная культура посёлка поддерживалась на достойном уровне и помогала людям жить радостнее и трудиться с высокой отдачей. Участники хора благодарны и заслуженному артисту Российской Федерации Юрию Ивановичу Смагину. Ему посвящены такие строчки:

*Мы помним чудные мгновения,  
Ты перед нами выступал.  
Каким высоким вдохновением  
Сердца ты наши зажигал!*

Сегодня хор гордится своим руководителем, преподавателем музыкального училища им. Чайковского Еленой Николаевной Костиной, которая стояла у истоков хора и снова вернулась к нам.

Участники хора давали концерты не только в г. Екатеринбурге, но и в области: Горном Щите, Шабрах, Малом Истоке, Елизавете, Рудном, посёлке Уральский (военная часть), в госпитале ВОВ, в Доме офицеров, в Доме музыки, в библиотеках и дворцах культуры города.

Неоднократно хор завоевы-



**НАШ ХОР «РАССВЕТ ХИММАША»**

вал звание лауреатов городских и областных конкурсов, имеет множество наград: благодарностей, грамот, дипломов и призов.

В 2010 г. хор стал лауреатом Областного фестиваля «Играй, уральская гармонь» в Усть-Утке.

Своим песенным искусством участники хора несут людям заряд радости и бодрости, особенно в праздничные дни города и России.

Наш коллектив гордится своими ветеранами. Недавно по состоянию здоровья из хора ушла Лидия Фёдоровна Банных, бывший председатель хорового коллектива, организатор всех выступлений. До 2010 г. её заботами у хористов четырежды менялись концертные платья, она умела договориться с руководством города, района и общественными организациями о транспорте для выезда хористов на концерты. Всей душой жила нашими заботами.

Более 50 лет она отдала хорошему коллективу. В молодости, работая в литейном цехе, она отвечала за культурно-массовую работу. В ДК Химмаш была членом совета, затем — председателем хора. Ветеран, по-

стоянный ведущий концертных программ, имеет правительственные награды.

В нашем коллективе — очень достойные люди: врачи, педагоги, воспитатели, конструкторы и руководящие работники различных отраслей.

Большинство имеют множество наград, в том числе и правительственных. Всех нас объединила любовь к песне и желание творить добро и нести радость людям.

На юбилейный концерт были приглашены ветераны, которые много лет участвовали в концертах: Упорова Т. И., Ключова Г. Р., Лисицина В. Ф., Цыганова К. И. и Банных Л. А. Не смогла прийти наша любимца Ольга Ивановна Петрова. До сих пор поют в нашем хоре люди, которым за 70 лет. Они — наши звёздочки, мы равняемся на них: Махаева И. Н., Воронина Н. Н. - абсолютный авторитет; Захарова В. В., Коротенко Т. Н. У них крепкие семьи, успешные дети и внуки, и они до сих пор всем дарят радость своим трудом и искусством.

Особенно хочется отметить замечательного человека — Виктора Борисовича Раскина — это известный в районе и

городе врач, любимец публики. При исполнении им песен зал буквально замирал. Он завораживал зрителей душевностью своих песен, чистейшим тенором и высоким профессионализмом исполнения, мы его называли «наш соловей»). Он любил исполнять классические произведения. Мы желаем ему долголетия, здоровья и радости бытия. Пусть он знает, что мы его всегда ждём.

В настоящее время хор пополнился молодыми голосами. В 2010 г. создан ансамбль «С песней по жизни». Это фанаты песенного жанра, всегда готовы выступить там, где возникает такая необходимость.

Хористы благодарны нашим активистам, организаторам юбилея. Это люди, болеющие душой за коллектив, которые много сил, времени и находчивости проявили для того, чтобы праздник юбилея состоялся:

Ларионова В. А. - председатель хора «Рассвет Химмаша», Ярчихина Г. А. - отменный экономист и организатор; Коротенко Т. Н. - ветеран хора, прекрасная певица; Быстрова Л. Г. — интересный человек, самый активный член нашего коллектива, врач по профессии; Филипен-

кова В. А. - жизнерадостная, добрая, давно поющая в нашем хоре артистка.

Мы гордимся своими солистами: Григоровской Е. П., Мышкиным А. В., Волковой В. П.

Коллектив академического хора сердечно благодарит гостей и председателей городских организаций за помощь в проведении юбилея:

Савельева В. Б. - депутата областного Законодательного собрания Свердловской области;

Кулакова В. В. - директора завода ОАО Уралхиммаш;

Ледерер Ф. А. - председателя городского Совета ветеранов

Труфанов П. В. - председателя Чкаловского районного Совета ветеранов;

Манина Р. Н. - директора Ц. К. «Экран»

Алексееву Л. А. - директора ДК и всех представителей библиотек и школ Химмаша.

**НАШ ХОР «РАССВЕТ ХИММАША»**

*Да! Мы уже не молоды,  
Но все в душе поэты,  
И в хоре ветеранском  
Мы дружбою согреты.  
И песни нас сплотили  
В сей славный коллектив,  
Но несмотря на годы  
Мы держим свой актив.  
На плечах мы вынесли  
Жестокую войну,  
Трудом своим прославили  
Любимую страну.  
Лихие годы горькие  
Не сломили нас.  
Полсотни с половиной лет  
Поем, друзья, для вас:  
Чтоб небо было чистое,  
Сияло солнце всем!  
Чтоб ни бед, ни горестей  
Не знали вы совсем.  
Чтоб дети - внуки умными,  
Здоровыми росли,  
Чтоб души ваши светлые  
Навек вы сберегли.  
Чиста душа бывает  
У тех, кто любит труд,  
Родных не забывает.  
И людей таких чтут.  
Сегодня песни звонкие  
Мы всем вам посвятим.  
Мы счастья вам желаем  
И на том стоим!*

**С любовью, В. П. Петухова, г. Екатеринбург**

НАРОДНЫЙ ОПЫТ

Режим для рассады томата

Последние рекомендации предлагают более высокий температурный режим днем/ночью – 23°C. При таком режиме сеянцы приживутся быстрее, правильно заложится цветочная кисть, меньше будет вероятности заболевания черной ножкой. Однако такой микроклимат поддерживают не дольше 10 дней. Затем следует вернуться к более низкому температурам. Для правильного роста необходимо поддерживать температуру грунта в горшочке не ниже 20°C.

Нарушение температурного режима быстро приводит к ухудшению развития рассады. Понижение ночной температуры на 2°C относительно оптимальной ослабляет деятельность корневой системы, рост сильно замедляется. При перегревах рассада сильно вытягивается, становится тонкой и ослабленной.

Для выращивания рассады хорошо подойдет ящик со съёмным дном.



При пересадке в грунт растения совершенно не повреждаются.

• В небольших емкостях корни рассады скручиваются в клубок, и большая их часть после высадки в грунт отмирает. Кроме того, такая рассада хуже приживается и медленнее растёт.

• Из пластиковой бутылки получается удобная лейка для рассады. Для этого раскаленным гвоздем проделайте отверстие в крышке и вставьте трубочку для коктейлей со сгибаемым кончиком.

• Для профилактики заболевания рассады черной ножкой (перетяжки стеблей растений возле почвы) после посева почву опудрить древесной золой, молотой серой.

Когда отцветет рябина

В природе немало растений, которые подскажут даже неопытному огороднику, когда приступать к тем или иным работам. Так, когда лещина покрывается пушистыми сережками, пришло время сеять в открытый грунт редис, шпинат и щавель.

Крокусы радуют цветом – еще раз здравствуйте, лопата и грабли! В открытый грунт заделываем семена лука-батун и лука-порей. Вишня и королевский ряб-

чик раскрыли свои бутоны – настала пора пряных трав: сею чабер, майоран, базилик. В это же время можно сеять на грядки и кабачки.

Огурцы и тыквы ждут своего часа – времени цветения пионов и калины. Под аромат черемухи сажают картофель и сеют фасоль и бобы. Рябина расцвела – не быть больше заморозкам по ночам, а потому даже теплолюбивой рассаде пора на грядку.

Репчатый лук сорта Эксбишен появился на наших участках сравнительно недавно. Пожалуй, я не ошибусь, если скажу, что лет 10 назад мы о нем и не слышали.

Эксбишен – салатный сорт голландской селекции, однолетний. Выращивают его только через семена, севка в продаже вы не найдете. Особенность этого лука в том, что за один сезон вырастают крупные луковицы со сладким, без горечи, вкусом. Правда, срок хранения не такой уж долгий, всего 3-4 месяца.

На страницах газеты читатели уже неоднократно делились опытом возделывания этого сорта. Но в основном они рекомендуют получать товарные луковицы через рассаду. Я выращивала Эксбишен рассадным методом только однажды. Честно скажу: чересчур хлопотно. К тому же в «горячее» весеннее время каждый сантиметр площади на моих подоконниках, можно сказать, на вес золота. А рассаду такого лука в маленькой плошке не вырастить. Тут уж нужен тазик или достаточно большой ящик. Поэтому вот уже в течение 5 лет выращиваю этот замечательный лук методом «посева» семян на ленту.

Начинаю свою «посевную» в марте. Острым ножом разрезаю рулон туалетной бумаги на три части. Затем готовлю клейстер: на полстакана холодной воды – одна чайная ложка крахмала. Хорошо размешиваю и на медленном огне (при постоянном помешивании) довожу до сметанообразного состояния. Немного остужаю и добавляю в клейстер порошкообразное удобрение АВА. Каждая пылинка этого удобрения содержит

Вырастим лук Эксбишен без рассады

полный набор минералов и микроэлементов, оказывает мягкое воздействие на корневую систему растений, не вымывается в нижние слои почвы, обладает пролонгированным (длительным) действием. Поэтому в дальнейшем, в течение всего лета, я никаких подкормок для лука не использую. Тут важно еще заметить, что минеральными удобрениями при выращивании этой культуры злоупотреблять не стоит. Особенно это относится к азоту, иначе весь труд по выращиванию лука окажется напрасным: лу-

деревянной зубочисткой. Расстояние между семенами выдерживаю в пределах 5 см. В дальнейшем, если на луковой грядке будет густовато, лишние луковицы выдергиваю летом для еды.

На моей пластиковой доске помещаются 11 бурых полосок – это 11 будущих рядков грядки. После высыхания клейстера (обычно через сутки) полоски аккуратно скручиваю в рулончики и помещаю в целлофановый пакет. «Сею» новую партию семян, благо время «вне сезона» еще позволяет не спешить.



ковицы будут непригодны к зимнему хранению

Итак, клейстер готов. Переливаю его в пластиковый флакон, в крышке которого закреплена маленькая трубочка. Чем меньше ее диаметр, тем лучше. Нарезаю полоски бумажной ленты длиной 80 см (именно такая ширина моей луковой грядки в открытом грунте). Раскладываю эти полоски на специальной пластиковой доске, она предназначена у меня именно для таких домашних посевов. Точечно наносю капельки клейстера на бумагу, сразу на одну-две полоски, а затем уже «сею» в эти капельки семена лука. Удобно это делать обычной

В открытый грунт посею лука произвожу рано, в апреле, как только будет готова почва. Грядку для лука готовлю еще осенью, а весной остается только разрыхлить граблями поверхность почвы, нарезать плоскорезом бороздки, пролить их водой с добавлением «Фитоспорина» (1 столовая ложка концентрированного препарата на ведро воды) и разложить в эти бороздки бумажные ленты с семенами лука, присыпать землей. Все, лук посеян.

Ставлю небольшие дуги и накрываю грядку нетканым материалом (лутрасилом). Для чего это делается?

Укрывной материал помогает не только сберечь тепло и влагу, но и защищает посевы от вредителей, в частности от луковой мухи. Стараюсь рядом с луком располагать и грядку с морковью. Они – хорошие соседи и своими специфическими «ароматами» также защищают друг друга от вредителей.

В процессе роста лук нуждается во влаге, полив можно производить из лейки поверх укрывного материала.

Весь последующий уход заключается в поливах, рыхлении и прополке. Всходы лука очень нежные, сеянцы – тонюсенькие, поэтому нужно следить, чтобы на грядке не образовывалась почвенная корка, чтобы посевы не задушали сорняки.

Лук Эксбишен вырастает у меня замечательный. Этот сорт имеет свою особенность: луковицы располагаются не в земле, а практически на поверхности, что очень удивляет окружающих. Возможно, что при моей технологии выращивания луковицы и помельче, чем при рассадном способе. Но зачем нам луковица весом 1 кг или даже 0,5 кг? Считаю, что для домашнего употребления это вовсе ни к чему. У меня также бывают достаточно крупные экземпляры, даже чересчур.

Осенью луковицы аккуратно подкапываю вилами и сразу помещаю для просушки на чердак, перо не срезаю. При этом не травмируется корневая шейка, а значит, лук будет лучше храниться. Храню его также на чердаке рыхлым слоем.

Галина Николаевна  
Полтинина,  
Тамбовская обл.,  
пос. Мучкапский

УМНЫЙ ОГОРОД

СТАРТУЕТ НОВЫЙ САДОВЫЙ СЕЗОН

Вот основные заботы, которые ждут огородников в ближайшее время.

ЧИСТОТА

Надо собрать опавшие листья, ветки и ботву, которые остались с осени. Если они не были заражены болезнями и вредителями, положите все это в компостную кучу. В ином случае их лучше сжечь. Освободите связанные на зиму ветки кустарников и хвойных деревьев. Займитесь подготовкой к сезону теплиц - продезинфицируйте их, если не сделали это с осени, пленки и стекла промойте, деревянные поверхности лучше побелить.

ОБРЕЗКА

Санитарная обрезка необходима всем плодовым деревьям и кустарникам - это один из важнейших факторов будущего урожая. На деревьях, с которых регулярно не уда-

ляют отмирающие ветви, образуются дупла, загнивает ствол. Проводить ее следует, когда ночные морозы уже закончатся, но и не затягивайте особо, а то после набухания почек этого делать уже не следует. Исключение составляет яблоня - ее можно обрезать до начала цветения. Под нож должны отправиться сухие, поломанные, слабые, пораженные ветви, а также с морозобоинами и солнечными ожогами и растущие внутри кроны. Полезно также омолодить старые кусты, коротко, «под пень» обрезать ветви. Обрезку ягодников желателно провести, когда основания кустов уже свободны

от снега, и началом распускания почек.

Зима нынче практически повсеместно была щедра на морозы. Чтобы определить, как перезимовали плодовые деревья в саду, надо срезать по несколько веточек яблони, груши, вишни, сливы и подержать их 2-3 часа в прохладной комнате. Затем внесите их в теплую комнату и опустите на 7-10 см в воду. Через 2-3 дня достаньте веточки из воды и острым садовым ножом или безопасной бритвой сделайте поперечный срез. У здоровых ветвей древесина на срезе будет светлой, а у подмерзших - потемневшей, коричневой. Если древесина и

кора сильно пострадали, то урожая не жди. Такие ветви надо подрезать до здоровых частей. Хорошо бы опрыскать все деревья и кустарники после такой суровой зимы стимуляторами роста, но только после того, как установится достаточно устойчивое тепло (12-14 градусов).

ВЛАГА

Для сохранения влаги как только оттаяла почва, землю на вскопанном с осени участке боронуют или рыхлят граблями, крупные комья разбивают. Если земля осенью не была удобрена, по грядкам равномерно рассыпают компост, перегной или золу и заде-

лывают вилами неглубоко в землю. Можно рассыпать золу по заснеженным грядкам, сразу, как пригреет солнышко. Земля при этом освобождается от снега на две недели раньше и прогревается быстрее.

Но не следует задерживать таяние снега под кронами деревьев с помощью навоза, опилок и прочего - вред может быть существенным. Под влиянием положительных температур воздуха надземная часть растений пробуждается и требует питания и влаги. Корни же в это время находятся в мерзлой почве и не в состоянии «работать». В итоге может произойти так называемое физиологическое усыхание кроны.

Не упустите момент, когда можно приступать к перекопке почвы в приствольных кругах деревьев и кустарников. Проверить это просто: возьмите в руку горсть земли, сначала сожмите, а потом разожмите пальцы. Если почва не распадется на крупные кусочки - приступайте к перекопке еще рано.

ВРЕДИТЕЛИ

Перезимовавшие в земле вредители с наступлением тепла стремятся забраться на деревья. Поэтому надо наложить на штамбы ловчие пояса на высоте 30-40 см от земли. Их удобно делать из старой, немного разрыхленной ваты. Можно и просто обмазать ствол дерева дегтем шириной примерно 5-7 см. Насекомые не могут пробраться через такие полоски.

# Верните ГЛАЗАМ возможность видеть

*Отец современной офтальмологии Гельмгольц как-то пошутил: человеческий глаз сконструировал бездарный механик. Переделать глаз, конечно, нельзя, но с позиций современной офтальмологии, восстановить или сохранить хорошее зрение до глубокой старости можно.*

*Ведь катаракту можно прооперировать, близорукость исправить лазером, и даже повреждение сетчатки обратимо. Предупредить многие заболевания гораздо легче, чем их вылечить. Но это не относится к возрастной катаракте – помутнению хрусталика глаза, с которым сталкивается более 60% людей, достигших 60-летнего возраста.*

## КТО В ГРУППЕ РИСКА?

Одна из причин возрастной катаракты – нарушения обменных процессов в хрусталике, которые начинаются в возрасте около 40 лет – в это время мы обычно начинаем подбирать очки для чтения. Хрусталик не имеет нервных окончаний, и поэтому катаракта развивается медленно и незаметно, без всяких болевых ощущений. Но внутренние процессы идут, и со временем помутнение охватывает весь хрусталик.

Во многих случаях эти процессы ускоряются из-за воздействия ультрафиолетового излучения, причем из-за больших нагрузок на глаза (телевизор, компьютер, яркий свет) риск катаракты становится все больше. Нашим глазам необходимо постоянное поступление витаминов и минералов, которые позволяют задержать старение хрусталика. Для этого на начальной стадии катаракты врачи-офтальмологи назначают капли или таблетки. Но в подавляющем

большинстве случаев хрусталик мутнеет. И выход только один – операция.

## «ЛЕГКАЯ» ХИРУРГИЯ!

Еще 15 лет назад операция по лечению катаракты была одной из самых травматичных в медицине. Глубокий и долгий наркоз, швы на глаз, уколы в течение недели после операции, месяц в больнице. Зрение же восстанавливалось далеко не у всех, части больных требовались повторные операции. Поэтому сравнение старых методов лечения с современной технологией невозможно. Недаром Всемирная организация здравоохранения признала в 2005 г. современную хирургию катаракты уникальной технологией, единственной, которая полностью обеспечивает излечение катаракты.

Самым современным способом удаления катаракты является раздробление мутного хрусталика с помощью ультразвука. После это-

го имплантируется мягкий искусственный хрусталик через маленький (до 3 мм) разрез. Швы на глаз не накладываются, через час после операции пациент может уйти домой. По прошествии нескольких дней можно приступить к повседневной жизни. И полное восстановление зрения происходит у 95% пациентов!

## КУДА ПОЙТИ ЛЕЧИТЬСЯ?

«Профессорская Плюс» – офтальмологическая клиника нового поколения. Что же это такое? Во-первых, «Профессорская Плюс» – это медицина высоких технологий. Во-вторых, новый подход к лечению. Вы спросите: а отличия от государственных центров? И что в других частных клиниках хуже? В «Профессорской Плюс» все дополнено в лучшую сторону. Полноценное отделение офтальмологии: диагностический блок, лазерная операционная, залы для физиотерапевтического

лечения, процедурный кабинет, 2 палаты интенсивной терапии. Особой гордостью является большой операционный зал, построенный на основе «чистых» помещений. В клинике работают более 20 окулистов, хирургов и диагностов, все врачи прошли обучение (WET-LAB) в России и за рубежом. Хирургические вмешательства проводятся в амбулаторных условиях, без пребывания в больнице. И применяются только малотравматичные технологии лечения. «Профессорская Плюс» – это превосходное лечение и профилактика глазных заболеваний. С «Профессорской Плюс» вашим глазам не повредят ни солнце, ни телевизор, ни компьютер, ни возраст. Забудьте об очках и линзах! Все технологии «Профессорской» служат одной главной цели: сохранить полноценное зрение.

«Профессорская Плюс» – смотрите на мир яркими глазами!



**Экспертное мнение главного офтальмолога УрФО, член-кор. РАЕН, заслуженного врача России, проф. Коротких С. А.:**

«Хирургическое лечение катаракты вышло на качественно новый уровень. Операции без швов, за короткое время, с хорошим результатом. Сейчас не надо лежать в больнице, в Екатеринбурге перешли на европейский стандарт оказания медицинской помощи. Я могу сказать, что профессорская клиника – действительно пример высокотехнологичной и качественной офтальмологической помощи в Уральском регионе».

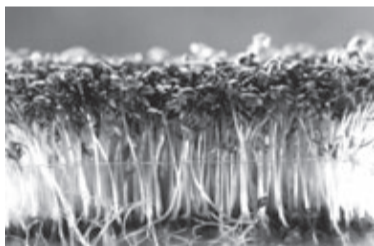
## Специализированная глазная клиника «Профессорская».

**Наш адрес: г. Екатеринбург, ул. Вайнера, 15, тел. (343) 2-148-000. Сайт: www.профессорская.рф**

## ПО НАУКЕ

# ПРОРОСТКИ: ИДЕАЛЬНЫЙ ЗАВТРАК

**Проростки – суперполезная еда. Но к ней нужно привыкнуть. Предлагаю инструкцию для новичков: какие самые вкусные, как их проращивать и почему проростки хороши на завтрак, а на ночь их лучше не есть.**



**Это миф, что проростки выше 2-3 мм нельзя есть**

О проростках я расспрашивала кандидата биологических наук Наталью Шаскольскую. Она изучает этот продукт больше 15 лет, ест ежедневно и рекомендует следовать ее примеру по трем причинам. Во-первых, проростки быстро оздоравливают микрофлору кишечника. С их помощью реально вылечить дисбактериоз, гастриты и колиты. Во-вторых, защищают клетки от свободных радикалов, главных виновников болезней и раннего старения. В-третьих, в проростках содержится максимум витаминов и микроэлементов – даже больше, чем в зелени с дачной грядки.

## ЧТО ЛУЧШЕ ПРОРАЩИВАТЬ

Пшеница, рожь, овес, маш и чечевица неприхотливы и прорастают очень быстро. У льна и риса более сложный характер – проклевываются дольше и требуют постоянного внимания. Самые вкусные – овсяные, подсолнечные и пшеничные ростки. Слегка горчат кунжутные и амарантовые.

Есть проростки, полезные всем без исключения, – та же гречиха. А вот мощный очиститель печени расторопша противопоказана при камнях в желчном пузыре. Злаковые проростки нельзя есть при непереносимости глютена.

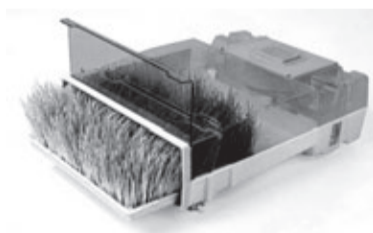
## ГДЕ БРАТЬ СЕМЕНА

Чечевица, зеленый маш и нут (турецкий горох) продаются в обычных магазинах. Голозерный овес, рожь и пшеница – в аптеках. Остальные

придется заказывать онлайн или искать в магазинах здорового питания. В Москве можно купить семена и уже готовые проростки в научно-производственном центре «Росток» ([www.sprouts.ru](http://www.sprouts.ru)).

## КАК ПРОРАЩИВАТЬ

Сначала семена нужно замочить в любой чистой глубокой посуде на 8–12 часов. После этого тщательно промыть водой, снова переложить в посуду и неплотно закрыть марлей или блюдцем. Через 12 часов в этой влажной воздушной среде появятся ростки.



**В США и Европе для проращивания зерен продаются удобные спраутеры (sprouters). У нас в ход часто идут коробки из-под тортов**

## КАК И КОГДА ЕСТЬ

Приучать себя к проросткам важно постепенно. Кладите по 1–2 ч. л. в мюсли, смузи, фруктовые и овощные салаты, пюре, смешивайте с творогом и йогуртом. Хорошенько пережевывайте, запивайте соком или чаем.

Лучше смешивать по два разных вида проростков (скажем, гречиху и овес, кунжут или амарант и пшеницу) и менять этот набор раз в два месяца.

За два-три месяца можно довести количество до 3–4 ч. л. в день (60–70 г), но это максимум. Не добавляйте

проростки во время приготовления горячих блюд: при термообработке их ценность резко падает. Блюда (например, каши, супы, рагу) должны быть холодными.

Проростки – утренняя еда. Если вы примите их во второй половине дня или перед сном, не сможете заснуть из-за сильного стимулирующего эффекта.

## ГДЕ ХРАНИТЬ

На верхней полке холодильника, при +2–5 градусах, в течение пяти дней. Лучше всего проростки чувствуют себя в стеклянной посуде под неплотно закрытой крышкой. Перед тем как есть, не забывайте промыть ростки проточной водой. Наталья Шаскольская настаивает, что перед проращиванием и употреблением зерна надо дезинфицировать: подержать три-пять минут в слабом растворе марганцовки и промыть несколько раз водой.

## ПШЕНИЧНЫЕ

Вкус: сладковатый. Чем богаты: калием (850 мг / 100 г), фосфором (1100 мг / 100 г), магнием (400 мг / 100 г), железом (10 мг / 100 г), цинком (20 мг / 100 г), витаминами E (21 мг / 100 г) и группы B.

Польза: нормализуют кишечную микрофлору и обмен веществ (показаны при гастритах, колитах, ожирении, диабете, аллергии), улучшают кровообращение, укрепляют нервную систему, волосы и ногти, омолаживают кожу.

Как прорастают: легко и быстро, но при этом остаются твердоватыми.

## ОВСЯНЫЕ

Вкус: молочно-ореховый, сочный. Чем богаты: витаминами C, E и K,

кальцием, железом, магнием, кремнием, хромом, цинком.

Польза: оздоравливают микрофлору кишечника, укрепляют иммунитет и нервную систему, выводят желчь и токсичные вещества; отличное средство при железодефицитной анемии, болезнях ЖКТ и диабете. Помогают быстрее восстановиться после инсульта, при болезни Паркинсона и рассеянном склерозе.

Как прорастают: легко и быстро. Для проращивания подходит только овес под названием «Голозерный».

## БОБОВЫЕ (НУТ, ЗЕЛЕНый МАШ, ЧЕЧЕВИЦА)

Вкус: сладковатый, сочный, с пряным привкусом.

Чем богаты: белками и витамином C (42,32 мг / 100 г).

Польза: укрепляют иммунитет, лучше всего подходят для профилактики гриппа и простуды. Очень полезны беременным женщинам и кормящим мамам – смягчают токсикоз, насыщают организм белками.

Как прорастают: легко и быстро.

## ГРЕЧИШНЫЕ

Вкус: сладковатый, с легким травяным привкусом.

Чем богаты: рутином (этот биофлавоноид укрепляет стенки сосудов), калием (380 мг / 100 г), кальцием, магнием (до 200 мг / 100 г), марганцем (1,56 мг / 100 г), кобальтом (3 мг / 100 г), бором, кремнием, железом (8 мг / 100 г), витаминами C (26 мг / 100 г) и группы B.

Польза: помогают при сосудистых заболеваниях (от атеросклероза, ишемии, тромбоза до варикозного расширения вен и геморроя), большой потере крови, нормализуют давление, улучшают обмен веществ при ожирении и диабете.

Как прорастают: ростки дает только зеленая (не обжаренная) гречиха. С нее снят верхний слой шелухи, зародыш при этом не повреждается. Во время прорастания гречиха, как и лен, выделяет слизь – ее надо смыть проточной водой.

## АМАРАНТНЫЕ

Вкус: ореховый, горьковатый, поэтому лучше подсластить медом.

Чем богаты: скваленем (вещество, стимулирующее обогащение организма кислородом), витамином E, полиненасыщенными жирными кислотами и белками. Белок амаранта идентичен белку женского грудного молока.

Польза: улучшают работу почек, печени, сердца и желез внутренней секреции, снижают уровень «плохого» холестерина в крови, смягчают проявления токсикоза у беременных, повышают иммунитет, подавляют рост раковых клеток.

Как прорастают: капризно. Создайте им идеальные условия: промытые семена распределите по плоской поверхности (поднос, решетка для прополиса), залейте водой на 1–2 мм и сверху накройте другим плоским предметом. Один-два раза в день смачивайте водой (но не заливайте), если семена подсыхают.

## КУНЖУТНЫЕ

Вкус: ореховый с горчинкой.

Чем богаты: прежде всего кальцием (в 100 г содержится больше дневной нормы, до 1470 мг); плюс калием (497 мг / 100 г), фосфором (616 мг / 100 г), магнием (540 мг / 100 г), железом (до 10,5 мг / 100 г), витамином C (34 мг / 100 г).

Польза: укрепляют скелет, ногти и зубную эмаль, помогают быстрее восстановиться после переломов, при артрозе, артрите и остеопорозе. Особенно полезны детям в период смены зубов, беременным и кормящим, а также пожилым людям.

Как прорастают: не без трудностей. Подход тот же, что и с амарантом (см. выше).

Ксения Татарникова

ВОПРОС - ОТВЕТ

И лекарства тоже...

**?** Весной у меня иногда обостряется гастрит с повышенной кислотностью. Посоветуйте народные средства, которые помогают при таком состоянии.

Ирина Кумарина

— При гастрите с повышенной кислотностью эффективным средством является отвар листьев иван-чая. Для его приготовления берут 10 г сухих листьев и заливают стаканом кипятка, после чего держат на огне 15 минут. Принимать следует по 1 ст. л. перед едой. Этот отвар,

оказывающий вяжущее и обволакивающее действие, является и сильным противовоспалительным средством.

Рекомендуют также настой измельченных семян льна (10 г), травы тысячелистника (20 г) и соцветий ромашки (20 г). Пить по полстакана 4—5 раз в день.

Но уповать только на средства народной медицины все-таки не следует. Необходимо придерживаться диеты и прописанных врачом препаратов, — советует врач-терапевт Галина Михно.

Есть ли правда в рекламе?

**?** Прочитала в вашей газете статью о красном пальмовом масле. В своих комментариях доктор медицинских наук, терапевт О.Н. Шашкова говорит, что оно уникально: уменьшает риск раковых заболеваний, нормализует давление, улучшает зрение, память, снижает холестерин и т.д. Поверив этой статье, купила флакон за 1950 рублей (хотя для пенсионерки это накладно). А в газете «ЗОЖ» читаю заметку врача-фитотерапевта А.Н. Герасименко, где говорится об этом масле, что оно не оздоравливает организм, а способствует раннему атеросклерозу, развитию сердечно-сосудистых заболеваний, повышает холестерин и т.д. То есть все наоборот. Теперь я в сомнениях — где правда? Я всегда верила вашей газете, ваша подписчица уже 4 года.

В.Ф. Рыдаева,  
г. Серов

Вера Федоровна, начнем с того, что статьи, где рекламируется тот или иной товар, рекламные, и вам должно быть известно (поскольку наверняка вы не только наш давний читатель, но читатель других газет, журналов, потребитель телевизионной информации) — за содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. Это написано и

в наших выходных данных, как и в данных любого информационного издания.

Функции такой рекламы — привлечение потенциальных клиентов, информирование их о новых товарах и услугах, о местах продаж этих товаров. Обычно в любом рекламном сообщении перечисляются конкурентные преимущества товара, плюсы, которые могут привлечь к нему потребителей. Реклама — всего лишь инструмент маркетинга, который способствует повышению объема продаж. Но ведь для того, чтобы вы сделали выбор в пользу того же рекламируемого масла, одного рекламного сообщения, как правило, мало. Обязательно сначала надо посоветоваться с вашим терапевтом, а не бежать и приобретать за огромную сумму чудо-средство, которое вас тут же якобы способно «избавить от всего». Реклама лишь направляет, напоминает, а выбор — за вами. Если по секрету: я, например, просто посмеиваюсь, когда в очередной раз слышу или читаю про подобный «эликсир» от старости — не бывает их в природе. Но прекрасно понимаю: без рекламы нынче нельзя, поскольку за деньги, полученные от рекламодателей, каждое информационное издание имеет возможность сделать его, это самое издание, более доступным для читателей.

Татьяна Савкина

Гриб к ногтю

**?** У меня ногти на ногах очень грубые, не могу их подстричь. Может, есть какие рецепты?

Иванова Р. Г.,  
г. Среднеуральск

У пожилых людей нередко бывает утолщение ногтей на ногах. Такие ногти тяжело подстригать.

Сегодня я дам совет на этот случай.

Поможет чайный гриб.

Отрежьте кусочек этого гриба и приложите его на ночь к утолщенному ногтю. Забинтуйте это место или

заклейте его лейкопластырем. К утру ноготь станет мягким. Утром ноготь надо изнутри почистить заточенной спичкой, лишнее срезать, промыть палец в растворе марганцовки и надеть чистые носки. Вообще носки меняйте как можно чаще и ноги мыть не забывайте.

Если эту процедуру повторять периодически, результат не заставит себя ждать: ногти улучшатся.

Они станут тонкими и здоровыми.

доктор Попов П.А.

ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА



У супервитаминого шиповника все части растения суперполезны

**?** Шиповник у нас в прошлом году уже покриснел, а некоторые ветки снова зацвели. И он сильно разросся, несмотря на жару. Можно ли использовать листья или другие части растения?

Марина Грунина

Шиповник прочно ассоциируется у нас с яркими плодами, богатыми витамином С, хотя у него можно пустить в дело практически все части: лепестки цветов, листья, корни.

В период цветения собирают лепестки. Собирают их надо только в сухую погоду и сушить в тени или сушилке при темпера-

туре не выше 35 градусов. Отвар лепестков шиповника — прекрасное косметическое средство для умывания при проблемной коже.

Листья можно заготавливать в течение всего лета. В народной медицине настой листьев назначают как антимикробное и болеутоляющее средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Корни начинают копать с конца августа. Важно: корни измельчают сразу после сбора, потом сделать это будет практически невозможно.

Основное сырье шиповника, конечно же, плоды. Собирают их до наступления полной зрелости, когда они еще твердые, но уже окрашены. Витамина С в плодах шиповника в 10

раз больше, чем в черной смородине, и в 100 раз больше, чем в яблоках. Кроме аскорбинки в них много витаминов Р, группы В, К, Е, соли железа, магния, фосфора, калия. Напитки из плодов — высоковитаминное средство, повышающее иммунитет и нормализующее обмен веществ. Напиток из свежесобраных плодов очень полезен. Пейте шиповник, господа, вместе с огурцами и яблоками!

ПОДНИМАЕМ НАСТРОЕНИЕ

Если шиповник разросся без меры, удалите лишнюю поросль, но ни в коем случае не выбрасывайте корневища. Отряхните их от почвы, промойте водой, подсушите и сразу измельчите. И заваривайте из корней чай. По насыщенному красному цвету

и пользе он не уступает знаменитому каркаде. А аромат у него поистине непревзойденный. В фитотерапии многих стран этот чай считают чуть ли не самым действенным средством для профилактики камней в почках и желчном пузыре.

Две столовые ложки измельченного сырья заливают 2 стаканами кипятка и кипятят в эмалированной посуде под крышкой 15 минут. Пить для поднятия тонуса и настроения. Если этот божественный напиток принимают в качестве лекарства, то курс лечения составляет несколько месяцев — до наступления улучшения. Но при этом обязательно посоветуйтесь с врачом-фитотерапевтом.

Елена Маланкина,  
доктор  
сельскохозяйственных наук

ИСТОРИЯ БОЛЕЗНИ

Лечение кисты щитовидной железы

**?** Мне поставили диагноз: киста щитовидной железы. Почему она появляется? И есть ли народные средства для её лечения?

Юлия Воронова

УЗЛЫ И КИСТЫ

Киста щитовидной железы — это узловое образование с полостью, заполненной жидким содержимым. А узел — очаговое образование, имеющее капсулу. У женщин оно встречается в 4-8 раз чаще, чем у мужчин, причём частота и их количество увеличиваются с возрастом.

Кисты составляют 3-5% всех образований щитовидной железы. По форме они напоминают бабочку и состоят как бы из долек, в которых содержатся гормоны. Нарушение их оттока ведёт к накоплению излишней жидкости и увеличению размеров долек, то есть к формированию кист.

«Поведение» их, увы, непредсказуемо. В одних случаях кисты годами не проявляют отрицательной динамики, в других — быстро увеличиваются в размерах, а в третьих — исчезают сами собой.

Чем опасны осложнения кист? Воспалением и нагноением. А осложнение узлов чреваты злокачественным перерождением, при котором увеличиваются шейные лимфатические узлы. Но всё же большая часть образований носит доброкачественный характер (аденома, киста, зоб).

СИМПТОМЫ

Узлы и кисты долгое время могут носить бессимптомный характер. Но они легко прощупываются под кожей как гладкие, плотные, эластичные узелки. Их увеличение вызывает «синдром сдавления» соседних структур шеи. И вот тогда проявляются явные нарушения в работе щитовидной железы.

Симптомы таких нарушений — першение в горле, осиплость и даже потеря голоса, затруднённое глотание, удушье, боли в шее. Ведь кисты больших размеров сдавливают кровеносные сосуды.

Поводом для обращения пациента к эндокринологу обычно служит момент, когда образование становится заметным на глаз и деформирует шею. К этому времени размеры узла или кисты уже превышают 3 см в диаметре.

ПРИЧИНЫ

Основные причины образования узлов и кист таковы:

- дефицит йода в пище и воде;
- наследственная предрасположенность;
- контакты с лаками, красками, растворителями, бензином, соединениями свинца, фенолами;
- радиационное излучение и лучевая терапия;
- микрокровоизлияния в щитовидной железе;
- недоразвитие или, наоборот, разрастание её тканей.



ЛЕЧЕНИЕ

Узлы и кисты диаметром менее 1 см подлежат периодическому наблюдению. Если они увеличиваются, то проводят их опорожнение с помощью пункций. Но если в кисте снова быстро накапливается содержимое, её лучше удалить оперативно.

Небольшие узлы и кисты, которые не сказываются на самочувствии пациента, лечат препаратами йода и тиреоидных гормонов. При воспалительном процессе в кисте подключают антибиотики.

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА

Народная медицина предлагает такие лечебные рецепты:

- солевые компрессы на шею: 1 ст. ложку поваренной соли растворить в 0,5 л воды, смочить полотенце, обернуть им шею, сверху накрыть сухим полотенцем. Держать 2 часа. Курс лечения — 20-30 дней;
- компрессы на шею из мелко натёртой красной

свёклы и мёда (3:1) на листе капусты. Держать всю ночь;

- аптечное льняное масло: пить по 1 ст. ложке 2 раза в день до еды. На курс лечения — 1 л масла. Одновременно делать компрессы на шею с льняным маслом;
- янтарные бусы: носить постоянно, даже ночью. Раз в полгода менять. Бусы должны плотно облепать шею;
- ожерелье из нанизанных на нитку очищенных зубчиков чеснока: надевать на ночь.

Но все эти рецепты предельно следует согласовать с лечащим врачом.

ПРОФИЛАКТИКА

Предупреждение образования узлов и кист щитовидной железы включает в себя такие меры, как ежедневное потребление йода и витаминов в пределах возрастной нормы; защита области шеи от прямых солнечных лучей и облучения при проведении физиопроцедур.

**ШКОЛА КУЛИНАРА**

**Сметанник с копченой рыбой**

**Копченая салака (горячего копчения) - 2 шт.; (среднего размера); лук репчатый - 1 шт.; сметана - 500г; яйцо - 3 шт.; пекарский порошок - 1.5-2 ч.л.; мука - 1 стакан; сыр для посыпки пирога - по вкусу, можно гауда**

Чистим салаку: разрезаем брюшко от хвоста до головы, отрезаем голову, удаляем внутренности, поддеваем позвоночник и аккуратно, вместе с ребрами, вытаскиваем через брюшко. Снимаем с филе кожу. Филе без косточек нарезаем довольно

крупными кусочками. Лук мелко рубим.

Готовим тесто для пирога. Для этого яйца немного взбиваем, смешиваем со сметаной,правляем солью. Муку соединяем с пекарским порошком. Примешиваем муку к сметане, чтобы получилось довольно жидкое тесто. Даем постоять примерно 30 минут. Форму для пирога смазываем маслом, припудриваем мукой. Выливаем половину теста, сверху выкладываем кусочки рыбы и посыпаем луком.

Заливаем оставшимся тестом и обильно посыпаем тертым сыром. Сыра должно быть столько, чтобы теста под ним не было видно. Ставим пирог в нагретую до 180°C духовку. Через 20 минут достаём пирог и протыкаем всю поверхность пирога лучиной. Ставим обратно в духовку на 20-30 минут до полной готовности пирога. Проверяем готовность лучиной: если, достав лучину из пирога, она окажется сухой, то пирог готов.

Елена Покровская

**ОБЪЯВЛЕНИЕ**



● Желая познакомиться со свободным мужчиной 55-65 лет из Екатеринбурга, без в/п, с автоправами, для серьезных отношений. О себе: 59/156/72, живу в Екатеринбурге, люблю быть на природе, есть дом в деревне, тел. 8-912-678-19-60

● Познакомлюсь с одиноким русским умным мужчиной, ведущим здоровый образ жизни, из Екатеринбурга, 55 - 63 лет. О себе: симпатичная, работающая, вдова, 58/160/68, умная в беседе, веселая на отдыхе, умелая в быту, ласковая в любви. Тел. 8922-119-35-65

● Я вдова, пенсионерка,

хочу познакомиться с мужчиной 68-70 лет, добрым, без в/п, проживающим в Екатеринбурге, тел.: дом. 376-44-89, сот. 8953-045-51-29

● Познакомлюсь с порядочным добрым мужчиной, без в/п, 55-60 лет. О себе: вдова, без в/п, 56/164/70, тел.: сот. 8912-653-14-04, дом. 263-19-96

● Одиноким женщинам нужен помощник по хозяйству, мужчина в возрасте 55-60 лет, озабоченных прошу не беспокоить, не обижу, тел.: сот. 8912-653-14-04, дом. 263-16-96

● Одиноким женщинам, 70/170/70, без в/п, без ж/п, познакомится с одиноким мужчиной с любой ж/п, возраст не ограничен. Тел. 8904-544-17-84

**ПО ВАШЕЙ ПРОСЬБЕ**

Напечатайте, пожалуйста, песню «Прокати нас, Петруша, на тракторе, до околицы нас прокати!».

Т. Ф.Мудрова, г. Верхняя Салда

**Прокати нас, Петруша, на тракторе**

Музыка: Владимир Захаров. Слова: Иван Молчанов

По дороге неровной, по тракту ли,  
Все ровно нам с тобой по пути!  
Прокати нас, Петруша, на тракторе,  
До околицы нас прокати!  
Прокати нас до речки, до лесенки,  
Где горят серебром тополя!  
Здравейте-ка, девушки, песенки,  
Про коммуну, про наши поля!  
Не примяты дождем, не повыжжены  
Наши полосы в нашем краю,

Кулаки на тебя разобижены,  
На счастливую долю твою!  
Им бы только ругаться да лаяться,  
Злоба льется у них через край.  
Кулаче до тебя добираться,-  
Комсомолец лихой, не сдавай!  
По дороге неровной, по тракту ли,  
Все ровно нам с тобой по пути!  
Прокати нас, Петруша, на тракторе,  
До околицы нас прокати!

**СТРАТЕГИЯ** пенсионный фонд

**ВНИМАНИЮ ПЕНСИОНЕРОВ!**  
Ищете где сохранить деньги?  
ПРОГРАММА «ПЕНСИЯ ПЛЮС» в НПФ «Стратегия»  
Положите деньги на счет и уже со следующего месяца получайте доход в виде регулярной пенсии.

сумма на счете	100 000 рублей	150 000 рублей	200 000 рублей
ежемесячная пенсия***	800 рублей*	1 200 рублей*	1 600 рублей*
ежедневный доход***	26,6 рублей*	40 рублей*	53,3 рублей*

При этом сумма на счете НПО не уменьшается.

**ХВАТИТ КОПИТЬ! ПОРА ПОЛУЧАТЬ!**

г. Екатеринбург, ул. Гагарина, 22  
тел.: (343) 355-55-63

**12,3 %** годовых

**пенсия + ПОДАРКИ!**

\* для расчета сумм принята ставка доходности 10% годовых.  
\*\* по договорам Негосударственного пенсионного обеспечения (НПО) за 2010 год.  
\*\*\* пенсия ежегодно индексируется.

Лицензия № 166/2 от 16.06.2009 г. выдана Федеральной службой по финансовым рынкам

**По горизонтали:** 7. Украинский парень. 10. Темная .... 11. Откос, уклон. 12. Двукрылое насекомое, самка которого питается кровью животных и человека. 13. Русская мера объема сыпучих тел. 14. Сапожник. 15. Троп, противоположный гиперболу. 17. Левый приток Енисея. 19. Два произведения одного автора, объединенные общим замыслом и преемственностью сюжета. 23. Железнодорожная станция под Москвой. 24. Вера. 25. Нагорье в Центральной Сахаре. 26. Высший ангельский чин. 30. Тропический плод. 32. Жестокий деспотичный начальник, администратор. 35. Древнескандинавский певец-поэт. 37. Персонаж балета Лео Делиба «Коппелия». 38. Небольшая партия для голоса в опере. 39. Ненастье. 40. Часть действия в пьесе, спектакле. 41. Французский композитор, один из создателей французской комической оперы. 42. Карточная игра.

**По вертикали:** 1. Текстильное изделие без тканой основы, в котором ажурный рисунок образуется в результате переплетения нитей. 2. Картина Леонида Соломаткина. 3. Мазь, употребляемая в медицине, косметике, технике. 4. Преследование зверя на охоте. 5. Режиссер фильма «Возвращение броненосца». 6. Музыкант. 8. Алыча. 9. Старинный русский глиняный сосуд. 16. Представительница основного населения государства в Азии. 18. Разбойник, головорез. 19. Игральная карта. 20. Район Москвы. 21. Разгульное пиршество. 22. Жрица-прорицательница при храме Аполлона в Древней Греции. 27. «Два конца, два кольца, в середине винтик» (загадка). 28. Норвежский народный танец. 29. Семья, род. 31. Трава семейства норичниковых. 33. Раздел стиховедения. 34. Религиозное песнопение из Псалтыря. 35. Герой библейской мифологии, отличавшийся необычайной силой. 36. Полярная область Земли.

**Ответы на кроссворд, опубликованный в № 14**

**По горизонтали:** 1. Голубулу. 5. Известие. 9. Шаг. 10. Санскрит. 14. Ушинский. 19. Падуб. 20. Очерк. 21. Галоп. 23. Комелёк. 24. Летучка. 25. Айова. 26. Паровоз. 28. Даньгун. 30. Ребек. 31. Нанси. 32. Кабак. 33. Харойшес. 37. Памятник. 41. Рэп. 42. Ателлана. 43. Сливянка.

**По вертикали:** 1. Глас. 2. Овёс. 3. Узор. 4. Ушат. 5. Иглу. 6. Виги. 7. Соус. 8. Елей. 11. Надым. 12. Кабалеvский. 13. Иносказание. 15. «Шоколадница». 16. Нагатинская. 17. Калач. 18. Седловина. 19. Пякупур. 22. Правнук. 27. Робер. 29. Габон. 33. Хала. 34. Обол. 35. Шуба. 36. Сера. 37. Пулс. 38. Мощи. 39. Тюря. 40. Кета.

**Научно-производственное предприятие «Технологии здоровья»**  
при финансовой поддержке государством проекта «ЭНЕРГИЯ ЖИЗНИ».

**Проводит тестирование вашего организма на современном цифровом оборудовании**

**БЕСПЛАТНО!**

СТОИМОСТЬ РАСХОДНЫХ МАТЕРИАЛОВ 100 РУБЛЕЙ.

Декабристов 20А	8 904 548 14 59	Прием специалиста
Оф. 212, второй этаж.	8 912 239 09 63	Пн, Ср, Пт
Тел. 8 912 297 82 08	8 950 544 49 75	с 10:30 до 16:30

На правах рекламы

**ВЛОЖИТЕСЬ В ЛОМБАРД - ПОЛУЧАЙТЕ ДОХОД!**

**Выплачиваем доход – до 4% в месяц от вложенных средств, минимальная сумма вложения 50 тыс. руб.**

В связи с расширением бизнеса, увеличением клиентского потока и открытием новых филиалов **ювелирный ломбард приглашает инвесторов**

Все инвестиции застрахованы в страховой компании

**(343) 355-13-48**  
**или 8-919-396-60-11**

св-во № 0150004644, ООО «Ваш Ломбард»

На правах рекламы

Еженедельная областная газета «Пенсионер» № 15 (516).

Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям. Учредитель ООО «ИСТОКИ». Газета зарегистрирована 29.10.1999 в Уральском региональном управлении Госкомпечати РФ, рег. №Е-3276. Адрес редакции и издателя: 620077, Екатеринбург, ул. Маршала Жукова, 10. Телефон (343) 377-00-47, 377-00-50, E-mail: s.krug@ural.ru. Главный редактор Н.А. Демина. Директор А.Ф. Сидоров. Редактор И.М. Шихов. Дизайн и верстка А.И. Явшев. Корректор Л. А. Хлызова. Рукописи не возвращаются и не рецензируются. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. Газета распространяется в газетных киосках, почтовых отделениях города и общественными реализаторами. Цена – договорная. Газета отпечатана в ГУП СО «Первоуральская типография», г.Первоуральск, пр. Ильича, 26 «а». Сдача номера в печать по графику – 16.00, фактически – 15.00 06.04.2011 г. Подписной индекс 53840. Тираж 26 000 экз. Заказ