



«Точки роста» для сельских школ

24 сентября на базе двух школ района, в Колчедане и Позарихе, открылись «Точки роста» – центры образования цифрового и гуманитарного профилей. Открылись одновременно вместе с другими по всей стране. Всего в России в этот день открылось 2049 центров, из них 57 – в селах Свердловской области. Такова концепция проекта «Современная школа» – региональной составляющей национального проекта «Образование». Технологии будущего широко шагнули в сельские школы, давая равные возможности всем ребятам, независимо от места жительства.

В Колчеданской школе к этому моменту готовились все лето: в каникулы два класса и холл, составляющие отдельный блок, были капитально отремонтированы, обставлены новой мебелью. Вообще, Каменский район был отмечен областью за четкое исполнение требований проекта, главное из них – единый для всех «точек» брендбук, дизайн, хороший ремонт и современная мебель. На церемонии открытия, где присутствовали почетные гости, родители и ученики, директор школы Н.В. Затяева выразила главе района С.А. Белоусову и начальнику управления образования С.В. Котышевой отдельную благодарность – муниципалитет вложил три миллиона, поддержал школу и словом, и делом.

– Мы очень рады, что оказались на одной волне со всей областью, страной. Центр поможет раскрыть таланты детей, определиться с будущей профессией. Ведь качественное образование – это путевка в жизни! Всех поздравляю с уникальным шансом, который предоставлен каменским школьникам, – сказал в своем приветственном слове глава района.

С.А. Белоусов порадовался тому, что всех желающих будут обучать шахматам, он считает эту игру полезной для развития. В ходе экскурсии по центру в шахматной гостиной Сергей Александрович сразился с 12-летним Иваном Поляковым, большим поклонником этой игры. Ваня счастлив, что сможет теперь посвящать игре все свое свободное время



Блиц с главой района

В ходе экскурсии всем гостям и собравшимся рассказали о возможностях центра. В первой половине дня здесь будут изучать информатику, технологии, ОБЖ – с применением новейшего оборудования. Во второй половине это уже будет кабинет проектной деятельности, где будут реализовываться программы дополнительного образования. Дети будут учиться медиаторству, IT-технологиям, играть в шахматы и создавать проекты, а в помощь им по федеральной программе закуплены наборы для робототехники, квадрокоптер, 3D принтер,

очки виртуальной реальности, новые ноутбуки, фотоаппараты, видеокамеры, тренажеры-манекены для отработки сердечно-легочной реанимации, отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей... Всего и не перечислишь.

Чтобы обучать на таком оборудовании, надо самим обучиться! Летом пять педагогов Колчеданской школы прошли специальное обучение в Екатеринбурге у педагогов технопарка «Кварториум». «Было трудно, но очень интересно. Уверена, что наши ученики разделят этот интерес!», – поделился преподаватель технологии С.Г. Калистратов.

В будущем планируется использование инфраструктуры центра во внеурочное время как общественного пространства для цифровой грамотности населения, рассказала директор школы. Конечно, в центре будут развиваться и дети из других сел. «Точки роста» – для всех!

Лариса Лугина



«Точка роста» в Колчедане

В Каменской школе после торжественной церемонии, где со словами поздравлений и напутствий выступили приглашенные на событие гости, почетное право разрезать традиционную ленту открытия «Точки роста» было предоставлено заместителю главы района по вопросам организации управления и социальной политике Е.Г. Балакиной и директору школы О.В. Отрошенко.

На создание центра в Позарихе муниципалитет также выделил около 3 млн руб. Центр нацелен на повышение качества подготовки школьников, на развитие их креативных и интеллектуальных способностей. Два класса школы оснащены самым современным компьютерным оборудованием. С момента открытия центр начал действовать под руководством высокопрофессиональной команды. В нее вошли: руководитель «Точки роста» И.А. Калинина, педагоги школы, прошедшие специальное обучение: Д.Г. Бекетов, Т.В. Гудзевич, Е.А. Басаргина, А.Д. Сулейманова, А.В. Голикова.

Особую радость и нетерпение скорее заниматься в центре, конечно, проявили на открытии учащиеся школы. Представители поколения XXI века – поколения высоких технологий, можно сказать, подготовлены для 3D-моделирования, компьютерного черчения, технологий цифрового пространства. Заинтересуют ребят и гуманитарные направления. Они будут обучаться игре в шахматы, познавать навыки основ безопасности жизнедеятельности при помощи современных тренажеров-манекенов.

В ближайшем будущем в центр современного образования поступят первоклассные компьютеры, и есть уверенность в том, что это не последний федеральный проект, в котором будет участвовать Каменский район.

Олег Руднев



Педагоги и ученики Каменской школы рады открытию центра

■ **Актуально****Переходный период**

Каменский городской округ резкое похолодание не застало врасплох. По информации заместителя главы района по вопросам ЖКХ и энергетики А.П. Баранова, на 23 сентября из 18 котельных 15 уже работают на полную мощность, постепенно подавая тепло в дома, детские сады, медицинские учреждения, школы, библиотеки и ДК на своих территориях.

На конец прошлой недели не включенными оставались три котельных. В Покровском и Мартюше электричество на котельные подали только в субботу, с субботы же приступили к заполнению систем водой, в понедельник началось подключение потребителей. На начало этой недели в Позарихе, которая обогревается от городского теплоисточника, к теплу было подключено лишь чуть больше половины потребителей, хотя в магистральную сеть тепло подали еще в прошлую пятницу. Причины две. Объективная – достаточно большое количество потребителей, субъективная – нерасторопность управляющих компаний.

В Новоисетском процесс подачи тепла затормозился из-за ремонта подстанции, энергетики работают. Как только подадут энергию, котельную подклучат, сразу же приступят к заполнению сетей, и тепло придет в дома и объекты соцкультбыта.

Конечно, начало каждого отопительного сезона не обходится без сюрпризов, единичных случаев задержки подачи тепла в отдельные дома не избежать, это рабочие моменты, сказал А.П. Баранов, и каждый – на контроле.

С 23 сентября в области начала работать горячая линия по пуску тепла. В Каменском районе по вопросам подключения теплоснабжения нужно звонить по тел. 8(3439) 322-645 – ЕДДС Каменского городского округа; 8-992-027-41-04 – Ресурсоснабжающая организация ООО ТК «Система»; 8(3439) 310-510 – Управляющая компания ООО «УК «ДЕЗ КГО»; 8(3439) 349-090 – Управляющая компания ООО «УК «Стройком».

Светлана Шварева

Привит – значит защищен!

Смена сезонов, как всегда, принесла всплеск заболеваний ОРВИ. В Каменском районе с 1 по 19 сентября зарегистрировано 292 случая обращений в лечебно-профилактические организации, за аналогичный период 2018 г. к врачам обратились с жалобами на простуду 238 человек. Наиболее высокий уровень заболеваемости зарегистрирован среди детей в возрасте 7–14 лет – 131 случай (45% от всех обратившихся).

Чтобы обезопасить себя в дальнейшем, врачи советуют обязательно поставить прививку против гриппа. В этот сезон планируется привить 15 495 человек (53% всего населения). На сегодняшний день из федерального бюджета поступило 5749 доз вакцины (52% от необходимого количества), из них 1709 доз для детей, 4040 – для взрослого населения. На 20 сентября вакцинировано против гриппа в рамках национального календаря профилактических прививок 3437 человек (31,89%), из них детей – 1405 человек (39,8%).

Традиционно пик эпидемии придется на зимний период, так что лучше подготовиться к нему заранее. Прививки по-прежнему остаются самым мощным средством профилактики. Медики провели анализ 2018–2019 гг. и получили неоспоримые доказательства действенности вакцинации. В прошедшем эпидемиологическом сезоне зарегистрирован 31 случай подтвержденного гриппа, все заболевшие были не привиты. Широкомасштабной эпидемии гриппа удалось избежать благодаря проведенному комплексу санитарно-противоэпидемических и ограничительных мероприятий, а также тому, что 50% жителей района получили прививки против гриппа. Заболеваемость ОРВИ среди не привитых против гриппа была выше, чем среди привитых, в 7,5 раза у детей и в 5,7 раза у взрослых.

Напоминаем, что бесплатные прививки положены: детям с 6 месяцев (вне зависимости, ходят они в детский сад или нет); учащимся 1–11-х классов; студентам средних и высших учебных заведений; медицинским работникам; работникам образовательных учреждений; взрослым старше 60 лет; работникам коммунальной сферы; работникам транспорта; пациентам с хронической патологией; беременным женщинам. Все остальные должны привиться за счет средств работодателей и личных средств. Прививку можно поставить в поликлинике ЦРБ, ОВП, ФАПе.

Каменская ЦРБ

Горячая тема

По оперативным данным органов местного самоуправления Свердловской области, к вечеру 24 сентября отопление на Среднем Урале включили в 77,1% жилищного фонда и 93,7% учреждений соцкультбыта.

В числе муниципалитетов, уровень подключения жилфонда в которых составляет менее 80% – Кушва (60%), Кленовское поселение (74,2%), Каменск-Уральский (66,5%), Екатеринбург (56,2%) и Каменский район, где отапливается 75,1% домов и 87,8% соцсферы. Из-за порыва на теплотрассе без отопления остается около половины жилых домов в Мартюше. Ремонтные работы в поселке ведутся, и завершить их планируется в ближайшее время.

Как сообщили в областном министерстве энергетики и ЖКХ, в целом по региону включение систем централизованного теплоснабжения идет более чем с 10-процентным опережением темпов прошлого года. «Показатели действительно неплохие, однако это не должно нас успокаивать. На Урал пришло резкое и, судя по прогнозам, затяжное похолодание, и на сегодняшний день главная задача органов местного самоуправления – обеспечить людей теплом, принять исчерпывающие меры для того, чтобы в максимально короткие сроки включить батареи во всех школах, детских садах, больницах и, конечно же, жилых домах. До 1 октября главам поручено обеспечить стопроцентную подачу тепла всем потребителям», – подчеркнул глава ведомства Н.Б. Смирнов.

Губернатор Е.В. Куйвашев потребовал от отраслевых ведомств и органов местного самоуправления организовать войти в отопительный сезон и своевременно обеспечить подачу тепла во все дома и учреждения соцсферы. «Во всех муниципальных образованиях Свердловской области должны быть обеспечены высокое качество, эффективность и устойчивая работа всех энергетических мощностей и коммунальных систем на протяжении всего отопительного сезона», – подчеркнул Е.В. Куйвашев. Отметим, что на обеспечение необходимых запасов топлива, подготовку к отопительному сезону жилищного и социального фонда региона направлено свыше 7,3 млрд руб.

Департамент информационной политики Свердловской области

Десант медиков

18 сентября десант добровольцев в рамках Всероссийской акции «Добро в село» посетили Маминское и Троицкое.

В числе волонтеров – 3 преподавателя и 16 студентов каменского филиала медколледжа, 5 медицинских работников, а также представители МЧС. Добровольцы побывали в Маминской школе и детском саду, провели с жителями беседы о здоровом образе жизни. Школьники старших классов приняли активное участие в диалоговой площадке «Репродуктивное здоровье», «Гигиена подростков». Учащиеся 4–5-х классов с особым интересом осваивали азы медицинской специальности на занятиях «Шаг в профессию».

Кроме того, совместно с администрацией Каменской ЦРБ были организованы подворные обходы маломобильных граждан в Троицком, Маминском, Шиловой, Стариковой. Студенты приняли участие в проведении приема на мобильном ФАПе совместно с медицинскими работниками Каменской ЦРБ.

Материал со страницы каменского филиала медколледжа <https://vk.com/mcollku>



■ **Важно знать****ЗАСЛУЖЕННАЯ НАДБАВКА**

Постановлениями правительства РФ от 29 ноября 2018 г. №1440, №1441 с 1 января 2019 г. тем, кто проработал в сельском хозяйстве 30 и более лет, фиксированная выплата к страховой пенсии (то есть ее базовая часть) увеличена на 25%. Кстати, такая надбавка к пенсии сельчан предусматривалась законом и раньше. Однако из-за сложной экономической ситуации в стране действие этой статьи с 1 января 2017 г. было приостановлено, а в октябре 2018 г. законом о пенсионной реформе восстановлено.

Законодатель обязал Пенсионный фонд России (ПФР) произвести перерасчет пенсий всем подпадающим под эту статью сельчан не позднее 1 сентября 2019 г. О порядке перерасчета и о том, как пересчитали пенсии жителям района, газете рассказали начальник управления ПФР в Каменске-Уральском и Каменском районе Л.Г. Медведева и ее заместитель Л.Д. Поликарпова. Надеемся, эта информация будет полезна и сегодняшним, и будущим пенсионерам.

КОМУ ПОЛОЖЕНА ВЫПЛАТА

На повышение фиксированной выплаты могут рассчитывать пенсионеры по старости и по инвалидности. Для получения надбавки к пенсии обязательны три основных условия: стаж работы в сельском хозяйстве должен быть не меньше 30 календарных лет; претендент должен жить в сельской местности сегодня; он не должен работать.

К сожалению, требование обязательного проживания в сельской местности больно ударило по жителям Мартюша несмотря на то, что в 1957 г. поселок Мартюш был 1-м отделением совхоза «Бродовской», а в 1972 г. там квартировал Бродовской сельсовет. Но с 31 декабря 2004 г. законом Свердловской области Мартюш был отнесен к категории «поселок городского типа» и по общероссийскому классификатору объектов административно-территориального деления (ОКАТО) не относится к сельской местности. Однако мартюшевцам не следует терять надежды на то, что справедливость будет восстановлена. Поскольку подобная ситуация возникла по всей России, Законодательное собрание Алтайского края внесло в Государственный думу законопроект, предлагающий платить повышенную пенсию и тем ветеранам, отдавшим сельскому хозяйству 30 лет и более, кто со временем оказался в городе. Глава ПФР поддержал этот проект, слово за депутатами.

#важнознать

Профессиональный стаж, дающий право на повышенную фиксированную выплату

Учитывается работа в колхозах/совхозах при условии занятости в:

- 1 Животноводстве**
- 2 Растениеводстве**
- 3 Рыболовстве**

Всего более 500 профессий

КАКИЕ ПРОФЕССИИ УЧТЕНЫ

Для перерасчета учтены все сельские профессии, существовавшие до 1 января 1992 г. в совхозах, колхозах, МТС. Без обязательного требования, кем и

когда числился. А с 1 января 1992 г. – выплата насчитывается согласно перечню профессий по основным производствам села: растениеводству, животноводству и рыболовству. Не забыты овощеводы, садоводы, цветоводы, работники лесного хозяйства, ветврачи, зоотехники-рыбоводы, ихтиологи, председатели колхозов, директора совхозов, руководители коллективных фермерских хозяйств, главные специалисты производств. Перечень профессий очень большой, подробнее с ним можно ознакомиться в Постановлении №1440 от 29.11.2018 г.

Повышение пенсий сельских пенсионеров на 25%

#важнознать

Прибавка к пенсии сельских пенсионеров составит:

Не менее 1,3 тысяч рублей в месяц получателям страховой пенсии и пенсии по инвалидности (1-2 группы)

Не менее 667 рублей в месяц получателям пенсии по инвалидности (3 группа)

ЧТО ВХОДИТ В СТАЖ

Учитывается время работ, которые выполнялись в сфере сельского хозяйства на территории СССР до 1 января 1992 г., а также сельский стаж работы в производствах, профессиях и должностях, указанных в перечне. Естественно, если вы были трудоустроены официально и за эти периоды отчислялись страховые взносы в ПФР. Помимо того в сельский стаж засчитываются периоды получения пособий по больничным листам, основные и дополнительные оплачиваемые отпуска, уход за ребенком до 1,5 лет (но не больше 6 лет в общей сложности).

КАКИЕ ДОКУМЕНТЫ НУЖНО ПРЕДСТАВИТЬ

ПФР пересчитывает пенсии автоматически на основании информации в пенсионном деле. Если необходимая информация о работе в сельском хозяйстве в пенсионном деле отсутствует, нужно представить в управление ПФР трудовую книжку. Если трудовая книжка утеряна, подтвердить стаж можно справкой из архива либо свидетельскими показаниями.

#важнознать

Условия для получения надбавки:

- 1 Проживание в сельской местности**
- 2 Стаж не менее 30 лет в сельском хозяйстве**
- 3 Статус неработающего пенсионера**

НА СКОЛЬКО ВЫРАСТУТ ПЕНСИИ

Следует уточнить: на 25% увеличивается только фиксированная выплата, то есть только базовая часть страховой пенсии по старости. На сегодня она составляет 5334 руб. 19 коп. Соответственно сумма надбавки составит 1333 руб. 55 коп. Если в 2020 г. базовая часть пенсии будет проиндексирована, соответственно увеличится и сумма «сельской надбавки».

КОГДА ЗАЯВЛЯТЬСЯ

Если вы уверены, что имеете право на надбавку, и заявите до 31 декабря 2019 г., вам сделают перерасчет в течение 5 дней за весь период, начиная с 1 января 2019 г. По заявлению после 31 декабря 2019 г. перерасчет пенсии с учетом «сельской надбавки» вам произведут, начиная с 1-го числа после месяца обращения.

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ

Прием заявлений о перерасчете размера пенсий производится клиентской службой управления ПФР в порядке электронной очереди по адресу: г. Каменск-Уральский, ул. Попова, 13. Талон для подачи заявления о перерасчете размера страховой пенсии можно заказать по тел. 8(3439) 326-724. Заявление также можно подать через МФЦ или через единый интернет-портал госуслуг.

КТО ПОМОЖЕТ

Если вы по уважительным причинам не можете подать заявление лично, за вас это может сделать родственник либо социальный работник, предъявив в клиентской службе написанную от руки доверенность, а также паспорт пенсионера и свой паспорт. Также работники клиентской службы ПФР по четвергам выезжают в территории Каменского района и проводят консультации. О дате приезда, времени и месте приема можно узнать в сельской администрации.

Благодаря большой кропотливой работе работников ПФР на сентябрь «сельскую надбавку» получили 510 ветеранов сельского хозяйства района, из них 120 перерасчетов произведены по обращениям сельчан, остальные – в автоматическом режиме. Все перерасчеты, за исключением ситуации по Мартюшу, прошли спокойно, в рабочем режиме. Пик обращения пришелся на март-апрель, и к сентябрю у жителей района к ПФР вопросов по «сельской надбавке» практически не осталось.

Светлана Шварева

■ По следам событий

Главный выигрыш – чистота

Два отряда Каменского городского округа – «Мартюш-сити» Центра дополнительного образования и «Энтузиаст» Травянской школы – стали дипломантами финала областного конкурса на лучший трудовой отряд Свердловской области.

Конкурс «Чистые игры» на лучший трудовой отряд Свердловской области, организатором которого стал областной Дом молодежи, был проведен в этом году впервые. Участниками конкурса стали школьники и студенты, работавшие летом 2019 г. в составе трудовых отрядов в городах и поселках области. Все они занимались благоустройством и участвовали в экологических акциях. На финал конкурса приехали 94 участника в составе 20 трудовых отрядов. Финальный этап конкурса состоялся в рамках эко-квеста «Чистые игры» на территории Шарташского лесного парка. Главным же итогом «Игр» стал наведенный порядок – участниками соревнований собрано 215 мешков мусора общим весом более трех тонн. Из них 58 мешков стекла, 39 мешков пластика, 14 мешков металла и 33 автопокрышки. Вторсырье было отправлено на переработку.

Ирина Тропина

В числе лучших трудовых отрядов

14–15 сентября в Екатеринбурге состоялся финал конкурса на лучший трудовой отряд Свердловской области. Отряд «Энтузиаст» Травянской школы прошел отборочный тур и был приглашен для участия в финальном конкурсе.

Открытие финала конкурса состоялось в Ельцин-центре. Финалистов приветствовал заместитель директора департамента молодежной политики Свердловской области О.В. Гуцин. В рамках мероприятия для команд трудовых отрядов были организованы профориентационные лекции и встречи, конкурсные испытания, а также



Трудовые отряды из Мартюша и Травянского

мастер-классы и тренинги, направленные на развитие навыков коммуникации, мышления, управления. Отряд Травянской школы представляли бригада Диана Юшкова и его члены: Даниил Чемезов, Владимир Антропов, Станислав Семенов, Чингиз Кинжибаев, Александра Пискунова и Екатерина Коновалова. Ребята побывали в Арамиле в Парке сказов, где проходил командный квест «Форд Боярд» и презентация трудовых отрядов, а также заработали диплом в «Чистых играх» в Шарташском лесопарке. Лучший боец трудового отряда «Энтузиаст» Александра Пискунова награждена дипломом и подарком. Ребята получили дипломы финалистов, огромный багаж знаний и впечатлений, приобрели новых друзей со всей области и очень рады, что их работа получила признание на областном уровне. Все дружно они собираются провести следующее лето в трудовом отряде и снова участвовать в конкурсе!

Е.Г. Костина, руководитель трудового отряда Травянской школы

Кросс для здоровья

Каменский городской округ принял активное участие в традиционном осеннем массовом забеге «Кросс наций – 2019».

В соответствии с постановлением главы городского округа в администрациях были разработаны маршруты забегов, даты и места проведения мероприятий. В этом году в нашем районе спортивные забеги прошли в 10 сельских администрациях, в рамках Декады бега на каждой территории были старты, в которых участвовали не только школьники, но и взрослые. Декаду бега в честь «Кросса наций – 2019» организовало районное управление образования, в забеге приняли участие 2237 школьников.

Всего в «Кроссе наций – 2019» на территории Каменского района участвовало 1642 человека, что значительно превышает число участников забега в прошлом году. Победители и призеры забегов получили грамоты, все участники – заряд бодрости и энергии.

«Спасибо всем, кто принял участие в «Кроссе наций»! А родителям и классным руководителям отдельное спасибо за личный пример в формировании потребности к ведению здорового образа жизни ваших детей! Каждый человек должен заниматься спортом, ведь это очень важно. Спорт нам нужен для того, чтобы держать себя в форме, быть здоровым, красивым, уверенным в себе и своих возможностях. Тренируйтесь, занимайтесь спортом, встретимся на «Кроссе наций – 2020»!», –



говорит директор ФСК КГО Л.Н. Вешкурцева.

Праздник спорта «Кросс наций» проводится с 2004 г., это самое масштабное по количеству участников и географическому охвату массовое осеннее спортивное мероприятие, поскольку в этот день любители легкой атлетики и

кросса выходят на старт в один день по всей России. Основная цель «Кросса наций» – пропаганда здорового образа жизни и привлечение граждан к занятиям физической культурой и спортом.

В Свердловской области большой спортивный праздник состоялся 21 сентября. Приветствуя участников гонки, Е.В. Куйвашев отметил, что на «Кросс наций» вышло около полутора миллионов свердловчан. «Подготовка и участие в марафонах приобретает черты современной позитивной моды, становится образом жизни, признаком особого престижа», – отметил губернатор. В целом легкая атлетика в Свердловской области набирает популярность, и регион предоставляет любителям бега возможность в полной мере реализовать свой потенциал. Ежегодно проводится множество уникальных легкоатлетических мероприятий: Всероссийские соревнования «Рождественские старты», эстафета «Весна победы», марафон «Европа – Азия», горный марафон «Конжак», «Забег на небоскребе».



Ирина Тропина

■ Ко Дню пожилого человека

Спартакиада «Молоды душой!»

Приближается День пожилого человека. Именно к этому дню была приурочена спартакиада «Молоды душой!», которая состоялась 19 сентября в Центре дополнительного образования.



В спортивных соревнованиях приняли участие 12 женщин-пенсионерок. Самой молодой участнице спартакиады – 55 лет, а самой старшей скоро будет 79! Были сформированы две команды: «Непоседы» и «Бодрые». Торжественная линейка открытия соревнований завершилась разминкой – танцевальным флешмобом, который провели сотрудники Культурно-досугового центра Мартюша.

Соревнования прошли весело и интересно. Активно помогали в организации и проведении спортивных конкурсов ребята из лидерской группы «Незаменимые» ЦДО. Школьники поразились энтузиазму, энергии и задору взрослых участников! Победителем стала команда «Бодрые», а их соперники получили грамоту «Самая эlegantная команда». Завершились состязания танцем дружбы и праздничным чаепитием.

Мы благодарим за подготовку и помощь в проведении спартакиады учителя физической культуры Бродовской школы А.С. Куркину, директора ФОК Мартюша Д.С. Елфимова, тренера ФОК А.В. Резепина, сотрудников КДЦ, специалиста по социальной работе Бродовской администрации О.П. Калабун.

И.П. Ворончихина, педагог-организатор МАУ ДО «ЦДО»

Капелька святого

В ходе месячника, посвященного Дню пенсионера, Сипавская администрация запланировала мероприятия для жителей старшего возраста.

Председатель Сипавского совета ветеранов Л.А. Белоусова и специалист по социальной работе А.В. Халтурина стали организаторами поездки в село Тарасково. В ходе поездки 17 пенсионеров из Сипавской администрации и 3 из Барабановской администрации посетили монастырь во имя Святой Троицы и источник Марии Египетской. Желая искупаться в купели святого источника, отстояли службу, экскурсия закончилась трапезой. Во время поездки все зарядились положительными эмоциями, любовались природой и красотой родного края, душевно пообщались и приятно провели время.

А.В. Халтурина, специалист по соцработе

■ Библионовости

Разных наций мы народ

Колчеданская детская школа искусств в сотрудничестве с сельской библиотекой им. И.Я. Стяжкина реализует проект «Многонациональное разноцветье Урала», который призван расширить представление детей о народах, живущих на уральской земле.

В течение учебного года учащиеся ДШИ посещают познавательные-игровые уроки, на которых знакомятся с народным творчеством, фольклором, играют в национальные игры и слушают музыку. Гостей встречает и знакомит с народными традициями Хозяйка (библиотекарь) в русском костюме и герой народных сказок в национальном костюме – перчаточная кукла, в «Русском хороводе» это веселый скоморох Петрушка, у ханты-манси – маленький мальчик Эква Пыгрись, у удмуртов – балагур Лопшо-Педунь, у башкир – Урал-батыр.

После посещения библиотеки на уроках в ДШИ ребята изучают особенности национальных орнаментов, получают практические навыки в их изготовлении и применении. Итог – яркие матрешки в национальных костюмах народов Урала, изготовленные под руководством преподавателя С.И. Корюковой. Увидели мир детские иллюстрации коми-пермяцких легенд и декоративное панно по мотивам орнамента башкир. Одна из мансийских поучительных историй стала основой постановки театра кукол (образы персонажей ребята сами придумали и сделали).

На предновогодней встрече в гостях у детей и родителей побывал ансамбль удмуртской песни «Зангари». Певицы приехали в народных костюмах, с национальным угощением и выставкой удмуртского декоративно-прикладного творчества. Ребята с интересом изучали удмуртские слова, водили хороводы и играли в народные удмуртские игры. В конце учебного года все национальности встретились на семейном фольклорном празднике «Хоровод дружбы».

Благодаря сотрудничеству библиотеки и

ДШИ подрастающее поколение наглядно знакомится с многообразием народной культуры. Творческие работы учащихся ДШИ являются ярким познавательным и наглядным сопровождением мероприятий для детей в летний период. 1 июня в День защиты детей на открытии персональной выставки С.А. Федоровой и ее учеников в программу было включено театрализованное представление с перчаточными куклами, сопровождающееся национальной музыкой. Организована фотозона с любимыми матрешками.

Опыт создания и реализации совместных творческих проектов был продемонстрирован сотрудниками библиотеки и ДШИ на творческой лаборатории «В каждой игрушке свои игрушки», проходившей в рамках VII летней школы сельских библиотекарей.

Элементы проекта «Многонациональное разноцветье Урала»: матрешки, игры и мастер-классы – были представлены на V открытом фестивале национальных культур народов Среднего Урала «У Каменных ворот».

Взаимодействие разных культур трудно переоценить, поэтому в предстоящем учебном году цикл мероприятий по межнациональному воспитанию продолжится. А это значит, что появятся новые матрешки, будут рассказаны интересные сказки, созданы яркие рисунки, проведены полезные мастер-классы. Будет сделан еще один шаг на пути дальнейшего сближения культур народов, проживающих на территории Уральского региона.

Е.А. Першина, библиотекарь Колчеданской библиотеки; И.В. Елфимова, преподаватель Колчеданской ДШИ

Читай, семья!

В программу областной акции «День чтения» включены порядка пяти тысяч мероприятий. Акция тотального чтения состоится 27 сентября и пройдет под девизом «Читай, семья!».

Марафоны громких чтений пройдут и во всех сельских библиотеках Каменского района. Горноисетская библиотека запланировала выставку книг, Кисловская – семейные посиделки «Читаем всей семьей», Клевакинская – поэтический марафон. В Маминской библиотеке пройдет торжественная линейка «Ни дня без книг», фотовыставка «Моя домашняя библиотека» и вечер семейного чтения. Новобытская библиотека организует громкие чтения сказок, Позарихинская – тематическую полку «Из семейной библиотеки». Рыбниковская библиотека совместно со школой проведет конкурс скорочтения, презентацию книги семьи Ерыкаловых «Ночная сказка», флешмоб «Читаем вместе». В Сипавской библиотеке будет марафон громких чтений, в Травянской – литературная конференция «Семейное чтение» и бенефис «Читаем сказки». Центральная библиотека проведет громкие чтения и литературную гостиную «Память сердца».

Виктория Кулакова

■ Региональные вести

Экспорт продукции АПК: реально и выполнимо

Губернатор Е.В. Куйвашев представил инвестиционный потенциал сферы АПК Свердловской области в рамках заседания совета под руководством полномочного представителя президента РФ в УрФО по вопросам реализации федерального проекта «Экспорт продукции АПК».

Н.Н. Цуканов отметил, что президент России поставил задачу до 2024 г. увеличить экспорт продовольствия в 2,5 раза. «Считаю, что для достижения этой цели в УрФО есть все предпосылки. Необходимо обратить внимание на проекты по глубокой переработке продукции, наращивать объемы производства за счет создания и внедрения новых технологий, повышения производительности труда», – сказал полпред президента.

Е.В. Куйвашев отметил, что область активно включилась в работу по решению новых задач в сфере сельского хозяйства, определенных президентом страны. В 1 полугодии экспортировано сельскохозяйственной продукции на 52,7 млн долларов, что на 21%

превышает аналогичные показатели 2018 г. Основной экспортной продукцией сегодня являются масложировая продукция, хлебные злаки, кондитерские изделия, продукция птицеводства. Стабильный рост объемов экспорта продукции АПК области обеспечивают 11 предприятий региона.

Губернатор сказал, что в рамках национального проекта «Международная кооперация и экспорт» в области реализуется региональный проект «Экспорт продукции АПК Свердловской области». Его целью является достижение к концу 2024 г. объема экспорта сельхозпродукции в размере 220 млн долларов.

«На достижение данного показателя уже сегодня направлена работа по созданию

новой продукции с высокой добавленной стоимостью, устранению торговых барьеров для доступа продукции АПК на целевые рынки, а также развитию системы продвижения и позиционирования уральской продукции. Планируется модернизация оборудования опорной лаборатории регионального Центра гигиены и эпидемиологии для признания за рубежом выдаваемых свидетельств соответствия продукции международным требованиям. Во взаимодействии с Российским экспортным центром ведется работа по вовлечению региональных сельскохозяйственных экспортеров в образовательные программы экспортной акселерации», – отметил губернатор. Однако, по словам Е.В. Куй-

вашева, достижение показателей во многом зависит от федеральной поддержки свердловского АПК. Глава региона обратился к Н.Н. Цуканову с просьбой поддержать на федеральном уровне предложения региона, в частности, о предоставлении компенсации части затрат производителям по транспортировке продукции, в том числе железнодорожным транспортом, а также по возобновлению практики предоставления субсидий из федерального бюджета производителям продуктов питания на компенсацию части затрат по сертификации продукции.

«Агропромышленный комплекс нашего региона обладает значительным потенциалом. У нас есть четкое понимание механизмов решения поставленных президентом задач. Уверен, что совместными усилиями мы справимся с ними в полном объеме», – заявил Е.В. Куйвашев.

Участники совета также обсудили вопросы развития фермерства, сельской кооперации и ход уборочной кампании.

Планируем отдых в сельской местности

На X межрегиональной агропромышленной выставке туристический кластер «Гора Белая» представил выставку «Инвестируй в агротуризм», в рамках которой рассказал о перспективных для реализации на территории инвестпроектах в сфере агротуризма.

Агротуризм – разновидность туризма, предполагающая отдых в сельской местности. Современные проекты агротуризма неразрывно связаны с фермерством и производством сельхозпродукции.

Туркластер «Гора Белая» представил проекты завода по переработке дикоросов, садов жимолости и облепихи, свиноводческого комплекса, утиной и козьей фермы и пасеки. Все это производственные и туристические объекты одновременно. Например, сады предполагают коллективный сбор ягод для туристов, тематические места отдыха и размещение в модульных домах, дегустации и кулинарные классы, а также возможность закупиться фермерской продукцией.

Туристический кластер как территория с особым экономическим режимом предлагает инвесторам не только налоговые льготы, арендные каникулы и обеспечение энергоресурсами, но и помощь сельхозпредпринимателям в продвижении продукции и ее сбыте. На территории планируется реализовать кооперацию малых фермерских хозяйств, и резидентам будут доступны услуги ветеринаров, агрономов, агро- и зоотехников, а также другие единые сервисы, которые снимут часть затрат с агорезидентов кластера.

Напомним, в минувшие выходные в поселке Висим состоялся первый фестиваль «Висимский пикник. Путешествие к уральской кухне», одна из целей которого – дать импульс развитию сельского предпринимательства и фермерских проектов. Как отметила министр инвестиций и развития В.В. Казакова, мероприятие продвигает как саму территорию, так и тех, кто здесь живет и занимается сельским хозяйством.

Барьер фальсификату

Губернатор Свердловской области Е.В. Куйвашев призвал членов комиссии по противодействию незаконному обороту промышленной продукции акцентировать внимание на вопросах, от решения которых зависят здоровье, безопасность и качество жизни свердловчан.

«Важнейшим вопросом сегодняшней повестки считаю надежное предотвращение поставок фальсифицированной молочной продукции в детские образовательные и оздоровительные учреждения. Принимаемые меры позволили снизить процент активизированных проб молочной продукции в детских учреждениях. Тем не менее факты поставки фальсифицированной продукции до сих пор обнаруживаются. В результате под угрозой оказываются жизнь и здоровье детей. Такое положение дел совершенно недопустимо. В этой связи важно активизировать взаимодействие с уполномоченными федеральными структурами по внесению в законодательство изменений, направленных на исключение участия недобросовестных производителей в поставках продукции для образовательных учреждений», – сказал Е.В. Куйвашев.

Глава региона добавил, что необходимо проведение широкой информационно-разъяснительной кампании среди руководителей образовательных и оздоровительных учреждений области по вопросам предотвращения поставок фальсифицированной продукции.

По данным министра образования и молодежной политики Ю.И. Биктуганова, в 2018 г. на территории области внедрена система обязательной электронной сертификации, позволяющая отслеживать и не допускать до детских столовых сырье, не прошедшее ветеринарную сертификацию. Кроме того, в 2018–2019 гг. четыре тысячи педагогов и свыше тысячи поваров прошли обучение и повышение квалификации. В регионе разработан и внедрен алгоритм контроля пищеблока медицинскими работниками с целью профилактики инфекционных заболеваний и пищевых отравлений.

Руководитель Управления Роспотребнадзора по Свердловской области Д.Н. Козловских сообщил, что сейчас разрабатывается ряд мероприятий по недопущению фальсификата в образовательные организации.

Губернатор также обсудил с участниками совещания положение дел на рынке алкогольной продукции, строительных материалов и в сфере производства стеклоомывающих жидкостей.





Вырос взнос на капремонт

Размер минимального взноса на капитальный ремонт общего имущества для собственников помещений в многоквартирных домах (МКД) Среднего Урала с 1 января 2020 г. вырастет на 3,8% – до 9 руб. 72 коп. с одного квадратного метра.

Соответствующее постановление 18 сентября принято на заседании правительства Свердловской области. «Изменения направлены на стопроцентное выполнение перед жителями области тех обязательств, которые предусмотрены региональной программой капремонта, и вызваны инфляционными процессами в экономике. Действующий тариф составляет 9,36 руб. с квадратного метра. В рамках принятого решения он поднимется на 36 коп. – в пределах прогнозируемого индекса инфляции, и это даст региону возможность своевременно выполнять все работы следующего планового периода», – пояснил глава МинЖКХ Н.Б. Смирнов.

Министр подчеркнул, что изменения не скажутся на социальных незащищенных категориях жителей. «В их отношении на законодательном уровне закреплены меры социальной поддержки в виде субсидий на оплату жилья и коммунальных услуг. В Свердловской области право на получение такой поддержки имеют малообеспеченные оди-

ноко проживающие граждане и семьи, плата за коммунальные услуги у которых составляет более 12% от величины среднедушевого дохода, а также те жители и семьи, где эта сумма превышает 22% от их совокупного дохода», – сказал Н.Б. Смирнов.

Глава МинЖКХ напомнил, что по закону переоценка минимального взноса за капитальный ремонт общего имущества в многоквартирных домах производится в течение всего срока действия региональной программы капремонта и осуществляется, как правило, ежегодно до 1 октября.

Напомним, в 2019 г. капитальный ремонт многоквартирных домов на Среднем Урале осуществляется в 72 муниципальных образованиях и охватывает 1039 объектов жилфонда. По данным регионального оператора, к середине сентября стопроцентное выполнение плановых показателей обеспечено в 23 территориях. Степень готовности оставшихся МКД составляет от 91 до 99%. Срок ввода их в постремонтную эксплуатацию – октябрь-декабрь.

ЦИТАТА НЕДЕЛИ

«Поддержка людей старшего поколения, рост благополучия пенсионеров, создание условий для развития личности, самореализации – это бесспорные приоритеты государственной социальной политики. Сегодня в рамках национальных проектов, наших программ «Старшее поколение» и программы губернатора Свердловской области «Пятилетка развития» мы ведем комплексную работу, направленную на то, чтобы наши пенсионеры жили в достойных условиях, получали качественную и доступную медицинскую помощь, имели возможности для здорового и творческого долголетия».

А.В. Орлов, первый заместитель губернатора Свердловской области

«Агростартап» в действии

Центр компетенций в сфере сельхозкооперации и поддержки фермеров может аграриям получить гранты до 4 млн руб.

Центр начал консультировать крестьянские фермерские хозяйства и физических лиц о возможности получения грантов «Агростартап». Безвозмездно до 3 млн руб. – на развитие своего хозяйства, и до 4 млн руб., если хозяйство состоит в кооперативе.

Деньги выделяются на условия софинансирования. Министерство агропромышленного комплекса и потребительского рынка Свердловской области предоставляет до 90% от необходимой суммы, фермер должен внести не менее 10%.

Потратить грант можно на приобретение земельного участка, сельхозтехнику и спецтранспорт, проектирование и строительство зданий, на подключение их к инженерным сетям. Средства выделяются по итогам прохождения конкурса.

«Не всегда начинающие фермеры могут разобраться в тонкостях подачи заявок на господдержку. Мы помогаем их сформулировать. При необходимости специалисты Центра компетенций также участвуют в составлении бизнес-плана, который требуется в соответствии с конкурсными процедурами», – рассказал руководитель Центра компетенций И.Б. Джаваев.

«Развитие малых форм хозяйствования – одна из ключевых задач агропромышленного комплекса. Это гарантия занятости населения и увеличения объемов производства. Программа «Агростартап» реализуется в рамках национального проекта «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы», – пояснил министр АПК и продовольствия Свердловской области Д.С. Дегтярев.

Заявки на участие в конкурсе принимаются до 1 октября 2019 г. по адресу: г. Екатеринбург, ул. Розы Люксембург, д. 60, каб. 413. Дополнительную информацию об условиях предоставления грантов «Агростартап» можно получить по телефону 8(343) 288-77-85, а также на горячей линии фонда: 8-800-500-77-85.

Ирина Тропина

На благоустройство воинских захоронений

Муниципалитетам Свердловской области будет выделено финансирование на благоустройство воинских захоронений к 75-летию Победы.

В региональном Минфине сообщили, что в рамках реализации федеральной целевой программы «Увековечение памяти погибших при защите Отечества на 2019–2024 гг.» муниципальным образованиям региона будет выделено 90 млн руб. на благоустройство, восстановление, ремонт, реставрацию воинских захоронений. Приступить к реставрации обелисков и захоронений уже сегодня готовы во многих муниципалитетах Среднего Урала.

Вернуть из забвения

На заседании межведомственной комиссии по военнопленным, интернированным и пропавшим без вести гражданам, проживавшим в Свердловской области, и иностранным гражданам, находившимся в плену на территории области, были подведены итоги работы в 2019 г. и намечены планы на четвертый квартал.

Провел заседание комиссии начальник управления архивами Свердловской области А.А. Капустин. Он подчеркнул, что межведомственная комиссия занимается информационной составляющей поиска списка советских граждан, находившихся в плену во время Великой Отечественной войны, и получением таких списков из архивов других государств. «В этом году мы получили списки из нескольких тысяч фамилий из Финляндии, немного фамилий в этом году мы получили из Германии, надеемся, что вскоре удастся получить сведения из Австрии. И это лишь малая часть таких документов. Работы – на десятилетия», – сказал А.А. Капустин.

Учитывая, что карточки на военнопленных поступают из архивов других государств на иностранном языке, управление архивами ведет кропотливый перевод полученных карточек на русский язык. К сожалению, выяснить, кто из этих людей уроженец Свердловской области, получается не всегда.

За годы войны в плен попали более

пяти миллионов советских граждан. Информация о них разбросана по разным архивам и до единицы их пока никто не считал. Из них три миллиона находились за границей, и два – на оккупированных территориях, это Белоруссия, Украина, Прибалтика, Молдавия. Сегодня это также другие государства, что значительно осложняет получение сведений.

По словам А.А. Капустина, получение информации также основано на принципах обмена. Сведения о советских военнопленных удается получить в обмен на информацию об иностранных военнопленных, находившихся на территории Свердловской области.

В ближайших планах работы межведомственной комиссии – организация командировки в Чехию для ксерокопирования нескольких тысяч документов, связанных с советскими военнопленными на этой территории.

Надо отметить, что в России создано всего две таких комиссии – одна федерального уровня и комиссия, созданная в Свердловской области.

■ Педагогическая шкатулка

Ошибки мам первоклассников

Первый раз в первый класс – невероятное событие не только для ребенка, но и для его родителей. К сожалению, мы, взрослые, тоже не всегда справляемся на пять с плюсом. Какие ошибки чаще всего допускают родители школьников (кстати, не только первоклассников), и как их избежать?

Ошибка №1. Режим

Режим – это основа здоровья детей любого возраста. Очень важно ложиться спать ежедневно в одно и то же время. Причем с наступлением школьной поры в кровать ребенок должен отправляться пораньше – ведь нагрузка у современного ученика немаленькая.

Ошибки родителей (позднее укладывание, сон в разное время, телевизор или планшеты по вечерам) могут привести к хронической усталости, и, конечно же, не самой лучшей успеваемости. Для полноценного отдыха ребенок должен спать не менее 9-10 часов в течение ночи.

Выход: покупаем будильник, на котором четко фиксируем время подъема и отхода ко сну. Пусть это будет приятная мелодия, а не раздражающий, резкий звук.

Ошибка №2. Питание

Важно соблюдать режим и в плане питания. Еда в определенные часы очень помогает работе желудочно-кишечного тракта. Разумеется, пища у таких деток переваривается и усваивается лучше. К сожалению, одной из самых распространенных проблем со здоровьем у нынешних школьников является гастрит. Перекусы на бегу, отказ от каши в столовой в пользу булочки, невозможность полноценно пообедать между уроками и кружками – все это постепенно наносит вред желудочно-кишечному тракту и может стать причиной неприятных ощу-

щений: тошноты, боли и проблем со стулом.

Выход: утром перед школой ребенок должен есть кашу – она обволакивает желудок и защищает его от вредных воздействий. Важно отказаться от газировок, чипсов и тому подобных снеков. Если ребенок ходит на дополнительные занятия и не может обедать дома, нужно приносить ему не бутерброды, а горячую еду в термосе. Это не всегда удобно, но совершенно необходимо для здоровья!

Ошибка №3. Сопли и кашель

К сожалению, несмотря на многочисленные статьи в интернете и рекомендации педиатров, некоторые мамы так озабочены успеваемостью, что ведут детей в школу даже во время болезни. Небольшой насморк и кашель, по их мнению, не повод пропускать занятия.

«Если температуры нет, то ребенок не заразен, и если самочувствие позволяет, то пусть ходит в школу. В любом случае он там не один такой, там сейчас полшколы кашляет и чихает». Это самая большая ошибка. Ведь подобная ситуация опасна для всех. Во-первых, для самого ребенка: инфекция, перенесенная «на ногах», нередко становится причиной осложнений на сердце и другие органы. Во-вторых, для окружающих детей и учителей: сопли и кашель – это лишь симптомы, а в основе заболевания – вирусная инфекция, очень и очень заразная.

Выход: лечим ребенка дома вплоть до полного выздоровления, и только потом возобновляем занятия. Помним, что здоровье превыше всего! А еще педиатры рекомендуют всем родителям, беспокоящимся за детей, заранее задуматься о противовирусной профилактике.

Ошибка №4. Гиподинамия

После того как ребенок идет в школу, он начинает двигаться меньше. Занятия в классе, уроки дома – все это неизбежно влечет несвойственную для ребенка гиподинамию. Плюс некоторые мамы отказываются от прогулок ради выполнения домашних заданий. В итоге энергия копится в ребенке и не находит выхода – отсюда возникает целый ряд проблем: и повышенная раздражительность, и гиперактивность, и неусидчивость.

Выход: гуляем каждый день! Причем не просто спокойно ходим по улице, а бегаем, прыгаем, играем в догонялки, катаемся на самокате или велосипеде.

Ошибка №5. Сравнение с другими детьми

Очень распространенная ситуация, которую бывает сложно контролировать даже самым любящим и заботливым родителям. Так и срывается с материнского языка: «А вот Лена нарисовала белочку лучше!» или «Сева не забывает сменку никогда, почему же тебя надо контролировать?» Ничего нет хуже сравнения с другими детьми – это создает в голове первоклассника комплексы и убивает всякое желание стремиться к новым высотам.

Выход: сравниваем ребенка только с ним самим, новые результаты – с результатами предыдущими. Плюс любая критика, даже самая мягкая и нежная, должна начинаться с похвалы, за которой следует обсуждение промахов и ошибок и способов выхода из них.

Пять признаков того, что вы «токсичный родитель»

Не каждую семью, которая живет в достатке и видимой гармонии, можно назвать благополучной. В английском языке даже есть такое понятие – **toxic parents**, можно перевести как «токсичные родители». Своим поведением они отравляют жизнь детям и друг другу, хотя внешне семья может выглядеть вполне счастливой. Обратите внимание на некоторые признаки и задайте себе вопрос, не ведете ли вы себя «токсично» по отношению к своему ребенку.

1. Вы постоянно перебиваете ребенка.

Ребенок рассказывает историю, которую вы уже слышали, вы давно поняли, что он хочет сказать, вам не очень интересно или нет времени выслушать до конца. Вполне логично, что вы перебиваете его, ведь еще многое надо успеть, а день не бесконечен. Увы, такая логика не имеет никакого отношения к любви. Одна из самых частых причин непонимания и обид в семье – это некачественное общение. Родители обычно говорят: «Но я же обеспечиваю тебя, оплачиваю образование. Разве это не проявление любви?» А дети возражают: «Я не помню, чтобы родители спрашивали меня, как я себя чувствую и о чем думаю. Мне было очень одиноко, хотя мы жили в достатке».

2. Вы считаете, что любовь надо заслужить.

Очень простая мысль: «Ни один ребенок не просил вас о том, чтобы вы его родили». Ни один ребенок не обязан доказывать своим родителям, что достоин любви. Нельзя любить ребенка, когда он хороший, и не любить за проступки. Фразы типа «Если не окончишь четверть на отлично, я тебя разлюблю», «Маша из третьего подъезда и учится хорошо, и маме по дому помогает», «Сиди тихо, не зли папу» – это все разные формы одной мысли – «Тебя нельзя любить просто так. Только если ты будешь оправдывать наши ожидания, мы будем тебе рады». При этом ребенок взрослеет, а принципы родителей не меняются. Только фразы теперь звучат так: «Дизайнер – это не профессия. Поступай в экономический», «Все твои подруги замужем. Тебе тоже пора», «Когда ждать внуков? У всех уже есть». В итоге ребенок с раннего детства и чуть ли не до старости выпрашивает любовь мамы или папы хорошим поведением, при этом, возможно, оставаясь глубоко несчастным в душе.

3. Вы делитесь проблемами, которые ребенок не в силах решить.

Конечно, ребенку, особенно начиная со школьного возраста, полезно знать о делах, в которые вовлечена семья, полезно решать какие-то посильные поручения. Но ключевое слово здесь – «посильные». Рассказывать пятилетнему ребенку о своих неприятностях на работе, о проблемах со здоровьем у бабушки, о бедности и о том, почему на самом деле папа не живет с вами – не нужно. У маленького ребенка еще нет опыта переживания горя, нет душевных сил и психологических ресурсов для того, чтобы поддержать вас. Для маленького сына или дочки вы должны оставаться родителем – той силой, которая защитит, всегда окажется рядом. Ребенок должен понимать какие-то основные вещи, но на том уровне, который ему доступен. И в такой форме, чтобы его базовое чувство безопасности не было нарушено. Говорить: «Пусть привлекает к суровой правде жизни» – неправильно.

4. Вы нарушаете здоровые границы.

Ворваться без стука в комнату ребенка, прочитать без разрешения его личный дневник или переписку в соцсетях – такие действия родители обычно оправдывают безопасностью. Дескать, им надо быть в курсе всего ради блага самого ребенка. Увы, это приводит к тому, что у детей с детства нарушается понятие о границах. Они уже во взрослом возрасте плохо различают свои желания и чужие, сами беспардонно нарушают границы и обижаются, если кто-то не дает им этого делать. Ребенка следует уважать как личность с момента его рождения. Пусть у него будет собственный шкафчик, внутрь которого без разрешения никто не заглянет. Пусть будет дневник с сокровенными мыслями. Стройте доверительные отношения без приемов шпионажа.

5. Вы вините детей в том, что сами несчастливы.

Если вы считаете, что рождение ребенка стоило вам карьеры, здоровья, красоты, немалых финансовых трат, никто не в праве запретить вам так думать. Только не надо упрекать в этом детей. Ребенок не просил вас о том, чтобы родиться, и он не обязан делать вас счастливыми и оправдывать ожидания. Как говорится, вы знали, на что подписывались. За свое счастье каждый отвечает сам!

По материалам Социально-реабилитационного центра

ПОНЕДЕЛЬНИК 30 сентября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.50 Модный приговор (6+)
10.50 Жить здорово! (16+)
12.10, 17.00, 00.05, 03.05 Время покажет (16+)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 «Мужское/Женское» (16+)
18.00 Вечерние новости
18.30, 03.40 На самом деле (16+)
19.40 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Т/с «Знахарь» (16+)
23.30 Вечерний Ургант (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 «Утро России»
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут» (12+)
14.45 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» (16+)
21.00 Т/с «Сильная слабая женщина» (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
02.00 Т/с «Екатерина» (12+)
03.40 Т/с «Семейный детектив» (12+)

МАТЧ

06.00 Д/с «Вся правда про...» (12+)
06.30 Д/с «Жестокий спорт» (16+)
07.00, 08.55, 11.00, 13.30, 15.30, 19.15, 22.50 Новости
07.05, 11.05, 15.35, 19.20, 00.15 Все на Матч!
09.00 Футбол. Чемпионат Франции. «Марсель» - «Ренн» (0+)
11.35 Футбол. Чемпионат Испании. «Севилья» - «Реал Сосьедад» (0+)
13.35 Футбол. Чемпионат Италии. «Лечче» - «Рома» (0+)
16.25 Специальный репортаж «Гран-при России. Сезон 2019» (12+)
16.45 Смешанные единоборства. Bellator. Бенсон Хендерсон против Майлса Джури (16+)
18.30 Смешанные единоборства. Bellator. Гергард Мусаси против Лиото Мачиды. Патрисии Фрейре против Хуана Арчулеты (16+)
20.05 Легкая атлетика. Чемпионат мира (0+)
22.55 «Тотальный футбол» (12+)
23.55 Специальный репортаж «Локомотив» - «Зенит» Live» (12+)
01.00 Футбол. Чемпионат Португалии. «Авеш» - «Спортинг» (0+)
03.00 Х/ф «Лучшие из лучших 3» (16+)
04.45 Смешанные единоборства. Bellator. Джеймс Галлахер против Романа Салазара (16+)

НТВ

05.15, 02.10 Т/с «ППС» (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.05 «Мальцева» (12+)
09.00 Т/с «Мухтар. Новый след» (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Сегодня
10.20 Т/с «Лесник. Своя земля» (16+)
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00, 00.10 «Место встречи» (16+)
16.30 «Ты не поверишь!» (16+)
17.00 «ДНК» (16+)
18.00 «Своя правда» (16+)

19.40 Т/с «Тень за спиной» (16+)
22.55 «Основано на реальных событиях» (16+)
23.50 «Сегодня. Спорт» (16+)
23.55 «Поздняков» (16+)

СТС

06.00, 05.20 «Ералаш»
06.25 М/с «Драконы. Гонки по краю», «Приключения Вуди и его друзей» (0+)
08.00 Х/ф «Сонная лошадка» (12+)
10.05 Х/ф «Пираты Карибского моря. На странных берегах» (12+)
12.45 Х/ф «Пираты Карибского моря. Мертвецы не рассказывают сказки» (16+)
15.20 Т/с «Воронины» (16+)
20.00 Х/ф «Сокровище нации» (12+)
22.35 Х/ф «Сокровище нации. Книга тайн» (12+)
01.00 «Кино в деталях с Федором Бондарчуком» (18+)
02.00 Х/ф «Черная вода» (16+)
03.50 Т/с «Молодежка» (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка» (16+)
06.40 «6 кадров» (16+)
07.15 «По делам несовершеннолетних» (16+)
08.15 «Давай разведемся!» (16+)
09.20, 05.15 «Тест на отцовство» (16+)
10.20, 03.35 Д/с «Реальная мистика» (16+)
12.25, 02.15 Д/с «Понять. Простить» (16+)
14.15, 01.45 Д/с «Порча» (16+)
14.45 Х/ф «Стандарты красоты» (12+)
19.00 Х/ф «Домик у реки» (12+)
23.00 Т/с «Забудь и вспомни» (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром» (12+)
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.20 «Не факт!» (6+)
09.00, 10.05, 13.20, 14.05 Т/с «Разведчицы» (16+)
10.00, 14.00 Военные новости
16.20, 21.25 «Открытый эфир» (12+)
18.30 «Специальный репортаж» (12+)
18.50 «Без права на ошибку. История и вооружение инженерных войск» (12+)
19.40 «Скрытые угрозы» (12+)
20.25 Д/с «Загадки века. Маршал с чужим именем» (12+)
23.05 «Между тем» (12+)
23.40 Х/ф «Право на выстрел» (16+)
01.20 Х/ф «Это было в разведке» (0+)
02.55 Х/ф «Улица младшего сына» (6+)
04.30 Х/ф «Вертикаль» (0+)

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30 «ТНТ. Gold» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой» (16+)
12.30 «Спаси свою любовь» (16+)
13.30 «Танцы» (16+)
15.35, 16.00, 16.30 Т/с «Универ» (16+)
17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с «Интерны» (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки» (16+)
20.00, 20.30, 21.00 Т/с «Триада» (16+)
21.30 «Где логика?» (16+)
22.30 Т/с «Однажды в России» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
01.05, 02.05 «Stand Up» (16+)

ОТВ

06.00 Итоги недели
06.55 М/с «Маша и Медведь» (0+)
07.55 «Июга в Крыму» (6+)
08.00 «Утренний экспресс»
09.00 Х/ф «Невеста из Москвы» (16+)
10.40 «Прокуратура. На страже закона» (16+)
11.00 «Парламентское время» (16+)
12.00 «Наследники Урарту» (16+)

12.20 Телепроект ОТВ «Свердловское время-85. Мы ждем перемен!» 1 ч. (16+)
12.50 Д/ф «Сделано в СССР. Телевидение перестройки» (12+)
13.15, 04.15 «Обзорная экскурсия» (6+)
13.30 Х/ф «Орлова и Александров» (16+)
17.55 «О личном и наличном» (12+)
18.15 «Новости ТМК» (16+)
18.30 Программа Г. Левиной «Рецепт» (16+)
19.00 «События. Итоги дня»
20.05 «События. Спорт»
20.30 «События»
21.00, 02.35 «Новости ТАУ «9 1/2» (16+)
22.00, 04.30, 05.30 «События» (16+)
22.30 «События. Акцент с Евгением Ениным» (16+)
22.40, 02.15, 05.00 «Патрульный участок» (16+)
23.00 Х/ф «Метод Фрейда» (16+)
00.45 Т/с «Троецарствие» (16+)
03.35 Д/ф «Секретная папка» (16+)
05.20 «Действующие лица»

РАСПРОСТРАНЕННЫЕ СХЕМЫ МОШЕННИЧЕСТВА

«Перевод бонусов в денежный эквивалент» – злоумышленник представляется сотрудником банка и сообщает гражданину о том, что имеющиеся у него бонусные баллы можно перевести в деньги. Для этого нужно всего лишь сообщить все данные банковской карты.

«Кредит на выгодных условиях» – гражданин оставляет заявку на кредит через Интернет, после чего ему поступает звонок от «сотрудника банка», предлагающего оформить долговое обязательство на выгодных условиях. Однако для того, чтобы получить деньги, клиенту необходимо оплатить услуги «курьера» или «страховки».

«Покупаю с предоплатой» – гражданину, продающему вещи на сайте бесплатных объявлений, поступает звонок от злоумышленника, который сообщает о том, что намерен приобрести товар, предварительно внося предоплату. Для того, чтобы это сделать, необходимо сообщить данные банковской карты, в том числе код на обратной стороне.

«Родственник попал в беду» – потерпевшему поступает звонок с неизвестного телефона. Человек представляет сотрудником полиции и поясняет, что один из родственников за совершенное правонарушение находится в полиции и есть возможность разрешения сложившейся ситуации путем материальной компенсации.

Что нужно знать, чтобы не стать жертвой мошенников. Реквизиты банковской карты – ключ к вашим деньгам. Никому не сообщайте их. Не доверяйте незнакомым номерам. В случае получения информации о денежных операциях с банковскими счетами или попавшем в беду родственнике – проверьте ее (позвоните в банк, родным, в полицию). Убедите своих престарелых родителей, соседей всегда звонить родственникам, оставьте телефоны полиции на видном месте. Помните, что ни один сотрудник банка не имеет права спрашивать пин-код банковской карты. В случае, если вы стали жертвой мошенников, немедленно обращайтесь в полицию.

МО МВД России «Камениск-Уральский»

ВТОРНИК 1 октября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.50 Модный приговор (6+)
10.50 Жить здорово! (16+)
12.10, 17.00, 00.05, 03.05 Время покажет (16+)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 «Мужское/Женское» (16+)
18.00 Вечерние новости
18.30, 03.40 На самом деле (16+)
19.40 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Т/с «Знахарь» (16+)
23.30 Вечерний Ургант (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 «Утро России»
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут» (12+)
14.45 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» (16+)
21.00 Т/с «Сильная слабая женщина» (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
02.00 Т/с «Екатерина» (12+)
03.40 Т/с «Семейный детектив» (12+)

МАТЧ

06.00 Д/ц «Вся правда про...» (12+)
06.30 Д/ц «Жестокий спорт» (16+)
07.00, 09.55, 13.50, 16.55, 20.05 Новости
07.05, 10.00, 13.55, 17.00, 20.15, 00.15 Все на Матч!
07.55 Волейбол. Кубок мира. Мужчины. Россия - Иран (0+)
11.00 Футбол. Российская Премьер-лига (0+)
12.50 «Тотальный футбол» (12+)
14.25 Футбол. Юношеская лига УЕФА. «Локомотив» (Россия) - «Атлетико» (Испания) (0+)
16.25 «На гол старше» (12+)
18.00 Профессиональный бокс. Эррол Спенс против Шона Портера. Бой за титулы чемпиона мира по версиям WBC и IBF в полусреднем весе. Батыр Ахмедов против Марио Барриоса (16+)
21.15 Футбол. Лига чемпионов. «Локомотив» (Россия) - «Атлетико» (Испания) (0+)
01.05 Футбол. Лига чемпионов. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Брюгге» (Бельгия) (0+)
03.05 Специальный репортаж «Локомотив» - «Зенит» Live» (12+)
03.25 Футбол. Кубок Либертадорес. 1/2 финала. «Ривер Плейт» (Аргентина) - «Бока Хуниорс» (Аргентина) (0+)
05.25 «Команда мечты» (12+)

НТВ

05.05, 02.50 Т/с «ППС» (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.05 «Мальцева» (12+)
09.05 Т/с «Мухтар. Новый след» (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Сегодня
10.20 Т/с «Лесник. Своя земля» (16+)
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00, 00.50 «Место встречи» (16+)
16.30 «Ты не поверишь!» (16+)
17.00 «ДНК» (16+)
18.00 «Своя правда» (16+)
19.40 Т/с «Тень за спиной» (16+)
22.55 «Основано на реальных событиях» (16+)

23.50 «Сегодня. Спорт» (16+)
23.55 «Крутая история» (12+)

СТС

06.00, 05.30 «Ералаш»
06.25 М/с «Драконы. Гонки по краю», «Приключения Вуди и его друзей» (0+)
08.05 Х/ф «Сокровище нации» (12+)
10.40 Х/ф «Сокровище нации. Книга тайн» (12+)
13.10 Т/с «Кухня» (12+)
18.00 Т/с «Воронины» (16+)
20.00 Х/ф «Призрачный гонщик» (16+)
22.05 Х/ф «Призрачный гонщик. Дух мщения» (12+)
00.00 Х/ф «Три Икс» (16+)
02.15 «Супермамочка» (16+)
03.05 Т/с «Молодежка» (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка» (16+)
06.40, 06.20 «6 кадров» (16+)
07.25 «По делам несовершеннолетних» (16+)
08.25 «Давай разведемся!» (16+)
09.30, 05.30 «Тест на отцовство» (16+)
10.30, 03.50 Д/с «Реальная мистика» (16+)
12.35, 02.25 Д/с «Понять. Простить» (16+)
14.25, 02.00 Д/с «Порча» (16+)
14.55 Х/ф «Стандарты красоты» (12+)
19.00 Х/ф «Провинциальная муза» (12+)
23.20 Т/с «Забудь и вспомни» (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром» (12+)
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.20 «Не факт!» (6+)
09.00, 10.05, 13.20, 14.05 Т/с «Разведчицы» (16+)
10.00, 14.00 Военные новости
16.20, 21.25 «Открытый эфир» (12+)
18.30 «Специальный репортаж» (12+)
18.50 Д/с «Без права на ошибку. История и вооружение инженерных войск» (12+)
19.40 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+)
20.25 «Улика из прошлого» (16+)
23.05 «Между тем» (12+)
23.40 Х/ф «Ночной патруль» (12+)
01.40 Х/ф «Зимородок» (6+)
02.55 Х/ф «Полонез Огинского» (6+)
04.20 Х/ф «Это было в разведке» (0+)

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30 «ТНТ. Gold» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой» (16+)
12.30 «Спаси свою любовь» (16+)
13.30, 14.00, 14.30 Т/с «СашаТаня» (16+)
15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с «Универ» (16+)
17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с «Интерны» (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки» (16+)
20.00, 20.30 Т/с «Триада» (16+)
21.00 «Импровизация» (16+)
22.00 Шоу «Студия «Союз» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
01.05, 02.05 «Stand Up» (16+)

ОТВ

06.00, 12.30, 21.20, 03.00 «Новости ТАУ «9 1/2» (16+)
06.55, 07.45, 10.30, 16.50 «Помоги детям» (6+)
07.05 М/с «Маша и Медведь» (0+)
07.55 «Йога в Крыму» (6+)
08.00 «Утренний экспресс»
09.00 Х/ф «Невеста из Москвы» (16+)
10.40, 13.30, 23.00, 02.40, 05.00 «Патрульный участок» (16+)
11.00 «События. Итоги дня» (16+)
13.55 «О личном и наличном» (12+)
14.20 Х/ф «Принц Сибири» (16+)
17.00 «Кабинет министров» (16+)

17.15, 23.20 Х/ф «Метод Фрейда» (16+)
19.00 Хоккей. Чемпионат КХЛ. «Автомобилист» (Екатеринбург) - «Локомотив» (Ярославль). Прямая трансляция. В перерывах - «События»
22.20, 04.30, 05.30 «События» (16+)
22.50 «События. Акцент с Е. Ениным» (16+)
01.10 Т/с «Троецарствие» (16+)
04.00 Д/ф «Сделано в СССР. Телевидение перестройки» (12+)
05.20 «Действующие лица»

КАЛЕНДАРЬ ПАМЯТНЫХ ДАТ ВОЕННОЙ ИСТОРИИ

1 октября в 1609 г. началась героическая многолетняя оборона Смоленска от польско-литовских войск.

9 октября в 1760 г. русские войска в ходе Семилетней войны в первый раз взяли Берлин.

14 октября в 1943 г. произошло восстание в лагере смерти Собибор. На свободу вырвались более 300 узников. Единственный успешный массовый побег из нацистского концлагеря организовал и возглавил советский офицер А. Печерский. В этот день в 1811 г. русские войска Кутузова переправились через Дунай и неожиданным ударом разгромили 20-тысячную турецкую армию под Рушукюм. Русские потеряли во время атаки всего 9 человек.

18 октября в 1813 г. русские войска с союзниками одержали победу над Наполеоном в «Битве народов» под Лейпцигом. Французы потеряли до 80 тыс. человек и почти всю артиллерию.

20 октября в 1827 г. русский флот с союзниками разгромил турецкий флот в Наваринском сражении у берегов Греции. Русские не потеряли ни одного корабля. Потери турецкого флота составили 60 кораблей.

Материал с сайта rvo.histrf.ru

ЭКОНОМЬТЕ НА ОБОРУДОВАНИИ РАБОЧИХ МЕСТ!

Информируем работодателей о возможности получения субсидий для возмещения затрат на оборудование рабочих мест.

Для участия в мероприятии приглашаются индивидуальные предприниматели и юридические лица (за исключением государственных и муниципальных учреждений, некоммерческих организаций), осуществляющие деятельность на территории Свердловской области не менее 1 года.

Субсидии предоставляются для возмещения затрат на оборудование рабочих мест (мебель, компьютерная техника и т.д.) для трудоустройства: инвалидов – в размере фактически произведенных затрат, но не более 76 580 руб. за одно рабочее место; многодетных родителей, родителей, воспитывающих детей-инвалидов – в размере фактически произведенных затрат, но не более 50 000 руб. за одно рабочее место; наркозависимых лиц, прошедших курс реабилитации – в размере фактически произведенных затрат, но не более 77 980 руб. за одно рабочее место.

Обращаться: ул. Кунавина, 1, каб. 104, 204, тел. (3439) 32-56-36, (3439)32-42-62, эл. почта: vs_zemskaya@czn.kamensktel.ru, ustinova@czn.kamensktel.ru

Каменск-Уральский центр занятости

Уважаемые подписчики Колчеданской сельской администрации, по заверению руководства Асбестовского почтамта проблемы с закрытием почтового отделения в поселке – временные, на период их решения доставку газет и другие почтовые услуги будет осуществлять каменское передвижное отделение почты. Просим при возникновении проблем с получением газеты «Пламя» звонить в редакцию по тел. 39-93-69.

СРЕДА 2 октября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.50 Модный приговор (6+)
10.50 Жить здорово! (16+)
12.10, 17.00, 00.05, 03.05 Время покажет (16+)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 «Мужское/Женское» (16+)
18.00 Вечерние новости
18.30, 03.45 На самом деле (16+)
19.40 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Т/с «Знахарь» (16+)
23.30 Вечерний Ургант (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 «Утро России»
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут» (12+)
14.45 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» (16+)
21.00 Т/с «Сильная слабая женщина» (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
02.00 Т/с «Екатерина» (12+)
03.40 Т/с «Семейный детектив» (12+)

МАТЧ

06.00 Д/с «Вся правда про...» (12+)
06.30 Д/с «Жестокий спорт» (16+)
07.00, 10.25, 13.10, 20.30 Новости
07.05, 10.30, 13.15, 20.55, 00.15 Все на Матч!
07.55 Волейбол. Кубок мира. Мужчины. Россия - Канада (0+)
09.55, 17.30 Легкая атлетика. Чемпионат мира (0+)
11.10 Футбол. Лига чемпионов. «Тоттенхэм» (Англия) - «Бавария» (Германия) (0+)
13.55 Бокс. Чемпионат мира. Женщины. Церемония открытия (16+)
15.30 Футбол. Лига чемпионов. «Ювентус» (Италия) - «Байер» (Германия) (0+)
20.35, 03.05 Специальный репортаж «Локомотив» - «Атлетико» Live (12+)
21.15 Футбол. Лига чемпионов. «Зенит» (Россия) - «Бенфика» (Португалия) (0+)
01.05 Футбол. Лига чемпионов. «Валенсия» (Испания) - «Аякс» (Нидерланды) (0+)
03.25 Кубок Либертадорес. 1/2 финала. «Гремио» (Бразилия) - «Фламенго» (Бразилия) (0+)
05.25 Обзор Лиги чемпионов (12+)

НТВ

05.05 Т/с «ППС» (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.05 «Мальцева» (12+)
09.05 Т/с «Мухтар. Новый след» (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Сегодня
10.20 Т/с «Лесник. Своя земля» (16+)
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00, 02.30 «Место встречи» (16+)
16.30 «Ты не поверишь!» (16+)
17.00 «ДНК» (16+)
18.00 «Своя правда» (16+)
19.40 Т/с «Тень за спиной» (16+)
22.55 «Основано на реальных событиях» (16+)
23.50 «Сегодня. Спорт» (16+)
23.55 Торжественная церемония вручения

телевизионной премии «ТЭФИ-2019» (12+)
04.25 «Однажды...» (16+)

СТС

06.00, 05.10 «Ералаш»
06.25 М/с «Драконы. Гонки по краю», «Приключения Вуди и его друзей» (0+)
07.55 «Уральские пельмени. СмехBook» (16+)
09.05 Х/ф «Призрачный гонщик» (16+)
11.10 Х/ф «Призрачный гонщик. Дух мщения» (12+)
13.10 Т/с «Кухня» (12+)
18.00 Т/с «Воронины» (16+)
20.00 Х/ф «Бросок кобры» (16+)
22.20 Х/ф «Бросок кобры 2» (16+)
00.25 Х/ф «Возмещение ущерба» (16+)
02.25 «Супермамочка» (16+)
03.15 Т/с «Молодежка» (16+)
04.50 Т/с «Новый человек» (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка» (16+)
06.40, 06.25 «6 кадров» (16+)
07.35 «По делам несовершеннолетних» (16+)
08.35 «Давай разведемся!» (16+)
09.40, 05.10 «Тест на отцовство» (16+)
10.40, 03.35 Д/с «Реальная мистика» (16+)
12.45, 02.15 Д/с «Понять. Простить» (16+)
14.35, 01.45 Д/с «Порча» (16+)
15.05 Х/ф «Моя новая жизнь» (16+)
19.00 Х/ф «Рябины гроздь алые» (16+)
23.00 Т/с «Забудь и вспомни» (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром» (12+)
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.20 «Не факт!» (6+)
08.55 Д/ф «Стрелковое оружие Второй мировой» (12+)
09.50, 10.05, 13.20, 14.05 Т/с «Логово змея» (16+)
10.00, 14.00 Военные новости
16.20, 21.25 «Открытый эфир» (12+)
18.30 «Специальный репортаж» (12+)
18.50 Д/с «Без права на ошибку. История и вооружение инженерных войск» (12+)
19.40 «Последний день» (12+)
20.25 Д/с «Секретные материалы» (12+)
23.05 «Между тем» (12+)
23.40 Х/ф «Шестой» (12+)
01.20 Х/ф «Дураки умирают по пятницам» (16+)
02.55 Х/ф «Ночной патруль» (12+)
04.30 Х/ф «Зимородок» (6+)

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30 «ТНТ. Gold» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой» (16+)
12.30 «Спаси свою любовь» (16+)
13.30, 14.00, 14.30 Т/с «СашаТаня» (16+)
15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с «Универ» (16+)
17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с «Интерны» (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки» (16+)
20.00, 20.30 Т/с «Триада» (16+)
21.00 Т/с «Однажды в России» (16+)
22.00 «Где логика?» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
01.05, 02.05 «Stand Up» (16+)

ОТВ

06.00, 12.30, 21.00, 02.35 «Новости ТАУ» (9 1/2) (16+)
07.05 М/с «Маша и Медведь» (0+)
07.55 «Йога в Крыму» (6+)
08.00 «Утренний экспресс»
09.00 Х/ф «Мать и мачеха» (16+)
10.40, 13.30, 22.40, 02.15, 05.00 «Патрульный участок» (16+)
11.00 Любовь Успенская на музыкальном фестивале «Жара» (12+)

13.55 «Большой поход Гумбольдта» (6+)
14.20 Х/ф «Принц Сибири» (16+)
16.50 «Обзорная экскурсия» (6+)
17.00, 22.30 «События. Акцент с Евгением Енинным» (16+)
17.15, 23.00 Х/ф «Метод Фрейда» (16+)
19.00 «События. Итоги дня»
20.30 «События»
22.00, 04.30, 05.30 «События» (16+)
00.45 Баскетбол. Чемпионат России. «УГМК» (Екатеринбург) - «Динамо» (Москва) (6+)
03.35 Д/ф «Один на один» (18+)
05.20 «Действующие лица»

Уважаемые граждане!

В связи с тем, что участились пожары на незарегистрированных объектах, предоставляющих социальные услуги с нарушением требований пожарной безопасности и санитарно-эпидемиологических правил, в целях сохранения жизни и здоровья граждан просим быть бдительными, осторожными, не обращаться, а также не направлять близких пожилого возраста, инвалидов, нуждающихся в посторонней помощи в организации или к гражданам, которые размещают нуждающихся лиц с нарушением санитарно-эпидемиологических и противопожарных правил.

За оказанием социальных услуг можете обратиться в Государственное автономное учреждение Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания города Каменска-Уральского» по адресу: г. Каменск-Уральский, ул. Алюминиевая, 12, телефон (3439) 39-90-66.

Управление по социальной политике Каменска-Уральского и Каменского района

ИНФОРМАЦИЯ о результатах конкурса на замещение вакантной должности руководителя – Директор МКУ «Управление хозяйством Каменского городского округа».

Администрацией Каменского городского округа 24 сентября 2019 г. проведен конкурс на замещение вакантной должности руководителя муниципального казенного учреждения – Директор МКУ «Управление хозяйством Каменского городского округа». По результатам конкурса, объявленного 26.08.2019 г., на основании протокола конкурсной комиссии от 24.09.2019 г. №1 победителем признан Коровин Андрей Вадимович.

Документы кандидатов, участвовавших в конкурсе, могут быть возвращены по их письменному заявлению, представленному в адрес Администрации Каменского городского округа (г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 38а, каб. № 19).

НЕ ЗАБУДЬТЕ ПРОВЕРИТЬ НАЛОГОВУЮ ЗАДОЛЖЕННОСТЬ

Напоминаем о необходимости погашения имеющейся задолженности по имущественным налогам: на имущество, транспортному и земельному налогам.

Получить актуальную информацию о наличии (либо отсутствии) задолженности, а также оплатить ее возможно с помощью: электронных сервисов «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц», «Уплата налогов, страховых взносов физических лиц», «Уплата налогов за третьих лиц» на сайте ФНС России www.nalog.ru; портала госуслуг www.gosuslugi.ru; отделений Сбербанка, зная свой ИНН; мобильного приложения на мобильном телефоне, смартфоне, планшетном компьютере «Личный кабинет для физических лиц».

Межрайонная ИФНС России №22 по Свердловской области

ЧЕТВЕРГ 3 октября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.50 Модный приговор (6+)
10.50 Жить здорово! (16+)
12.10, 17.00, 00.05, 03.05 Время покажет (16+)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 «Мужское/Женское» (16+)
18.00 Вечерние новости
18.30, 03.40 На самом деле (16+)
19.40 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Т/с «Знахарь» (16+)
23.30 Вечерний Ургант (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 «Утро России»
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут» (12+)
14.45 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» (16+)
21.00 Т/с «Сильная слабая женщина» (12+)
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
02.00 Т/с «Екатерина» (12+)
03.40 Т/с «Семейный детектив» (12+)

МАТЧ

06.00 Д/ц «Вся правда про...» (12+)
06.30 Д/ц «Жестокий спорт» (16+)
07.00, 08.00, 10.05, 12.15, 15.20 Новости
07.05, 15.25, 00.15 Все на Матч!
08.05 Футбол. Лига чемпионов. «Ливерпуль» (Англия) - «Зальцбург» (Австрия) (0+)
10.15 Футбол. Лига чемпионов. «Барселона» (Испания) - «Интер» (Италия) (0+)
12.20 Специальный репортаж «Джентльмены регбийной удачи» (12+)
12.40 Регби. Чемпионат мира. Россия - Ирландия (0+)
16.00 Специальный репортаж «Зенит» - «Бенфика» Live» (12+)
16.20 Континентальный вечер
16.50 Хоккей. КХЛ. «Металлург» (Магнитогорск) - «Локомотив» (Ярославль) (0+)
19.25 Футбол. Лига Европы. ЦСКА (Россия) - «Эспаньол» (Испания) (0+)
21.50 Футбол. Лига Европы. «Краснодар» (Россия) - «Хетафе» (Испания) (0+)
01.00 Легкая атлетика. Чемпионат мира. Финалы (0+)
03.30 Футбол. Лига Европы. «Фейеноорд» (Нидерланды) - «Порту» (Португалия) (0+)
05.30 Обзор Лиги Европы (12+)

НТВ

05.00, 02.25 Т/с «ППС» (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.05 «Мальцева» (12+)
09.05 Т/с «Мухтар. Новый след» (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Сегодня
10.20 Т/с «Инспектор Купер. Невидимый враг» (16+)
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00, 00.25 «Место встречи» (16+)
16.30 «Ты не поверишь!» (16+)
17.00 «ДНК» (16+)
18.00 «Своя правда» (16+)
19.40 Т/с «Тень за спиной» (16+)
22.55 «Основано на реальных событиях» (16+)

23.50 «Сегодня. Спорт» (16+)
23.55 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+)

СТС

06.00, 05.30 «Ералаш»
06.25 М/с «Драконы. Гонки по краю», «Приключения Вуди и его друзей» (0+)
07.55 «Уральские пельмени. СмехBook» (16+)
08.40 Х/ф «Бросок кобры» (16+)
11.00 Х/ф «Бросок кобры 2» (16+)
13.10 Т/с «Кухня» (12+)
18.00 Т/с «Воронины» (16+)
20.00 Х/ф «Новый человек-паук» (12+)
22.45 Х/ф «Новый человек-паук. Высокое напряжение» (16+)
01.35 Х/ф «Спасатель» (16+)
03.45 Х/ф «Пришельцы» (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка» (16+)
06.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)
07.40 «Давай разведемся!» (16+)
08.45, 05.20 «Тест на отцовство» (16+)
09.45, 03.40 Д/с «Реальная мистика» (16+)
11.50, 02.20 Д/с «Понять. Простить» (16+)
13.40, 01.50 Д/с «Порча» (16+)
14.10 «Детский доктор» (16+)
19.25 Х/ф «Развод и девичья фамилия» (16+)
19.00 Х/ф «Яблоневый сад» (16+)
23.05 Т/с «Забудь и вспомни» (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром» (12+)
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.20 «Не факт!» (6+)
08.55 Д/ф «Стрелковое оружие Второй мировой» (12+)
09.50, 10.05, 13.20 Т/с «Логово змея» (16+)
10.00, 14.00 Военные новости
14.10 Х/ф «Я объявляю вам войну» (12+)
16.20, 21.25 «Открытый эфир» (12+)
18.30 «Специальный репортаж» (12+)
18.50 Д/с «Без права на ошибку. История и вооружение инженерных войск» (12+)
19.40 «Легенды кино» (6+)
20.25 «Код доступа» (12+)
23.05 «Между тем» (12+)
23.40 Х/ф «Сицилианская защита» (6+)
01.35 Х/ф «Удар! Еще удар!» (0+)
03.05 Х/ф «Шестой» (12+)
04.25 Х/ф «Посейдон» (12+)
05.25 Д/ф «Живые строки войны» (12+)

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30 «ТНТ. Gold» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой» (16+)
12.30 «Спаси свою любовь» (16+)
13.30, 14.00, 14.30 Т/с «СашаТаня» (16+)
15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с «Универ» (16+)
17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с «Интерны» (16+)
19.00 Т/с «Полицейский с Рублевки» (16+)
20.00, 20.30 Т/с «Триада» (16+)
21.00 Шоу «Студия «Союз» (16+)
22.00 «Импровизация» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
01.05, 02.05 «Stand Up» (16+)

ОТВ

06.00, 12.30, 21.00, 02.35 «Новости ТАУ «9 1/2» (16+)
07.05 М/с «Маша и Медведь» (0+)
07.30 «События. Итоги дня». Специальный проект. (16+)
08.00 «Утренний экспресс»
09.00 Х/ф «Мать и мачеха» (16+)
10.40, 13.30, 22.40, 02.15, 05.00 «Патрульный участок» (16+)
11.00 «События. Итоги дня» (16+)
13.55 «Парламентское время» (16+)
14.20 Х/ф «Принц Сибири» (16+)

16.50 «Обзорная экскурсия» (6+)
17.00, 04.20 «Кабинет министров» (16+)
17.15, 23.00 Х/ф «Метод Фрейда» (16+)
19.00 «События. Итоги дня»
20.30 «События»
22.00, 04.30, 05.30 «События» (16+)
22.30 «События. Акцент с Евгением Ениным» (16+)
00.45 Т/с «Троецарствие» (16+)
03.35 Д/ф «Александр Суворов. Перейти через Альпы» (12+)
05.20 «Действующие лица»

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Уважаемые ветераны, с Днем пожилого человека!

Желаем счастья вам, здоровья
И в жизни долгих, долгих лет,
Не знать печали нам и горя,
Счастливо жить, не зная бед!

Кисловская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе

Уважаемые пенсионеры, дорогие ветераны! Поздравляем вас с Днем пожилого человека!

Для вас у нас немало слов хвалебных,
В них нужный смысл сумеем мы вложить.
Пусть эти строки, как бальзам целебный,
Наполнят вашу душу жаждой жить!

Новоисетская сельская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе

Поздравляем всех пенсионеров Покровской территории с Международным днем пожилых людей!

Всем нашим пенсионерам хотим пожелать: крепкого здоровья, солнечных дней, искренней заботы и внимания со стороны родных и близких! Пусть ваши сердца наполняются любовью, а беззаботность дарит удовлетворение. Достатка вам, поддержки и много добра!

Покровская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе

Поздравляем всех пенсионеров Горноисетской территории с Днем пожилых людей!

Хочется пожелать долгих и добрых лет жизни, спокойствия и тепла на душе, любви и доброты в сердце, ощущения счастья и радости, благополучия и улыбок родных.

Горноисетская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе

Дорогие земляки!

В Международный день пожилых людей желаем вам улыбок, добра и человеческого тепла! Пусть каждый будет одарен вниманием и пониманием родных, заботой и душевностью. Долгих вам лет жизни, здоровья и мира в душе.

Барановская администрация, совет ветеранов, женсовет

СОБОЛЕЗНОВАНИЕ

Выражаем искренние соболезнования родным и близким **Кузнецовой Фаины Васильевны** – Почетного гражданина Каменского района, в связи с ее кончиной. Фаина Васильевна проработала 35 лет в отрасли сельского хозяйства Каменского района, из них 5 лет агрономом управления сельского хозяйства и более 25 лет на руководящих должностях в совхозе «Исетский» (крупное овощеводческое хозяйство Свердловской области). Искренне разделяем вашу боль и передаем слова сочувствия и поддержки.

Коллектив Каменского управления АПК

ПЯТНИЦА 4 октября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.15 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.50 Модный приговор (6+)
10.50 Жить здорово! (16+)
12.10, 17.00 Время покажет (16+)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 «Мужское/Женское» (16+)
18.00 Вечерние новости
18.35 Человек и закон (16+)
19.50 Поле чудес (16+)
21.00 Время
21.30 Сегодня вечером (16+)
23.30 «Голос 60+». Финал (12+)
01.30 Вечерний Ургант (16+)
02.25 Д/ф «Джон и Йоко» (16+)
04.10 Про любовь (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 «Утро России»
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+)
12.50, 18.50 «60 Минут» (12+)
14.45 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» (16+)
21.00 «Юморина» (16+)
23.20 Х/ф «Выйти замуж за генерала» (16+)
03.05 Х/ф «Любовь приходит не одна» (16+)

МАТЧ

06.00 Д/ц «Вся правда про...» (12+)
06.30 Д/ц «Жестокий спорт» (16+)
07.00, 09.55, 12.00, 14.55, 17.25, 19.00, 22.30 Новости
07.05, 12.05, 15.00, 19.05, 22.35 Все на Матч!
07.55 Волейбол. Кубок мира. Мужчины. Россия - Австралия (0+)
10.00 Футбол. Лига Европы. «Арсенал» (Англия) - «Стандард» (Бельгия) (0+)
12.35 Футбол. Лига Европы. АЗ (Нидерланды) - «Манчестер Юнайтед» (Англия) (0+)
14.35 «Таёт лед» (12+)
15.55, 03.00 Смешанные единоборства. Андрей Корешков. Путь бойца. Специальный обзор (16+)
16.55 «Гран-при с Алексеем Поповым» (12+)
17.30 Все на футбол! Афиша (12+)
18.30 «На гол старше» (12+)
20.05 Легкая атлетика. Чемпионат мира. Финалы (0+)
23.30 Легкая атлетика. Чемпионат мира. Ходьба (0+)
01.00 Футбол. Чемпионат Франции. «Амьен» - «Марсель» (0+)
04.00 Смешанные единоборства. Bellator. Андрей Корешков против Лоренца Ларкина (16+)

НТВ

05.00 Т/с «ППС» (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.05 «Доктор Свет» (16+)
09.05 Т/с «Мухтар. Новый след» (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
10.20 Т/с «Инспектор Купер. Невидимый враг» (16+)
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00, 02.55 «Место встречи» (16+)
16.30 «Ты не поверишь!» (16+)
17.00 «ДНК» (16+)
18.00 «Жди меня» (12+)
19.40 Х/ф «Черный пес» (16+)

23.20 «ЧП. Расследование» (16+)
23.50 Х/ф «Учитель в законе» (16+)
01.50 «Квартирный вопрос» (0+)

СТС

06.00 «Ералаш»
06.25 М/с «Драконы. Гонки по краю», «Приключения Вуди и его друзей» (0+)
07.55 «Уральские пельмени. СмехBook» (16+)
08.30 Х/ф «Спасатель» (16+)
11.25 Х/ф «Три Икс» (16+)
13.55 Х/ф «Новый человек-паук» (12+)
16.35 Х/ф «Новый человек-паук. Высокое напряжение» (16+)
19.25 Шоу «Уральских пельменей» (16+)
21.00 Х/ф «Лысый нянька. Спецзадание» (0+)
22.55 «Шоу выходного дня» (16+)
23.55 Х/ф «Терминал» (16+)
02.15 Х/ф «Возмещение ущерба» (16+)
03.55 Т/с «Молодежка» (16+)
05.30 Т/с «Новый человек» (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка» (16+)
06.40, 06.20 «6 кадров» (16+)
07.15 «По делам несовершеннолетних» (16+)
08.15 «Давай разведемся!» (16+)
09.20, 02.20 «Тест на отцовство» (16+)
10.20 Х/ф «Идеальный брак» (16+)
19.00 Х/ф «Цветы от Лизы» (16+)
23.20 «Про здоровье» (16+)
23.35 Х/ф «Девочка» (18+)
03.10 Д/ц «За любовь в монастырь» (16+)

ЗВЕЗДА

06.05 Х/ф «Шел четвертый год войны...» (12+)
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.20, 10.05 Х/ф «Даурия» (0+)
10.00, 14.00 Военные новости
12.20, 13.20, 14.05, 17.40, 18.35, 21.25 Т/с «Убить Сталина» (16+)
23.10 «Десять фотографий» (6+)
00.00 Х/ф «Пять минут страха» (12+)
01.50 Х/ф «Соучастники» (18+)
03.25 Х/ф «Степень риска» (16+)
04.55 Д/ф «Калашников» (12+)
05.20 Д/ф «Гагарин» (12+)

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30 «ТНТ. Gold» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой» (16+)
12.30 «Спаси свою любовь» (16+)
13.30 «Большой завтрак» (16+)
14.00, 14.30 Т/с «СашаТаня» (16+)
15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с «Универ» (16+)
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 Т/с «Интерны» (16+)
20.00 «Comedy Woman» (16+)
21.00 «Комеди Клуб» (16+)
22.00, 03.20, 04.10 «Открытый микрофон» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
01.05 «Такое кино!» (16+)
01.35 Х/ф «Оптом дешевле» (12+)

ОТВ

06.00, 12.30, 21.00, 02.35 «Новости ТАУ «9 1/2» (16+)
07.05 М/с «Маша и Медведь» (0+)
07.55 «Йога в Крыму» (6+)
08.00 «Утренний экспресс»
09.00 Х/ф «Американская дочь» (16+)
10.40, 13.30, 22.40, 01.10, 05.30 «Патрульный участок» (16+)
11.00 «События. Итоги дня» (16+)
13.55 «Национальное измерение» (16+)
14.20 Х/ф «Принц Сибири» (16+)
16.50 «Обзорная экскурсия» (6+)
17.00 «Новости ТМК» (16+)
17.15 Х/ф «Метод Фрейда» (16+)

19.00 «События. Итоги дня»
20.30 «События»
22.00 «События» (16+)
22.30 «События. Акцент с Евгением Ениным» (16+)
23.00 Х/ф «Учитель на замену» (16+)
00.40 «Четвертая власть» (16+)
01.30 «Ночь в филармонии» (0+)
02.20 «Обзорная экскурсия» (6+)
03.35 Д/ф «Моздок. Летопись темного леса» (12+)
04.20 «Кабинет министров» (16+)
04.30 «Парламентское время» (16+)
05.50 «Действующие лица»

Гороскоп с 30 сентября по 6 октября

Овен. Не везет с денежными вопросами. Займитесь поисками дополнительного заработка.

Телец. У вас появится соблазн отложить решение возникших проблем. Не совершайте ошибку: потом может быть уже поздно!

Близнецы. Отношения с партнером станут более доверительными. Попробуйте его попросить о том, о чем раньше не решались.

Рак. Даже с самыми несговорчивыми людьми вы сможете найти общий язык. Сейчас нужно решать споры и обсуждать сложности.

Лев. Вы привыкли быть в центре внимания, коллеги начнут вам завидовать. Избегайте конфликтов с родственниками – примирение будет долгим.

Дева. Прежде чем принимать предложения, взвесьте все «за» и «против». Будьте аккуратнее в финансовых вопросах!

Весы. В этот период будет чувство усталости. Уделите внимание пожилым родственникам, им сейчас нужно ваше присутствие рядом.

Скорпион. Придется решать вопросы и в личной жизни, и на работе. Бдительность стоит проявить в завязывании новых знакомств.

Стрелец. Старайтесь держаться оптимистично, иначе проблемам не будет конца. В отношениях с родными могут появиться разногласия.

Козерог. Работа выйдет на первый план. Вам поручат задание, от выполнения которого будет зависеть ваше дальнейшее профессиональное будущее.

Водолей. Ждите изменений в личной жизни. Будьте внимательны к самочувствию. Если есть возможность, возьмите отпуск.

Рыбы. Этот период станет светлым и волнительным. Ожидается большое количество дел первостепенной важности. Особое внимание обратите на документы.

Матепуал с сайта astro-ru.ru

Предприятию в г. Нижневартовск ХМАО-Югра требуются вахтовым методом из других регионов России:

- **Водители с категорией «ВСД»**
- **Водители с категорией «Е»**
- **с опытом работы на полуприцепах**
- **Машинисты крана автомобильного**
- **Стропальщики**

Опыт работы обязателен. Вахта 45 дней. Оплачивается проезд к месту работы и обратно железнодорожным транспортом.

Предоставляется общежитие, организовано 3-разовое питание, медицинское обслуживание.

- Информация по телефонам: (3466) 29-65-25, 61-33-61, 61-33-56.
- E-mail: ral-brok@nv-net.ru
- Адрес: 628606 ХМАО-Югра, г. Нижневартовск, ул. Индустриальная, 26 А.

СУББОТА 5 октября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.05, 06.10 Т/с «Безопасность» (16+)
06.00, 10.00, 12.00 Новости
08.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
08.55 Умницы и умники (12+)
09.45 Слово пастыря (0+)
10.10 Голос. На самой высокой ноте (12+)
11.10 Теория заговора (16+)
12.15 К юбилею Александра Михайлова. «Кино, любовь и голуби» (12+)
13.20 Х/ф «Одиноким предоставляется общежитие» (12+)
15.00 Наедине со всеми (16+)
16.00 Х/ф «Мужики!» (6+)
18.00 Кто хочет стать миллионером? (12+)
19.30 Сегодня вечером (16+)
21.00 Время
21.30 Голос 60+ (12+)
23.15 Что? Где? Когда?
00.25 Х/ф «Убийство в Восточном экспрессе» (16+)
02.35 Х/ф «Джентльмены предпочитают блондинок» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России. Суббота»
08.15 «По секрету всему свету»
08.40 Местное время. Суббота (12+)
09.20 «Грозный. Дорога к миру» (12+)
10.10 «Сто к одному»
11.00 Вести
11.20 Вести. Местное время
11.40 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
13.50 Х/ф «Надломленные души» (12+)
18.00 «Привет, Андрей!». Вечернее шоу Андрея Малахова (12+)
20.00 Вести в субботу
21.00 Х/ф «Снежная королева» (16+)
01.00 Х/ф «Братские узы» (12+)

МАТЧ

06.00 «Реальный спорт. Единоборства» (16+)
06.45 Д/ц «Вся правда про...» (12+)
07.15, 11.35, 15.00, 18.15, 21.00, 23.40 Все на Матч!
07.55 Волейбол. Кубок мира. Мужчины. Россия - Бразилия (0+)
09.55, 12.50, 14.55, 18.10, 20.55 Новости
10.05 Все на футбол! Афиша (12+)
11.05 «На гол старше» (12+)
12.30 Специальный репортаж «Джентльмены регбийной удачи» (12+)
12.55 Смешанные единоборства. Bellator. Андрей Корешков против Лоренца Ларкина (16+)
15.30 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. «Ростов-Дон» (Россия) - «Люблин» (Польша) (0+)
18.55 Футбол. Российская Премьер-лига. «Сочи» - «Крылья Советов» (Самара) (0+)
21.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Дженоа» - «Милан» (0+)
00.10 «Кибератлетика» (16+)
00.40 Футбол. Чемпионат Франции. «Монпелье» - «Монако» (0+)
02.40 Х/ф «Лучший из лучших 4» (18+)
04.25 «Команда мечты» (12+)
04.55 Волейбол. Кубок мира. Мужчины. Россия - Египет (0+)

НТВ

05.00 «ЧП. Расследование» (16+)
05.35 Х/ф «Из жизни начальника уголовного розыска» (12+)
07.20 «Смотр» (0+)

08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 «Готовим с Алексеем Зиминим» (0+)
08.45 «Кто в доме хозяин?» (12+)
09.25 «Едим дома» (0+)
10.20 «Главная дорога» (16+)
11.00 «Еда живая и мертвая» (12+)
12.00 «Квартирный вопрос» (0+)
13.00 «Поедем, поедим!» (0+)
14.00 «Своя игра» (0+)
16.20 «Следствие вели...» (16+)
17.15 «Последние 24 часа» (16+)
19.00 «Центральное телевидение» (16+)
21.00 «Россия рулит!» (12+)
23.20 «Международная пилорама» (18+)
00.15 «Квартирник НТВ у Маргулиса» (16+)
01.35 «Фоменко фейк» (16+)
02.00 «Дачный ответ» (0+)
03.00 Х/ф «Свои» (16+)

СТС

06.00, 05.30 «Ералаш»
06.50 М/с «Приключения кота в сапогах», «Спирит. Дух свободы», «Три кота», «Том и Джерри» (0+)
08.30 «Уральские пельмени. СмехBook» (16+)
09.20 «ПроСТО кухня» (12+)
10.25 Т/с «Воронины» (16+)
13.00 «Форт Боярд. Возвращение» (16+)
14.35 Х/ф «Терминал» (16+)
17.10 Х/ф «Лысый нянька. Спецзадание» (0+)
19.05 М/ф «Босс-молокосос» (6+)
21.00 Х/ф «Мстители. Война бесконечности» (16+)
00.00 Х/ф «Черный рыцарь» (12+)
01.55 Х/ф «Мистер Холмс» (16+)
03.35 Т/с «Молодежка» (16+)
05.05 Т/с «Новый человек» (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка» (16+)
06.40, 06.10 «6 кадров» (16+)
07.15, 01.30 Х/ф «Три тополя на Плющихе» (0+)
08.50 Х/ф «Девочка» (16+)
11.35, 02.55 Х/ф «Мой любимый папа» (16+)
19.00 Х/ф «Буду верной женой» (16+)
23.20 «Детский доктор» (16+)
23.35 Х/ф «Эгоист» (16+)

ЗВЕЗДА

06.10 Х/ф «Старик Хоттабыч» (0+)
08.00 «Морской бой» (6+)
09.00, 13.00, 18.00 Новости дня
09.15 «Легенды цирка с Эдгардом Запашным» (6+)
09.40 «Последний день» (12+)
10.30 «Не факт!» (6+)
11.00 «Улика из прошлого» (16+)
11.55 Д/с «Загадки века. 18 неизвестных лет Христа» (12+)
12.45, 13.15 «Специальный репортаж» (12+)
13.35 Т/с «Кремень» (16+)
18.10 «За дело!» (12+)
18.25 Т/с «Кремень. Освобождение» (16+)
23.00 Х/ф «Я объявляю вам войну» (12+)
00.55 Х/ф «Я служу на границе» (6+)
02.35 Х/ф «Даурия» (0+)
05.30 Д/с «Хроника Победы» (12+)

ТНТ

07.00, 07.30, 08.30 «ТНТ. Gold» (16+)
08.00, 01.05 «ТНТ Music» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
11.00 «Большой завтрак» (16+)
11.30, 12.30, 13.30 «Где логика?» (16+)
14.30, 15.30, 16.30 «Комеди Клуб» (16+)
17.30, 18.00, 18.30, 19.00 Т/с «Триада» (16+)
19.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
21.00 «Танцы» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
01.35 Х/ф «Оптом дешевле 2» (12+)

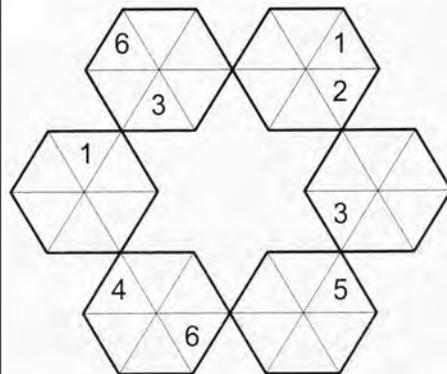
ОТВ

06.00 «Новости ТАУ «9 1/2» (16+)
07.00 «События. Итоги дня» (16+)
08.30 М/с «Маша и Медведь» (0+)
09.00 Х/ф «Мой ласковый и нежный зверь» (16+)
10.55 «Обзорная экскурсия» (6+)
11.10 «О личном и наличном» (12+)
11.30 Программа Г. Левиной «Рецепт» (16+)
12.00 «Национальное измерение» (16+)
12.30, 04.50 «Патрульный участок. На дорогах» (16+)
13.00 «Наследники Урарту» (16+)
13.15 «Новости УГМК»
13.30 Х/ф «Мы, нижеподписавшиеся» (12+)
16.15 «Прокуратура. На страже закона» (16+)
16.30, 21.00, 05.35 Итоги недели
17.00 Хоккей. Чемпионат КХЛ. «Автомобилист» (Екатеринбург) - «Динамо» (Москва). Прямая трансляция. В перерывах - «Обзорная экскурсия» (6+)
19.40 «Территория права» (16+)
20.00 Д/ф «Александр I. Таинственное исчезновение или Тень Федора Кузьмича» (12+)
21.50 Х/ф «Остров везения» (16+)
23.15 Х/ф «Машина времени в джакузи» (16+)
00.50 Х/ф «Учитель на замену» (16+)
02.25 «МузЕвропа. Clean Bandit» (12+)
03.10 Телепроект ОТВ «Свердловское время-85. Мы ждем перемен!» 1 ч. (16+)
03.50 «Парламентское время» (16+)
05.15 «Действующие лица»

В газете «Пламя» №75 от 24.09.19 опубликован ряд нормативно-правовых актов, в том числе: информ. сообщение КУМИ о предоставлении земельных участков для сельскохозяйственного использования, о проведении аукциона на право заключения договоров аренды на предоставление земельных участков для ведения личного подсобного хозяйства в п. Солнечный, с. Щербаково, д. М. Белоносова, для индивидуального жилищного строительства – в д. Брод, п. Мартюш, д. Богатенкова; постановление о проведении публичных слушаний по предоставлению разрешения: на условно разрешенный вид использования земельного участка в пгт. Мартюш (10 октября в 17.00 в Бродовской администрации); на отклонение от предельных параметров разрешенного строительства, реконструкции объектов капитального строительства для земельных участков в д. Брод (10 октября в 17.15 в Бродовской администрации).

СУДОКУ-СНЕЖИНКА

Заполните сетку цифрами от 1 до 6, чтобы в каждом шестиугольнике и каждой линии по всем трем направлениям (по горизонтали и обеим диагоналям) все цифры встречались только по одному разу.



Ответы – в следующем номере.

ВОСКРЕСЕНЬЕ 6 октября

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

04.40, 06.10 Т/с «Безопасность» (16+)
06.00, 10.00, 12.00 Новости
07.40 Часовой (12+)
08.10 Здоровье (16+)
09.20 Непутевые заметки (12+)
10.10 Жизнь других (12+)
11.10, 12.15 Видели видео? (6+)
13.55 Страна Советов. Забытые вожди (16+)
16.00 Праздничный концерт к Дню учителя (12+)
18.10 Щас спую! (12+)
19.25 Лучше всех! (0+)
21.00 Время
22.00 Большая игра (16+)
23.45 X/ф «Воды слонам!» (16+)
02.00 На самом деле (16+)
03.00 Про любовь (16+)
03.55 Наедине со всеми (16+)

РОССИЯ 1

04.40 «Сам себе режиссер»
05.20, 01.50 X/ф «Служанка трех господ» (12+)
07.20 «Семейные каникулы»
07.30 «Смехопанорама»
08.00 «Утренняя почта»
08.40 Местное время. Воскресенье
09.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
10.10 «Сто к одному»
11.00 Вести
11.20 «Смеяться разрешается»
13.40 X/ф «Доктор Улитка» (12+)
17.50 «Удивительные люди-4» (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
00.50 «Дежурный по стране». Михаил Жванецкий
03.50 Т/с «Гражданин начальник» (16+)

МАТЧ

06.00, 15.30 Волейбол. Кубок мира. Мужчины. Россия - Египет (0+)
06.55 Футбол. Чемпионат Германии. «Бавария» - «Хоффенхайм» (0+)
08.55 Футбол. Чемпионат Испании. «Реал» (Мадрид) - «Гранада» (0+)
10.50, 15.25, 17.30 Новости
10.55 Футбол. Чемпионат Германии. «Байер» - «Лейпциг» (0+)
12.55, 17.35, 23.40 Все на Матч!
13.25 Футбол. Чемпионат Италии. «Фиорентина» - «Удинезе» (0+)
18.25 Футбол. Российская Премьер-лига. «Краснодар» - «Спартак» (Москва) (0+)
20.55 «После футбола» (12+)
21.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Интер» - «Ювентус» (0+)
00.10 «Дерби мозгов» (16+)
00.40 Легкая атлетика. Чемпионат мира. Финалы (0+)
03.00 Футбол. Чемпионат Франции. «Сент-Этьен» - «Лион» (0+)
05.00 Д/р «Спортивный детектив» (16+)

НТВ

05.00 Д/с «Таинственная Россия» (16+)
06.00 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.20 «Первая передача» (16+)
11.00 «Чудо техники» (12+)
11.50 «Дачный ответ» (0+)

13.00 «НашПотребНадзор» (16+)
14.00 «Секрет на миллион» (16+)
16.20 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации» (16+)
19.00 Итоги недели
20.10 «Звезды сошлись» (16+)
21.45 «Ты не поверишь!» (16+)
22.55 «Основано на реальных событиях» (16+)
02.30 Т/с «ППС» (16+)

СТС

06.00, 05.30 «Ералаш»
06.50 М/с «Приключения кота в сапогах», «Спирит. Дух свободы», «Три кота», «Царевны» (0+)
08.30 «Уральские пельмени. СмехBook» (16+)
09.30 «Рогов в городе» (16+)
10.35 Шоу «Уральских пельменей» (16+)
12.05 М/ф «Босс-молокосос» (6+)
14.00 X/ф «Мстители. Война бесконечности» (16+)
17.00 «Форт Боярд. Возвращение» (16+)
18.45 X/ф «Черная пантера» (16+)
21.30 X/ф «Человек-паук. Возвращение домой» (16+)
00.05 «Дело было вечером» (16+)
01.05 X/ф «Спасти рядового Райана» (16+)
03.55 X/ф «Ночные стражи» (12+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка» (16+)
06.40, 06.15 «6 кадров» (16+)
06.55, 01.20 X/ф «Я подарю себе чудо» (16+)
08.45 X/ф «Пять ужинов» (16+)
09.00 X/ф «Эгоист» (16+)
10.55, 12.00 X/ф «Если ты не со мной» (16+)
11.55 «Полезно и вкусно» (16+)
14.55 X/ф «Цветы от Лизы» (16+)
19.00 X/ф «Проездной билет» (16+)
23.05 «Про здоровье» (16+)
23.20 X/ф «Дважды в одну реку» (16+)
03.00 X/ф «Мой любимый папа» (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 X/ф «Поединок в тайге» (12+)
07.15 X/ф «Приказано взять живым» (0+)
09.00 Новости недели с Юрием Подкопальным
09.25 «Служу России» (12+)
09.55 «Военная приемка» (6+)
10.45 «Код доступа» (12+)
11.30 «Скрытые угрозы» (12+)
12.20 «Специальный репортаж» (12+)
12.55 Д/ф «Военная контрразведка. Новая эпоха» (12+)
13.50 Т/с «СМЕРШ. Дорога огня» (16+)
18.00 Главное с Ольгой Беловой
19.25 Д/с «Незримый бой» (16+)
23.00 «Фетисов» Ток-шоу (12+)
23.45 X/ф «Кадкина всякий знает» (0+)
01.20 X/ф «Полет с космонавтом» (6+)
02.45 X/ф «Вертикаль» (0+)
03.55 X/ф «Соучастники» (18+)
05.30 Д/с «Хроника Победы» (12+)

ТНТ

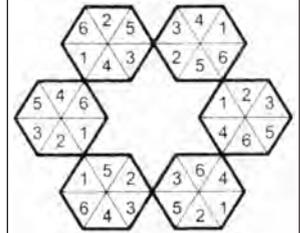
07.00, 07.30, 08.00, 08.30 «ТНТ. Gold» (16+)
09.00 «Дом-2» (16+)
11.00 «Перезагрузка» (16+)
12.00 «Битва экстрасенсов» (16+)
13.30 X/ф «Бабушка легкого поведения» (16+)
15.15 X/ф «Бабушка легкого поведения 2» (16+)

17.00, 18.00, 19.00 Т/с «Однажды в России» (16+)
20.00, 21.00 «Комеди Клуб» (16+)
22.00 «Stand Up» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
01.05 «Такое кино!» (16+)

ОТВ

06.00, 05.00 «Парламентское время» (16+)
07.05 «МузЕвропа. Clean Bandit» (12+)
08.00 X/ф «Приваловские миллионы» (12+)
10.55 X/ф «Мы, нижеподписавшиеся» (12+)
13.30, 02.50 X/ф «Американская дочь» (16+)
15.10 X/ф «Мой ласковый и нежный зверь» (16+)
17.00 X/ф «Орлова и Александров» (16+)
22.30, 04.35 Итоги недели
23.20 «Четвертая власть» (16+)
23.50 X/ф «Остров везения» (16+)
01.15 X/ф «Машина времени в джакузи» (16+)
04.20 «Прокуратура. На страже закона» (16+)

Ответы на sudoku, опубликованное в №74



ЗАБОР – строительство @
КРОВЛЯ – ремонт, замена шифера на профлист
Тел. 8-922-13-777-27.

СДАМ: 2-комнатную квартиру в Каменске-Уральском по ул. Свердловская, 6, первый этаж, без мебели. Стоимость – 11500 руб. плюс оплата по счетчикам.
Обращаться: тел. 8-902-878-87-68.

ПРОДАМ: автомобиль «Kia Rio» (2013 г.в., цвет серо-голубой, двигатель 1/6) – 440 тыс. руб.
Обращаться: тел. 8-950-551-01-71.

ПРОДАМ: косилку пальчиковую тракторную (ширина захвата 2,1 м); пускач к трактору Т-40; культиватор по обработке картофеля; грабли тракторные (ширина захвата 4 м), емкость для воды на колесах (600 л).
Обращаться: тел. 8-902-58-36-155.

ПРОДАМ: картофелесажалку 4-рядную; картофелекопалку 2-рядную КСТ-1,4; картофелеуборочный комбайн ККУ-2, КПК-3; косилку конную; культиватор пружинный для МТЗ-3-Т-40; вилы от кары.
Обращаться: тел. 8-912-689-92-81.

ПРОДАМ: подъемник от кары, пресс-подборщик «Кыргызстан», косилку для Т-16.
Обращаться: тел. 8-902-269-05-87.

Цены действуют до конца сентября

ТЕПЛИЦЫ: металлические от 10 500 руб. оцинкованные от 11 500 руб.

2 двери, 2 форточки, арки через метр и все комплектующие.

Поликарбонат с гарантией до 20 лет. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Тел. 8-982-643-3980, 8-905-807-1627, 8-950-552-6530

Сайт: www.мечта.плоскоземля.рф

Дорогие уральцы! День пожилых людей – замечательный праздник, который дает возможность выразить уважение и почтение нашим старшим землякам, коллегам, родным и близким за их мудрость, терпение и опыт, поблагодарить их за все, что они сделали для развития нашего региона и всей страны, для сохранения и приумножения традиционных ценностей.

В Свердловской области проживают более 1 миллиона 350 тысяч людей пожилого возраста. Помощь, поддержка и обеспечение достойных условий жизни уральцам старшего поколения являются несомненным приоритетом работы правительства Свердловской области. Мы сделаем все необходимое для того, чтобы обеспечить высокий уровень социальной защищенности в Свердловской области, сохранив региональные меры соцподдержки для людей пенсионного и предпенсионного возраста.

Уважаемые уральские ветераны! Поздравляю вас с праздником. Благодарю вас за деятельное участие в общественной жизни, весомый вклад в экономику региона, духовное и патриотическое воспитание молодежи, за вашу мудрость, опыт и душевную теплоту, которыми вы продолжаете щедро делиться с нами. Желаю вам крепкого здоровья, счастья, оптимизма, благополучия и активного долголетия, внимания и заботы родных и близких людей!

Е.В. Куйвашев, губернатор Свердловской области

Уважаемые жители старшего поколения Каменского городского округа! От всего сердца поздравляем вас с Днем пожилых людей – праздником мудрости и добра!

Эта дата – не напоминание людям старшего поколения об их возрасте, а прекрасная возможность сказать теплые слова благодарности вам – нашим отцам и матерям, ветеранам войны, труда, пенсионерам, всем пожилым жителям за вклад в развитие нашего района, за многолетний добросовестный труд.

Вы являетесь хранителями моральных ценностей и традиций, опорой и верными помощниками для детей и внуков. Вызывает уважение ваше активное участие в общественной и культурной жизни района. Отдельное спасибо ветеранам более старшего поколения, которые вынесли трудности военных лет, отстаивали независимость Родины, воссоздали страну.

Поздравляем всех, кто находится на заслуженном отдыхе или продолжает трудиться, несмотря на возраст. Пусть преклонные годы не станут поводом для уныния, а жизненных сил хватит надолго! Желаем вам доброго здоровья, бодрости духа, долгих счастливых лет жизни, любви и внимания со стороны родных и близких!

С.А. Белоусов, глава Каменского городского округа;

В.И. Чemezov, председатель думы

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Уважаемые пенсионеры Каменского района, поздравляем вас с Днем пожилого человека!

Желаем крепкого здоровья, внимания родных и близких, мира и дружбы на земле. Мир на планете зависит от нас, в каждой семье, на любом производстве мир укрепляйте, дружите, дерзайте. Родина наша дружбой крепка, мир на земле сохраним на века! Благодарим вас за благородный труд в сельском хозяйстве.

**Районный совет ветеранов,
В.Н. Соломен, председатель
совета ветеранов района**

С Днем пожилого человека!

В этот день мы хотим поздравить всех родных и дорогих нашему сердцу людей – старшее, мудрое поколение. Пусть ничто не омрачает ваших будней, а праздники сопровождают каждую минуту! Желаем, чтобы любовь ваших детей и смех ваших внуков наполняли радость души!

**Т.П. Неволина,
председатель правления Каменского РайПО**

Поздравляем с юбилеем Валентину Алексеевну Ляхову, Николая Николаевича Городилова, Нину Ивановну Яргину, Михаила Михайловича Курицына, Валентину Ивановну Бушуеву, Галину Васильевну Рыжкову, Валентину Алексеевну Воротникову, Виталия Владимировича Бабинова, Надежду Григорьевну Чemezову.

Пусть юбилей несет лишь счастье,
Ни капли грусти, ни одной слезы,
Душевного богатства и здоровья
Желаем мы от всей души!

**Новоисетская сельская администрация,
совет ветеранов, специалист по соцработе**

КАК ОТСРОЧИТЬ СТАРОСТЬ

Старость – это наследственно запрограммированное явление. Однако во многом старость человека определяется не его биологическим возрастом, а физическим и умственным состоянием, социальной активностью.

Почему необходимо движение?

Организм человека устроен так, что не может стоять на месте. Если он не развивается, то идет инволюция, то есть ухудшение его общего состояния. Результаты многих исследований показывают, что люди, хотя бы делающие утреннюю зарядку, живут дольше, чем проводящие жизнь на диване. Более того, в 40 лет необходимо двигаться больше, чем в 30, в 50 больше, чем в 40, и так далее – если вы хотите сохранить свой организм здоровым и работоспособным. Однако при этом нужно двигаться не быстрее или активнее, а дольше: много ходить и заниматься спортом, предполагающим кардионагрузку низкой и средней интенсивности: плаванием, катанием на лыжах или велосипеде. В результате регулярной физической нагрузки у пожилых людей улучшается качественный состав крови и ее защитная функция, повышается уровень гемоглобина и снабжение клеток тела кислородом, укрепляется иммунитет.

Что не тренируется – то отмирает

Один из механизмов, ведущий к старению – это регулярная гибель нервных клеток. После 25 лет у каждого человека ежедневно погибает примерно 10 тысяч нейронов в коре головного мозга. Это те из них, которые длительное время не работают. Чем меньше человек с возрастом напрягает свой мозг, тем более обвальным становится процесс гибели клеток. Мозг уже не может эффективно создавать и сохранять ассоциативные цепочки, постепенно ухудшаются память и все мыслительные процессы. Характерно то, что нейроны погибают неравномерно. Стремительнее всего происходит гибель нейронов так называемой черной субстанции, которая отвечает за плавность движений. Поэтому возникают заторможенность, шаркающая походка и другие внешние признаки старческого возраста.

Как замедлить старение мозга?

Существует известный общебиологический закон: старение меньше

всего поражает и позже всего захватывает тот орган, который больше всего работает. Поэтому всякая работа, требующая участия мозга, улучшает его функции. Исследования ученых в последнее время показывают, что у людей пожилого возраста, головной мозг которых продолжает активно работать, не снижаются умственные способности. А то незначительное ухудшение, которое порой все же наблюдается, несущественно – оно не мешает нормальному функционированию мозга и активной повседневной жизни. У эмоционально здоровых людей развитие интеллекта может продолжаться даже после 80 лет. Поэтому после выхода на пенсию стоит сосредоточиться на чтении, творчестве, получении новых знаний и даже освоении новой специальности. Тем более, что свободного времени становится больше, и его можно посвятить сохранению ясности сознания.

Продолжайте работать

Переход на пенсию после долгой трудовой жизни связан с резкими изменениями привычек и тягостным ощущением одиночества и собственной ненужности. А резкое нарушение привычного образа жизни очень часто ведет к ускорению процессов старения. Поэтому, если есть возможность, лучше всего остаться в привычном коллективе и вести прежнюю профессиональную деятельность при сниженной нагрузке. Тем более, что активного и бодрого 60-летнего человека нередко трудно назвать пожилым, и отправляться на покой ему может оказаться слишком скучно. Если же по состоянию здоровья человек не может продолжать работу по специальности, имеет смысл найти какую-либо иную форму труда. Например, преподавательскую деятельность, занятия с детьми или садово-огородные заботы. Главное – чувствовать себя нужным и приносящим реальную пользу.

Активность отсрочит старость

Что нужно знать о грядущей старости? Утверждение о том, что активная деятельность будто бы ускоряет старение, не имеет под собой никакой почвы. Наоборот, практика показывает, что у людей, не желающих стареть, интенсивно работающих и развивающих интеллект до глубокой старости, продолжительность жизни не сокращается, а увеличивается.

**М.М. Хамурзова, аспирант кафедры неврологии
и нейрохирургии РГМУ, врач-невролог**

Учредители: Администрация МО «Каменский городской округ», Департамент информационной политики Свердловской области.

Издатель: ГАУП СО «Редакция газеты «Пламя».

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Уральскому федеральному округу. Свидетельство ПИ № ТУ 66-01757 от 18.04.2019.

Адрес редакции и издателя: 623418, г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 97а.
Телефон/факс 39-93-69. Электронный адрес: kgo.gazeta@yandex.ru.

Главный редактор Н.В. Казанцева.

Выпускающий редактор Л.В. Лугинина.

Верстка и корректура: С.Ф. Ларина.

**Подписной индекс: 20306 (1 номер в неделю),
20307 (2 номера в неделю). Цена свободная.**

Газета выходит 2 раза в неделю. Отпечатано ГУП СО «Монетный щербеночный завод» СП «Березовская типография», 623700, г. Березовский, ул. Красных Героев, 10. Заказ 2312. Тираж 1000.

В соответствии с законом о СМИ редакция не гарантирует публикацию поступающих текстов, оставляя за собой право сокращать и редактировать их, не меняя смысла. Материалы под значком @ публикуются на правах рекламы.