



## На смену приходят новые ФАПы

**В деревне Брод идет подготовка к возведению современного модульного медицинского здания.**

Как сообщили в Каменской ЦРБ, уже расчищена территория под модульный фельдшерско-акушерский пункт (ФАП), проводятся работы для подведения коммуникаций и электричества. Возведение нового ФАПа ожидается в начале следующего года.

Это будет уже пятый модульный ФАП на территории Каменского района, который будет возведен в рамках программы модернизации первичного звена здравоохранения. По словам главного врача ЦРБ Юлии Андреевны Ермолаевой, планируется заменить еще один старый ФАП на современный – в Барабановском, заявка в областном министерстве здравоохранения одобрена.

«Конечно, новые модульные ФАПы значительно улучшат оказание медицинских услуг населению. В старых зданиях и тесно, и иногда и холодно, и нет возможности проводить процедуры. Новые медицинские здания имеют оборудованные процедурные и кабинеты для приема пациентов, в них есть все, чтобы было комфортно персоналу и пациентам, для них закупают новую мебель и оборудование», – рассказала главный врач ЦРБ.

Стоит отметить, что в рамках программы модернизации первичного звена здравоохранения в Свердловской области уже возведено 83 современных модульных медицинских здания в сельских территориях региона. Всего за период с 2021 по 2025 г. будет установлено 109 быстро-



возводимых ФАПов и ОВП. Расходы областного и федерального бюджетов на эти цели за весь период составят почти миллиард рублей.

«Инициированная Президентом России Владимиром Путиным программа модернизации первичного звена здравоохранения позволила оснастить свердловские медучреждения необходимым современным оборудованием, капитально отремонтировать сотни больничных зданий, приобрести легковой и специализированный транспорт. Очень много сделано для того, чтобы приблизить современную медицину к каждому жителю региона», – отметил министр здравоохранения Свердловской области Андрей Карлов.

Следующий год будет завершающим в пятилетней программе модернизации первичного звена здравоохранения. Однако развитие амбулаторной службы будет продолжено, и сельские населенные пункты останутся приоритетным направлением программы господдержки.

*Лариса Елисеева*

## Ночь, улица, фонарь

**Осень проводит экзамен на освещение: когда темнеет рано, как никогда важны яркие фонари на улицах. В рамках модернизации уличного освещения в Каменском районе заменили все старые лампы на светодиодные, сейчас населенные пункты освещают 3150 современных светильников.**

«Действительно, новые светодиодные лампы лучше, светят ярче и срок эксплуатации дольше. После того, как прошла модернизация и все лампы накаливания заменили на светодиодные, обращений стало значительно меньше. В основном они гаснут из-за природных условий: например, ветер расшатал фонарь. В этом году обращений мало, а те, что есть, мы собираем и адресуем в МРСК Урала, специалисты оперативно решают проблемы», – рассказала глава Барабановской администрации Светлана Дмитриевна Алмазова.

В Покровском в этом году активно велась работа по развитию уличного освещения, сообщила глава Покровской администрации Олеся Александровна Панченко. 10 фонарей установлено в Солнечном. Но главное, прошло технологическое присоединение к электрическим сетям части домов на улице Заречной в Покровском. Благодаря специалистам Восточных электрических сетей филиала ПАО «Россети Урал» - «Свердловэнерго» дома со 150 по 158 этой улицы обновили свое подключение к электричеству. Кроме того, появились новые фонари на перекрестках ул. Ворошилова – Рабочая, Студенческая – Ворошилова в Покровском. Всего было дополнительно установлено около 20 новых светильников.

Как пояснил заместитель главы района Андрей Павлович Баранов, вопросы по содержанию уличного освещения и установке дополнительных светильников в населенных пунктах курируют главы территорий. Много зависит и от активности жителей, которые должны информировать сельского главу о необходимости замены перегоревших ламп или инициировать установку новых фонарей на улицах. В районе эта работа проходит постоянно, например, от жителей Колчедана и Новоисетского недавно поступили жалобы на отсутствие освещения центральных улиц, а вот маминцы, наоборот, благодарили главу за своевременную работу по их заявкам – в конце октября был проведен ремонт светильников в Маминском, Троицком, Исетском.

*Лариса Елисеева*

## Читайте в номере:

- ◆ Трое аграриев получили Почетную грамоту губернатора  
стр. 2
- ◆ Как правильно заготовить дрова  
стр. 2
- ◆ О работе почтовых отделений  
стр. 3
- ◆ Концерты в поддержку участников спецоперации  
стр. 6
- ◆ В Травянской школе почтили память выпускника  
стр. 6
- ◆ Жительница Сосновского отметила 90-летний юбилей  
стр. 7
- ◆ Маминский совет ветеранов отчитался о своей деятельности  
стр. 7
- ◆ В районе открылась «Школа молодого педагога»  
стр. 8

## ■ Местный уровень

### В благодарность за труд

Трое аграриев Каменского района в честь профессионального праздника отмечены Почетной грамотой губернатора Свердловской области.

За высокие показатели, достигнутые в 2024 г., награды получили индивидуальный предприниматель Мкртич Гургенович Адоян, слесарь-ремонтник 6 разряда машинно-тракторной мастерской Виктор Леонидович Кирьянов и нормировщик машинно-тракторной мастерской Людмила Георгиевна Дубровских из АО «Каменское».

Мкртич Гургенович Адоян работает в отрасли сельского хозяйства 27 лет. С 2021 г. занимается разведением молочного крупного рогатого скота, производством молока. В хозяйстве содержится 288 голов КРС, в том числе 125 коров. За 1 полугодие 2024 г. валовое производство молока составило 486 т, надой на 1 фуражную корову – 3967 кг. Показатель по выходу телят на 100 коров – 61;

среднесуточный привес – 464 г. Мкртич Гургенович за свой добросовестный труд не раз был признан победителем областных конкурсов.

Виктор Леонидович Кирьянов в отрасли АПК – 40 лет. Его основной задачей является ремонт агрегатов тракторов и сельскохозяйственных машин. На обслуживании мастерской находится весь парк машин сельскохозяйственного значения предприятия – 140 единиц техники. Благодаря трудолюбию Виктора Леонидовича техника всегда находится в рабочем состоянии. В 2021 г. он был признан «Лучшим слесарем по ремонту сельскохозяйственных машин и оборудования Свердловской области».

Людмила Георгиевна Дубровских, нормировщик машинно-тракторной



мастерской АО «Каменское», 49 лет работает в сфере АПК. Она составляет и своевременно, качественно представляет отчетность по нормированию труда в планово-экономический отдел. Кроме этого, вот уже более 40 лет Людмила Георгиевна является казначеем первичной профсоюзной организации АО «Каменское» и председателем цехового комитета ремонтно-механической мастерской. За время работы неоднократно награждалась за многолетний добросовестный труд.

*Ирина Тропина*

### Под защитой лесничих

Зимой забот у лесничих прибавляется: население заготавливает дрова, готовится к новогодним праздникам. Лесничий Маминского лесничества Борис Петрович Осинцев рассказал о зимних заботах.

По данным ГКУ СО «Свердловское лесничество», Маминское участковое лесничество занимает 16,5 тысяч га. Борис Петрович возглавил его сравнительно недавно, но добился уже заметных успехов: сделан ремонт в конторе лесничества, тянутся вверх посаженные им лесные культуры, уверенно растут лесные насаждения, пройденные рубками ухода.

Какие обязанности входят в работу лесничего? Конечно же, в первую очередь лесоохранные и противопожарные мероприятия. За каждым лесником закреплен определенный участок леса, так называемый «лесной обход». Именно за свой участок лесник несет ответственность. По словам Бориса Петровича, в месяц совершается восемь патрулирований. «Следим, чтоб не было захламливания, делянки арендованные должны быть чистыми. Население чтобы не выбрасывало мусор. Ну и следим за незапланированными вырубками», – рассказал он о своей работе.

Также проводится обследование леса для выявления вредителей и больных деревьев. Осуществляются санитар-

ные вырубки – это когда вырубается отдельные больные, поврежденные и усыхающие деревья, или весь древостой. К слову, прежде чем отвести делянку под вырубку, лесопатолог осматривает деревья на болезни. Больные деревья подлежат санитарной рубке и не идут на нужды населения.

Для того, чтобы получить дрова, следует собрать пакет документов. Для этого нужно оформить разрешение на заготовку дров – либо через лесничество, либо через портал Госуслуг. Разрешение на бесплатную заготовку дров можно оформить только раз в году. Для заготовки дров населению отводится делянка. Но вырубаться любые деревья не будут. Здесь учитывается возраст деревьев – на сплошную рубку идут «спелые» насаждения (березы возрастом от 60 лет). Это рубка главного пользования, при которой весь древостой на лесосеке вырубается в один прием. Также сплошная рубка показана для омоложения светолюбивых пород деревьев, таких как дуб, сосна, береза, лиственница и другие.

Валежник жителям можно собирать безо всяких документов и в любом месте. «Обязательно, если вы собрали валежник, сфотографируйте, что именно его вы взяли. Это на случай, если вдруг остановит ГИБДД. Так у вас будут доказательства и вас не оштрафуют как нелегального дрвовосека», – рекомендует Борис Петрович.

*Мария Бухвалова*

### «Социальные болезни» атакуют

В Каменском районе по-прежнему актуальна проблема распространения «социальных» болезней, сообщила на заседании межведомственной комиссии по противодействию ВИЧ-инфекции и туберкулезу заместитель начальника территориального отдела Роспотребнадзора Алягуль Рахматуллово Чарипова.

Сегодня в районе проживает 88 ВИЧ-инфицированных. За 9 месяцев на территории района выявили 26 человек с этим диагнозом. В основном заболевшие в возрасте 40-49 лет. Наибольшее количество вновь выявленных в Колчедане – 7 человек. В основном преобладает половой путь передачи ВИЧ-инфекции. За указанный период умерло 16 инфицированных. По данным ЦРБ, на 1 октября в районе было проведено 662 экспресс-теста на ВИЧ-инфекцию, из них 26 оказались положительными.

Актуальным для района является и профилактика туберкулеза. За 9

месяцев было выявлено 15 человек. Следует отметить, что заразиться туберкулезом может любой человек. В целях раннего выявления заболевания для взрослых предусмотрено флюорографическое обследование легких не реже одного-двух раз в год; для детей с года – проба Манту и Диаскинтест. Как рассказал врач-фтизиатр каменского противотуберкулезного диспансерного отделения Алексей Иванович Балдин, пробы Манту в районе поставили 1055 человек (63,4%), охват детей и подростков Диаскинтестом – 2925 (81,2%). За 9 месяцев в ЦРБ и в сельских врачебных

участках организовано 16 166 флюорографических обследований – 74,77% от годового плана. На передвижном флюорографе осмотрено 4010 жителей района.

Завершилось заседание комиссии обсуждением вопроса реализации программы профилактики ВИЧ/СПИД в сфере труда. По информации председателя районного Координационного совета объединения профсоюзных организаций Валерия Александровича Шонохова, на всех предприятиях района специалисты по охране труда прошли специальное обучение. Два раза в год проводится анкетирование среди работников на предмет информированности о ВИЧ-инфекции. План мероприятий по предупреждению распространения ВИЧ-инфекции все отраслевые профсоюзы выполняют.

*Мария Бухвалова*

## ■ Ракурс

# Это он – каменский почтальон

Почта издавна была связующим звеном между селами, городами и странами. Даже сейчас, в век стремительно развивающихся интернет-технологий, когда мы можем одним нажатием кнопки связаться с родными и близкими, где бы они ни находились, почта продолжает работать и выполнять свои функции.

В настоящее время почта – это не только место, где можно получить и отправить письмо или посылку. Ежедневно почта оказывает социально значимые услуги: ее сотрудники обрабатывают и доставляют посылки, письма и периодику, приносят пенсии и прочие выплаты.

В некоторых населенных пунктах отделения почты – единственная точка, где можно воспользоваться финансовыми сервисами или приобрести качественные товары первой необходимости. Также в почтовых отделениях можно бесплатно отправить посылки военным в зону специальной военной операции.

Кроме того, с помощью почтальонов можно, не выходя из дома, оплатить не только коммунальные услуги, но и налоги, штрафы ГИБДД.

С 2023 г. почтальоны Свердловской области начали доставлять пенсии на дом на всех территориях региона. УФПС обслуживает 351 тыс. пенсионеров. Доставка осуществляется бесперебойно в установленные сроки, независимо от места проживания клиента и удаленности населенного пункта.

### В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ

В Свердловской области работают 806 почтовых отделений, 440 из них – в сельской местности. В Каменском районе работают 11 почтовых отделений, расположенных в Клевакинском, Колчедане, Маминском, Мартюше, Новоисетском, Позарихе, Покровском, Рыбниковском, Сипавском, Сосновском, Травянском.

В регионе программа модернизации сельских отделений реализуется с 2022 г. За два года Почта России отремонтировала 87 отделений в Свердловской области. В Каменском районе были модернизированы почтовые отделения в Позарихе, Колчедане, Травянском, Покровском. В этих отделениях провели капитальный ремонт, обновили систему отопления, установили пожарную сигнализацию и видеонаблюдение, а также оборудование для кондиционирования. Почтовые отделения стали доступнее для маломобильных людей: в них теперь есть пандусы, широкие дверные проемы и кнопки вызова персонала.

В отделениях Почты России прошли не только капитальные ремонты, но и появились новые, актуальные услуги. В отремонтированных почтамтах можно подтвердить или восстановить учетную запись на портале Госуслуг. Для этого нужно обратиться к оператору почтового отделения, предъявить паспорт и СНИЛС. Он сверит документы с информацией в системе Госуслуг, а уведомление о подтверждении поступит на телефон, указанный при регистрации.

Услуга оказывается бесплатно. Подтвержденная учетная запись предоставляет полный доступ ко всем электронным услугам портала, в том числе для онлайн-оформления «Пушкинской карты». В Каменском районе такая возможность есть у жителей Покровского, Травянского, Колчедана.

Кроме того, в обновленных отделениях почты появился «медицинский уголок». Это дополнительные бесплатные услуги, которые предусматривают выдачу медицинских приборов (тонометров, пульсоксиметров и бесконтактных термометров). В Каменском районе «уголки здоровья» есть в почтовых отделениях в Колчедане, Травянском, Покровском – здесь клиенты могут самостоятельно проверить показатели здоровья: измерить давление, уровень кислорода в крови, температуру тела.

Кроме того, в отделениях в Клевакинском, Колчедане, Мартюше, Новоисетском, Позарихе, Покровском, Рыбниковском, Сипавском, Сосновском, Травянском возможно получение финансовых услуг АО «Почта Банк».

Стоит добавить, что в обновленных сельских отделениях также установлены специальные клиентские компьютеры для самостоятельного доступа к социально значимым сайтам и цифровым услугам: сайты Госуслуг, Социального фонда, Работа.ру и др.

### ПОЧТА НА КОЛЕСАХ

В сельские администрации Каменского района, где нет почтового отделения, корреспонденцию доставляет передвижной пункт. Как рассказала его начальник Наталья Владимировна Грехова, по Каменскому городскому округу функционируют три действующих маршрута. Например, Барабановский охватывает Мартюш, Рыбниковское, Сипавское и так далее. Есть еще Клевакинский и Покровский маршруты. Выезд передвижных пунктов осуществляется по расписанию. Каждый вторник, четверг и субботу три почтовые машины осуществляют выезд по трем направлениям.

«В тех населенных пунктах, где есть почтовое отделение, обмениваемся входящей и исходящей почтой. На участках, где нет отделения, мы полностью обслуживаем население: от писем до коммунальных платежей», – рассказала о работе передвижного пункта Наталья Владимировна. Жители уже знают расписание, когда должна приехать машина, и уже, как правило, поджидают ее. По расписанию стоянка передвижного пункта длится минут 10-15. Этого времени вполне хватает, чтобы принять и отдать письма, посылки, квитанции за коммунальные услуги. Но непредвиденные ситуации, конечно же, случаются,

и если нужно, машина будет стоять до последнего клиента.

Как и во многих сферах, дефицит кадров на почте присутствует. Особенно проблематично найти специалиста как раз на передвижном пункте. Работа разъездного характера является сложной, особенно зимой. Почтовая машина выезжает и в снег, и в дождь, ведь клиенты ждут.

### ПИСЬМО ПОЗВАЛО В ДОРОГУ

Убедиться в сложности работы почты мы смогли лично, отправившись на одной из машин в Новоисетское. Ранним утром возле отделения почтовой связи в Каменске-Уральском в «Газели» уже загружали пакеты, ящики с письмами и квитанциями, газеты. По маршруту мы отправились вместе с оператором связи Еленой Владимировной Васильевой. На передвижном пункте она трудится три года, а на почте лет десять. По ее словам, работа действительно не для всех, ведь объезд маршрута занимает практически весь день.

Как только мы приехали в Новоисетское, сразу потянулись клиенты. Почтовое отделение здесь маленькое. Три человека зашли – и уже не вернуться. Помещение нуждается в капитальном ремонте. Начальником в данном отделении работает Татьяна Петровна Поспелова. Кроме нее есть почтальон. Татьяна Петровна работает в своей профессии 33 года. Поначалу в Каменске-Уральском – оператором, а с 2005 г. – в Новоисетском. Образование получила после школы в училище №64, в то время там еще обучали на оператора почтово-телеграфной связи.

«На почте мы оказываем весь спектр услуг. Почтальон разносит не только корреспонденцию, но и товары первой необходимости. Кому-то подсолнечное масло надо, а кто-то порошок просит занести», – рассказывает Татьяна Петровна. У населения спросом пользуются не только продукты питания, но также игрушки, газеты, кроссворды и сканворды. Пожилые люди очень любят их разгадывать.

Сами жители очень тепло отзываются о работниках почтового отделения в Новоисетском. Так, по словам пенсионеров, Татьяна Петровна – компетентный и терпеливый сотрудник. Все всегда подскажет и расскажет. Вместе с почтальоном Натальей Витальевной Щербининой они работают, как говорится, на износ.

К слову, устроиться на почту может любой желающий. Лишь бы было среднее образование и стремление работать и развиваться. Для сотрудников почты регулярно устраиваются различные конкурсы, делаются поощрения. Выдаются фирменная обувь, дождевики, форма, отпугиватель от собак. Среди преимуществ – обучение и возможность быстрого карьерного роста, работы рядом с домом.

Раньше профессия почтальона была значимой. Такой же она остается и сейчас. В селах и деревнях бабушки и дедушки до сих пор с нетерпением ждут почтальона с тяжелой сумкой на ремне.

**Мария Бухвалова**

## ■ Региональные вести

### Сироты получили ключи от квартир

Ключи от новых квартир получили 79 детей-сирот в Каменске-Уральском и Аците. Фонд жилищного строительства Свердловской области направил на строительство и приобретение данного жилья почти 251 млн руб.

Так, 226,6 млн руб. было направлено на строительство дома в Каменске-Уральском. Общая площадь жилых помещений составляет 2,4 тысячи квадратных метров. Новоселы будут жить в восьмизэтажном трехсекционном монолитном «многоквартирнике», соответствующем современным критериям энергоэффективности. В квартирах на полу уложен ламинат, установлены натяжные потолки. Вместе с централизованным горячим и холодным водоснабжением в санузлах установлены водонагреватели на случай отключения горячей воды. Дом оснащен грузопассажирскими лифтами.

В Каменске-Уральском фонд жилищного строительства ежегодно предоставляет жилье детям-сиротам. Весной, в рамках соответствующей госпрограммы, с льготниками были заключены договоры найма специализированного жилого фонда и переданы ключи от 102 квартир. Таким образом, этот год стал рекордным по количеству переданного сиротам жилья.

*Напомним, что в конце 2023 г. благодаря областной программе по обеспечению детей-сирот жильем в Каменске-Уральском получили ключи от квартир в новом доме и 11 жителей Каменского района.*

Обеспечение жильем детей-сирот является одним из направлений федерального проекта «Десятилетие детства». Кроме того, новостройки в различных муниципалитетах области помогают решать задачи национального проекта «Жилье и городская среда».

### Из Каменска в Челябинск на «Финисте»

Назначена дата запуска скоростных поездов Екатеринбург – Челябинск через Каменск-Уральский, которые ранее анонсировал губернатор Свердловской области Евгений Куйвашев. Первые «Финисты» отправятся в путь по новому маршруту 15 декабря.

«Финист» пройдет с остановками на станциях Первомайская, Шарташ, Компрессорный завод, Кольцово, Арамилы, Храмцовская, Соцгород, Каменск-Уральский, Нижняя, Муслюмово. Время в пути между двумя областными центрами составит 4 часа 18 минут.

Пригородный поезд №7050/7047 будет отправляться из Екатеринбурга в 18.25 по местному времени и прибывать в Челябинск в 22.43. А поезд №7048/7049 будет отправляться из Челябинска в 7.00 и прибывать в Екатеринбург в 11.18.

«С декабря дополнительная электричка будет ходить через Каменск-Уральский в Челябинск. РЖД пошли нам навстречу, так как сегодня у людей есть потребность в быстром и комфортном перемещении, и мы это видим», – отметил Евгений Куйвашев.

Запуск нового поезда стал возможен благодаря совместной работе правительств Свердловской и Челябинской областей, Южно-Уральской и Свердловской железных дорог. Перевозчик – АО «Свердловская пригородная компания».

Сейчас между столицами Среднего и Южного Урала курсируют рельсовые автобусы, их путь проходит через Полевской, Верхний Уфалей, Кыштым, Аргаяш. Новый маршрут через Каменск-Уральский даст жителям Свердловской и Челябинской областей дополнительные возможности для поездок.

Отметим, что поезда пригородного сообщения охватывают максимальное количество населенных пунктов Свердловской области, в том числе труднодоступные, где отсутствуют другие пути сообщения. Это социальный вид транспорта как по стоимости, так и по разветвленности маршрутной сети. Всего на сегодняшний день пригородные поезда в Свердловской области курсируют по 13 направлениям.



*Евгением Куйвашевым, – экосистема «Космос».*

На полях выставки Вадим Третьяков провел встречу с представителями Ассоциации международного сотрудничества и содействия обменам Нового Шелкового пути провинции Хубэй. В ходе переговоров китайской стороне были представлены меры государственной поддержки и льготы для иностранных инвесторов, а также крупные инфраструктурные проекты, включая «Сухой порт». В рамках деловой части выставки также планируется обсудить перспективы сотрудничества в организации оптово-распределительных центров китайских интернет-магазинов и строительства индустриальных парков на территории Свердловской области.

Оператором участия Свердловской области в китайской международной выставке выступило региональное Агентство по привлечению инвестиций.

### О регионе узнали в Шанхае

Стенд Свердловской области был впервые представлен на VII международной выставке импортных товаров и услуг, которая прошла в Шанхае с 5 по 10 ноября. Делегацию Свердловской области возглавлял министр инвестиций и развития региона Вадим Третьяков.

«По поручению губернатора Евгения Куйвашева представляем Свердловскую область на Китайском международном импортном ЭКСПО. Главная задача – расширить наши партнерские отношения с представителями бизнеса и органов власти из Китая и других стран, которые также представлены на выставке. Рассказываем об уникальных преимуществах Свердловской области. В том числе, представляем наши возможности полного производственного цикла – от добычи и извлечения драгоценных и полудрагоценных камней и металлов до создания высокотехнологичных приборов», – сказал Вадим Третьяков.

*На стенде Свердловской области представлена компания «Полиметалл УК» – ведущий производитель золота и серебра в России. Каменск-Уральский завод по обработке цветных металлов предлагает ассортимент продукции, состоящий из около 16 тысяч типоразмеров и более 140 сплавов. Выпускаемая продукция находит применение в электротехнической, металлургической, энергетической, машиностроительной, судостроительной, химической и нефтеперерабатывающей отраслях, а также в приборостроении и авиационной технике. Здесь же презентован проект, инициированный губернатором*

## В честь праздника правоохранителей

Губернатор Свердловской области обратился 11 ноября к сотрудникам и ветеранам органов внутренних дел в ходе торжественного собрания, посвященного Дню полиции. Глава региона отметил эффективность совместной работы представителей власти и правоохранителей по укреплению безопасности и социального благополучия свердловчан.



обеспечение общественного порядка, а также за профилактику преступности и укрепление правовой культуры и правосознания. Кроме того, Евгений Куйвашев вручил почетные грамоты и благодарственные письма сотрудникам ведомства.

*Каменские полицейские принимали поздравления в городском СКЦ. Отличившимся сотрудникам полиции были вручены медали МВД России «За отличие в службе», благодарности МВД России, благодарственные письма Законодательного собрания Свердловской области, администрации Южного округа, главы Каменска-Уральского, почетные грамоты главы Каменского района, городской думы. По информации МО МВД России «Каменск-Уральский», всего в честь праздника были награждены более 100 человек.*

«В Свердловской области выстроено конструктивное взаимодействие органов внутренних дел с региональными органами власти. Тесное сотрудничество позволяет нам комплексно решать вопросы безопасности территорий и граждан, создавать все необходимые условия для роста социального благополучия и деловой активности, реализации социально значимых проектов, формирования комфортной для жизни среды, развития туристического потенциала. Все это служит поступательному развитию экономики, укреплению положительного имиджа нашей области», – сказал Евгений Куйвашев. Он поблагодарил сотрудников полиции за

### ЦИТАТА НЕДЕЛИ

*С 2025 г. стартует новый цикл национальных проектов и мероприятий по достижению долгосрочных целей развития страны. В Свердловской области сформирован хороший задел для их реализации. Мы готовы включиться в активную работу по выполнению задач, поставленных Президентом России.*

**Евгений Куйвашев,**  
губернатор  
Свердловской области

## Общественники готовы к работе

Вице-губернатор Олег Чемезов провел встречу с членами областной общественной организации «Ветераны специальной военной операции». Участники встречи обсудили вопросы адресной поддержки семей военнослужащих, социальных выплат и трудоустройства ветеранов СВО, а также увековечивание памяти погибших бойцов.

«Сегодня вы аккумулируете усилия нескольких общественных объединений и занимаетесь ключевыми направлениями, начиная от сбора гуманитарной помощи и заканчивая поддержкой бойцов, прибывающих на лечение в Свердловскую область. Убежден, что идея реализовать программу, направленную на формирование кадрового резерва Свердловской области из волонтеров и участников СВО, заслуживает внимания», – обратился к участникам Олег Чемезов. Перед ветеранами выступил председатель Свердловской областной общественной организации «Ветераны специальной военной операции» Виктор Бабенко и рассказал о работе, проведенной организацией в текущем году. В том числе, об оказании медицинской помощи бойцам, социальной и психологической реабилитации ветеранов, участии ветеранов в патриотическом воспитании молодежи.

## Против коррупции

В регионе стартовал X Антикоррупционный марафон.

Он продлится более месяца и завершится 9 декабря – в Международный день борьбы с коррупцией. Основная цель марафона – антикоррупционное просвещение граждан, популяризация в обществе антикоррупционных стандартов поведения, обмен опытом работы по профилактике коррупционных и иных правонарушений, поиск новых форм и методов противодействия и профилактики коррупции. В рамках марафона «За Свердловскую область без коррупции» пройдет более 4 тыс. мероприятий – просветительских лекций и семинаров, организационных органами государственной и муниципальной власти, общественными организациями.

## Главное сейчас – сохранить урожай

Евгений Куйвашев на заседании областного правительства подвел итоги уборочной кампании в Свердловской области и обсудил с членами кабинета министров вопросы обеспечения продовольственной безопасности уральцев.

«Прежде всего, хочу поблагодарить наших аграриев, способных вырастить и собрать урожай в самых непростых погодных условиях. Этот год не стал исключением. Но, несмотря на все трудности, зерновые и технические культуры собраны со значительным превышением плана. Кроме того, отраслевые хозяйства полностью обеспечили запас кормов для животных на зиму», – сказал губернатор.

Евгений Куйвашев отметил, что главная задача сейчас – сохранить урожай и сделать продукцию местного производства доступной уральцам, в том числе за счет организации сельскохозяйственных ярмарок.

Среди задач на перспективу – модернизация имеющихся овощехранилищ, стимулирование разработки отечественной селекции для снижения зависимости от импортных семян, а также активное участие в программах, в том числе федеральных, направленных на кадровое обеспечение отрасли.

Уральские аграрии в 2024 г. намолотили с полей

806,4 тысячи тонн зерна, собрали 231,1 тысячи тонн картофеля и 33,1 тысячи тонн овощей открытого грунта. Также сельхозтоваропроизводители заготовили 1,2 миллиона тонн сенажа, 812 тысяч тонн силоса и 160 тысяч тонн сена, в полной мере обеспечив поголовье скота качественными кормами.

«Чтобы своевременно провести уборку урожая, сельхозтоваропроизводители Свердловской области использовали для работы в полях более шести тысяч единиц техники, в том числе тракторов, зерноуборочных, кормоуборочных и картофелеуборочных комбайнов. Аграрии региона ежегодно обновляют парк спецтехники, и в 2024 году они приобрели более тысячи единиц на общую сумму свыше 3,8 миллиардов рублей», – отметила министр АПК и потребительского рынка Свердловской области Анна Кузнецова.

Отметим, что аграриям Каменского района в этом году из областного бюджета выделено 6,6 млн руб. субсидий на техническую и технологическую модернизацию и инновационное развитие сельхозпроизводства.

Напомним, всего на поддержку аграриев в Свердловской области в этом году будет направлено около 5 млрд руб.

**По материалам департамента информационной политики Свердловской области**

## ■ Патриотическое воспитание

### «Россия – это мы!»

В Сосновском ДК прошло торжественное мероприятие, посвященное Дню народного единства в поддержку участников специальной военной операции и семей, у кого родные и близкие там за ленточкой. В память о тех, кто погиб.

Со сцены читали стихи из сборника «За ленточкой» о женах, матерях, эти стихи мы посвятили нашим женщинам, ведь от них зависит если не все, то многое. Они оставались и остаются главным тылом бойца на фронте.

На концерте звучали патриотические песни о любви к своей Родине. Сотрудники ДК во главе с библиотекарем Еленой Дмитриевной Чудиновой смонтировали фильм о мобилизации наших сосновцев. Ребята с СВО по видеосвязи поздравляли своих близких с праздником, говорили теплые слова своим близким и односельчанам. Со слезами на глазах все присутствующие в зале стоя приветствовали участников концертной программы.

Со словами поздравления выступила председатель районной думы Галина Тимофеевна Лисицина, сказав, что мы сегодня находимся в сложнейших условиях, нам надо всем объединиться,

и мы выстоим и победим, а родным и близким – терпения и мужества! Своих земляков поздравил председатель совета ветеранов района, Заслуженный работник сельского хозяйства Виктор Николаевич Соломеин.

Также поздравил односельчан глава Сосновской администрации Рудольф Васильевич Едигарев, вручил благодарственные письма неравнодушным жителям – группе волонтеров «Вместе». Эти люди в свободное время, своими силами и средствами помогают участникам специальной военной операции чем только могут: плетут сети, вяжут носки, шьют одежду, занимаются консервированием, всего не перечислить. Огромное им спасибо!

Помощь бойцам стала своего рода новой общностью людей, которые счи-



тают своим долгом помогать не только вещами, предметами быта, медикаментами, но и просто добрым словом, имеющим на фронте огромную ценность. Так и мы вспомнили о письмах школьников, которые отправляли вместе с гуманитарной помощью.

Завершилась концертная программа патриотической песней «Встань за веру, русская земля», которую исполнил народный хор русской песни Сосновского ДК.

**Г.В. Барышева,**  
директор Сосновского ДК

## В память о выпускнике

7 ноября для травяных школьников не только День воинской славы. В этот день в 2016 г. на здании школы была установлена мемориальная доска в память о выпускнике, гражданине и патриоте, полковнике запаса МВД, бывшем командире спецназа ГУ МВД России по Свердловской области Вадиме Анатольевиче Елфимове.

Вот уже 9 лет в этот день школьный военно-патриотический клуб «Сокол» проводит линейку памяти и несет вахту памяти возле мемориальной доски. А 8 ноября, в День памяти погибших сотрудников органов внутренних дел, советник директора по воспитанию провела с учениками беседы о В.А. Елфимове. Вадим Анатольевич – участник боевых действий на Северном Кавказе, награжден многими государственными наградами, самые почетные – орден Мужества, медали «За заслуги перед Отечеством» 1 и 2 степени, краповый берет – мечта каждого мальчишки из школьного военно-патриотического клуба. Были организованы экскурсии и пост №1 рядом с партой героя и школьным стендом памяти, посвященном погибшим землякам, участникам СВО. Активисты центра детских инициатив приняли участие во всероссийской блиц-олимпиаде, посвященной работе сотрудников внутренних дел РФ.

**Е.Г. Костина,** советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями Травянской школы

## «Все вместе»

Культурно-досуговый центр продолжает проект тематического мероприятия «Мы вместе» в поддержку СВО.

Очередное мероприятие прошло в Большой Грязнухе. Его цель – сохранение памяти о героях и событиях, воспитание уважения к патриотическому долгу россиян и их подвигам, формирование чувства гордости на примерах безусловного мужества и героизма.

Мы приглашаем посетить следующее наше мероприятие «Мы вместе», которое пройдет 16 ноября в 13.00 в Новоисетском ДК.  
**Позарихинский ДК**

## В музей за впечатлениями



18 октября прошло очередное занятие школы пожилого возраста в Сосновском, слушатели побывали в музее истории сельской культуры.

Нас встретила приветливая заведующая этим музеем Анастасия Владимировна Комарова. Она в очень интересной форме рассказала об истории создания музея, об экспонатах, которых насчитывается более 5 тысяч экземпляров. Познакомила с постоянной экспозицией «Крестьянский быт 19-20 века», представленной в виде крестьянской избы. Отдельным экскурсом было знакомство с выставкой шедевров из фондов Русского музея и Третьяковской галереи.

Слушатели Школы пожилого возраста выразили благодарность за профессионализм и гостеприимство заведующей музеем Анастасии Владимировны Комаровой.

**А.А. Соломеина,** специалист по соцработе

## История рядом

Занятие школы пожилого возраста в Мартюше прошло в формате презентации книги Феклы Андреевой о репрессированных.

Репрессированные с 1931 г. жили в спецпоселении в Мартюше и работали в тяжелых условиях на объектах города. У Феклы Трофимовны каждая воссозданная деталь жизни подкреплена документом. В 1931 г. ее раскулаченная семья Андреевых была сослана из деревни Суворы Каменского района в Мартюш, и маленькая шестилетняя Феша столкнулась с жестокой реальностью того времени. Но она вынесла все трудности и с честью выполнила наказ своего отца выучиться самой и выучить своих сестер. Только после смерти Сталина она смогла поступить в вуз, получить высшее образование, окончить аспирантуру.

Среди слушателей оказались потомки людей, которые жили на поселении, они поделились с присутствующими воспоминаниями своих родных.

**Т.В. Грехова,** специалист по соцработе

## ■ Наши земляки

### Непростая жизнь

8 ноября отметила 90-летний юбилей жительница Сосновского Зинаида Георгиевна Семчук.

Эта женщина с непростой судьбой, но прошедшая большой жизненный путь с достоинством, трудолюбием и упорством, стремлением жить и познавать новое. Когда ей было 10 лет, в 1944 г., они вместе с матерью, младшими братьями и сестрой были высланы с родного Крыма на Урал, как семья репрессированных. Отца рядом не было, он с 1943 г. находился в плену у немцев.

Тяжелые послевоенные годы, голод, холод, бедность... Пришлось рано взрослеть. С 14 лет начала работать, нанималась няней в состоятельные семьи, чтобы как-то выжить, помочь матери. В 1956 г. семья Поповых (девичья фамилия Зины) будет реабилитирована, мать с сестрой и двумя братьями возвратятся на родину, а Зина останется жить на Урале.

10 лет после окончания 7 классов она работала в тяжелых условиях на разных работах. Осознав, что надо идти вперед и учиться, Зинаида получила профессию бухгалтера в Арамиле. Это и будет ее настоящим призванием и профессией на долгие годы – сначала в птицеводстве «Сосновский», а затем в Сосновском сельском совете в качестве бухгалтера. Сейчас Зинаида Георгиевна уже много лет на заслуженном отдыхе, у нее большая семья: трое детей, пять внуков, внучка, два правнука и правнучка.

Более 40 лет вместе с мужем они вели свое хозяйство, трудились от зари до зари, прививали любовь к труду и своим детям. Зинаида Георгиевна на протяжении многих десятков лет была активным участником художественной самодеятельности при Сосновском ДК, членом избирательной комиссии, членом родительского комитета школы. Дома находила время на занятия рукоделием – она умеет шить, вязать, вышивать. Любит читать и смотреть телепередачи про историю и политиче-

скую жизнь страны, общается по телефону с родными и близкими, подругами.

Даже достигнув такого почтенного возраста, она не унывает, старается самостоятельно решать бытовые проблемы, но и не дает расслабляться детям и внукам – они всегда помогают ей, если это необходимо. Зинаида Георгиевна никогда не жалуется на жизнь, очень требовательна к себе и к другим, любит во всем порядок.

Хочется поздравить Зинаиду Георгиевну с юбилеем и пожелать ей крепкого здоровья, долгих лет жизни, оптимизма и отличного настроения, пусть всегда будут рядом родные люди!

**А.А. Соломеина,**  
специалист по соцработе



### Сердце и душа коллектива

С 2017 г. в нашем дошкольном учреждении работает Наталья Александровна Диковинкина. Она стала неотъемлемой частью нашей команды, принесла с собой тепло и любовь к детям.

Наталья Александровна – ответственный, доброжелательный и чуткий педагог, который с легкостью завоевал сердца как детей, так и их родителей. Одним из главных ее качеств является искренняя любовь к детям. Она не просто выполняет свою работу, она живет каждым моментом, проведенным с детьми, и передает им свою теплоту и заботу. Дети отвечают ей взаимностью, ведь они чувствуют, что для Натальи Александровны они – самое важное в мире.

Кроме того, Наталья Александровна является старшим воспитателем в нашем дошкольном

учреждении. Ее требовательность сочетается с добротой и пониманием. Она всегда поддержит коллег и поможет в трудные моменты. Ее профессионализм и забота о воспитанниках делают ее не только уважаемой среди родителей, но и любимой среди детей. Родители знают, что своих детей они могут оставить под ее заботливым присмотром, и они будут в безопасности и окружены заботой и любовью.

Наталья Александровна – сердце и душа нашего коллектива. Ее тепло и забота делают наш детский сад местом, где каждый ребенок чувствует себя в безопасности и любимым. Она настоящий ангел-хранитель для наших детей, и мы благодарны ей за все, что она делает для них каждый день.

**О.В. Окулова,**  
воспитатель Новобытского детского сада

### Ветераны в строю

8 ноября в Маминской администрации прошло отчетно-выборное собрание местного совета ветеранов. Подвели итоги за 10 месяцев 2024 г. Присутствовали глава сельской администрации В.В. Воробьева, специалист по социальной работе Г.А. Паначева, старосты и активные жители из сел Маминской территории. О проделанной работе рассказала председатель совета ветеранов О.Е. Ерыкалова.

Ольга Евгеньевна отметила, что в этом году сохранялся, как и прежде, напряженный ритм работы. Команда единомышленников участвовала в субботниках, привлекая семьи и детей. Односельчане-пенсионеры плетут сети и формируют гуманитарную помощь для солдат СВО и в Курскую область. Помогали нуждающимся семьям, социальному центру в Лебяжье. В канун Дня Победы особое внимание было уделено труженикам тыла и детям войны. В течение года поздравляли с золотой свадьбой три пары. Знаки отличия «Совет да любовь» вручены семи супружеским парам. Их чествовали в ДК в День любви и верности. На Дне села были вовле-

чены в мероприятие все возрастные категории, а вот «Семейное блюдо» защищала большая дружная семья Ерыкаловых-Максимовых.

Специалист по социальной работе Г.А. Паначева организовала для желающих пенсионеров (11 человек) поездку в Далматовский монастырь. Пенсионеры – народ спортивный! Это доказали «Кросс нации», турслет «Золотая осень» со спортивными играми. Совместно с ДК провели праздник ко Дню пожилого человека, дню рождения комсомола. Отмечена работа дружного коллектива из Шиловой. Пенсионеры активно привлекают к участию в мероприятиях школьников и молодежь.

Чтобы познакомиться жителей села с

работой совета ветеранов и планами на будущее, мы пишем статьи в газету «Пламя», заметки в соцсетях. Ольга Евгеньевна отметила тесное сотрудничество с главой сельской администрации В.В. Воробьевой, специалистом по социальной работе Г.А. Паначевой, библиотекарем Н.В. Осинцевой.

В заключение Ольга Евгеньевна поблагодарила ветеранов за активную жизненную позицию, равнодушие и помощь, мудрость и ответственность, с которой они подходят к любому делу. Глава администрации поблагодарила совет ветеранов за большую и многогранную работу, которая ведется во благо земляков. Собрание завершилось приятной церемонией – награждением самых активных жителей.

Конечно, впереди еще много дел! Приходите к нам, дорогие ветераны! Мы вместе будем пытаться разрешить ваши проблемы и вместе отмечать праздники. Помните, вы не одни – у вас есть мы.

**Т.В. Рожина,**  
член Маминского совета ветеранов



## ■ По следам событий

### «Школа молодого педагога»

В Каменском городском округе состоялось первое мероприятие «Школы молодого педагога».

Федеральный проект «Учитель будущего» является составной частью национального проекта «Образование». Он направлен на создание в образовательной среде точек роста для профессионального и карьерного лифта учителей. Одной из задач проекта является участие учителей в возрасте до 35 лет в различных формах поддержки и сопровождения в первые три года работы.

В рамках муниципальной системы наставничества в Маминской школе прошла встреча молодых педагогов района. Молодые педагоги школ и детских садов использовали уникальную возможность не только закрепить свои

навыки, но и открыть для себя новые методики, познакомиться с коллегами и обменяться опытом.

Организаторами встречи выступили Наталья Александровна Гусева, заместитель директора по воспитательной работе, и Анастасия Евгеньевна Бирюкова, учитель, педагог-навигатор профориентационных проектов. Они провели квиз-игру с молодыми педагогами, за ход игры и соблюдение правил была ответственна Елизавета Ортюкова, ученица Маминской школы. Ольга Борисовна Подкорытова, учитель начальных классов, педагог-наставник,



представила для педагогов полезный мастер-класс и поделилась ценными практическими советами.

Кроме того, на мероприятии был определен председатель муниципального объединения молодых педагогических работников – Анастасия Евгеньевна Бирюкова. Следующая встреча в рамках «Школы молодого педагога» запланирована в декабре.

*Управление образования*

### Увлекательная олимпиада

В Травянской школе прошел муниципальный этап предметных олимпиад начальной школы.

На олимпиаду заявилось 136 детей со всего района. Ученики Травянской школы подарили им оптимистичный настрой музыкальными номерами (руководитель ДО «Веселые нотки» Е.Г. Шишова). С напутственными словами и пожеланиями выступила заместитель директора по воспитательной работе Л.П. Бобкова, руководитель районного методического объединения учителей начальных классов С.И. Русакова, представитель родительской общественности К.А. Карасова.

По окончании написания олимпиадных заданий детей ожидали мультфильмы и мастер-классы, подготовленные педагогами Травянской школы, ЦДО, методистами Травянского ДК и сельской библиотеки. Ребята смогли попробовать реализовать себя в различных направлениях: в физике

(мастер-класс «Занимательные опыты», руководитель В.М. Таптыгина); технике «Оригами» (мастер-класс «Волшебный цветок», руководитель Л.А. Юшкова); в кулинарии (мастер-класс «Фруктовый ежик», руководитель Н.П. Хуршудян); в творчестве (мастер-класс «Праздничная открытка», руководитель Т.Н. Парфенова). А также поучаствовали в робототехнических соревнованиях, шахматно-шашечном турнире и пиратском квесте. Словом, праздник удался: дети провели время не только интересно, но и с пользой для себя, обогатив свой кругозор, знания и круг общения. На протяжении всего мероприятия незаменимыми помощниками для малышей были вожатые Травянской школы Светлана Мухлынина, Юлия Бобкова, Анна Тропина. После интересного отдыха были подведены итоги, поздравления получили победители, призеры и все участники олимпиадного движения начальной школы 2024-2025 учебного года.

*Управление образования*

### Показали силушку

Спортсмены Каменского района приняли участие в чемпионате и первенстве города по пауэрлифтингу, который прошел 9 ноября в Каменске-Уральском.

Среди юношей в весе до 66 кг победил Сергей Долбик, второе место занял Александр Ша-рапов; в весе до 74 кг первое место занял Роман Иванов, в весе 93 кг лучшим стал Максим Скабелин, он также признан абсолютным победителем среди юношей. Среди мужчин в весе до 105 кг победил Иван Гришанов, также он стал серебряным призером в абсолютном чемпионате.

*К.В. Чадов, тренер Покровской секции*

### Хорошие результаты

Воспитанники Каменской спортивной школы приняли участие в соревнованиях по тхэквондо (ИТФ).

На первенстве Екатеринбурга по тхэквондо Захар Цывилько стал абсолютным победителем. В своих возрастных и весовых категориях победили Рада Тумашова, Дмитрий Нохрин, Алиса Якимова, Семен Ширяев, Савелий Невьянцев. 2 место заняли Александра Обвинцева, Анна Семерикова, Илья Середин, Артем Тушков, Екатерина Антонок, Григорий Антонов, 3 место – Варя Егорова, Ксения Степанова, Максим Белоненко, Артем Кармацкий.

На турнире «Кубок ЕВРАЗа» по тхэквондо спортсмены тренера-преподавателя Александра Петровича Новокрещенова также показали хороший результат: абсолютным победителем признана Екатерина Антонок; 1 место заняли Дмитрий Нохрин, Рада Тумашова; 2 место – Захар Цывилько, Василий Спирин.

*Каменская спортивная школа*

### Футболисты сдали нормы ГТО

В Центре тестирования «ФСК КГО» юноши 2011 г. р. футбольной команды «Синара» сдали нормативы ГТО.

Ребята успешно выполнили следующие испытания: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; прыжок в длину с места; сгибание и разгибание рук в положении лежа на полу; поднимание туловища из положения лежа на спине; бег на 30 и 1500 м. Внедрение комплекса ГТО способствует формированию здорового образа жизни и привитию любви к спорту среди подрастающего поколения!

*ФСК*

### В подарок – творчество

В честь Дня отца в Маминском детском саду во всех возрастных группах прошли познавательные и веселые мероприятия.

С детьми педагоги провели беседы: «Папа – это звучит гордо», «Мой папа лучше всех», а также вспоминали добрые и ласковые слова по отношению к своим отцам. Большой интерес дети проявили в изготовлении портретов своих пап «Как я похож на папу», что вызвало улыбки и восторг родителей. Воспитанники с удовольствием поучаствовали в марафоне поздравлений «Мой папа самый, самый!». В заключение праздника ребята смастерили своими руками замечательные открытки, вложили в свои шедевры огромную любовь к своим отцам.

*А.В. Иванова, воспитатель Маминского детского сада*

## ■ К сведению

## Выплаты на детей

Продолжение. Начало в №№84, 86, 88

### Единое пособие в связи с рождением и воспитанием ребенка

Это пособие заменило выплаты на детей до 17 лет и пособие беременным женщинам, вставшим на учет до 12 недель.

Его могут получить граждане РФ, постоянно проживающие на территории России. Назначение и выплата ежемесячного пособия в связи с рождением и воспитанием ребенка осуществляются: беременной женщине в случае, если срок ее беременности составляет шесть и более недель и она встала на учет в медорганизации в ранние сроки беременности (до 12 недель); одному из родителей (усыновителей, опекунов, попечителей) ребенка в возрасте до 17 лет, являющегося гражданином РФ и постоянно проживающего на территории России.

Выплата положена малообеспеченным семьям при соблюдении следующих условий: ежемесячный доход на человека в семье не превышает величины прожиточного минимума на душу населения, установленной в субъекте РФ по месту жительства (пребывания) или фактического проживания заявителя на дату обращения за назначением пособия; собственность семьи соответствует установленным критериям; заявитель и дети, на которых назначается пособие, являются гражданами РФ и постоянно проживают в России.

Среднедушевой доход семьи рассчитывается исходя из суммы доходов всех членов семьи за последний год (в том числе в случае представления документов (сведений) о доходах семьи за период менее 12 календарных месяцев), предшествовавших месяцу перед месяцем обращения за назначением пособия, путем деления 1/12 суммы доходов всех членов семьи за расчетный период на число членов семьи. То есть нужно разделить доходы всех членов семьи за учитываемый год на 12 месяцев и на количество членов семьи.

Кроме того, перед назначением пособия проводится комплексная оценка нуждаемости, включающая оценку доходов семьи, имущественной обеспеченности и трудового потенциала. Пособие назначается, если взрослые члены семьи имеют заработок или объективные причины для его отсутствия. Также учитываются наличие у заявителя и членов его семьи движимого и недвижимого имущества, доходов в виде процентов, полученных по банковским вкладам.

Если на получение пособия претендует беременная женщина, она должна встать на учет в медорганизации на сроке беременности до 12 недель и подать заявление только после 12-ой недели. При этом требуется посещать эту медорганизацию на сроках 10-14, 18-22, 30-32 недели.

Обратиться за выплатой может один из родителей, усыновитель или опекун (попечитель) ребенка. Единое пособие назначается на 12 месяцев и продлевается по заявлению. Если заявление подано в течение полугода после рождения ребенка, его начислят с рождения, а если позже – то с месяца обращения.

Размер единого пособия в Свердловской области составляет 50%, 75% или 100% регионального прожиточного минимума на ребенка (15 281 руб.) или трудоспособного взрослого (16 675 руб.) – в зависимости от того, по какому основанию установлено пособие. Если в семье несколько детей до 17 лет, единое пособие выплачивается на каждого из них.

Единый день выплаты пособия на банковские карты – третье число каждого месяца. При этом средства выплачиваются за предыдущий месяц. Первая выплата перечисляется досрочно – в течение 5 рабочих дней со дня принятия решения о назначении единого пособия.

Для получения выплаты нужно подать заявление через портал госуслуг, либо обратиться непосредственно в СФР по месту жительства, или в МФЦ. Документы представлять не нужно – СФР самостоятельно запросит их в рамках межведомственного взаимодействия у соответствующих органов и организаций. Дополнительные сведения нужно будет представить только в отдельных жизненных ситуациях, сведения о которых не отражаются в госинформсистемах.

Рассмотрение заявления занимает 10 рабочих дней со дня его регистрации и поступления в СФР необходимых сведений и документов. В отдельных случаях максимальный срок может быть увеличен до 30 рабочих дней.

### Ежемесячное пособие

#### по уходу за ребенком до 1,5 лет

Несмотря на то, что отпуск по уходу за ребенком можно оформить до достижения им возраста 3 лет, право на ежемесячное пособие на период отпуска по уходу за ребенком действует только до достижения ребенком возраста 1,5 лет. При этом с начала 2024 г. пособие сохраняется на весь период даже при досрочном выходе из декрета.

Пособие могут получить как работающие, так и неработающие граждане, а именно мать, отец, опекуны, родственники, фактически осуществляющие уход за ребенком. При этом и граждане РФ, и иностранные граждане, и лица без гражданства, и беженцы, если постоянно проживают на территории страны и имеют вид на жительство (для иностранцев, апатридов и беженцев).

Для неработающих граждан обязательными условиями для получения пособия является среднедушевой доход не выше прожиточного минимума в регионе проживания, определенные требования к составу имущества семьи и наличие заработка у трудоспособных взрослых или объективные причины его отсутствия.

По общему правилу, ежемесячное пособие по уходу за ребенком выплачивается в размере 40% среднего заработка, на который начисляются страховые взносы на ОСС на случай временной нетрудоспособности и в связи с материнством, тем, кто подлежит ОСС и осуществляет уход за ребенком. Тот же размер среднего заработка по месту работы (службы) за последние 12 календарных месяцев, предшествовавших месяцу наступления отпуска по уходу за ребенком, полагается матерям, проходящим военную службу по контракту, матерям либо отцам, проходящим службу в качестве лиц рядового и начальствующего состава органов внутренних дел, Государственной противопожарной службы и т. п., либо уволенным в период отпуска по уходу за ребенком в связи с ликвидацией организации. Уволенные в период беременности матери и лица, не подлежащие ОСС (например, студенты-очники), получают пособие в фиксированном размере – 6752 руб.

Порядок оформления пособия отличается в зависимости от того, работает заявитель или нет. Так, работающие граждане могут оформить пособие через своего работодателя. Для этого достаточно подать заявление на отпуск по уходу за ребенком и о назначении ежемесячного пособия по уходу. Работодатель сообщит об этом в СФР, а Фонд с использованием электронного документооборота запросит у работодателя необходимые для назначения и выплаты пособия сведения – только те, которых нет у него в распоряжении или которые он не может добыть сам с использованием единой системы межведомственного взаимодействия. Весь процесс займет не более 10 рабочих дней со дня предоставления в СФР сведений для назначения и выплаты пособия.

В свою очередь, безработные могут инициировать назначение пособия лично или через законного представителя, обратившись в территориальный орган СФР по месту проживания или подав соответствующее заявление в личном кабинете на портале госуслуг. К нему придется приложить паспорт с информацией о месте проживания, документ, содержащий сведения о месте жительства, месте пребывания (регистрации) ребенка, копию свидетельства о заключении брака, свидетельство о рождении ребенка, выписку из трудовой книжки и справку с места работы второго родителя о том, что он не получал пособие. Также могут потребоваться документ, подтверждающий изменение Ф. И. О., решение суда об усыновлении (удочерении) ребенка или копии свидетельства об усыновлении (удочерении), документ, удостоверяющий личность и полномочия представителя. Срок оформления пособия в этом случае – 10 календарных дней с момента регистрации заявления и подачи документов.

Важно знать, что пособие назначается, если обращение за ним последовало не позднее 6 месяцев со дня достижения ребенком возраста 1,5 лет. А выплачивается – в сроки, установленные для выплаты зарплаты или денежного довольствия (если оформляется на работе), либо не позднее 5 рабочих дней после дня назначения пособия (если выплата оформлена в СФР).

**Клиентская служба в Каменске-Уральском и Каменском районе отделения Социального фонда РФ по Свердловской области**

Продолжение следует.

## ПОНЕДЕЛЬНИК

18 ноября

## ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро» (0+)  
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Но-  
вости (16+)  
09.20 «Модный приговор» (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00, 12.15, 14.00, 17.00, 18.30 Ин-  
формационный канал (16+)  
13.30 «АнтиФейк» (16+)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское» (16+)  
19.50 «Пусть говорят» (16+)  
21.00 «Время» (16+)  
22.00 Т/с «Противостояние» (16+)  
23.00 «Большая игра» (16+)  
00.00, 03.05 Подкаст. Лаб (16+)

## РОССИЯ 1

05.00 «Утро России» (16+)  
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00,  
03.00 Вести (16+)  
09.30 Местное время (12+)  
09.55 «О самом главном» (12+)  
11.30, 18.30 «60 минут» (12+)  
13.00 «Наши» (12+)  
14.30, 21.10 Вести. Местное время  
(16+)  
14.55, 02.10, 03.30 Т/с «Тайны след-  
ствия» (16+)  
17.30 «Малахов» (16+)  
21.30 Т/с «Овчарка» (16+)  
23.30 «Вечер с В. Соловьевым»  
(12+)

## НТВ

04.50 Т/с «Улицы разбитых фона-  
рей» (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00,  
23.35 «Сегодня» (16+)  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» (16+)  
13.25 «Чрезвычайное происше-  
ствие» (16+)  
14.00 «Место встречи» (16+)  
16.45 «За гранью» (16+)  
17.50 «ДНК» (16+)  
20.00 Т/с «Скорая помощь» (16+)  
22.15, 00.00 Т/с «Балабол» (16+)  
02.45 Т/с «Хорошая жена» (16+)  
04.20 «Агентство скрытых камер»  
(16+)

## СТС

06.00 «Ералаш» (6+)  
06.15 «Шоу «Уральские пельмени»  
(16+)  
08.15, 20.00 Драмеди «Молодежка.  
Новая смена» (16+)  
14.40 Т/с «Мама будет против» (16+)  
21.00 Х/ф «Моя пиратская свадьба»  
(16+)  
23.00 Х/ф «Начни сначала» (16+)  
01.05 Х/ф «Радже Шьям» (16+)  
03.30 М/с «Машинки страшилки»  
(0+)  
03.35 М/с «Маша и медведь» (0+)  
05.50 «Ералаш» (0+)

## ДОМАШНИЙ

06.30, 05.35 «По делам несовершен-  
нолетних» (16+)  
07.15, 04.45 «Давай разведемся!»  
(16+)  
08.15, 02.50 «Тест на отцовство»  
(16+)  
10.30, 23.20 Докудрама «Понять.  
Простить» (16+)  
11.35, 00.30 Докудрама «Порча»  
(16+)  
12.50, 01.30 Докудрама «Знахарка»  
(16+)  
13.25, 02.00 Докудрама «Верну лю-  
бимого» (16+)  
14.00, 02.25 Докудрама «Голоса  
ушедших душ» (16+)  
14.35 Докудрама «Порочные связи»  
(16+)  
19.00 Х/ф «Игра в дочери-матери»  
(16+)

## ЗВЕЗДА

05.40 Д/ф «Герой 115» (16+)  
07.00 «Сегодня утром» (12+)  
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости  
дня (16+)  
09.15, 21.00 «Открытый эфир» (16+)  
11.00, 23.15 Т/с «Россия молодая».  
«Крепости быть!» (12+)  
12.35, 13.25, 15.05, 17.15, 03.20  
Т/с «Военная разведка. Западный  
фронт» (16+)  
15.00 Военные Новости (16+)  
18.00 Д/с «Арктика. Новая холодная  
война» (16+)  
18.50 «Специальный репортаж» (16+)  
19.55 «По горячим следам» (16+)  
20.10 «Скрытые угрозы» (16+)  
22.45 «Между тем» (12+)

00.35 Х/ф «Гонка с преследова-  
нием» (12+)  
02.05 Д/с «Шедевры военных музе-  
ев» (12+)  
02.50 Д/с «Перелом. Хроника По-  
беды» (16+)

## ТНТ

07.00 «Утро ТНТ. часть 2» (16+)  
08.00, 22.00 «Однажды в России»  
(16+)  
09.00 «Звезды в джунглях» (16+)  
12.00 Т/с «Универ. Новая общага»  
(16+)  
16.00 Т/с «Праздники» (16+)  
21.00 Т/с «Макрон» (16+)  
23.00 «Первые на деревне» (16+)  
01.10 «Вызов» (16+)  
02.05 Х/ф «Акулий торнадо» (16+)  
03.30 «Я тебе не верю» (16+)  
04.15 «Импровизация. Команды»  
(16+)  
05.15 «Однажды в России» (16+)  
06.00 «Утро ТНТ» (16+)

## ОТВ

05.00 Новости ТАУ 9 1/2. Итоги не-  
дели (16+)  
06.00 Свердловское утро (12+)  
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55,  
17.55 Погода (6+)  
08.00 Прокуратура. На страже за-  
кона (16+)  
08.25 Патрульный участок. Интер-  
вью (16+)  
08.45, 12.45, 15.45, 18.30, 23.15 Из-  
вестия (16+)  
09.00, 14.00, 18.00, 23.30 «Все гово-  
рят об этом» (16+)  
09.30 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №1. Василий Шульгин.  
Воспоминания» (12+)  
09.45 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Истоки истории» (12+)  
10.00 Т/с «Трюкач» (16+)  
12.00 О личном и наличном (12+)  
12.30 Новости. Бизнес сегодня (16+)  
13.00 Д/с «Без срока давности. Со-  
жженные живую» (16+)  
14.30 Парламентское время (16+)  
15.00 Патрульный участок. Итоги  
недели (16+)  
15.25 Новости ТМК (12+)  
16.00 Х/ф «Курортный роман» (16+)  
18.45 КХЛ. Регулярный чемп. Авто-  
мобилист - Нефтехимик (16+)  
21.30 Новости ТАУ 9 1/2 (16+)  
22.30, 02.00, 03.30 События (16+)  
23.00, 02.30, 04.00 События. Акцент  
(16+)  
00.00 Т/с «Кумир» (12+)  
03.00 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №3. Всеволод Шахов-  
ской. Воспоминания» (12+)  
03.15 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Долой экзамены» (12+)  
04.30 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №4. Михаил Родзянко.  
Воспоминания» (12+)  
04.45 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Культурный слой» (12+)

## ВТОРНИК

19 ноября

## ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро» (0+)  
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Но-  
вости (16+)  
09.20 «Модный приговор» (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00, 12.15, 14.00, 17.00, 18.30 Ин-  
формационный канал (16+)  
13.30 «АнтиФейк» (16+)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское» (16+)  
19.50 «Пусть говорят» (16+)  
21.00 «Время» (16+)  
22.00 Т/с «Противостояние» (16+)  
23.00 «Большая игра» (16+)  
00.00, 03.05 Подкаст. Лаб (16+)

## РОССИЯ 1

05.00 «Утро России» (16+)  
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00,  
03.00 Вести (16+)  
09.30 Местное время (12+)  
09.55 «О самом главном» (12+)  
11.30, 18.30 «60 минут» (12+)  
13.00 «Наши» (12+)  
14.30, 21.10 Вести. Местное время  
(16+)  
14.55, 02.10, 03.30 Т/с «Тайны след-  
ствия» (16+)  
17.30 «Малахов» (16+)  
21.30 Т/с «Овчарка» (16+)  
23.30 «Вечер с В. Соловьевым»  
(12+)

## НТВ

04.50 Т/с «Улицы разбитых фона-  
рей» (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00,  
23.35 «Сегодня» (16+)  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» (16+)  
13.25 «Чрезвычайное происше-  
ствие» (16+)  
14.00 «Место встречи» (16+)  
16.45 «За гранью» (16+)  
17.50 «ДНК» (16+)  
20.00 Т/с «Скорая помощь» (16+)  
22.15, 00.00 Т/с «Балабол» (16+)  
02.45 Т/с «Хорошая жена» (16+)  
04.20 «Агентство скрытых камер»  
(16+)

## СТС

06.00 «Ералаш» (16+)  
06.15, 16.05 «Уральские пельмени.  
Смехbook» (16+)  
07.30, 17.05 «Шоу «Уральские пель-  
мени» (16+)  
09.00 «Поехали с нами!» (16+)  
09.55 Т/с «Красавица и миллионер»  
(12+)  
12.00 Х/ф «Имущество с хвостом»  
(12+)  
14.00, 20.00 Драмеди «Молодежка.  
Новая смена» (16+)  
18.30 Т/с «Мама будет против» (16+)  
21.00 Х/ф «Уикенд с батей» (16+)  
22.50 Х/ф «Дедушка нелегкого по-  
ведения» (6+)  
00.45 «Шоу из шоу» (16+)  
02.10 «Семейные игры. Битва за  
Олимп» (16+)  
03.15 М/с «Машинки страшилки»  
(0+)  
03.25 М/с «Маша и медведь» (0+)

## ДОМАШНИЙ

06.30, 05.35 «По делам несовершен-  
нолетних» (16+)  
07.25, 04.45 «Давай разведемся!»  
(16+)  
08.25, 02.45 «Тест на отцовство»  
(16+)  
10.40, 23.15 Докудрама «Понять.  
Простить» (16+)  
11.45, 00.25 Докудрама «Порча»  
(16+)  
12.55, 01.25 Докудрама «Знахарка»  
(16+)

## ЗВЕЗДА

13.30, 01.55 Докудрама «Верну лю-  
бимого» (16+)  
14.05, 02.20 Докудрама «Голоса  
ушедших душ» (16+)  
14.40 Докудрама «Порочные связи»  
(16+)  
19.00 Х/ф «Я тебя не боюсь!» (16+)  
04.25 «6 кадров» (16+)

05.05, 12.35, 13.25, 15.05, 17.15,  
03.20 Т/с «Военная разведка. За-  
падный фронт» (16+)  
07.00 «Сегодня утром» (12+)  
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости  
дня (16+)  
09.15, 21.00 «Открытый эфир» (16+)  
11.00, 23.15 Т/с «Россия молодая».  
«Здравствуй, кормщик!» (12+)  
15.00 Военные Новости (16+)  
18.00 Д/с «Арктика. Новая холодная  
война» (16+)  
18.50 «Специальный репортаж» (16+)  
19.55 «По горячим следам» (16+)  
20.10 «Улика из прошлого» (16+)  
22.45 «Между тем» (12+)  
00.35 Х/ф «Игра без правил» (12+)  
02.10 Д/с «Шедевры военных му-  
зеев» (12+)  
03.00 Д/с «Москва фронту» (16+)

## ТНТ

07.00 «Утро ТНТ. часть 2» (16+)  
08.00 «Однажды в России» (16+)  
09.00 Т/с «Универ. Новая общага»  
(16+)  
14.00 Ситком «Интерны» (16+)  
18.30 Т/с «Праздники» (16+)  
21.00 Т/с «Макрон» (16+)  
22.00 Х/ф «Пара из будущего» (16+)  
00.05 Х/ф «Стендап под прикрыти-  
ем» (18+)  
02.05 Х/ф «Акулий торнадо 2» (18+)  
03.30 «Я тебе не верю» (16+)  
04.15 «Импровизация. Команды» (16+)  
05.05 «Однажды в России» (16+)  
06.00 «Утро ТНТ» (16+)

## ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00, 20.00,  
22.30, 02.00, 03.30 События (16+)  
05.30, 08.30, 12.30, 15.30, 20.30,  
23.00, 02.30, 04.00 События. Акцент  
(16+)  
05.45, 08.45, 15.45, 18.45, 20.45,  
23.15 Известия (16+)  
06.00 Свердловское утро (12+)  
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55,  
17.55, 19.55 Погода (6+)  
09.00, 14.00, 18.00, 21.00, 23.30  
«Все говорят об этом» (16+)  
09.30 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №3. Всеволод Шахов-  
ской. Воспоминания» (12+)  
09.45 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Долой экзамены» (12+)  
10.00 Т/с «Трюкач» (16+)  
12.45 Патрульный участок (16+)  
13.00 Д/с «Без срока давности. Ка-  
рачаевские праведники» (16+)  
14.30 Парламентское время (16+)  
16.00 Х/ф «Курортный роман» (16+)  
18.30 Новости. Бизнес сегодня (16+)  
19.00, 21.30 Новости ТАУ 9 1/2 (16+)  
20.55 Вести настольного тенниса (12+)  
00.00 Т/с «Кумир» (12+)  
03.00 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №4. Михаил Родзянко.  
Воспоминания» (12+)  
03.15 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Культурный слой» (12+)  
04.30 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №5. Анатолий Мордвин-  
нов. Воспоминания» (12+)  
04.45 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Русское политехниче-  
ское» (12+)

Телепрограмма предостав-  
лена сайтом tvstyler.net

## СРЕДА

20 ноября

## ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро» (0+)  
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Но-  
вости (16+)  
09.20 «Модный приговор» (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00, 12.15, 14.00, 17.00, 18.30 Ин-  
формационный канал (16+)  
13.30 «АнтиФейк» (16+)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское» (16+)  
19.50 «Пусть говорят» (16+)  
21.00 «Время» (16+)  
22.00 Т/с «Противостояние» (16+)  
23.00 «Большая игра» (16+)  
00.00, 03.05 Подкаст. Лаб (16+)

## РОССИЯ 1

05.00 «Утро России» (16+)  
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00,  
03.00 Вести (16+)  
09.30 Местное время (12+)  
09.55 «О самом главном» (12+)  
11.30, 18.30 «60 минут» (12+)  
13.00 «Наши» (12+)  
14.30, 21.10 Вести. Местное время  
(16+)  
14.55, 02.10, 03.30 Т/с «Тайны след-  
ствия» (16+)  
17.30 «Малахов» (16+)  
21.30 Т/с «Овчарка» (16+)  
23.30 «Вечер с В. Соловьевым» (12+)

## НТВ

04.50 Т/с «Улицы разбитых фона-  
рей» (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00,  
23.35 «Сегодня» (16+)  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» (16+)  
13.25 «Чрезвычайное происше-  
ствие» (16+)  
14.00 «Место встречи» (16+)  
16.45 «За гранью» (16+)  
17.50 «ДНК» (16+)  
20.00 Т/с «Скорая помощь» (16+)  
22.15, 00.00 Т/с «Балабол» (16+)  
02.40 Т/с «Хорошая жена» (16+)  
04.20 «Агентство скрытых камер»  
(16+)

## СТС

06.00, 05.50 «Ералаш» (0+)  
06.15, 16.05 «Уральские пельмени.  
Смехbook» (16+)  
07.00, 16.55 «Шоу «Уральские пель-  
мени» (16+)  
09.55 Х/ф «Модная штучка» (12+)  
12.00 Х/ф «Подводное волшебство»  
(6+)  
14.00, 20.00 Драмеди «Молодежка.  
Новая смена» (16+)  
18.30 Т/с «Мама будет против» (16+)  
21.00 Х/ф «Война миров» (16+)  
23.20 Х/ф «Всемирный потоп» (18+)  
01.25 Х/ф «Без меня» (16+)  
02.55 «Семейные игры. Битва за  
Олимп» (16+)  
04.10 М/с «Маша и медведь» (0+)

## ДОМАШНИЙ

06.30, 05.35 «По делам несовершен-  
нолетних» (16+)  
07.25, 04.45 «Давай разведемся!»  
(16+)  
08.25, 02.50 «Тест на отцовство»  
(16+)  
10.40, 23.20 Докудрама «Понять.  
Простить» (16+)  
11.45, 00.30 Докудрама «Порча»  
(16+)  
12.50, 01.30 Докудрама «Знахарка»  
(16+)  
13.25, 02.00 Докудрама «Верну лю-  
бимого» (16+)  
14.00, 02.25 Докудрама «Голоса  
ушедших душ» (16+)  
14.35 Докудрама «Порочные связи»  
(16+)

19.00 Х/ф «Идеальное заблужде-  
ние» (16+)  
04.30 «6 кадров» (16+)

## ЗВЕЗДА

05.05 Т/с «Военная разведка. Запад-  
ный фронт» (16+)  
07.00 «Сегодня утром» (12+)  
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости  
дня (16+)  
09.15, 21.00 «Открытый эфир» (16+)  
11.00, 23.15 Т/с «Россия молодая».  
«Нашествие» (12+)  
12.35, 18.50 «Специальный репор-  
таж» (16+)  
13.25, 19.55 «По горячим следам»  
(16+)  
13.45, 15.05, 17.15, 03.55 Т/с «Снай-  
пер. Оружие возмездия» (16+)  
15.00 Военные Новости (16+)  
18.00 Д/с «Арктика. Новая холодная  
война» (16+)  
20.10 Д/с «Секретные материалы»  
(16+)  
22.45 «Между тем» (12+)  
00.35 Х/ф «Поезд вне расписания»  
(12+)  
01.55 Х/ф «Игра без правил» (12+)  
03.30 Д/с «Хроника Победы» (16+)

## ТНТ

07.00 «Утро ТНТ. часть 2» (16+)  
08.00 «Однажды в России» (16+)  
09.00 Т/с «Универ. Новая общага»  
(16+)  
14.00 Ситком «Интерны» (16+)  
18.30 Т/с «Праздники» (16+)  
21.00 Т/с «Макрон» (16+)  
22.00 Х/ф «Вася не в себе» (16+)  
00.00 Х/ф «Гуляй, Вася! Свидание  
на Бали» (16+)  
02.05 Х/ф «Акулий торнадо 3» (18+)  
03.30 «Я тебе не верю» (16+)  
04.15 «Импровизация. Команды»  
(16+)  
05.05 «Однажды в России» (16+)  
06.00 «Утро ТНТ» (16+)

## ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00, 20.00,  
22.30, 02.00, 03.30 События (16+)  
05.30, 08.30, 12.30, 15.30, 20.30,  
23.00, 02.30, 04.00 События. Акцент  
(16+)  
05.45, 08.45, 15.45, 18.30, 20.45,  
23.15 Известия (16+)  
06.00 Свердловское утро (12+)  
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55,  
17.55, 19.55 Погода (6+)  
09.00, 14.00, 18.00, 21.00, 23.30  
«Все говорят об этом» (16+)  
09.30 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №4. Михаил Родзянко.  
Воспоминания» (12+)  
09.45 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Культурный слой» (12+)  
10.00 Т/с «Что делает твоя жена?»  
(16+)  
12.45 Патрульный участок (16+)  
13.00 Д/с «Без срока давности. Кав-  
каз непокоренный» (16+)  
14.30 Парламентское время (16+)  
16.00 Х/ф «Курортный роман-2» (16+)  
19.00, 21.30 Новости ТАУ 9 1/2 (16+)  
00.00 Т/с «Кумир» (12+)  
03.00 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №5. Анатолий Мордвин-  
нов. Воспоминания» (12+)  
03.15 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Русское политехниче-  
ское» (12+)  
04.30 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №6. Антон Деникин.  
Воспоминания» (12+)  
04.45 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Пулковская обсерватория  
(звездный путь)» (12+)

Телепрограмма предостав-  
лена сайтом tvstyler.net

## ЧЕТВЕРГ

21 ноября

## ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро» (0+)  
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Но-  
вости (16+)  
09.20 «Модный приговор» (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00, 12.15, 14.00, 17.00, 18.30 Ин-  
формационный канал (16+)  
13.30 «АнтиФейк» (16+)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское» (16+)  
19.50 «Пусть говорят» (16+)  
21.00 «Время» (16+)  
22.00 Т/с «Противостояние» (16+)  
23.00 «Большая игра» (16+)  
00.10, 03.05 Подкаст. Лаб (16+)

## РОССИЯ 1

05.00 «Утро России» (16+)  
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00,  
03.00 Вести (16+)  
09.30 Местное время (12+)  
09.55 «О самом главном» (12+)  
11.30, 18.30 «60 минут» (12+)  
13.00 «Наши» (12+)  
14.30, 21.10 Вести. Местное время  
(16+)  
14.55, 02.10, 03.30 Т/с «Тайны след-  
ствия» (16+)  
17.30 «Малахов» (16+)  
21.30 Т/с «Овчарка» (16+)  
23.30 «Вечер с В. Соловьевым» (12+)

## НТВ

04.50 Т/с «Улицы разбитых фона-  
рей» (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00,  
23.35 «Сегодня» (16+)  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» (16+)  
13.25 «Чрезвычайное происше-  
ствие» (16+)  
14.00 «Место встречи» (16+)  
16.45 «За гранью» (16+)  
17.50 «ДНК» (16+)  
20.00 Т/с «Скорая помощь» (16+)  
22.15, 00.00 Т/с «Балабол» (16+)  
00.55 «Поздняков» (16+)  
01.10 «Мы и наука. Наука и мы» (12+)  
02.05 Т/с «Хорошая жена» (16+)

## СТС

06.00, 05.50 «Ералаш» (0+)  
06.15, 16.05 «Уральские пельмени.  
Смехbook» (16+)  
07.25, 16.50 «Шоу «Уральские пель-  
мени» (16+)  
10.25 Х/ф «Большая свадьба» (16+)  
12.10 Х/ф «Уикенд с батей» (16+)  
14.00, 20.00 Драмеди «Молодежка.  
Новая смена» (16+)  
18.30 Т/с «Мама будет против» (16+)  
21.00 Х/ф «Война миров Z» (12+)  
23.20 Х/ф «Власть огня» (16+)  
01.05 Х/ф «Я иду искать» (16+)  
02.40 «Семейные игры. Битва за  
Олимп» (16+)  
03.50 М/с «Машины страшилки»  
03.55 М/с «Маша и медведь» (0+)

## ДОМАШНИЙ

06.30, 05.35 «По делам несовершен-  
нолетних» (16+)  
07.25, 04.45 «Давай разведемся!»  
(16+)  
08.30, 02.50 «Тест на отцовство» (16+)  
10.40, 23.25 Докудрама «Понять.  
Простить» (16+)  
11.45, 00.30 Докудрама «Порча»  
(16+)  
12.50, 01.30 Докудрама «Знахарка»  
(16+)  
13.25, 02.00 Докудрама «Верну лю-  
бимого» (16+)  
14.00, 02.25 Докудрама «Голоса  
ушедших душ» (16+)  
14.35 Докудрама «Кризисный центр»  
(16+)  
19.00 Х/ф «На реке» (16+)

## ЗВЕЗДА

05.20 Т/с «Снайпер. Оружие возмезд-  
дия» (16+)  
07.00 «Сегодня утром» (12+)  
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости  
дня (16+)  
09.15, 21.00 «Открытый эфир» (16+)  
11.00, 23.15 Т/с «Россия молодая».  
«Правда против кривды» (12+)  
12.50, 18.50 «Специальный репор-  
таж» (16+)  
13.25, 19.55 «По горячим следам»  
(16+)  
13.45, 15.05, 17.15 Т/с «Снайпер-2.  
Тунгус» (16+)  
15.00 Военные Новости (16+)  
18.00 Д/с «Арктика. Новая холодная  
война» (16+)  
20.10 «Код доступа» (12+)  
22.45 «Между тем» (12+)  
00.45 Т/с «Россия молодая». «Ветер  
Балтики» (12+)  
02.05 Х/ф «Зеленый огонек» (12+)  
03.20 Х/ф «Девушка с характером»  
(12+)  
04.40 Д/с «Центр специального на-  
значения» (16+)

## ТНТ

07.00 «Утро ТНТ. часть 2» (16+)  
08.00 «Однажды в России» (16+)  
09.00 Т/с «Универ. Новая общага»  
(16+)  
14.00 Ситком «Интерны» (16+)  
18.30 Т/с «Праздники» (16+)  
21.00 Т/с «Макрон» (16+)  
22.00 Х/ф «Хочу замуж» (16+)  
00.05 Х/ф «Счастья! Здоровья!» (16+)  
01.45 Х/ф «Акулий торнадо 4: Про-  
буждение» (18+)  
03.05 «Я тебе не верю» (16+)  
03.50 «Импровизация. Команды»  
(16+)  
05.00 «Однажды в России» (16+)  
06.00 «Утро ТНТ» (16+)

## ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.10, 22.30,  
02.00, 03.30 События (16+)  
05.30, 08.30, 12.30, 15.40, 23.00,  
02.30, 04.00 События. Акцент (16+)  
05.45, 08.45, 23.15 Известия (16+)  
06.00 Свердловское утро (12+)  
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55,  
17.55 Погода (6+)  
09.00, 14.10, 18.10, 23.30 «Все гово-  
рят об этом» (16+)  
09.30 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №5. Анатолий Мордвин-  
нов. Воспоминания» (12+)  
09.45 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Русское политехниче-  
ское» (12+)  
10.00 Т/с «Что делает твоя жена?»  
(16+)  
12.45 Патрульный участок (16+)  
13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00,  
18.00 Верный. Отличник (6+)  
13.10 Д/с «Без срока давности. До  
последнего имени...» (16+)  
14.35 Парламентское время (16+)  
16.10, 17.10 Х/ф «Курортный ро-  
ман-2» (16+)  
18.40 КХЛ. Регулярный чемп. Ав-  
томобилист - Кульунь ред стар  
(Пекин) (16+)  
21.30 Новости ТАУ 9 1/2 (16+)  
00.00 Т/с «Кумир» (12+)  
03.00 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №6. Антон Деникин.  
Воспоминания» (12+)  
03.15 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Пулковская обсерватория  
(звездный путь)» (12+)  
04.30 Д/с «Отражение событий 1917  
года. Выпуск №1. Василий Шульгин.  
Воспоминания» (12+)  
04.45 Д/с «Государственная грамо-  
та. Наука. Истоки истории» (12+)

## ПЯТНИЦА

22 ноября

## ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 «Доброе утро» (0+)  
09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости (16+)  
09.20 «Модный приговор» (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00, 12.15, 14.00, 17.00 Информационный канал (16+)  
13.30 «АнтиФейк» (16+)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское» (16+)  
18.40 «Человек и закон» (16+)  
19.45 «Поле чудес» (16+)  
21.00 «Время» (16+)  
21.45 «Голос. Дети» - это фантастика! (0+)  
23.25 «30 лет вместе». «Последний герой» (12+)  
01.15 Подкаст. Лаб (16+)

## РОССИЯ 1

05.00 «Утро России» (16+)  
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести (16+)  
09.30 Местное время (12+)  
09.55 «О самом главном» (12+)  
11.30, 18.30 «60 минут» (12+)  
13.00 «Наши» (12+)  
14.30, 21.10 Вести. Местное время (16+)  
14.55 Т/с «Райский» (16+)  
17.30 «Прямой эфир» (16+)  
21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)  
00.20 «Истории большой страны» (12+)  
01.20 Х/ф «Бариста» (16+)

## НТВ

04.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» (16+)  
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящими» (6+)  
09.25, 10.35 Т/с «Песч» (16+)  
13.25 «Чрезвычайное происшествие» (16+)  
14.00 «Место встречи» (16+)  
16.45 «ДНК» (16+)  
17.55 «Жди меня» (12+)  
20.00 Т/с «Скорая помощь» (16+)  
21.25 Т/с «Балабол» (16+)  
00.20 «Своя правда» (16+)  
02.10 «Квартирный вопрос» (0+)  
03.05 Т/с «Хорошая жена» (16+)

## СТС

06.00, 05.50 «Ералаш» (0+)  
06.15 «Уральские пельмени» (16+)  
07.00, 13.35, 21.00, 00.05 «Шоу «Уральские пельмени» (16+)  
08.25, 02.00 «Супериндяз» (16+)  
11.55, 22.30 «Шоу «Русская дорога» (16+)  
19.30 «Шоу «Уральские пельмени». География пельменей. «Камерун» (16+)  
01.00 «Кино в деталях» (18+)

## ДОМАШНИЙ

06.30, 05.50 «По делам несовершеннолетних» (16+)  
07.25, 05.00 «Давай разведемся!» (16+)  
08.25, 03.20 «Тест на отцовство» (16+)  
10.40, 00.05 Докудрама «Понять. Простить» (16+)  
11.45, 14.35, 01.05 Докудрама «Порча» (16+)  
12.50, 02.05 Докудрама «Знахарка» (16+)  
13.25, 02.30 Докудрама «Верну любимого» (16+)  
14.00, 02.55 Докудрама «Голоса ушедших душ» (16+)  
19.00 Х/ф «Н+н» (16+)  
23.30 «Уютное утро» (16+)  
06.10 Х/ф «Шрам» (16+)

## ЗВЕЗДА

05.20 Т/с «Снайпер-2. Тунгус» (16+)  
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня (16+)  
09.20 «Ищу своих» (12+)  
10.05 Д/с «Уроки Донбасса». «На бис» (16+)  
11.00 Т/с «Россия молодая». «Ветер Балтики» (12+)  
13.25, 15.05 Х/ф «Дорогой мой человек» (12+)  
15.00 Военные Новости (16+)  
16.05, 17.15 Х/ф «Черные береты» (16+)  
18.00 Д/с «Арктика. Новая холодная война» (16+)  
19.40 Д/с «Загадки века» (12+)  
20.30 Д/с «Война миров» (16+)  
21.20 «Специальный репортаж. Что русскому смешно...» (16+)  
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)  
23.30 «Музыка+» (12+)  
00.50 Х/ф «А если это любовь?» (12+)  
02.30 Х/ф «Медовый месяц» (12+)  
04.00 Д/с «Шедеры военных музеев» (12+)  
04.45 Х/ф «Морской охотник» (12+)

## ТНТ

07.00 «Утро ТНТ. часть 2» (16+)  
08.00, 20.00 «Однажды в России» (16+)  
09.00 Ситком «Интерны» (16+)  
18.30 «Большое переселение» (16+)  
21.00 «Комеди Клуб» (16+)  
22.00 «Лига городов» - «Полуфинал» (16+)  
23.30 Х/ф «Человек ноября» (16+)  
01.40 Х/ф «Акулий торнадо 5: Глобальное роение» (18+)  
03.00 Х/ф «Последний акулий торнадо. Как раз вовремя» (16+)  
04.25 «Я тебе не верю» (16+)  
05.10 «Импровизация. Команды» (16+)  
06.15 «Однажды в России» (16+)

## ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00, 20.00, 22.30, 02.00, 03.30 События (16+)  
05.30, 08.30, 12.30, 15.30, 20.30, 23.00, 02.30, 04.00 События. Акцент (16+)  
05.45, 08.45, 15.45, 18.30, 23.15 Известия (16+)  
06.00 Свердловское утро (12+)  
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 Погода (6+)  
09.00, 14.00, 18.00, 21.00, 23.30 «Все говорят об этом» (16+)  
09.30 Д/с «Отражение событий 1917 года. Выпуск №6. Антон Деникин. Воспоминания» (12+)  
09.45 Д/с «Государственная грамота. Наука. Пулковская обсерватория (звездный путь)» (12+)  
10.00 Т/с «Что делает твоя жена?» (16+)  
12.45 Патрульный участок (16+)  
13.00 Д/с «Без срока давности. Адыгя. Общая боль» (16+)  
14.30 Парламентское время (16+)  
16.00 Т/с «Офицерские жены» (16+)  
18.45 Новости ТМК (12+)  
19.00, 21.30 Новости ТАУ 9 1/2 (16+)  
20.45 Новости. Бизнес сегодня (16+)  
00.00 Х/ф «Отдам жену в хорошие руки» (16+)  
03.00 Д/с «Отражение событий 1917 года. Выпуск №1. Василий Шульгин. Воспоминания» (12+)  
03.15 Д/с «Государственная грамота. Наука. Истоки истории» (12+)  
04.30 Д/с «Отражение событий 1917 года. Выпуск №3. Всеволод Шаховской. Воспоминания» (12+)  
04.45 Д/с «Государственная грамота. Наука. Долой экзамены» (12+)

## СУББОТА

23 ноября

## ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 «Доброе утро. Суббота» (12+)  
09.00 «Умницы и умники» (12+)  
09.45 «Слово пастыря» (0+)  
10.00, 12.00, 18.00 Новости (16+)  
10.15 «Алексей Гуськов. Противостояние звезд» (12+)  
11.05 «Поехали!» (12+)  
12.15 «Наше все» (12+)  
13.05 «ПроУют» (0+)  
13.55 «30 лет вместе». «Телевидение изнутри» (16+)  
15.45 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России 2024. Этап V (0+)  
16.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)  
18.20 Х/ф «Операция «Ы» и другие приключения Шурика» (0+)  
20.10 «Эксклюзив» (16+)  
21.00 «Время» (16+)  
21.35 «Большая разница» (16+)  
22.45 Х/ф «Черный ящик» (12+)  
01.15 Подкаст. Лаб (16+)

## РОССИЯ 1

05.00 «Утро России. Суббота» (16+)  
08.00 Местное время. Суббота (16+)  
08.35 «По секрету всему свету» (0+)  
09.00 «Формула еды» (12+)  
09.25 «Пятеро на одного» (0+)  
10.10 «Сто к одному». Телеигра (0+)  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести (16+)  
11.50 «Доктор Мясников» (12+)  
12.55 «Судьба человека» (12+)  
14.30, 20.50 Вести. Местное время (16+)  
14.50 «Парад юмора» (16+)  
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)  
21.00 Х/ф «Рецепт счастья» (16+)  
00.30 Х/ф «Повезет в любви» (16+)  
04.05 Х/ф «Осколки хрустальной туфельки» (12+)

## НТВ

04.45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)  
06.20 «Жди меня» (12+)  
07.20 «Смотр» (0+)  
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня» (16+)  
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)  
09.20 «Едим дома» (0+)  
10.20 «Главная дорога» (16+)  
11.00 «Живая еда» (12+)  
12.00 «Квартирный вопрос» (0+)  
13.00 «Получки» (16+)  
14.15 «Секрет на миллион. Денис Матросов» (16+)  
16.20 «ЧП. Расследование» (16+)  
17.00 «Своя игра» (0+)  
18.00 «Следствие вели...» (16+)  
19.00 «Центральное телевидение» (16+)  
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)  
21.20 «Чудо» (6+)  
23.10 «Международная пилорама» (18+)  
00.00 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+)  
00.40 «Квартирник НТВ у Маргулиса. WILDWAYS» (16+)  
01.40 «Дачный ответ» (0+)  
02.35 Т/с «Хорошая жена» (16+)  
04.15 «Агентство скрытых камер» (16+)

## СТС

06.00, 05.50 «Ералаш» (0+)  
07.00 М/с «Три кота» (0+)  
07.15 «Уральские пельмени» (16+)  
07.30, 09.00 «Просто кухня» (12+)  
08.30 «Просто завтрак» (16+)  
10.00 «100 мест, где поест» (16+)  
11.00 «Битва стартапов» (16+)  
12.10 «Остров сокровищ. Знаки судьбы» (16+)  
14.10 «Шоу «Уральские пельмени» (16+)  
14.55 М/ф «Мы - монстры-2» (6+)  
17.00 Х/ф «Приключения Паддингтона» (6+)

18.55 Х/ф «Приключения Паддингтона-2» (6+)  
21.00 Х/ф «Артур, ты король» (12+)  
23.05 Х/ф «Моя пиратская свадьба» (18+)  
01.05 Х/ф «Чего хотят мужчины» (18+)  
03.00 «Семейные игры. Битва за Олимп» (16+)

## ДОМАШНИЙ

06.30 Х/ф «Шрам» (16+)  
09.45 «Уютное утро» (16+)  
10.15 Х/ф «Невозможное прощение» (16+)  
14.45 Х/ф «Переворот» (16+)  
19.00 Т/с «Великолепный век» (16+)  
23.00, 06.10 Х/ф «Шаг в бездну» (16+)  
02.40 «6 кадров» (16+)  
03.00 Х/ф «Игра в дочку-матери» (16+)

## ЗВЕЗДА

06.00 Х/ф «Урок жизни» (12+)  
07.55 «Морской бой» (6+)  
09.00, 13.00, 19.00 Новости дня (16+)  
09.15 «Второе мнение» (12+)  
09.45 «Мужики» (16+)  
10.15 «Легенды науки». Сергей Ковалев (12+)  
11.05 «СССР. Знак качества» (12+)  
11.55 «Не факт!» (12+)  
12.30 «Родная». Наталья Мохова (16+)  
13.20 «Специальный репортаж. Что русскому смешно...» (16+)  
14.00 Х/ф «Вертикаль» (12+)  
15.40, 19.25 Т/с «Колье Шарлотты» (12+)  
20.30 Х/ф «Классик» (16+)  
23.00 «Фетисов» (12+)  
23.45 Х/ф «Дорогой мой человек» (12+)  
01.35 Х/ф «Приказано взять живым» (12+)  
03.00 Х/ф «Бесполочное хозяйство» (12+)  
04.25 Д/с «Шедеры военных музеев» (12+)

## ТНТ

07.00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+)  
11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+)  
18.30 «Экстрасенсы. Реванш» (16+)  
21.00 «Ярче звезд» (16+)  
23.00 «Женский Стендап» (18+)  
00.00 «Звездные танцы» (16+)  
01.50 «Лига городов» (16+)  
03.20 «Импровизация. Команды» (16+)  
05.20 «Импровизация» (16+)  
06.05 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023» (16+)

## ОТВ

05.00, 08.00, 12.00, 15.00 События (16+)  
05.30, 08.30, 12.30, 15.30 События. Акцент (16+)  
05.45, 08.45, 15.45, 18.30 Известия (16+)  
06.00, 09.00, 18.00 «Все говорят об этом» (16+)  
07.00 Д/ф «Черное и белое торпедовца Стрельцова» (12+)  
10.00 Патрульный участок. Итоги недели (16+)  
10.30 О личном и наличном (12+)  
11.00 Новости ТАУ 9 1/2 (16+)  
12.45 Патрульный участок (16+)  
13.00, 14.00 Д/с «Эффект Матроны» (16+)  
16.00 Х/ф «Отдам жену в хорошие руки» (16+)  
17.35 Патрульный участок. Интервью (16+)  
17.35 «Просто завтрак» (16+)  
19.00, 00.00 Новости ТАУ 9 1/2. Итоги недели (16+)  
20.00, 22.00 Х/ф «Железный лес» (12+)  
01.00 Х/ф «Лекция для домохозяйек» (12+)

Телепрограмма предоставлена сайтом tvstyler.net

## ВОСКРЕСЕНЬЕ

24 ноября

## ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости (16+)  
06.10, 00.50 Подкаст. Лаб (16+)  
06.50 «Играй, гармонь любимая!» (12+)  
07.35 «Часовой» (12+)  
08.05 «Здоровье» (16+)  
09.10 «Непутевые заметки» (12+)  
09.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея (12+)  
10.15 «Жизнь своих» (12+)  
11.05 «Повара на колесах» (12+)  
12.15 «Видели видео?» (0+)  
13.40 «Аркадий Райкин. Человек с тысячами лиц» (12+)  
14.40 Х/ф «Операция «Ы» и другие приключения Шурика» (0+)  
16.30 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России 2024. Этап V (0+)  
19.00 «Точь-в-Точь» (16+)  
21.00 «Время» (16+)  
23.00 «Кто такой этот Кустурица?» (16+)

## РОССИЯ 1

06.40 Смотрим мультфильмы (12+)  
07.20 «В кругу друзей» (12+)  
08.00 Местное время. Воскресенье (16+)  
08.35 «Когда все дома» (0+)  
09.25 «Утренняя почта с Николаем Басковым» (12+)  
10.10 «Сто к одному». Телеигра (0+)  
11.00, 14.00 Вести (16+)  
11.30 «Большие перемены» (12+)  
12.30 «Истории большой страны» (12+)  
13.30 Т/с «Фантазер» (12+)  
14.30 Вести. Местное время (16+)  
15.00 «Юморина-2024» (16+)  
17.00, 19.00 «Песни от всей души» (12+)  
18.00 «Конкурс юных талантов «Синяя Птица» (12+)  
20.00 Вести недели (16+)  
22.30 Москва. Кремль. Путин (12+)  
23.00 «Воскресный вечер» (12+)  
01.40 Х/ф «Вальс-бостон» (12+)

## НТВ

04.45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)  
06.30 «Центральное телевидение» (16+)  
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня» (16+)  
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)  
10.20 «Первая передача» (16+)  
11.00 «Чудо техники» (12+)  
12.00 «Дачный ответ» (0+)  
13.00 «НашПотребНадзор» (16+)  
14.05 «Однажды...» (16+)  
15.00 «Своя игра» (0+)  
16.20 «Человек в праве с Андреем Куницыным» (16+)  
17.00 «Следствие вели...» (16+)  
18.00 «Новые русские сенсации» (16+)  
19.00 «Итоги недели» (16+)  
20.20 «Шоу Аватар. Новый сезон» (12+)  
23.00 «Звезды сошлись» (16+)  
00.40 «Основано на реальных событиях» (16+)

## СТС

06.00 «Ералаш» (16+)  
07.00 М/с «Отель «У овечек» (0+)  
07.15 «Уральские пельмени. Смехbook» (16+)  
07.25 «Просто завтрак» (16+)  
08.00 «100 мест, где поесть» (16+)  
09.00 «Кто круче всех?» (16+)  
10.00 «Поехали с нами!» (16+)  
10.55 Х/ф «Приключения Паддингтона» (6+)  
12.45 Х/ф «Приключения Паддингтона-2» (6+)  
14.50 Х/ф «Артур, ты король» (12+)  
17.00 «Суперниндзя» (16+)  
20.30 «Остров сокровищ. Знаки судьбы» (16+)

22.30 «Шоу из шоу» (16+)  
00.05 «Импровизаторы» (16+)

## ДОМАШНИЙ

06.30 Х/ф «Шаг в бездну» (16+)  
09.55 «Пять ужинов» (16+)  
10.10 Х/ф «Постучись в мою калитку» (16+)  
14.40 Х/ф «Поворот к счастью» (16+)  
19.00 Т/с «Великолепный век» (16+)  
23.05 Х/ф «Шрам» (16+)  
02.40 Д/с «Эффект Матроны» (16+)

## ЗВЕЗДА

05.20 Х/ф «Подвиг разведчика» (12+)  
06.55 Х/ф «Классик» (16+)  
09.00 Новости недели (16+)  
09.25 «Служу России» (12+)  
09.55 «Военная приемка» (12+)  
10.40 «Легенды армии» (12+)  
11.30 Д/с «Легенды госбезопасности» (16+)  
12.20 Д/с «Война миров» (16+)  
13.10 «Код доступа» (12+)  
14.00 «Улика из прошлого» (16+)  
14.50 «Скрытые угрозы» (16+)  
15.40 Д/с «Секретные материалы» (16+)  
16.30 Д/с «Загадки века» (12+)  
17.20 «Специальный репортаж. Что русскому смешно...» (16+)  
18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+)  
19.40 Д/с «Легенды советского сыска» (16+)  
22.10 «Легендарные матчи». «Суперсерия 1988/89. Хоккей. Клубы НХЛ - ЦСКА. Матч №4. «Нью-Джерси дэвилз» - ЦСКА» (12+)  
00.50 Т/с «Колье Шарлотты» (12+)

## ТНТ

07.00, 04.30 «Однажды в России» (16+)  
10.00 «Большое переселение» (16+)  
11.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+)  
15.50 «Экстрасенсы. Реванш» (16+)  
18.30 «Звезды в джунглях» (16+)  
21.30 «Звездные танцы» (16+)  
23.30 «Шоу Воли» (16+)  
00.30 «Ярче звезд» (16+)

## ОТВ

05.00, 08.00, 11.00, 00.00 Новости ТАУ 9/12. Итоги недели (16+)  
06.00, 12.00, 18.00 «Все говорят об этом» (16+)  
07.00 Д/ф «Михаил Лавровский. Продолжение следует...» (6+)  
09.00, 10.00 Д/с «Эффект Матроны» (16+)  
13.00 Патрульный участок. Итоги недели (16+)  
13.30 Прокуратура. На страже закона (16+)  
14.00 Мероприятие, посвященное Дню матери (12+)  
16.00 Х/ф «Ищу попутчика» (12+)  
17.35 О личном и наличном (12+)  
18.30 Новости. Бизнес (16+)  
18.45, 21.30 Известия (16+)  
18.55 КХЛ. Регулярный чemp. Динамо мн (Минск) - Автомобилист (16+)  
22.00 Х/ф «Лекция для домохозяйек» (12+)  
01.00 Х/ф «Железный лес» (12+)

Телепрограмма представлена сайтом [tvstyler.net](http://tvstyler.net)

ПРОДАМ: металлическую трубу (новая) диаметром 57 мм, длина - 3 м, количество - 7 штук. Цена за штуку 1200 руб.  
Тел. 8-908-918-22-20.

## СКОРБИМ

13 июля при выполнении поставленной задачи во время проведения специальной военной операции Вооруженных Сил России, в Ясиноватском районе, н.п. Новоалександровка Донецкой Народной Республики погиб наш земляк, младший сержант, старший стрелок отделения захвата штурмового взвода штурмовой роты, рядовой **Гилязов Ринат Фаритович**.

Ринат Фаритович родился 17 февраля 1980 г. в Каменске-Уральском. С младшего возраста проживал в Мартюше. Окончил Бродовскую школу, Каменск-Уральский радиотехнический техникум. Проходил службу в рядах Вооруженных Сил РФ. Работал на предприятии Каменска-Уральского. Был замечательным сыном, братом и отцом, настоящим патриотом, добрым, отзывчивым.

27 сентября 2022 г. Ринат был мобилизован и встал на защиту Родины. В 2023 г. был награжден медалью Министерства обороны РФ «За боевые отличия». Выполнив обязанности военной службы, Гилязов Ринат героически погиб. За героизм, верность Отчеству, исполнение воинского долга представлен к ордену Мужества посмертно.

Выражаем искренние соболезнования родным и близким Гилязова Рината Фаритовича. Вечная память героям, защитникам Родины!

Администрация Каменского городского округа

## Внимание: тонкий лед!

Спасатели МЧС предупреждают о выходе детей на тонкий лед.

Дети, не соблюдая мер безопасности на водоемах, видя, что лед непрочный, выходят на него, рискуя собственной жизнью. С одной стороны, взрослые не контролируют собственных детей, не знают, где и с кем проводят свободное время их дети, с другой стороны, видя, как «чужие» дети гуляют по льду, не делают им замечания и никоим образом не реагируют на данные поступки.

Родители, проконтролируйте, где и как проводят свободное время ваши дети. Интересуйтесь, чем занят ваш ребенок, где гуляет, чем занимается, с кем проводит свободное время. Организуйте детям интересный досуг, чтобы ваш ребенок был занят полезным делом. Контроль с вашей стороны и занятость ребенка уменьшат подобные случаи и сохранят жизнь и здоровье вам и вашим близким.

В целях предупреждения несчастных случаев на водоемах, а также в рамках Месячника безопасности людей на водных объектах напомним: соблюдайте правила безопасного поведения на воде; не выходите на тонкий неокрепший лед; не проверяйте прочность льда ногами; не приближайтесь к трещинам, промоинам; не собирайтесь группами на осеннем льду; не выходите на лед в темное время суток и при плохой видимости.

Будьте осторожны! Под снегом могут быть полыньи, трещины или лунки! Обращайте внимание на предупреждающие и запрещающие знаки, которые установлены на водных объектах. Помните! Ваша жизнь и жизнь ваших близких в ваших руках. В случае оказания помощи звоните по телефонам 101, 102 или 112!

63-й пожарно-спасательный отряд  
ФПС ГПС МЧС России по Свердловской области



## УСИЛЕННЫЕ ТЕПЛИЦЫ

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.металлоизделия96.рф](http://www.металлоизделия96.рф).

Продам две комнаты в трехкомнатной квартире, 12 и 15,1 кв. м, 2/2, б/б, сейф-двери, пласт. окна, на разные стороны, документы готовы, ул. Железнодорожная, 32.  
Обращаться по тел. 89126993770.

**ГЛАВА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАМЕНСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ  
ПОСТАНОВЛЕНИЕ**

12.11.2024 №2401 п. Мартюш

**О проведении конкурсного отбора на право получения муниципальной гарантии муниципального образования «Каменский городской округ»**

В соответствии с Бюджетным кодексом РФ, Федеральным законом от 26.07.2006 № 135-ФЗ «О защите конкуренции», во исполнение Решения Думы Каменского городского округа от 07.12.2023 № 292 «О бюджете МО «Каменский городской округ» на 2024 год и плановый период 2025 и 2026 гг.» (с изменениями внесенными Решением Думы Каменского городского округа от 21.03.2024 № 333, от 16.05.2024 № 352, от 20.06.2024 № 370, 19.09.2024 № 431, 05.11.2024 № 472), Решения Думы Каменского городского округа от 17.02.2022 № 59 «Об утверждении Положения о порядке и условиях предоставления муниципальных гарантий муниципального образования «Каменский городской округ», постановления Главы МО «Каменский городской округ» от 24.11.2017 г. № 1586 «Об организации работы по предоставлению муниципальных гарантий МО «Каменский городской округ» (в редакции от 30.01.2018 г. № 115, от 12.11.2021 №1901, от 20.07.2022 № 1491), руководствуясь Уставом МО «Каменский городской округ» ПОСТАНОВЛЯЮ:

1. Объявить проведение конкурсного отбора на право получения муниципальной гарантии МО «Каменский городской округ» (далее – муниципальная гарантия) на погашение задолженности за уголь объемом 6 000 000 (Шесть миллионов) рублей 00 копеек.

2. Субъектами, имеющими право участвовать в конкурсе на получение муниципальной гарантии, являются предприятия, осуществляющие деятельность на территории Каменского городского округа, котельные которых вырабатывают тепловую энергию.

3. Муниципальная гарантия предоставляется без возникновения права предъявления регрессных требований к принципалу.

4. Администрация Каменского городского округа (Гарант) несет субсидиарную ответственность по обеспеченному им обязательству принципала.

5. Конкурсный отбор на право получения муниципальной гарантии проводится в порядке, установленном постановлением Главы МО «Каменский городской округ» от 24.11.2017 № 1586 «Об организации работы по предоставлению муниципальных гарантий МО «Каменский городской округ» (в редакции от 30.01.2018 г. № 115, от 12.11.2021 № 1901, от 20.07.2022 № 1491).

6. Заявления на участие в конкурсе на право получения муниципальной гарантии, принимаются Администрацией Каменского городского округа в срок с 15 по 20 ноября 2024 года (включительно) по адресу: Свердловская область, г. Каменск-Уральский, проспект Победы, 38 «А», кабинет № 31, тел. 37-02-44.

7. Претендент, заинтересованный в получении гарантии, согласно постановлению Главы МО «Каменский городской округ» от 24.11.2017 г. № 1586 «Об организации работы по предоставлению муниципальных гарантий МО «Каменский городской округ» (в редакции от 30.01.2018 № 115, от 12.11.2021 № 1901, от 20.07.2022 № 1491), (далее – постановлению № 1586) подает на имя Главы Каменского городского округа: заявление по форме, согласно приложения № 1 к постановлению № 1586; документы, согласно приложения № 2 к постановлению № 1586.

8. Заседание Комиссии по проведению конкурсного отбора заявителей, претендующих на право получения муниципальной гарантии на обеспечение топливно-энергетическими ресурсами состоится 21 ноября 2024 г. в 10:00 в малом зале Администрации МО «Каменский городской округ» по адресу: г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 38 «А».

9. Настоящее постановление опубликовать в газете «Пламя» и разместить на официальном сайте муниципального образования «Каменский городской округ».

10. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя Главы Администрации по экономике и финансам М.И. Пичугина.

*Глава городского округа А.Ю. Кошкароев*

**ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ КОНКУРСНОГО ОТБОРА  
на право получения муниципальной гарантии,  
на обеспечение топливно-энергетическими ресурсами**

Администрация Каменского городского округа объявляет конкурсный отбор на право получения муниципальной гарантии на обеспечение расчетов по обязательствам за топливно-энергетические ресурсы в 2024 году. Администрация Каменского городского округа (Гарант) несет субсидиарную ответственность по обеспечению им обязательству принципала. Претендент, заинтересованный в получении гарантии, согласно постановлению Главы МО «Каменский городской округ» от 24.11.2017 г. № 1586 «Об организации работы по предоставлению муниципальных гарантий МО «Каменский городской округ» (в редакции от 30.01.2018 г. № 115, от 12.11.2021 № 1901, от 20.07.2022 № 1491), (далее – постановление № 1586) подает на имя Главы Каменского городского округа: заявление по форме (прилагается); документы, (перечень прилагается).

Заявление и прилагаемые к нему документы сшиваются Заявителем, нумеруются и представляются в прошитом виде, скрепленные печатью (при ее наличии) и подписью полномочного представителя Заявителя с указанием на обороте последнего листа количества листов в адрес Администрации МО «Каменский городской округ».

Сроки приема документов и проведения конкурса: Срок, в течение которого принимаются документы для участия в конкурсном отборе – с «15» ноября 2024 года по «20» ноября 2024 года включительно; Место приема документов: г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 38а, кабинет № 31, электронный адрес: [admkgoso@mail.ru](mailto:admkgoso@mail.ru). График работы: Понедельник – четверг с 8:00 – 12:30 часов, с 13:30 – 16:30 часов; Пятница: с 8:00 – 12:30 часов, с 13:30 – 15:30 часов; Выходные дни: суббота, воскресенье.

Дата проведения конкурсного отбора – «21» ноября 2024 года в 10:00 в малом зале Администрации МО «Каменский городской округ» по адресу: г. Каменск-Уральский, проспект Победы, д. 38 «А». Контактные телефоны по вопросам подачи документов на участие в конкурсе: 37-02-44. Контактное лицо: Рябова Анна Михайловна.

**ЗАЯВЛЕНИЕ на участие в конкурсе на право получения муниципальной гарантии муниципального образования «Каменский городской округ»**

\_\_\_\_\_  
Главе муниципального образования  
«Каменский городской округ»

Заявитель: \_\_\_\_\_

Прошу рассмотреть вопрос об участии в конкурсном отборе на право получения муниципальной гарантии муниципального образования «Каменский городской округ» (далее – гарантия) на следующие цели:

Сумма требуемой гарантии \_\_\_\_\_  
Срок погашения гарантии \_\_\_\_\_  
Способы обеспечения гарантии: \_\_\_\_\_  
Реквизиты заявителя: \_\_\_\_\_  
Юридический адрес заявителя: \_\_\_\_\_  
Почтовый адрес заявителя: \_\_\_\_\_  
Телефон/факс \_\_\_\_\_

Приложение к настоящей заявке на \_\_\_\_\_ листах:

1. \_\_\_\_\_;  
Руководитель \_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)  
Главный бухгалтер \_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)  
Дата \_\_\_\_\_

**Перечень документов, прилагаемых к заявке на участие в конкурсе  
на право получения муниципальной гарантии МО «Каменский городской округ»**

1. Копии документов, подтверждающих государственную регистрацию заявителя;
2. Копия свидетельства о постановке заявителя на налоговый учет;
3. Копии учетных документов заявителя;
4. Копия документа о назначении руководителя заявителя;
5. Копия выписки из Единого государственного реестра юридических лиц;
6. Копия бухгалтерской отчетности, характеризующей финансовое состояние заявителя, за отчетный год, на последнюю отчетную дату текущего года и на аналогичную дату предшествующего года, включая: 1) бухгалтерский баланс; 2) отчет об изменениях капитала; 3) отчет о движении денежных средств; 4) отчет о целевом использовании полученных средств; 5) пояснения к бухгалтерскому балансу и отчету о финансовых результатах; 6) отчет о финансовых результатах; 7) сведения о дебиторской и кредиторской задолженности;
8. Копия документа, подтверждающего отсутствие задолженности по платежам в бюджеты всех уровней и государственные внебюджетные фонды (справка налогового органа по форме, утвержденной Приказом ФНС, на момент подачи заявления).
9. Экономическое обоснование, отражающее цели, для реализации которых необходимо предоставление муниципальной гарантии с указанием вида обязательств, которые будут обеспечены предоставленной гарантией с указанием вида обязательств, которые будут обеспечены предоставленной муниципальной гарантией.
- 9.1. Копия документа, подтверждающего наличие обязательств, которые будут обеспечены предоставленной муниципальной гарантией.
10. Техничко-экономическое обоснование инвестиций в случае предоставления муниципальной гарантии по инвестиционным проектам.
11. Пояснительная записка.

Копии документов представляются заверенными подписью руководителя и печатью (при наличии) заявителя. Ответственность за достоверность представленных документов несет руководитель претендента на получение муниципальной гарантии.

**Информационное сообщение**

В номере 81 от 08.10.2024 г. информационного сообщения о предоставлении участков в собственность была допущена опечатка, слова «Свердловская область, Каменский район, с. Большая Грязнуха, с северо-восточной стороны от земельного участка с кадастровым номером 66:12:2402007:209, общей площадью 1296 кв.м, категория земельного участка – земли населенных пунктов, с разрешенным использованием – для ведения личного подсобного хозяйства (приусадебный земельный участок)» следует читать как «Свердловская область, Каменский район, с. Покровское, с северо-восточной стороны от земельного участка с кадастровым номером 66:12:2402007:209, общей площадью 1296 кв.м, категория земельного участка – земли населенных пунктов, с разрешенным использованием – для ведения личного подсобного хозяйства (приусадебный земельный участок)».

**Информационное сообщение**

Комитет по управлению муниципальными имуществом Администрации Каменского городского округа (далее – КУМИ) информирует о предоставлении земельных участков в аренду, расположенных по адресу:

п. Лебяжье, ул. Советская, 3, с кадастровым номером 66:12:201001:264, общей площадью 4525 кв.м, категория земельного участка – земли населенных пунктов, с разрешенным использованием – для индивидуального жилищного строительства (далее – ИЖС); Каменский район, с юго-западной стороны от земельного участка с кадастровым номером 66:12:5301003:777, общей площадью 1782 кв.м, категория земельного участка – земли населенных пунктов, с разрешенным использованием – для ИЖС.

КУМИ информирует о предоставлении земельных участков в собственность, расположенных по адресу: д. Шилова с северо-западной стороны от земельного участка с кадастровым номером 66:12:3501003:52, общей площадью 1449 кв.м, категория земельного участка – земли населенных пунктов, с разрешенным использованием – для ведения личного подсобного хозяйства (приусадебный земельный участок) (далее – ЛПХ); с. Травянокское, с кадастровым номером 66:12:2901004:626, общей площадью 1979 кв.м, категория земельного участка – земли населенных пунктов, с разрешенным использованием – для ЛПХ; с. Покровское, с южной

стороны (напротив) от земельного участка с кадастровым номером 66:12:2402007:221, общей площадью 1613 кв.м, категория земельного участка – земли населенных пунктов, с разрешенным использованием – для ЛПХ; с. Сипавское, с северо-восточной стороны от земельного участка с кадастровым номером 66:12:6801002:281, общей площадью 1004 кв.м, категория земельного участка – земли населенных пунктов, с разрешенным использованием – для ИЖС.

Лица, заинтересованные в предоставлении данных участков, вправе в течение 30-ти дней со дня опубликования настоящего извещения, то есть по 14.12.2024 г. с 09.00 ч. до 16.00 ч. обратиться в КУМИ с заявлением в письменном виде на бумажном носителе лично либо через представителя о намерении участвовать в аукционе по предоставлению участка. Также заявление может быть направлено путем почтового отправления заказным письмом с описью вложения с уведомлением о вручении (копии документов должны быть нотариально удостоверены). Место нахождения КУМИ: 623400, Свердловская обл., г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 97а, тел. (3439) 370-238, 370-228.



## Осторожно! Пневмония!

**Пневмония – это острая респираторная инфекция, воздействующая на легкие.**

Воспаленные легкие наполняются жидкостью и гноем, из-за чего затрудняется поступление кислорода в кровь. Возбудителями пневмонии являются вирусы, бактерии и грибки. Основным механизмом передачи болезни является аэрозольный, который реализуется воздушно-капель-

ным и воздушно-пылевыми путями.

Симптомы заболевания: одышка, слабость, боль в груди, кашель с мокротой, температура тела 38–40 градусов, сильное потоотделение.

Пневмония может быть самостоятельным заболеванием или вторичным осложнением многих инфекционных и неинфекционных процессов. Воспаление легких часто маскируется под грипп или ОРВИ. При малейшем подозрении на пневмонию – незамедлительно вызывайте врача.

Факторы риска для взрослых: стрессы, ослабленный иммунитет, курение, хронические заболевания; для детей: хронические ангины и частые простудные заболевания, охлаждение или перегревание, неполноценное питание, несоблюдение режима дня. В особую «группу риска» входят дети: пневмония – главная причина смертности несовершеннолетних во всем мире: ежегодно она уносит более 700 тыс. детей в возрасте до 5 лет (это больше, чем СПИД, малярия и корь, вместе взятые!).

*Как защититься от пневмонии: ставьте прививки (от гриппа, пневмококковой и гемофильной инфекции); мойте руки; проветривайте помещение; не общайтесь с больными; если заболели, оставайтесь дома и обратитесь к врачу.*

Для профилактики пневмонии важно вести здоровый образ жизни: заниматься спортом, совершать прогулки на свежем воздухе, отказаться от вредных привычек, соблюдать режим труда и отдыха, выполнять закаливающие процедуры. Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты).

До наступления холодов и подъема заболеваемости респираторными инфекциями следует сделать прививку против гриппа, поскольку пневмония часто является осложнением гриппа.

В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее – сквозняков. Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.

В период подъема заболеваемости гриппом рекомендуется избегать контакта с больными людьми, использовать маску для защиты органов дыхания, воздержаться от посещения мест с большим скоплением людей.

Необходимо соблюдать гигиену рук. Помните, что такое простое действие, как мытье рук с водой и мылом, особенно после посещения туалета и перед едой, позволяет снизить уровень кишечных заболеваний более чем на 40%, а респираторных инфекций – почти на 25%.

Если заболели вы или ваш ребенок, необходимо остаться дома и как можно скорее вызвать врача и ни в коем случае не заниматься самолечением.

## Главные факторы риска развития сахарного диабета

**Сахарный диабет – эндокринное заболевание, в основе которого лежит нарушение усвоения глюкозы, вследствие абсолютного или относительного дефицита гормона инсулина, что приводит к стойкому повышению ее уровня в крови, и нарушению всех видов обмена: углеводного, белкового, жирового, водно-солевого.**

Существует 2 типа развития этого тяжелого заболевания: снижение/прекращение образования инсулина, когда развивается сахарный диабет 1 типа, как правило, обусловленный генетически – на его долю приходится 5–8% от всей заболеваемости сахарным диабетом. Развитие резистентности (устойчивости, не чувствительности) рецепторов клеток к инсулину, когда развивается сахарный диабет 2 типа, как правило обусловленный факторами образа жизни – на его долю приходится 92–95% всей заболеваемости.

Основными факторами риска развития сахарного диабета являются: недостаток пищевых волокон (клетчатки) в ежедневном рационе и неумение справляться со стрессами (в частности, заедание стрессов).

Недостаток клетчатки – отличительная особенность питания современного человека, поскольку в рационе в избытке присутствуют очищенные обработанные продукты, лишенные клетчатки – простые углеводы (сахар и мука высшего сорта), а также продукты, не содержащие ее вовсе – животные белки (мясо, яйца, молоко), жиры и масла.

При недостатке клетчатки, источником которой является растительная пища – фрукты, овощи, орехи, цельнозерновые и бобовые продукты, происходит быстрое повышение и избыточное накопление глюкозы и липидов в крови, нарушается процесс естественного очищения организ-

ма, замедляется обмен веществ.

Человеческий организм не способен усваивать и расщеплять клетчатку; она необходима ему для лучшего (плавного, равномерного) усвоения и освобождения от ненужных или избыточно поступивших других веществ.

Существует два, одинаково важных, типа клетчатки: растворимая клетчатка – образует в желудке гелеобразное вещество, которое, проходя по кишечнику, поглощает токсины и питает полезную микрофлору. Нерастворимые волокна – проходят по организму практически в неизменном виде, улучшая продвижение пищи и очищая кишечник подобно мочалке.

Оба типа клетчатки, в том или ином соотношении, содержится в овощах, фруктах (сухофруктах), ягодах, крупах, бобовых, семенах и орехах. Количество клетчатки на 100 грамм различных продуктов определено и находится в широком доступе (стоит только поинтересоваться). Диабетическая ассоциация рекомендует употреблять 1,5 грамма клетчатки на каждые 100 килокалорий рациона в день.

Другой фактор риска – стресс – практически синоним современности: мы постоянно спешим, поглощая огромные объемы информации и решая немалое количество задач; организм находится в состоянии постоянного напряжения и мобилизации ресурсов...

Хронический стресс провоцирует рискованное для здоровья поведение, в том числе злоупотребление сладким. Зачастую именно стресс становится пусковым механизмом в развитии сахарного диабета.

Современному человеку жизненно необходима суперспособность – стрессоустойчивость. Она формируется в результате работы над собой по трем направлениям: Мысли – это то, на что человек может

и должен влиять: отслеживая их внутри себя, направляя в положительное русло или действие, останавливая навязчивые негативные и преобразуя их в позитивные. Для этого можно записывать мысли в дневник, делиться ими, обращаясь за советом.

Эмоции, которые мы испытываем – абсолютно все – положительные и отрицательные – важны и ценны. Важно учиться распознавать и понимать их, выражать словами и действиями, анализировать и разбираться, что за ними стоит. Этому помогают письменные практики – «излитие чувств на бумагу» – они высвобождают накопившиеся эмоции, помогают обрести состояние внутреннего равновесия.

Тело, непроизвольно реагирующее на стрессовые ситуации напряжением (спазмами) мышц, выбросом гормонов и нейромедиаторов, нуждается в особом внимании. Сосредоточение на дыхании – его углубление и замедление – способно остановить стрессовую реакцию организма. Тренировка мышц перераспределяет напряжение и улучшает все виды обмена веществ. Специальные процедуры для тела – закаливание, массаж, ванны, восточные практики, воздействие на биологически активные точки – повышают выносливость, успокаивают и гармонизируют.

Таким образом, отслеживая мысли, анализируя эмоции и тренируя тело, можно успешно противостоять стресс-зависимым заболеваниям, улучшать свое физическое и психическое состояние. Самое главное, в ежедневной рутине, выбирая продукты для своего питания и проявляя свое отношение к происходящему, не забывать о приоритете здоровья, о сохранении гармонии гормонов в своем организме.

**Н.В. Савина, врач по общей гигиене Каменск-Уральского филиала областного центра гигиены и эпидемиологии**

## ПОЗДРАВЛЯЕМ!

С Днем рождения Галину Николаевну Овсянникову.

Желаем счастья и цветов,  
Желаем самых добрых слов,  
Здоровья, что всего ценней,  
Дорогу жизни подлинней  
И много радости на ней!

**Барабановская администрация, совет ветеранов, женсовет, специалист по соцработе**

С юбилеем Галину Михайловну Воробьеву, Людмилу Николаевну Истомину, Александра Ивановича Истомуна, Елену Васильевну Подкорытову, Ольгу Васильевну Волкову, Владимира Геннадьевича Павловских, Надежду Николаевну Марейченко, Лидию Евгеньевну Голышеву.

Сил, здоровья, много смеха, добра, тепла,  
Чтобы жизнь светла была!  
Оптимизма и достатка,  
Чтоб у вас все было гладко!

**Маминская администрация, совет ветеранов, женсовет, специалист по соцработе**

С юбилеем Станислава Александровича Золотникова, Татьяну Николаевну Старкову, Галину Геннадьевну Тагильцеву, Юрия Владимировича Макарова, Надежду Михайловну Макарову, Надежду Ивановну Киселеву, Наталью Александровну Турыгину, Валентину Михайловну Гатаулину, Александра Федоровича Бердникова, Людмилу Юрьевну Гаренских, Виталину Николаевну Возчикову, Татьяну Ивановну Бабкину, Евгению Федоровну Посканию, Ирину Николаевну Трубанову, Галину Федоровну Русакову, Алексея Ивановича Милакина, Сергея Петровича Панина, Веру Валентиновну Рулеву, Александра Вячеславовича Черноскутова, Виктора Сергеевича Панкратова, Клару Анатольевну Тагильцеву, Петра Анатольевича Приданникова.

Мы дня хорошего желаем  
И верить в лучшее всегда,  
По жизни плыть всегда с улыбкой  
И не сдаваться никогда!

**Колчеданская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе**

С юбилеем Александра Андреевича Степанова, Нину Степановну Терентьеву, Николая Васильевича Парамонова. С Днем рождения Анатолия Васильевича Федорова, Валентину Елизаровну Клементьеву.

Поздравляем с днем рождения!  
Желаем радостных мгновений.  
Побольше света и тепла,  
Улыбок, счастья и добра.

**Рыбниковская администрация, совет ветеранов, женсовет, специалист по соцработе**

\*\*\*

С юбилеем Прасковью Дмитриевну Судакову, Марию Ивановну Кузьмину, Леонида Александровича Плотинова, Николая Вениаминовича Никитина, Надежду Анатольевну Тарасову, Надежду Ильиничну Посеву, Галину Витальевну Маскалюк, Андрея Юрьевича Деметьева, Анжелику Анатольевну Шкурихину, Людмилу Анатольевну Федорову, Владимира Гендриковича Орловского, Сергея Евгеньевича Голубцова, Марата Оразкановича Байтемирова, Светлану Ивановну Куклину.

С юбилеем поздравляем  
И желаем от души  
Сил и крепкого здоровья,  
Счастья, радости, любви!

**Травянская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе**

\*\*\*

С юбилеем Николая Дмитриевича Окулова, Нуриагзама Амманулловича Шафикова, Тамару Владимировну Шеломенцеву, Алексея Гавриловича Макарова, Леру Вилловну Гиматову, Рашита Катиповича Закирова, Михаила Викторовича Мылтасова, Раису Петровну Новичкову, Галину Федоровну Окулову, Любовь Николаевну Юшкевич. С Днем рождения Галину Ивановну Тумашову, Александру Григорьевну Пшеницыну, Зинаиду Ивановну Давыдову, Сергея Николаевича Полищук, Владимира Николаевича Новичкова, Александра Иосифовича Пшеницына, Наилу Эрсовну Ромазанову, Таису Дмитриевну Русенцеву, Виталия Анатольевича Торопова, Любовь Сергеевну Уросову, Елену Григорьевну Чиркову, Валентину Васильевну Окулову.

Исполнения желаний,  
Бесконечного тепла!  
Потрясающих событий,  
Удовольствия, добра!

**Окуловская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе**

\*\*\*

С юбилеем Ларису Витальевну Курицыну, Нину Алексеевну Тихоняк, Владимира Афонасьевича Дасью, Александра Николаевича Серикова, Анатолия Александровича Бузунова.

Примите наши поздравления,  
Частичку нашего тепла,  
Желаем крепкого здоровья,  
Уюта, счастья и добра!

**Кисловская администрация, совет ветеранов**

\*\*\*

С юбилеем Павла Васильевича Шульгина, Петра Григорьевича Дмитриева, Зинаиду Георгиевну Семчук, Людмилу Валентиновну Гусеву, Людмилу Анатольевну Соломеину, Николая Александровича Тюрина, Владимира Петровича Миронова, Олега Михайловича Матафонова, Людмилу Геннадьевну Томилову, Геннадия Ивановича Осокина, Галину

Рихардовну Чепуштанову.

Желаем крепкого здоровья, семейного благополучия и взаимопонимания. Мирного неба, долголетия и стабильности! Пусть в каждом новом дне будет уютно и тепло!

**Сосновская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе**

\*\*\*

С юбилеем Надежду Романовну Перешину, Елену Валерьевну Солодовникову, Татьяну Андреевну Гусеву, Татьяну Александровну Булатову, Валентина Викторовича Власенко, Михаила Александровича Тушкова, Василия Николаевича Чадова, Николая Андреевича Чадова, Анатолия Андреевича Юдина, Екатерину Егоровну Сливницкую, Ольгу Витальевну Осипову, Галину Яковлевну Шишкину, Нину Николаевну Кротик, Марину Геннадьевну Терехину, Александру Геннадьевну Окулову, Нину Александровну Подтяжину.

Добра, любви, здоровья, света!

Пусть юбилей развевает грусть.

Запомнится пусть дата эта

И станет стартом в счастье пусть.

**Покровская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе**

\*\*\*

С юбилеем Антонину Викторовну Чмеренко, Лидию Александровну Баранову.

Пусть счастье будет настоящим,

К мечте и радости манящим.

Желаем много светлых лет

Без боли, горестей и бед!

**Горноисетская администрация, совет ветеранов, специалист по соцработе**

\*\*\*

С юбилеем Леонида Геннадьевича Корепанова, Светлану Валентиновну Подшивалову, Екатерину Николаевну Савельеву, Анатолия Александровича Панова, Ганию Хисматулловну Рамазанову, Галину Алексеевну Вахрамееву, Валентину Петровну Тазырову, Фариду Сунагатовну Айнетдинову, Ирину Анатольевну Соловьеву, Рамзину Фахрутдиновну Хуснутдинову, Ирину Владимировну Жернакову, Зою Алексеевну Пеленеву, Александра Юрьевича Семерикова, Веру Николаевну Корелину, Анну Клавдиевну Кондратьеву, Николая Ивановича Яковлева, Татьяну Ивановну Шамарину, Людмилу Михайловну Прохорову, Светлану Валерьевну Дружину, Владимира Николаевича Свиридова, Наталью Валерьевну Усольцеву, Андрея Валерьевича Душанина, Николая Павловича Сединина.

Желаем счастья и здоровья,

Добра и радостей простых,

Уюта и достатка в доме,

Согретого теплом родных.

**Бродовская администрация, совет ветеранов, женсовет, специалист по соцработе**

## БЛАГОТВОРИТЕЛЬНАЯ АКЦИЯ ПО СБОРУ ПОМОЩИ

На территории Каменского района находится АНО «Центр социальной помощи «Лебязье». Центр оказывает помощь малоимущим, пенсионерам и инвалидам, оказавшимся без места жительства (восстановление утраченных документов, медицинское сопровождение, социально-бытовое обслуживание). На попечении центра находится десять лежачих пациентов. Для надлежащего ухода за ними необходимы пеленки и памперсы размеров L и XL. Желающие присоединиться к акции по сбору помощи центру могут обратиться в отделение партии «Единая Россия» по адресу: Каменск-Уральский, пр. Победы, 38а, тел. 37-05-47.

**Каменское местное отделение партии «Единая Россия»**

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: 623427, г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 97а. Телефон/факс 39-93-69. Электронный адрес: kgo.gazeta@yandex.ru

Главный редактор Н.В. Казанцева.

Редактор по выпуску Л.В. Лугинина.

Верстка и корректура: С.Ф. Ларина.

Подписной индекс: 20306 (на 6 месяцев), ГО306 (на год).

Цена свободная.

Газета выходит 2 раза в неделю. Отпечатано ГУП СО «Монетный шебеновский завод» СП «Березовская типография», 623700, г. Березовский, ул. Красных Героев, 10. Заказ 1739. Тираж 1000.

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