



Корь – эпидемия серьезная. Пока паниковать не нужно, но понимать реалии – необходимо.
Что советуют санитарные врачи?
Стр. 2.



газета Каменская

№ 42 (301)
19.10.2023

Бесплатно

РИММЕДИА

16+

ЯРМАРКА КРАСНОЙ ИКРЫ

Свежая камчатская и сахалинская икра, лососёвая, горбуши, чавычи и кеты.

1 банка - 350р. 2 банки - 600р.
4 банки - 1000р.

Акция: при покупке 8 банок,
1 банка в подарок!

Мы ждем вас

25 октября, в МАУК СКЦ,
ул. Ленина, 36 с 10-00 до 14-00.
Приходите, попробуйте на вкус!



ХАЙТЭК+ НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

любой сложности

ФОТОБОИ

· БЫСТРО · КАЧЕСТВЕННО · ДОСТУПНО

ул. Суворова 13, · 30-22-20
· 8-950-657-98-68



21 октября
в 15-00

22
КНОПКА

УВАЖАЕМЫЕ КАМЕНЦЫ!

Смотрите матч Чемпионата Свердловской области по футболу
в ПРЯМОМ ЭФИРЕ.

Играют команды

ФК «Синара» (г. Каменск-Уральский) и «Жасмин» (г. Михайловск).
Канал РИМ (Каменск 24).

ПОДДЕРЖИМ НАШИХ ФУТБОЛИСТОВ!

ФЕДЕРАЦИЯ ФУТБОЛА
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ЙОГА ДЛЯ ВСЕХ

Набор в группу для начинающих
Подходит
для любого возраста!

Студия йога «Лотос»
Ул. Кунавина, 2
Фитнес-клуб «Гравитация»
К.Маркса, 55

Спортивный клуб «Сила Воли»
Пр. Победы, 34А
Тел. 8-952-744-69-60

РЕСТАВРАЦИЯ ПОДУШЕК

Ул. Кутузова, 40 ТЦ «Купеческий»

цокольный этаж.

Т. 8-952-74-40-894

«МЕХОВОЕ РАЗДОЛЬЕ»

приглашает вас на выставку-продажу зимней верхней одежды.

Шубы и дубленки из первых рук, без наценки, на прямую от фабрики
Приобретайте у нас кировскую норку, пятигорский мутон, каракуль, енот, песец, турецкие
дубленки, мужские куртки и головные уборы. Новейшие модели на любой возраст и вкус.

Размеры от 46 до 74. Кредит на выгодных условиях до 3х лет без первого взноса.

АКЦИЯ: обмен старой шубы
на новую с выгодой в 15
тыс. руб. А так же получите
дополнительную скидку от
владельца выставки.

Норка от 28 тыс.руб.
Мутон от 10 тыс.руб.
Дубленки от 12 тыс.руб.
Каракуль от 25 тыс.руб.
Нутрия от 8 тыс. руб.

28 октября

ДК «Юность»
пр. Победы, 2
с 10-00 до 18-00.

Подробности о выдаче кредита, условиях уточняйте по адресу: 28 октября 2023 по адресу: г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 2.

ПРИХОДИТЕ, МЫ ВАС ЖДЕМ!



ПАНОРИМА

КОРЬ: НЕ БОИМСЯ, НО ОПАСАЕМСЯ!



В Уральском Федеральном округе зафиксирована вспышка кори. Речь идет о Ямало-Ненецком автономном округе. Все случаи так называемые «завозные» - один заболевший приехал из Ингушетии, второй из Чечни. Напомним, корь - одна из самых заразных болезней в мире. Передается моментально. Вирус остается активным и контагиозным в воздухе или на инфицированных поверхностях до двух часов. Санитарные врачи в Каменске-Уральском говорят: если в городе будет зафиксирован хотя бы один заболевший, масштабы работ будут колоссальными. «При обнаружении больного корью будет выявляться весь круг контактов и изолироваться от остального сообщества. Таковы правила, - комментирует заместитель начальника Каменского Роспотребнадзора Алягуль Чарипова. - А если кто-то откажется ставить прививку - будут применяться более жесткие меры».

При отказе вакцинироваться человек будет принудительно изолирован. Особенности заболевания такие, какие есть, шулки тут неуместны. Но о таких мерах, конечно, говорить преждевременно. Случаев кори на Среднем Урале пока не зафиксировано. Но это лишь пока! Так же, как «пока», от кори не вакцинируют - это важная информация для тех, кто не игнорирует прививки. Дефицита препаратов нет, но ставят только по показаниям.

Врачи советуют сдать кровь на антитела. «Это самый лучший способ узнать, готов ли организм защищаться от инфекции, - отмечает заведующая отделением профилактики ГД Наталья Коган. - Если показатели низкие, обратитесь в кабинеты доврачебной помощи - медики примут решение, нужна ли вам такая прививка».

Екатерина СИДОРОВА

НАША РОСИНОЧКА

Богата талантами земля уральская! Доказано это неоднократно и сомнениям не подвергается. А вот очередные подтверждения этому появляются вновь и вновь. Вот и на днях народный коллектив «Песенно-танцевальный ансамбль «Росиночка» вернулся с Областного грантового конкурса творческих коллективов «Живые традиции Урала». Участие в нем приняли сильнейшие творческие объединения нашего региона. Конкурс проходил в два этапа: первый, заочный, состоялся летом. Второй - прошел в столице Свердловской области на минувшей неделе. Всего было три номинации: фольклорные коллективы, коллективы народного танца и народного пения, где «Росиночка» удостоилась в своей категории диплома победителя и получила грант в размере одного миллиона рублей.

«Ура, мы победили, - не скрывает эмоций руководитель коллектива Оксана Сергеева. - У нас была мечта: приобрести новый баян и обновить сценические костюмы. Сейчас мы сможем ее реализовать!» И поясняет: «Баян стоит немало, цена доходит до 500-700 тысяч рублей, поэтому и грант оказался весьма кстати». Вообще о своем коллективе артисты могут рассказывать бесконечно. И о руководителях - художественном - Александре Ноговицыне, хореографе - Людмиле Слеуевой, руководителе инструментальной группы - Оксане Сергеевой. О настоящем богатстве - инструментах: домре, балалайке, баяне, баяне, баяне. Ударных инструментах, среди которых трещотки, ложки, рубель, корбочка, колокольчик. О себе скромно молчат, хотя каждый из них - личность уникальная, неповторимая и, безусловно, талантливая. Иначе не было бы такой потрясающей победы.

«Мы, конечно, свои недочеты сами знаем, - рассказывают музыканты. - Где-то вдох не так взяли, где-то растерялись немного. Но жюри было очень компетентным, они поняли, что мы заслуживаем такой награды, и мы выиграли право на это грант», - с гордостью говорят артисты «Росиночки».

Денис КУЖЕЛЕВ



ТЕ, КОГО МЫ ПРИРУЧИЛИ

Домашний питомец есть почти у каждого второго россиянина. Таковы данные соцпросов. Самым популярным животным оказалась кошка. На втором месте - ожидаемо собаки, пишет издание «Газета. Ру». Также часто заводят рыб, попугаев, черепах и грызунов. Со временем питомец становится практически членом семьи - потеря его болезненна. Но сталкиваются хозяева еще и с тем, что похоронить любимую зверюшку негде. На минувшей неделе паблик Каменска-Уральского пестрилы новостями о несанкционированном кладбище домашних животных. Неравнодушные хозяева организовали его в черте города, а именно - в лесополосе, что находится за Дворцом культуры «Юность». Мнения каменцев в социальных сетях сильно расходятся: пока одни поддерживают хозяев четвероногих, другие - настоятельно требуют ликвидировать нелегальное захоронение.

Примечательно, что такое незаконное место захоронения зверюшек на территории города - не единственное. Еще одно находится в посёлке Чкалова, рядом с Волковским кладбищем. Огромные памятники собакам и котам, кресты, частично разрытые могилы, искусственные цветы, кованые оградки и безымянные холмики - таких могильников на кладбище десятки. Тот, кто хоть раз хоронил любимого питомца, знает чётко: сделать это негде, по крайней мере - на законных основаниях. Причем беда эта не только наша, каменская: в России всего два официально разрешённых кладбища домашних животных. Одно из них находится в Подмоскowie, второе - в Екатеринбурге. А вот неофициальных - гораздо больше. В Каменске-Уральском нет таких мест, где можно похоронить своего четвероного друга согласно букве закона. А в это время умершее животное, будь то кошечка или собачка, относится, как бы это грубо ни звучало, к категории биологических отходов. Тело питомца - потенциальный источник опасности, особенно если он умер от болезни. Так что у романтических похорон под розовым кустом или в лесополосе есть и обратная сторона: болезнетворные бактерии и токсичные вещества, которые вырабатываются при разложении, могут попасть в грунтовые воды и привести к заражению людей и других животных.

Если говорить о законных способах, то таковых всего два. Первый, доступный для каменцев - биотермическая яма. Специальное изолированное сооружение, в котором тела разлагаются быстрее и без вреда для окружающей среды.

Второй же способ самый надёжный, а именно - кремация. Она бывает индивидуальной и общей. Но и здесь у горожан возникнут проблемы, поскольку в Каменске подобные услуги в отношении животных не предоставляются, а ближайший профильный крематорий находится в Екатеринбурге. Понятно, что для хозяев умершее животное - практически член семьи, поэтому организация похорон любимого питомца - это последняя ответственность за тех, кого приручили.

Василий ОБУХОВ





ИНТЕРЕСНО О РОССИИ



КОЛЫМА НЕ ПРИМЕТ?



Губернатор Магаданской области Сергей Носов на встрече с учителями заявил, что Колыма не примет предателей и релокантов, региону нужны трудолюбивые и талантливые люди. Как отметил спикер ГД Вячеслав Володин на пленарном заседании в ГД, релокантов, которые уехали из России и совершили "подлые поступки, радуясь выстрелам по территории РФ, желая победы нацистскому кровавому киевскому режиму", в России не только не ждут, но и, если они вернуться, "Магадан им обеспечен". "Колыма не принимает людей подлых, не принимает предателей. И это стереотипы или клише, старые клише, от которых давно пора избавиться, тем более, эти клише от релокантов прошлого. Они, к сожалению, имеют место быть. Но от них надо избавляться, причем избавляться всем, не только нам.

На Колыме живут прекрасные люди. Живут и работают настоящие патриоты своей страны. Колыма сегодня динамично развивается по поручению президента и правительства Российской Федерации. Поэтому нам сюда нужны грамотные, образованные и профессиональные люди", - сказал Носов.

КАРТА ТУРИСТА

Правительство РФ планирует утвердить перечень из 25 стран, гражданам которых будет доступна для оформления в России платежная "карта туриста", заявил глава Минэкономразвития Максим Решетников на правительственном часе в Госдуме. "Вместе с Аксаковым Анатолием Геннадьевичем и коллегами из комитета по финансовому рынку создали условия для запуска "карты туриста", чтобы у иностранных туристов была возможность из-за рубежа открывать здесь счета и уже по приезду в нашу страну получить пластиковую карту, что называется в физическом выражении, и осуществлять здесь расчеты. Сейчас правительством утверждается перечень из 25 стран, для которых будет доступен этот механизм", - сказал он. Ранее в ходе Восточного экономического форума Решетников говорил, что "карта туриста" для платежей иностранцев в России может быть запущена в третьем - начале четвертого квартала 2023 года.



КУДА ДЕНЬГИ?



Депутат Госдумы от крымского региона Михаил Шерemet предложил на деньги, вырученные от продажи апартаментов Владимира Зеленского в Крыму, купить жилье детям-сиротам в новых российских регионах. Ранее сообщалось, что национализированная квартира семьи Зеленского в поселке Ливадия на южном берегу Крыма выставлена на продажу. Аукцион пройдет в электронной форме. Общая площадь квартиры – 119,5 квадратных метров. Начальная стоимость – 24,6 миллиона рублей.

Заявки на участие в аукционе принимаются до 26 октября, а сами торги пройдут 30-го. "Считаю, что вырученные деньги от продажи фешенебельных апартаментов семьи нациста Зеленского было бы правильным направить на приобретение в новых российских субъектах квартир детям, оставшихся сиротами из-за террора украинских войск", - сказал Шерemet РИА «Новости».

КОРОТКО О ВАЖНОМ...

БОРРЕЛЮ НЕ НРАВИТСЯ...

Глава дипломатии Евросоюза Жозеп Боррель заявил, что Брюссель недоволен позицией китайских властей касательно конфликта между Россией и Украиной. Соответствующее заявление он сделал в интервью SCMP. «Быть нейтральным в таком случае — всё равно что наблюдать со стороны, как лиса входит в курятник, и ждать последствий», — сказал Боррель. Высокопоставленный европейский дипломат считает, что Пекин может внести больший вклад в вопрос мирного урегулирования украинского кризиса.

ДЛЯ НЕРАБОТАЮЩИХ ПЕНСИОНЕРОВ

В Госдуме внесут на рассмотрение законопроект, предполагающий увеличение пенсий для части пенсионеров. Об этом пишет ТАСС. Отмечается, что мера коснется неработающих пенсионеров, чей среднедушевой доход не превышает двух размеров прожиточного минимума.

АВТОРИТЕТНОЕ МНЕНИЕ

Бывший госсекретарь США Генри Киссинджер высказал мнение, что Германия приняла в страну слишком много мигрантов, у которых «разные культуры, религии и взгляды». Так он прокомментировал митинг сторонников ХАМАС в Берлине в интервью Politico. «Было серьезной ошибкой принимать так много иностранцев совершенно разных культур, религий и взглядов», — добавил Киссинджер. По его словам, в странах, где находится большое число мигрантов, часто возникают группы, которые оказывают влияние на политику и общественное мнение. Ранее канцлер ФРГ Олаф Шольц не исключил, что страна может ужесточить контроль на границах по причине резкого роста количества мигрантов.



ГЛАВНЫЙ ДОКУМЕНТ РЕГИОНА

В Свердловской области завершился первый этап формирования бюджета на 2024 год. В приоритете социально значимые направления – строительство и реконструкция школ и дорог, газификация и благоустройство территорий. И этот перечень далеко не полный. Сейчас областной Минфин подводит итоги согласительных процедур с муниципалитетами. Если говорить о суммах, то порядка 9 млрд. рублей предусмотрены в следующем году на инвестиционную деятельность, более 6,5 млрд. отведено под дорожную деятельность. Строка «Образование» составила 3,8 млрд. рублей, а «Переселение граждан из аварийного жилья» - 1,6 миллиардов. Активное участие в вопросах финансирования и помощи муниципалитетам принимает и Евгений Куйвашев. Именно он, по словам чиновников, окончательно корректирует цели и задачи. Как рассказал представитель комитета по бюджету областного заксобрания, многие муниципалитеты сделали заявку на финансирование в части ремонта дорог. Напомним, на данный момент сумма по данной строке составляет более 6,5 миллиардов. При формировании бюджета большое внимание уделяется и исполнению Указов Президента. Так, среди прочего Владимир Путин распорядился к 2030 году повысить количество регулярно занимающихся спортом граждан до 70%.

НЕОБЪЯСНИМО, НО ФАКТ...

С необычными сложностями столкнулись уральские туристы, которые решили отдохнуть в Сочи. Попасть из Екатеринбурга туда можно по довольно низкой цене. А вот чтобы вернуться обратно, придется заплатить стоимость почти в десять раз больше. Так, по данным сервиса Aviasales самый дешевый билет на 14 октября на самолет из Екатеринбурга стоит 3413 рублей. А вот билет в обратном направлении обойдется уже в 26 365 рублей. Причем это тоже самый дешевый вариант.

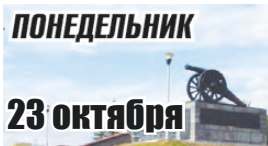
ОБЪЕКТИВНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

В Свердловской области обострилась конкуренция из-за специалистов. Чтобы утолить кадровый голод, работодатели готовы увеличивать зарплату, внедрять в бизнес-процессы искусственный интеллект, принимать студентов и людей без опыта, а также давать соискателям более гибкие условия труда. Как отмечают в Свердловскстате, уровень безработицы достиг рекордно низкой отметки в 1,9 %. Аналитики перечислили профессиональные сферы, где за последний год в России резко выросло количество вакансий. Абсолютным лидером рейтинга стала курьерская доставка (в третьем квартале 2023 года потребность в кадрах там выросла в 5,3 раза). Существенно увеличился спрос на домашний персонал (в 4,9 раза), таксистов (в 4,6 раза), работников банков (в 3,2 раза), маркетологов, рекламщиков и пиарщиков (в 3 раза). Чтобы хоть как-то исправить ситуацию, работодатели вынуждены повышать зарплаты. Как рассказывают специалисты, в третьем квартале 2023 года вакансий в Екатеринбурге по сравнению с прошлым годом стало больше в 1,4 раза, а уровень предлагаемых зарплат возрос на 29%.

ХОРОШАЯ ИДЕЯ

Правительство Свердловской области решило освободить от уплаты транспортного налога участников специальной военной операции (СВО). Об этом сообщили журналистам в департаменте информационной политики региона. "Правительство Свердловской области на заседании 12 октября приняло решение освободить от транспортного налога участников СВО. Изменения в закон "Об установлении и введении в действие транспортного налога на территории Свердловской области" будут рассмотрены и утверждены законодательным собранием Свердловской области", - отметили в департаменте. По информации департамента, льготы будут применяться на один легковой автомобиль с мощностью двигателя от 100 до 200 л.с. Если изменения утвердят, то закон вступит в силу 1 января 2024 года и будет распространен до 2026 года. Ранее губернатор Свердловской области Евгений Куйвашев также внес в законодательное собрание региона законопроект, предполагающий предоставление участникам СВО права на льготы по газификации.





05.00 «Доброе утро» 16+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Но-
вости 16+
09.05 «АнтиФейк» 16+
09.45 "Жить здорово!" 16+
10.35 Подкаст. Лаб 16+
12.50 Информационный канал
16+
17.15 "Давай поженимся!" 16+
18.05 "Мужское / Женское"
16+
19.00 Информационный канал
16+
19.55 "Куклы наследника
Тутти" 16+
21.00 «Время» 16+
21.45 Т/с "Бизон: дело мане-
кенщицы" 16+
22.45 Информационный канал
16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 "Утро России" 16+
09.00, 14.30, 21.05 Вести.
Местное время 16+
09.55 "О самом главном" 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00
Вести 16+
11.30 "60 минут" 12+
14.55 «Наши» 12+
16.30 "Малахов" 16+
17.30 "60 минут" 12+
21.20 Т/с "Зеркало лжи" 16+
23.20 «Вечер с В. Соловьёвым»
12+



06.30 Свердловское Утро 12+
07.30 РИМ ТВ Панорама 16+
08.00 На страже закона 16+
08.20 Патрульный участок 16+
08.40 Новости ТМК 12+
09.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
10.00 Т/с «Марьяна роща-2»
16+

12.00 РИМ ТВ Панорама 16+
12.30 РИМ ТВ Визит 16+
12.50 РИМ ТВ ЧП 16+
13.00 О личном и наличном
12+
13.30 Известия 16+
14.00 Патрульный участок 16+
14.30 «Все говорят об этом»
16+
15.00 Д/ф "Национальная
кухня" 12+
16.00 Т/с «Марш-бросок - 2»
16+
18.00 РИМ ТВ Панорама 16+
18.30 РИМ ТВ Визит 16+
18.50 РИМ ТВ ЧП 16+
19.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
20.00 События 16+
20.40 Известия 16+
21.00 «Все говорят об этом»
16+
21.30 Новости 16+
23.30 «Все говорят об этом»
16+



06.30 "Утро. Самое лучшее"
16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 23.35 "Сегодня" 16+
08.25 Т/с «Пёс» 16+
13.25 ЧП 16+
14.00 "Место встречи" 16+
16.45 "За гранью" 16+
17.50 "ДНК" 16+
20.00 Т/с «Скорая помощь»
16+
22.15 Т/с «Балабол» 16+



06.00 «Ералаш» 0+
08.00 "100 мест, где поесть"
16+
09.00 "Уральские пельмени"
16+
12.35 Т/с «Галя, у нас отмена!»
16+
20.00 "Супернндзя" 16+
23.55 "Кино в деталях" 18+



06.30 «6 кадров» 16+
06.40 «По делам несовершен-
нолетних» 16+
07.40 «Давай разведёмся!»
16+
08.40 «Тест на отцовство» 16+
10.45 Д/с «Понять. Простить»
16+
11.45 Д/с «Порча» 16+
12.55 Д/с «Знахарка» 16+
13.30 Д/с «Верну любимого»
16+
14.05 Д/с «Голоса ушедших
душ» 16+
14.40 Х/ф «Любовь по контрак-
ту» 16+
19.00 Х/ф «Невозможное про-
щение» 16+
23.10 Д/с «Понять. Простить»
16+



08.00 "Спортивный век" 12+
08.30 "Всё о главном" 12+
09.00, 12.00, 14.55, 16.55 Но-
вости 16+
09.05 Все на Матч! 16+
12.05 Специальный репортаж
12+
12.25 "Кто кого?" 12+
13.25 Футбол 6+
14.35 Специальный репортаж
12+
15.00 «Есть тема!» 16+
16.25 "Спортивный век" 12+
17.00 "География спорта" 12+
17.30 «Громко» 16+
18.25 Футбол 0+
20.30 Хоккей 0+
23.30 Все на Матч! 16+



06.00, 08.00, 10.00, 14.00,
16.00, 18.00, 20.00, 22.00
Панорама 16+

06.40, 08.40, 10.40, 14.40, 16.40,
18.40, 20.40, 22.40 Панорама
бизнеса 16+
06.45, 15.30, 21.40 Спортивная
среда 16+
06.55, 13.20, 18.45 ЧП
(субтитры) 16+
07.05, 08.45, 10.45, 12.15,
14.45, 16.45, 17.15, 20.45, 23.10
Семейная неделя на ТВ 16+
07.50, 13.30, 21.10 Покупай
«Колорит» 16+
09.40, 13.40, 21.20 Визит 12+
11.40, 15.50, 23.00 Покупай
«КомЛайн» 16+
11.50, 17.05, 22.50 Каменский

дайджест (субтитры) 16+
12.00, 17.00 Вовремя 16+
12.10, 17.50 Прогноз погоды
6+
18.55 Острый вопрос 16+



07.00 "Однажды в России" 16+
08.00 "Вызов" 16+
09.00 "Новые Звёзды в Афри-
ке" 16+
11.30 Т/с «Интерны» 16+
14.30 Х/ф «Валериан и город
тысячи планет» 12+



17.20 Х/ф «Пятый элемент»
16+
20.00 Т/с «Реальные пацаны»
16+
21.00 Т/с «Два холма-2» 16+
22.00 "Однажды в России" 16+
23.00 "Комеди Клуб" 16+



07.00 «Сегодня утром» 12+
09.00, 13.00, 19.00 Новости
дня 16+
09.20 Д/с «Вторая мировая»
16+
11.00 Т/с «Государственная
граница» 12+
14.15 "По горячим следам" 16+
15.00, 17.05 Х/ф «Смерш» 16+
17.00 Военные новости 16+
18.00 Д/с "СВО: компоненты
силы" 16+
18.50 "Специальный репор-
таж" 16+
19.10 "По горячим следам" 16+
20.10 "Ищу своих" 12+
21.00 "Открытый эфир" 16+
22.45 "Между тем" 12+

ТЕПЛИЦЫ из ПОЛИКАРБОНАТА
"КРЕПЫШ"
ВОРОТА, ЗАБОРЫ
Подробности по телефону: **8-992-3400-811;**
8-982-643-3980; 8-905-807-1627.
а также на сайте <http://www.металлоизделия96.рф>

Very White
СТОМАТОЛОГИЯ

Стоматологическая клиника "Very White"
ул. Алюминиева, 82
т. 8(952)144 55 66

БЕЛОСНЕЖНАЯ УЛЫБКА - НЕ ПРОБЛЕМА!
Стоматологическая клиника "Very White" поможет исправить
любые дефекты, решить любые стоматологические проблемы с
применением самых современных технологий!

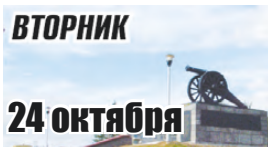
Что возможно?
Об этом расскажем подробно в программе «Покупай»
на канале "РИМ"!
НЕ ПРОПУСТИТЕ!
В эфире уже со вторника.

22 КНОПКА

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

ТРЕБУЮТСЯ
МОНТАЖНИКИ НАТЯЖНЫХ ПОТОЛКОВ

по всем вопросам обращаться
по тел. 8-950-636-36-66



05.00 «Доброе утро» 16+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Новости 16+
09.05 «АнтиФейк» 16+
09.45 «Жить здорово!» 16+
10.35 Информационный канал 16+
17.15 «Давай поженимся!» 16+
18.05 «Мужское / Женское» 16+
19.00 Информационный канал 16+
19.55 «Куклы наследника Тутти» 16+
21.00 «Время» 16+
21.45 Т/с «Бизон: дело манекенщицы» 16+
22.45 Информационный канал 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России» 16+
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 16+
09.55 «О самом главном» 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 16+
11.30 «60 минут» 12+
14.55 «Наши» 12+
16.30 «Малахов» 16+
17.30 «60 минут» 12+
21.20 Т/с «Зеркало лжи» 16+
23.20 «Вечер с В. Соловьевым» 12+



06.30 Свердловское Утро 12+
07.30 РИМ ТВ Панорама 16+
08.00 События 16+
08.40 Известия 16+
09.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
10.00 Т/с «Марьяна роща-2» 12+
12.00 РИМ ТВ Панорама 16+

12.30 РИМ ТВ Визит 16+
12.50 РИМ ТВ ЧП 16+
13.00 События 16+
13.40 Известия 16+
14.00 «Все говорят об этом» 16+
15.00 Д/ф «Диктатура женщин» 12+
16.00 Т/с «Марш-бросок - 2» 16+
18.00 РИМ ТВ Панорама 16+
18.30 РИМ ТВ Визит 16+
18.50 РИМ ТВ ЧП 16+
19.00 КХЛ 16+
21.30 Новости 16+
23.30 «Все говорят об этом» 16+



06.30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня» 16+
08.25 Т/с «Пёс» 16+
13.25 ЧП 16+
14.00 «Место встречи» 16+
16.45 «За гранью» 16+
17.50 «ДНК» 16+
20.00 Т/с «Скорая помощь» 16+
22.15 Т/с «Балабол» 16+



06.00 «Ералаш» 0+
08.00 Т/с «Галя, у нас отмена!» 16+
09.05 «Уральские пельмени» 16+
09.10 Х/ф «Белка и Стрелка» 6+
11.00 Х/ф «Маленький вампир» 6+
12.40 Х/ф «Академия монстров» 6+
14.20 Х/ф «Бесконечная история» 12+
16.35 Х/ф «Хроники Спайдервика» 12+
18.30 Т/с «Галя, у нас отмена!» 16+

20.00 «Полный блэкаут» 16+
21.10 Х/ф «Человек – муравей и оса» 12+
23.35 Х/ф «Однажды в Голливуде» 18+



06.30 «По делам несовершеннолетних» 16+
07.40 «Давай разведёмся!» 16+
08.40 «Тест на отцовство» 16+
10.45 Д/с «Понять. Простить» 16+
11.45 Д/с «Порча» 16+
12.45 Д/с «Знахарка» 16+
13.20 Д/с «Верну любимого» 16+
13.55 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14.30 «Твой Домашний доктор» 16+
14.45 Х/ф «Пять лет спустя» 16+
19.00 Х/ф «Ты в моем сердце» 16+
23.15 Д/с «Понять. Простить» 16+



08.00 «Спортивный век» 12+
08.30 «Наши иностранцы» 12+
09.00, 12.00, 14.55, 16.55, 20.30 Новости 16+
09.05 Все на Матч! 16+
12.05 Специальный репортаж 12+
12.25 «Кто кого?» 12+
13.25 Д/ф «Человек футбольной породы» 12+
14.35 Специальный репортаж 12+
15.00 «Есть тема!» 16+
16.25 «Спортивный век» 12+
17.00 «Что за спорт?» 12+
17.30 Все на Матч! 16+
18.25 Смешанные единоборства 16+
20.35 Все на Матч! 16+
21.30 Футбол 0+



06.00, 08.00, 10.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00 Панорама 16+
06.40, 08.40, 10.40, 14.40, 16.40, 18.40, 20.40, 22.40 Панорама бизнеса 16+
06.45, 15.30, 21.40 Спортивная среда 16+
07.05, 13.20, 19.45 ЧП (субтитры) 16+
07.15, 08.45, 10.45, 12.30, 14.45, 16.45, 17.15, 20.45, 22.45, 23.30 Семейная неделя на ТВ 16+

07.50, 13.30 Покупай «Ком-Лайн» 16+
09.40, 13.40, 21.20 Визит 12+
11.40, 15.50 Покупай «Колорит» 16+
11.50, 17.05, 23.15 Каменский дайджест (субтитры) 16+
12.00 Штаб. Прямой эфир 16+
12.20, 17.00 Вовремя 16+
17.50 Прогноз погоды 6+
18.45 Острый вопрос 16+
21.10 Покупай «Very White» 16+
23.05 Покупай «Ювентус» 16+



07.00 «Однажды в России» 16+
09.00 «Салон» 16+
09.30 Т/с «Интерны» 16+
16.00 Т/с «Полицейский с Рублевки» 16+
19.00 Т/с «Реальные пацаны» 16+



21.00 Т/с «Два холма-2» 16+
22.00 «Однажды в России» 16+
23.00 Х/ф «Рыцарь теней» 6+



07.00 «Сегодня утром» 12+
09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
09.15 «Открытый эфир» 16+
11.00 Т/с «Государственная граница» 12+
12.25 «Специальный репортаж» 16+
13.40 «По горячим следам» 16+
14.15, 17.05 Т/с «Краповый берет» 16+
17.00 Военные новости 16+
18.00 Т/с «СВО: компоненты силы» 16+
18.50 «Специальный репортаж» 16+
19.10 «По горячим следам» 16+
20.10 «Улика из прошлого» 16+
21.00 «Открытый эфир» 16+
22.45 «Между тем» 12+

В АО "Горвнешблагоустройство" требуются

- грузчик, з/п от 35000₽ (график 2/2) @
- уборщик территории з/п от 38000 (график 5/2)
- дорожный рабочий з/п от 38000 (график 5/2)

Обращаться в отдел кадров
ул. Лермонтова, 98А
или по т. 8(3439) 32-87-94

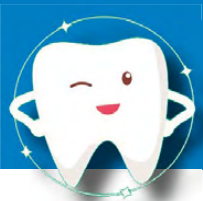
Стоматологические услуги могут быть разными!

О качественных, современных, востребованных расскажем подробно в программе "Покупай" на канале "РИМ"!

Наш партнер – стоматологическая клиника «Ювентус»!

НЕ ПРОПУСТИТЕ!

На канале "РИМ" уже со вторника!



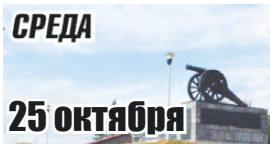
Адрес: ул.Карла Маркса 69.
Тел 8(3439)37-72-22; 8-953-600-77-79

ПРЕДПРИЯТИЮ ТРЕБУЮТСЯ:

- повар – от 36 тыс.руб.,
- бухгалтер – от 34 тыс.руб.,
- экономист – 35-45 тыс.руб.,
- плавильщики – от 55 тыс.руб.,
- электромонтер – 54 тыс.руб.,
- охранники (лицензия) – от 30 тыс.руб.,
- инженер-теплотехник – от 80 тыс.руб.,
- менеджер по питанию – от 34 тыс.руб.,
- слесарь-ремонтник 4-6 разряда – от 57 тыс.руб.,
- водитель кат. Е (г/а Вольво) – от 74 тыс.руб.,
- лаборант спектрального анализа – от 35 тыс.руб.,
- сортировщики-сборщики лома и отходов металла – от 57 тыс.руб.

Соц. пакет,
льготное питание, доставка на работу.

Тел. 8 (3439) 360-035



05.00 «Доброе утро» 16+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Но-
вости 16+
09.05 «АнтиФейк» 16+
09.45 "Жить здорово!" 16+
10.35 Информационный канал
16+
17.15 "Давай поженемся!" 16+
18.05 "Мужское / Женское"
16+
19.00 Информационный канал
16+
19.55 "Куклы наследника
Тутти" 16+
21.00 «Время» 16+
21.45 Т/с «Бизон: дело мане-
кенщицы» 16+
22.45 Информационный канал
16+



05.00, 09.30 "Утро России" 16+
09.00, 14.30, 21.05 Вести.
Местное время 16+
09.55 "О самом главном" 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00
Вести 16+
11.30 "60 минут" 12+
14.55 «Наши» 12+
16.30 "Малахов" 16+
17.30 "60 минут" 12+
21.20 Т/с "Зеркало лжи" 16+
23.20 «Вечер с В. Соловьё-
вым» 12+



06.30 Свердловское Утро 12+
07.30 РИМ ТВ Панорама 16+
08.00 События 16+
08.40 Известия 16+
09.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
10.00 Т/с «Марьяна роща-2»
12+
12.00 РИМ ТВ Панорама 16+
12.30 РИМ ТВ Визит 16+
12.50 РИМ ТВ ЧП 16+
13.00 События 16+
13.40 Известия 16+
14.00 «Все говорят об этом»
16+
15.00 Д/ф "От героев былых
времен" 6+
15.45 События 16+

16.00 Т/с «Марш-бросок – 3»
16+
18.00 РИМ ТВ Панорама 16+
18.30 РИМ ТВ Визит 16+
18.50 РИМ ТВ ЧП 16+
19.00 Чемпионата России по
баскетболу 16+
21.30 Новости 16+
23.30 «Все говорят об этом»
16+



06.30 "Утро. Самое лучшее" 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00,
23.35 "Сегодня" 16+
08.25 Т/с «Пёс» 16+
13.25 ЧП 16+
14.00 "Место встречи" 16+
16.45 "За гранью" 16+
17.50 "ДНК" 16+
20.00 Т/с «Скорая помощь» 16+
22.15 Т/с «Балабол» 16+



06.00 «Ералаш» 0+
08.00 Т/с «Галя, у нас отмена!»
16+
09.05 "Уральские пельмени"
16+
10.35 Х/ф «Секрет. Осмелься
мечтать» 12+
12.40 Х/ф «Кот под
прикрытием» 6+
14.45 Х/ф «Патрик» 12+
16.40 Х/ф Пёс под
прикрытием» 6+
18.30 Т/с «Галя, у нас отмена!»
16+

20.00 Х/ф «Киллеры» 16+
22.00 Х/ф «Декретный отрыв»
16+



06.30 «По делам несовершен-
нолетних» 16+
07.45 «Давай разведёмся!»
16+
08.45 «Тест на отцовство» 16+
10.55 Д/с «Понять. Простить»
16+
11.55 Д/с «Порча» 16+
13.05 Д/с «Знахарка» 16+
13.40 Д/с «Верну любимого»
16+
14.10 Д/с «Голоса ушедших
душ» 16+
14.45 Х/ф «Чужая жизнь» 16+
19.00 Х/ф «С холодным серд-
цем» 16+
23.05 Д/с «Понять. Простить»
16+



08.00 "Спортивный век" 12+
08.30 "Голевая неделя" 6+
09.00, 12.00, 14.55, 16.55,
20.30 Новости 16+
09.05 Все на Матч! 16+
12.05 Специальный репортаж
12+
12.25 "Кто кого?" 12+
13.25 Футбол 0+
14.35 Специальный репортаж
12+
15.00 «Есть тема!» 16+
16.25 "Спортивный век" 12+
17.00 "Вид сверху" 12+
17.30 Все на Матч! 16+

18.25 Х/ф "Я - Златан" 12+
20.35 Все на Матч! 16+
21.30 Футбол 0+



06.00, 08.00, 10.00, 14.00, 16.00,
18.00, 20.00 Панорама 16+
06.40, 08.40, 10.40, 14.40,
16.40, 18.40, 20.30 Панорама
бизнеса 16+
06.45, 14.45 Острый вопрос
16+
07.45, 13.20, 18.50 ЧП
(субтитры) 16+
08.45, 10.45, 12.15, 17.10,
19.30, 20.45 Семейная неделя
на ТВ 16+
09.00, 13.30, 19.00 Покупай
«Very White» 16+
09.10, 16.50, 21.20 Каменский
дайджест (субтитры) 16+
09.20, 13.40, 19.10 Визит 12+
09.40, 17.40, 21.40 Спортивная
среда 16+
11.50, 15.45, 21.30 Покупай
«Ювентус» 16+
12.00, 17.00 Вовремя 16+
12.10 Прогноз погоды 6+
22.00 Футбол 16+



07.00 "Однажды в России" 16+
09.00 Т/с «Интерны» 16+
16.00 Т/с «Полицейский с Ру-
блевки» 16+
18.00 Т/с «Реальные пацаны»
16+



ул. Стахановская, 9

Лодки ПВХ,
широкий выбор

21.00 Т/с «Два холма-2» 16+
22.00 "Однажды в России" 16+
23.00 Х/ф «Пятый элемент»
16+



07.00 «Сегодня утром» 12+
09.00, 13.00, 19.00 Новости
дня 16+
09.15 "Открытый эфир" 16+
11.00 Т/с «Государственная
граница» 12+
12.30 "Специальный репор-
таж" 16+
12.45 "По горячим следам" 16+
14.05, 17.05 Т/с «Летучий от-
ряд» 16+
17.00 Военные новости 16+
18.00 Д/с "СВО: компоненты
силы" 16+
18.50 "Специальный репор-
таж" 16+
19.10 "По горячим следам" 16+
20.10 Д/с "Секретные матери-
алы" 16+
21.00 "Открытый эфир" 16+
22.45 "Между тем" 12+



КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ ЗАВОД ПО
ОБРАБОТКЕ ЦВЕТНЫХ МЕТАЛЛОВ

ПРИГЛАШАЕТ
НА РАБОТУ

ПОДРОБНОСТИ

на сайте www.kuzocm.ru
и по телефону **33-60-80**

@

РУКОВОДИТЕЛЕЙ И СПЕЦИАЛИСТОВ:

- мастера инструментально-ремонтного участка
- специалиста по осуществлению производственного контроля при эксплуатации подъемных сооружений
- инженера-программиста (1С)
- инженера-технолога (по эксплуатации систем отопления и вентиляции)
- менеджера отдел продаж

РАБОЧИХ:

- шихтовщиков и сортировщиков-сборщиков лома и отходов металла
- волочильщиков цветных металлов
- вязальщиков прутков и проволоки
- операторов станков с ЧПУ
- слесарей-ремонтников и электромонтеров
- поваров и мойщиков посуды

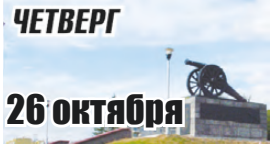
Высокая зарплата

Обучаем на рабочие профессии

Служебный транспорт/ компенсация проезда

Компенсация питания

Подъемные отслужившим в армии и выпускникам техникумов



05.00 «Доброе утро» 16+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Но-
вости 16+
09.05 «АнтиФейк» 16+
09.45 «Жить здорово!» 16+
10.35 Информационный канал
16+
17.15 «Давай поженимся!» 16+
18.05 «Мужское / Женское»
16+
19.00 Информационный канал
16+
19.55 «Куклы наследника
Тутти» 16+
21.00 «Время» 16+
21.45 Т/с «Бизон: дело мане-
кенщицы» 16+
22.45 Информационный канал
16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России» 16+
09.00, 14.30, 21.05 Вести.
Местное время 16+
09.55 «О самом главном» 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00
Вести 16+
11.30 «60 минут» 12+
14.55 «Наши» 12+
16.30 «Малахов» 16+
17.30 «60 минут» 12+
21.20 Т/с «Зеркало лжи» 16+
23.20 «Вечер с В. Соловьёвым»
12+



06.30 Свердловское Утро 12+
07.30 RIM TV Панорама 16+
08.00 События 16+

08.40 Известия 16+
09.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
10.00 Т/с «Марьяна роща-2»
12+

12.00 RIM TV Панорама 16+
12.30 RIM TV Визит 16+

12.50 RIM TV ЧП 16+

13.00 События 16+
13.40 Известия 16+
14.00 «Все говорят об этом»
16+

15.00 Д/ф «Волынь-43» 12+
16.00 Т/с «Марш-бросок – 3»
16+

17.45 Новости. Бизнес
сегодня 16+

18.00 RIM TV Панорама 16+

18.30 Известия 16+
20.55 Вести настольного
тенниса 16+

21.00 «Все говорят об этом»
16+

21.30 Новости 16+
23.30 «Все говорят об этом»
16+



06.30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00,
23.35 «Сегодня» 16+
08.25 Т/с «Пёс» 16+
13.25 ЧП 16+

14.00 «Место встречи» 16+

16.45 «За гранью» 16+

17.50 «ДНК» 16+

20.00 Т/с «Скорая помощь» 16+

22.15 Т/с «Балабол» 16+



06.00 «Ералаш» 0+
08.00 Т/с «Галя, у нас отмена!»
16+
09.05 Х/ф «Три кота» 0+
10.35 Х/ф «Академия
монстров» 6+
12.15 Х/ф «Бесконечная
история» 12+
14.25 Х/ф «Агент под
прикрытием» 12+
16.20 Х/ф «Киллеры» 16+
18.30 Т/с «Галя, у нас отмена!»
16+
20.00 Х/ф ИП Ман 3, 4» 16+



06.30 «По делам несовершен-
нолетних» 16+
07.50 «Давай разведёмся!»
16+
08.50 «Тест на отцовство» 16+
10.55 Д/с «Понять. Простить»
16+
11.55 Д/с «Порча» 16+
13.00 Д/с «Знахарка» 16+
13.35 Д/с «Верну любимого»
16+
14.10 Д/с «Голоса ушедших
душ» 16+
14.45 Х/ф «Садовница» 16+
19.00 Х/ф «Я научу тебя меч-
тать» 16+
23.05 Д/с «Понять. Простить»
16+

МАТЧ!

08.00 «Спортивный век» 12+
08.30 Футбол 0+
09.00, 12.00, 14.55, 16.55,
20.30 Новости 16+
09.05 Все на Матч! 16+
12.05 Специальный репортаж
12+
12.25 «Кто кого?» 12+
13.25 Футбол 0+
14.35 Специальный репортаж
12+

15.00 «Есть тема!» 16+
16.25 «Спортивный век» 12+
17.00 «Большой хоккей» 12+
17.30 Все на Матч! 16+
18.25 Д/ф «Л. Люис:
Нерассказанная история» 12+
20.35 Все на Матч! 16+
21.30 Футбол 0+



06.00, 08.00, 14.00, 16.00,
18.00, 22.00 Панорама 16+
06.40, 08.40, 14.40, 16.40, 18.40,
22.40 Панорама бизнеса 16+
06.45, 14.50, 18.45 Острый
вопрос 16+
07.45, 13.20, 22.50 ЧП (субти-
тры) 16+
08.45, 20.00 Футбол 16+
10.45, 13.30, 19.45 Покупай
«Ювентус» 16+
10.55, 13.10, 23.50 Каменский
дайджест (субтитры) 16+
11.05, 13.40, 23.30 Визит 12+
11.25, 15.50, 23.20 Покупай
«Very White» 16+
11.35, 12.30, 16.50, 17.10 Се-
мейная неделя на ТВ 16+
12.00 Штаб. Прямой эфир 16+
12.20, 17.00 Вовремя 16+
13.05 Прогноз погоды 6+
17.40, 23.00 Спортивная
среда 16+



07.00 «Однажды в России» 16+
09.00 Т/с «Интерны» 16+
16.00 Т/с «Полицейский с
Рублёвки» 16+



18.00 Т/с «Реальные пацаны»
16+
21.00 Т/с «Два холма-2» 16+
22.00 «Однажды в России» 16+
23.00 Х/ф «Валериан и город
тысячи планет» 12+

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром» 12+
09.00, 13.00, 19.00 Новости
дня 16+
09.15 «Открытый эфир» 16+
11.00 Х/ф «Отряд особого
назначения» 12+
12.45 «По горячим следам» 16+
14.05, 17.05 Т/с «Летучий
отряд» 16+
17.00 Военные новости 16+
18.00 Д/с «СВО: компоненты
силы» 16+
18.50 «Специальный
репортаж» 16+
19.10 «По горячим следам» 16+
20.10 «Код доступа» 12+
21.00 «Открытый эфир» 16+
22.45 «Между тем» 12+

ТРЕБУЮТСЯ:

**ТЕХНИЧЕСКИЙ СМОТРИТЕЛЬ,
ИНЖЕНЕР ПРОИЗВОДСТВЕННОГО ОТДЕЛА**
(образование: промышленное и гражданское
строительство).

Тел. 8 (3439) 396-646

**В АО «Синарская ТЭЦ»
на работу требуются:**

Обращаться:
+7 (3439) 36-30-23,
36-34-23



- Слесарь по ремонту оборудования тепловых сетей 5 разряда
- Электрогазосварщик 5, 6 разряда
- Электрослесарь по ремонту электрических машин 5, 6 разрядов
- Слесарь аварийно-восстановительных работ 5 разряда
- Слесарь – сантехник 4 разряда
- Маляр 4 разряда
- Машинист паровых турбин, 4 разряда
- Машинист насосных установок
- Электромонтер главного щита управления электростанции, 4 разряда
- Слесарь по ремонту оборудования топливоподачи 5 разряда
- Слесарь по ремонту оборудования котельных и пылеприготовительных цехов
- Заведующий складом

З/п от 41 000 руб. По всем вакансиям возможно обучение и повышение квалификации. Официальное трудоустройство. Частичная компенсация питания. Медицинская страховка. Санаторно-курортное лечение. Обращаться по тел. +7 (3439) 36-30-23, 36-34-23

Компания «Комфорт Плюс»

СЕЙФ-ДВЕРИ
МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ скидка 10%
БАЛКОНЫ + пол в подарок
ОКНА, ЖАЛЮЗИ
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

МЯГКИЕ ОКНА для дачи, беседок и веранд

Ремонт окон и сейф-дверей

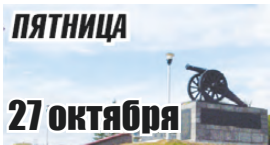
Скидки пенсионерам. Подарки.

Ул. Каменская, 15
(ТЦ «Восток»)

Рассрочка до 3 месяцев
Бесплатные замеры

Тел. 8-950-64-91-629

Гарантия



05.00 «Доброе утро» 16+
09.00, 11.00, 14.00, 16.00 Но-
вости 16+
09.05 «АнтиФейк» 16+
09.45 "Жить здорово!" 16+
10.35 Информационный канал
16+
15.10 "Давай поженимся!" 16+
16.15 "Мужское / Женское"
16+
17.10 Информационный канал
16+
18.00 Вечерние новости 16+
18.40 "Человек и закон" 16+
19.45 "Поле чудес" 16+
21.00 «Время» 16+
21.45 "Фантастика" 12+



05.00, 09.30 "Утро России" 16+
09.00, 14.30, 21.15 Вести.
Местное время 16+
09.55 "О самом главном" 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00
Вести 16+
11.30 "60 минут" 12+
14.55 "Судьба человека" 12+
16.30 "Прямой эфир" 16+
17.30 "60 минут" 12+
21.30 "Ну-ка, все вместе!" 12+
23.55 "Истории Большой
Страны" 12+



06.30 Свердловское Утро 12+
07.30 RIM TV Панорама 16+
08.00 События 16+
08.40 Известия 16+
09.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
10.00 Т/с «Марьяна роща-2»
12+
12.00 RIM TV Панорама 16+
12.30 RIM TV Визит 16+
12.50 RIM TV ЧП 16+
13.00 События 16+
13.40 Известия 16+

14.00 «Все говорят об этом»
16+
15.00 Д/ф "Одесса" 12+
16.00 Х/ф «Модель счастливой
жизни» 12+
18.00 RIM TV Панорама 16+
18.30 Новости 12+
20.45 Новости. Бизнес сегод-
ня 16+
21.00 «Все говорят об этом»
16+
21.30 Новости 16+
23.30 «Все говорят об этом»
16+



06.30 "Утро. Самое лучшее"
16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00 "Сегодня" 16+
08.25 "Мои университеты" 6+
09.25 Т/с «Пёс» 16+
13.25 ЧП 16+
14.00 "Место встречи" 16+
16.45 "ДНК" 16+
17.55 "Жди меня" 12+
20.00 Т/с «Скорая помощь»
16+
22.15 Т/с «Балабол» 16+



06.00 «Ералаш» 0+
08.00 Т/с «Гаяль, у нас отмена!»
16+
09.05 "Уральские пельмени"
16+
23.00 "Импровизаторы" 16+



06.30 «По делам несовершенно-
нолетних» 16+
07.20 «Давай разведёмся!» 16+
08.20 «Тест на отцовство» 16+
10.30 Д/с «Понять. Простить»
16+
11.30 Д/с «Порча» 16+
12.40 Д/с «Знахарка» 16+
13.15 Д/с «Верну любимого»
16+
13.45 Д/с «Голоса ушедших
душ» 16+
14.20 Скажи, подруга 16+
14.35 Х/ф «Вспоминая тебя»
16+
19.00 Х/ф «Угнанная невеста»
16+
23.05 "Уют за 15 минут" 16+
23.20 Д/с «Понять. Простить»
16+



08.00 "Спортивный век" 12+
08.30 "Третий тайм" 12+
09.00, 12.00, 14.55, 16.55 Но-
вости 16+
09.05 Все на Матч! 16+
12.05 "Небесная грация" 0+
12.25 "Кто кого?" 12+
13.25 Футбол 6+
14.35 "Лица страны" 12+
15.00 «Есть тема!» 16+
16.25 "Спортивный век" 12+
17.00 Все на Матч! 16+
17.30 Смешанные единобор-
ства 16+
21.25 Хоккей 0+
23.45 Все на Матч! 16+



**06.00, 08.00, 10.00, 14.00,
18.00, 20.00, 22.00 Панорама
16+**
**06.40, 08.40, 10.40, 14.40,
18.40, 20.40, 22.40 Панорама
бизнеса 16+**
06.45, 18.45 Острый вопрос 16+
**07.45, 13.20, 22.45 ЧП
(субтитры) 16+**
**08.45, 10.45, 11.25, 12.10, 17.30,
21.35, 23.10 Семейная неделя
на ТВ 16+**
09.10, 13.40, 21.15 Визит 12+
**09.30, 13.30, 21.05 Покупай
«Very White» 16+**
**09.40, 17.10, 20.45 Спортивная
среда 16+**
**11.05, 16.50, 23.00 Покупай
«Ювентус» 16+**
**11.15, 13.10, 19.45 Каменский
дайджест (субтитры) 16+**
12.00, 17.00 Вовремя 16+
13.05 Прогноз погоды 6+
14.50 Футбол 16+



07.00 "Однажды в России" 16+
09.00 Т/с «Полицейский с Ру-
блевки» 16+



20.00 "Комеди Клуб" 16+

23.00 "Stand up" 18+



09.00, 13.00, 19.00 Новости
дня 16+
09.20 Х/ф «Люди на мосту» 12+
11.35 Х/ф «Досье человека в
«Мерседесе» 16+
15.05, 17.05 Т/с «Жажда» 16+
17.00 Военные новости 16+
19.40 Д/с "Загадки века с С.
Медведевым" 12+
20.30 "Скрытые угрозы" 16+
21.20 "Специальный репортаж
16+
22.00 "Здравствуйте, товари-
щи!" 16+
23.15 "Музыка+" 12+

ТЦ "Коллизей", ул. Каменская, 85, 1 этаж
Тел. 380-366, +7-953-007-59-30

МОНТАЖ ПРОФ

**Балкон с выносом
от 65 000 руб.**

**Двухстворчатое окно
от 15 900 руб.**

Все подробности уточняйте в офисе.

НЕ ДОПУСКАЙТЕ
ОБРАЗОВАНИЯ
ТРОМБОЗОВ!

ДИАГНОСТИКА
И ЛЕЧЕНИЕ
ВАРИКОЗА

1900
990 р

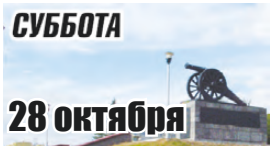
**27 октября
в К-УРАЛЬСКОМ**

**Консультация флеболога-
диагноста с УЗИ вен обеих ног**

**8 (3439) 35-10-60
Клиника «МРТ-Урал»**

*Срок акции с 01.10.2023 по 31.10.2023 г. Подробности об организаторе, правилах проведения уточняйте по тел.: 8 (343) 239-55-44, ЛО 41-01167-59/00364692 от 22.09.17г., ЛО 41-01021-66/00331477 от 17.05.19г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ! НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА!



06.00 "Доброе утро. Суббота" 16+
09.00 "Умницы и умники" 12+
09.45 "Слово пастыря" 0+
10.00, 12.00 Новости 16+
10.15 "Наше всё" 12+
11.05 "ПроУют" 0+
12.15 "Поехали!" 12+
13.10 Х/ф "Старший сын" 12+
15.45 "Горячий лед" 16+
16.55 "Мир на грани" 16+
18.00 Вечерние новости 16+
18.20 "М. Задорнов: вся жизнь" 16+
19.15 "Эксклюзив" 16+
20.05 "Кто хочет стать миллионером?" 12+
21.00 «Время» 16+
21.35 "Что? Где? Когда?" 16+
22.50 "Сегодня вечером" 16+



05.00 "Утро России. Суббота" 12+
08.00 Вести. Местное время 16+
08.20 Местное время. Суббота 12+
08.35 "По секрету всему свету" 16+
09.00 "Формула еды" 12+
09.25 "Пятеро на одного" 16+
10.10 "Сто к одному" 16+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 16+
11.50 "В кругу друзей" 16+
12.50 "Доктор Мясников" 12+

14.50 "Юморина" 16+
17.50 "Привет, Андрей!" 12+
21.00 Х/ф "Квартирка" 16+



06.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
07.00 Х/ф "В. Крючков" 12+
08.00 События 16+
08.40 Известия 16+
09.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
10.00 О личном и наличном 12+
10.30 Патрульный участок 16+
11.00 Д/ф "Поединок в Лефортово" 12+
12.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
13.00 События 16+
13.40 Известия 16+
14.00 Т/с «Любовь на миллион» 12+
17.35 Патрульный участок 16+
18.00 «Все говорят об этом» 16+
18.30 Известия 16+
19.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
20.00 Х/ф «Вычислитель» 12+
22.00 Известия 16+
22.30 «Все говорят об этом» 16+
23.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+



07.30 "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+

13.10 "Попутчик" 16+
14.20 "Игры разумов" 0+
15.00 "Своя игра" 0+
16.20 "ЧП. Расследование" 16+
17.00 "Следствие вели..." 16+
19.00 "Центральное телевидение" 16+
20.20 "Ты не поверишь!" 16+
21.20 "Секрет на миллион" 16+
23.25 "Международная пилорама" 18+



06.00 «Ералаш» 0+
08.00 "Уральские пельмени" 16+
09.00 "ПроСТО кухня" 12+
10.00 "100 мест, где поесть" 16+
11.00 "Уральские пельмени" 16+
11.25 "Суперниндзя" 16+
15.20 Х/ф «Большой кошачий побег» 6+
17.05 Х/ф «Angry Birds в кино 1, 2» 6+
21.00 Х/ф «Дэдпул» 16+
23.00 Х/ф «ИП Ман 3» 16+
Голливуде» 18+



06.30 Х/ф «Прошу поверить мне на слово» 16+
10.15 "Пять ужинов" 16+
10.30 Х/ф «Перезвоню позже» 16+
14.45 Х/ф «Без тебя мне жизни нет» 16+
19.00 Т/с «Яркое пламя» 16+
22.40 "Скажи, подруга" 16+
22.55 Х/ф «Беги, не оглядывайся!» 16+

МАТЧ!

08.00 "География спорта" 12+
08.30 "РецепТура" 6+
09.00, 17.30 Новости 16+
09.05 Все на Матч! 16+
11.55 Х/ф "Я - Златан" 12+
13.55 Мини-футбол 0+
15.45 Все на Матч! 16+
15.55 Гандбол 0+
17.35 Все на Матч! 16+
18.15 Футбол 0+
20.30 Все на Матч! 16+
20.55 Волейбол 0+
22.55 Все на Матч! 16+
23.40 Футбол 0+



06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00
Панорама 16+
06.40, 08.40, 10.40, 12.40, 14.40, 16.40, 18.40, 20.40, 22.40
Панорама бизнеса 16+
06.45, 14.45, 18.45 Острый вопрос 16+
07.45, 12.45, 19.45 ЧП (субтитры) 16+
08.45, 10.50, 12.55, 15.45, 17.05, 21.05, 22.45, 23.30 Семейная неделя на ТВ 16+
09.00, 13.30, 21.30 Покупай «Ювентус» 16+
09.10, 17.40, 23.20 Каменский дайджест (субтитры) 16+
09.20, 13.40, 21.40 Визит 12+
09.40, 16.45, 20.45 Спортивная среда 16+
11.50, 17.50, 23.10 Покупай «Very White» 16+



07.00 "Однажды в России" 16+
09.00 "Салон" 16+
09.30 "Битва экстрасенсов" 16+



14.00 "Вызов" 16+
15.00 "Битва экстрасенсов" 16+
16.00 "Экстрасенсы. Битва сильнейших" 16+
21.00 "Ярче Звезд" 16+
23.00 "Женский Стендап" 18+



06.40 Х/ф «На золотом крыльце сидели...» 6+
08.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
08.15 "Морской бой" 6+
09.20 Д/с "Освобождение" 16+
09.50 Х/ф «Медовый месяц» 12+
11.40 "Легенды музыки" 12+
12.10 "СССР. Знак качества" 12+
13.15 "Не факт!". 12+.
13.40 Д/с "Война миров" 16+
14.30 "Легенды кино" 12+
15.20 "Время героев" 16+
15.45 "Главный день" 16+
16.35, 19.15 Х/ф «Фронт за линией фронта» 12+
20.40 Х/ф «Фронт в тылу врага» 12+
23.55 Х/ф «Досье человека в «Мерседесе» 16+



Каменск-Уральский, улица Лермонтова, 40
Контактная информация
Козина Ирина Викторовна
Тел: +7 919 3700419

Связи расширением штата в крупную компанию ООО Темерсо-инжиниринг требуется:

Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования
от 35 000 до 40 000 руб. на руки
Каменск-Уральский, улица Лермонтова, 40

Условия:

- Частичная компенсация расходов на питание
- График работы: 2 дня с 8-00 до 20-00 ч, 2 дня - выходных, 2 дня с 20-00 до 08-00ч, 2 дня - выходных.

Оператор ЧПУ

от 40 000 руб. на руки
Каменск-Уральский, улица Лермонтова, 40

Условия:

- Частичная компенсация расходов на питание
- График работы: 2 дня с 8-00 до 20-00ч, 2 дня - выходных, 2 дня с 20-00 до 08-00ч, 2 дня - выходных.

Учетчик металла

от 33 000 руб. на руки
Каменск-Уральский, улица Лермонтова, 40

Условия:

- Компенсация питания.
- График работы: с 8-00 до 20-00 ч.

Кладовщик по металлу

от 30 000 руб. на руки
Каменск-Уральский, улица Лермонтова, 40

Условия:

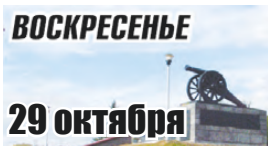
- График работы: 8.00. -17.00. (5/2);
- Частичная компенсация расходов на питание

Механик

- от 60 000 до 65 000 руб. на руки
- Каменск-Уральский, улица Лермонтова, 40
- Оформление согласно ТК РФ,
- Полный соцпакет,
- График работы: 8.00. до 17.00. Автобус

Контактная информация

Козина Ирина Викторовна
Тел: +7 919 3700419



06.00, 10.00, 12.00 Новости 16+

06.10 Подкаст. Лаб 16+

06.55 "Играй, гармонь любима!" 12+

07.40 "Часовой" 12+

08.10 "Здоровье" 16+

09.20 "Мечталлион" 12+

09.40 "Непугевые заметки" 12+

10.10 "Жизнь своих" 12+

11.05 "Повара на колесах" 12+

12.15 "Видели видео?" 0+

14.30 Подкаст. Лаб 16+

15.20 "Горячий лед" 16+

17.05 Специальный репортаж 16+

18.00 Вечерние новости 16+

19.00 "Перепои звезду" 12+

21.00 «Время» 16+

23.00 "Кислород. Вверх за пределы себя" 12+

РОССИЯ 1

06.10 X/ф "Нелёгкое счастье" 12+

08.00 Местное время. Воскресенье 16+

08.35 "Когда все дома" 16+

09.25 "Утренняя почта" 16+

10.10 "Сто к одному" 16+

11.00, 17.00 Вести 16+

12.00 "Большие перемены" 16+

13.00 X/ф "Свадебный марш" 16+

17.50 "Песни от всей души" 12+

20.00 Вести недели 16+

22.00 Москва. Кремль. Путин 16+

22.40 "Воскресный вечер" 12+



06.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+

07.00 X/ф "Маршал Конев. Иван в Европе" 12+

08.00 «Все говорят об этом» 16+

08.30 Известия 16+

09.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+

10.00 Д/ц "Дело №" 12+

11.00 X/ф "Генерал без биографии" 12+

12.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+

13.00 Патрульный участок 16+

13.30 О личном и наличном 12+

14.00 Т/с «Любовь на миллион» 12+

17.35 На страже закона 16+

18.00 «Все говорят об этом» 16+

18.30 Известия 16+

19.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+

20.00 Д/ц "Дело №" 12+

21.00 «Игроки» 16+

22.00 Новости 16+

22.30 «Все говорят об этом» 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+

11.55 "Дачный ответ" 0+

13.00 "НашПотребНадзор" 16+

14.05 "Однажды..." 16+

15.00 "Своя игра" 0+

16.20 "Человек в праве" 16+

17.00 "Следствие вели..." 16+

18.00 "Новые русские сенсации" 16+

19.00 "Итоги недели" 116+

20.20 "Ты супер! Суперсезон" 6+

23.35 "Звезды сошлись" 16+



06.00 «Ералаш» 0+

08.00 "Уральские пельмени" 16+

09.00 "Рогов в деле" 16+

10.00 "Уральские пельмени" 16+

10.30 "Уральские умельцы" 16+

11.05 Т/с «Галя, у нас отмена!» 16+

13.15 X/ф «Angry Birds в кино 1, 2» 6+

17.05 X/ф «Доктор Стрэндж» 16+

19.25 X/ф «Дэдпул 1, 2» 16+

23.55 X/ф «Гонка со временем» 16+



06.30 X/ф «Беги, не оглядывайся!» 16+

10.15 "Уют за 15 минут" 16+

10.30 X/ф «Пока идут часы» 16+

14.50 X/ф «Постучись в мою калитку» 16+

19.00 Т/с «Яркое пламя» 16+

22.40 "Твой Домашний доктор" 16+

22.55 X/ф «Прошу поверить мне на слово» 16+

МАТЧ!

08.00 "Магия большого спорта" 12+

08.30 "Что за спорт?" 12+

09.00, 14.40, 17.30 Новости 16+

09.05 Все на Матч! 16+

12.00 "Лига героев" 12+

13.05 Д/ф "Фетисов" 12+

14.45 Все на Матч! 16+

15.25 Футбол 0+

15.55 Гандбол 0+

17.35 Все на Матч! 16+

18.25 Бокс 16+

20.30 Все на Матч! 16+

21.00 Футбол 0+

23.30 После футбола 16+



06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00

Панорама 16+

06.40, 08.40, 10.40, 12.40, 14.40, 16.40, 18.40, 20.40, 22.40

Панорама бизнеса 16+

06.45, 14.45, 18.45 Острый вопрос 16+

07.45, 12.45, 19.45 ЧП (субтитры) 16+

08.45, 10.50, 12.55, 15.45, 17.05, 21.05, 22.45, 23.30 Семейная неделя на ТВ 16+

09.00, 13.30, 21.30 Покупай «Very White» 16+

09.10, 17.40, 23.20 Каменский дайджест (субтитры) 16+

09.20, 13.40, 21.40 Визит 12+

09.40, 16.45, 20.45 Спортивная среда 16+

11.50, 17.50, 23.10 Покупай «Ювентус» 16+



07.00 "Однажды в России" 16+

09.00 "Битва пикников" 16+

10.00 "Экстрасенсы ведут расследование" 16+

11.00 "Экстрасенсы. Битва сильнейших" 16+

18.30 "Новые Звёзды в Африке" 16+

21.00 "Лига городов" 16+

23.00 "Шоу Воли" 16+

★ ЗВЕЗДА

06.05 X/ф «Фронт в тылу врага» 12+

09.00 Новости недели 16+

09.25 "Служу России" 12+

09.55 "Военная приемка" 12+

10.40 "Скрытые угрозы" 16+

11.30 "Код доступа" 12+

12.20 "Легенды армии" 12+

13.10 "Специальный репортаж" 16+

13.50 Д/с "Освобождение" 16+

14.25 Т/с «Жажда» 16+

18.00 Главное с О. Беловой 16+

19.45 Д/с "Легенды советского сыска" 16+

22.40 Д/с "Москва фронту" 16+

23.00 "Фетисов" 12+

Поддержим наших на Донбассе!

Объявляем сбор гуманитарной помощи добровольцам отряда «УРАЛ», воюющим в ДНР и ЛНР в рамках Специальной военной операции.

Приносите продукты питания с длительным сроком хранения, средства гигиены по адресу: **пр. Победы 87, магазин «Премьер»**. Отправка гуманитарной помощи - **один раз в месяц**.

Официальный представитель «Союза добровольцев Донбасса» по г.Каменск-Уральский Родионов.С.В.

На производство в с.Позариха [®] срочно требуются:

- станочник универсального профиля
- токарь по обработке изделий средней точности

Доставка до места работы служебным транспортом.

Тел. 8-992-346-24-95



ВЫХОДИТ НА РЫНОК...

Great Wall Motor (GWM) на днях объявила о выводе на рынок РФ электромобилей дочернего бренда ORA. В родном для нее Китае ORA была запущена в 2018 году, в Евросоюзе — в 2022-м. Первой доступной в РФ моделью марки станет 4,2-метровый пятидверный хэтчбек ORA 03, а также его спортвариант ORA 03 GT. В Китае хэтчбек носит наименование ORA Good Cat. В России модель предложат в спецификации с электромотором мощностью 171 л.с. Компоновка — переднеприводная. Максимальная скорость хэтчбека — 150 км/ч, время разгона с 0 до 100 км/ч — 7,6 секунды. Запас хода на одном полном заряде батареи — 500 км. От «быстрой» станции энергию с 30 до 80% можно восполнить за 30 минут. В РФ эти модели будут поставлены в готовом виде из Китая — и реализовывать через сбытовую сеть Naval (также входит в состав GWM). Старт продаж намечен на ноябрь, цены пока не объявили. В базовую комплектацию хэтчбека помимо прочего включены полностью светодиодные фары и фонари, 18-дюймовые легкосплавные диски, автоматическое экстренное торможение, контроль за движением по полосе, адаптивный круиз-контроль. Версия GT отличается рядом стиливых особенностей снаружи и внутри. В частности, имеет оригинальные бамперы и двухцветное оформление салона (черный + красный). Также в этой версии — панорамная стеклянная крыша.

ДЛЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕШЕХОДОВ

В России в ближайшее время станет обязательным для дорожников и организаторов движения ГОСТ Р 70716-2023, который определяет среди прочего, в каких пределах ограничивать скорость транспортных средств перед нерегулируемыми переходами, как настраивать светофоры в пешеходной фазе, где ставить дополнительные дорожные камеры и как наладить конфликтное регулирование одновременного движения пешеходов и поворачивающих авто. ГОСТ вступил в силу 1 мая 2023 года, однако пока не является обязательным для применения. Стандарт направлен на сокращение числа ДТП с участием пешеходов. Например, в нем указаны лимиты ограничения скорости перед нерегулируемыми переходами: 20 км/ч — в жилых зонах, 30 км/ч — на улицах и дорогах местного значения и т. д. В стандарте приводится формула расчета интервала включения разрешающего сигнала светофора для пешеходов, указаны типовой вид и расположение кнопок вызова зеленого сигнала светофора. ГОСТ содержит также рекомендацию ставить автоматические камеры фиксации нарушений в местах, где есть «повышенный» риск возникновения ДТП с пешеходами. Содержатся и инструкции по организации конфликтного регулирования (одновременное движение пешеходов и поворачивающих авто в одной фазе светофора). Обязательным ГОСТ сделают через внесение поправок в распоряжение правительства 2438-р.

ВСЕОБЩАЯ ЗАБОТА

В правительстве РФ озабочены ростом количества ДТП на дорогах — по итогам января — августа 2023-го показатель вырос на 4%. В ходе специального заседания вице-премьер Марат Хуснуллин дал ряд поручений по разработке мер по снижению аварийности. До декабря Росавтодор, ГК «Автодор», региональные администрации и МВД разработают планы по уменьшению количества ДТП. Его основные пункты известны заранее. Власти рассчитывают увеличить количество «лежачих полицейских» перед пешеходными переходами. На дорогах с четырьмя и более полосами увеличат количество светофоров с кнопкой вызова сигнала. Для сокращения числа вылетов с трасс будут наносить дополнительные шумовые полосы на двухполосных дорогах при подъезде к поворотам, а также устанавливать знаки «Направление движения». До марта 2024 года проработают вопрос об установке и передислокации комплексов фото- и видеофиксации нарушений ПДД на участки дорог с повышенной аварийностью. До 15 мая 2024-го дорожники вместе с регионами проведут ревизию двухполосных загородных трасс в местах, где разрешен обгон, и при необходимости нанесут разметку 1.11 (разрешает обгон только с одной стороны) в зонах ограниченной видимости. Предполагается также внедрить новую технологию временной дорожной разметки в межсезонье. На развитие дорог на сельских территориях в будущем году дополнительно выделят 11 млрд. рублей, на внедрение интеллектуальных транспортных систем — более 3 млрд. рублей. Все дополнительные мероприятия по своему характеру точечные, то есть они направлены на снижение количества наездов на пешеходов, уменьшение числа вылетов с трасс, а также борьбу с ДТП на встречке.

И ТУТ СГОДИТСЯ

Используемый на Грантах и Вестах 1,6-литровый 8-клапанный двигатель ВАЗ-11182 адаптировали под применение на моторных лодках. Над проектом работают НПП «Патриот» и функционирующее при Бауманке Конструкторское бюро молодежи (КБМ). Подвесной мотор для лодок имеет вертикальную ориентацию. Оригинальными деталями являются крышка блока цилиндров, масляный картер, привод вспомогательных агрегатов, модуль газопроводов, системы питания, охлаждения и выпуска. Мощность — 80-100 л.с. Часть собственных деталей отлита из алюминиевого сплава АК-12. Разработчики говорят, что в настоящее время в России не производится собственных подвесных лодочных моторов. Между тем объем импорта иностранных агрегатов такого типа в РФ составляет около 100 тысяч единиц в год. В настоящее время лодочная версия ВАЗ-11182 собрана в виде единственного опытного образца для стендовых испытаний.





БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ



ЛЕЧИТ ДЫХАНИЕ

Дыхательная гимнастика объединяет комплексы упражнений, предназначенные для активной работы разных отделов легких и дыхательной мускулатуры. Прежде чем приступить к любым физическим нагрузкам, проконсультируйтесь со своим лечащим врачом. Стоит быть внимательным к своему самочувствию при выполнении упражнений. В случае дискомфорта или болевых ощущений лучше прекратить занятие.

Польза дыхательной гимнастики при регулярных занятиях:

- укрепляет мышцы диафрагмы и брюшной стенки,
- дыхание и откашливание становится легче,
- стимулирует выведение мокроты из бронхов, не допуская застоя слизи,
- улучшает кровообращение и кислородный обмен,
- повышает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям,
- хорошо влияет на общее самочувствие.

Показания

Дыхательная гимнастика показана практически при любых заболеваниях бронхолегочной системы, различаются лишь подборка упражнений, интенсивность и длительность. Также дыхательные техники должны применяться при состояниях, когда человек большую часть времени проводит в постели. Кроме того, занятия гимнастикой позволяют повысить функциональные способности дыхательной системы и способствует выработке определенного стереотипа дыхания, который в последующем может использоваться при выполнении спортивных тренировок.

Противопоказания

Гимнастику не проводят в остром состоянии заболеваний с температурой тела выше 38 градусов, при высоком давлении, сердцебиении.

Грудное дыхание

Упражнение помогает расслабить мышцы грудной клетки и живота, развивает навык правильного диафрагмального дыхания.

Исходное положение: лечь на спину или сесть на стул прямо, облокотившись на спинку. Одна ладонь лежит на животе в области пупка, другая на груди, чтобы контролировать движения тела. Медленно и глубоко вдыхайте через нос, надувая только живот, чтобы верхняя часть грудной клетки оставалась неподвижной. Выдох делайте через рот, сложив губы трубочкой. При выдохе, не торопясь, втягивайте живот.

Растяжка грудных мышц

Упражнения для растяжки хорошо расслабляют дыхательные мышцы. Полноценный вдох и выдох улучшает циркуляцию воздуха в легких и позволяет тканям и органам насытиться кислородом.

Вращение плечами

Необходимо сесть в удобном положении, руки не напряжены и опущены вдоль туловища. Вращайте максимально плечами синхронно по кругу вперед и назад.



Правильное дыхание

Правильное дыхание способно значительно укрепить организм, повысить его способность противодействовать вирусным инфекциям. Дышать обязательно нужно через нос. Постоянно дыша ртом, вы имеете гораздо больше шансов подхватить простудную инфекцию, нежели при нормальном носовом дыхании. Имеется немало полезных дыхательных упражнений, эффективно предупреждающих ОРВИ. Вот некоторые из них.

- Хорошенько проветрив помещение, примите удобное сидячее положение. Каждое упражнение выполняется спокойно, не торопясь. В случае, если носовые пазухи заложены, нужно сперва промыть их слабосоленой водой либо физиологическим раствором.
- Очень медленно вдохните через рот. После этого на выдохе постарайтесь резко вытолкнуть воздух через нос. Данный метод очень эффективен для профилактики ОРВИ.
- Вдохните воздух левой ноздрей, предварительно зажав пальцем правую ноздрю, через которую затем выдыхайте. Сделайте данное упражнение по 5 раз каждой ноздрей.
- Рукой закройте правую ноздрю и рот, после чего спокойно вдохните и выдохните через левую ноздрю.
- Медленно вдохните через нос, потом сделайте обычный выдох, слегка приоткрыв рот.
- Через нос вдохните, надуйте щеки на выдохе и через сомкнутые губы медленно выпускайте воздух.

Все упражнения выполняются по пять повторов. После дыхательной гимнастики нужно промыть носовые ходы и горло раствором поваренной соли (из расчета одна столовая ложка на стакан воды), также в промывающий раствор можно добавить несколько капель эвкалиптовой настойки.

СОЦИАЛЬНЫЙ ФОНД ИНФОРМИРУЕТ

ПУТЕВКИ, ЧТОБЫ ПОДЛЕЧИТЬСЯ

Ежегодно Отделение СФР по Свердловской области выдает гражданам, имеющим льготу, путевки на санаторно-курортное лечение. В этом году их получили 4200 свердловчан, 4178 из которых уже побывали в санаториях. На обеспечение этих целей ОСФР направило более 167 миллионов рублей. Путевки и бесплатный проезд к месту лечения и обратно предоставляются льготникам, получающим набор социальных услуг в натуральной форме. Граждане, имеющие первую группу инвалидности, и дети-инвалиды имеют право на вторую путевку и бесплатный проезд к месту лечения и обратно для сопровождающего лица.

Длительность санаторно-курортного лечения в рамках набора социальных услуг составляет 18 дней, для детей-инвалидов — 21 день, а для инвалидов с заболеваниями и последствиями травм спинного и головного мозга — от 24 до 42 дней. Подать заявление на получение путевки можно самостоятельно или через законного представителя на портале Госуслуг, в клиентской службе регионального Отделения СФР или МФЦ.

Порядковый номер очереди на лечение можно узнать на региональной странице сайта СФР в разделе «Информация для жителей региона» (<https://social-insurance.sfr.gov.ru/r66/>). Необходимо ввести номер СНИЛС (11 цифр без пробелов и дефисов). Информация обновляется ежемесячно на первое число каждого месяца.

ИМЕЙТЕ В ВИДУ

Социальный фонд напоминает россиянам, у которых на личном счете имеются невыплаченные пенсионные накопления, о возможности обратиться в фонд и получить эти средства. Сообщения о подаче заявления на выплаты прихода в личные кабинеты граждан на «Госуслугах», начиная с апреля этого года. Всего рассылка коснулась 1,4 млн. граждан, уже имеющих право на накопления, но пока не обратившихся за ними.

Согласно действующим правилам, выплата накоплений является заявительной и происходит после того, как человек обратится за средствами. Подать документы можно в любой клиентской службе Социального фонда или многофункциональном центре. Оформить выплату накоплений можно также через портал госуслуг. В зависимости от размера средств они выплачиваются сразу всей суммой либо назначаются в виде ежемесячной пенсии. Повышение пенсионного возраста не распространялось на выплаты пенсионных накоплений, поэтому получить их можно в прежних возрастных границах. Женщинам средства выплачиваются с 55 лет, мужчинам – с 60 лет. При наличии права досрочного выхода на пенсию оформить выплату накоплений можно и раньше этого возраста.

Отметим, что помимо специальных информационных рассылок о накопленных средствах Социальный фонд каждый год планомерно уведомляет россиян о состоянии их пенсионного счета. Такие сообщения раз в три года получают мужчины, достигшие 45 лет, и женщины - начиная с 40 лет. В уведомлении, которое поступает в личный кабинет на портале госуслуг, отражено количество пенсионных коэффициентов и заработанный стаж. Выписка также сообщает получателю актуальный размер пенсии, рассчитанный по этим параметрам. Следить за формированием будущей пенсии россияне могут также по информации, которая всегда доступна в личном кабинете на портале госуслуг и предоставляется в клиентских службах Социального фонда и многофункциональных центрах.





ДЛЯ ОБЩЕНИЯ ЛЮДЕЙ

Социальный фонд открыл уже 200 центров общения для людей старшего поколения по всей России. Самый новый на сегодняшний день центр появился в Мордовии; он начал принимать посетителей 1 октября, в День пожилого человека.

Социальный фонд развивает сеть центров общения, чтобы обеспечить людям «серебряного» возраста качественный досуг в атмосфере заботы и внимания, поддержать их интерес к жизни.

В центрах созданы максимально комфортные условия: есть зоны отдыха, мини-библиотеки, гостевые компьютеры с выходом в интернет; оборудованы помещения, где можно проводить массовые мероприятия. Для гостей регулярно организуют интересные встречи, проводят занятия для здорового образа жизни, активного долголетия, по компьютерной и финансовой грамотности, психологические тренинги, шахматные турниры, творческие мастер-классы и выездные экскурсии.

Пилотный проект по созданию досуговых учреждений для людей старшего поколения стартовал в декабре 2022 года. К октябрю 2023 года заработали центры в 80 регионах страны. Организовано более 10 тысяч мероприятий, участие в которых приняли свыше 100 тысяч человек. Лидерами по числу активностей стали отделения в Бурятии и Свердловской, Пензенской, Иркутской областях. В планах у Соцфонда – создание центров во всех отделениях. Поддержка людей «серебряного» возраста – одно из приоритетных направлений его работы.

Вид официально-документа													2
	Масличный родич капусты		Итальянский поэт Возрождения		Винторогая антилопа		Эфиромасличное растение						
	Звуковой сигнал в автомобиле		Рейс		Детское заседание (пион.)		Старорусское название негра						
	Сопровождающая деталь	Болезнь щитовидной железы			Акробатический прыжок		Тип плода		Ветвь винограда		Дипломатический представитель римского папы		
			"Роярная"				Емкость для мусора						
	Антоним подъема производства	Упитанный ребенок							Французский композитор ("Антар")		Элемент глубокой печати		
				Снежный барс	Артист кино, Россия	1							
Храм культуры	Груз на себе		Спутница нерадивого матроса					Штат в США					
					Полиграфическая машина		Склон, холм	Патрисия ...		Торжественный званый вечер			
	Имя итальянского певца Кутуньо	Упаковка						Спортивная площадка					
					Самый известный из Бальзаков			Тонкий плотный войлок					
	Ими полна дорога в будущее	Подвальное примечание								Решето	Имя Мандельштама		
1			Вдова Леннона					Венгерский поэт					
			Одежда статуи свободы										
			Библейский выродок										
			2										

ПОСМЕЕМСЯ ВМЕСТЕ

Что на Новый год вы будете пить — водку или шампанское?
— Шампанское — 100 % опрошенных.
— Водку — 100 % опрошенных.

— Хочу сделать будущему мужу гравировку на обручальном кольце. Что посоветуете?
— Надпись: "Сейчас же надень обратно!"

Утеряны водительские права Синицыной Натальи Петровны. Нашедшему просьба: сожгите их на хрен!

К делаемому уроки сыну сзади подходит отец, гладит сына по голове:
— Старайся, сынок, крючки пиши аккуратнее.
— Это не крючки, папа! Это интегралы!

Новости спорта.
В лыжной гонке на 20 км первым пришёл к финишу гонщик под номером 8. Вторым и третьим пришли два медведя. Поиски остальных лыжников продолжаются.

— Этот подлец сбежал и бросил меня одну с мужем!
— Ну, знаешь, бывает и хуже.
Вон у Наташки любовник с мужем вдвоём сбежали.

Бабушки возле подъезда называли Оксану наркоманкой и проституткой, а она не обижалась. «Лишь бы не узнали, что я терапевт», — думала Оксана.

Психиатр спрашивает у пациентки:
— Скажите, а нет ли в вашей семье случаев мании величия?
— Иногда муж заявляет, что он глава семьи.



Ответы на сканворд, напечатанный в № 41.

По горизонтали: Камнепад. Анонимщик. Ара. Терн. Яма. Араб. Деканат. Рагу. Кукиш. Счеты. Лак. Ведро. Скоп. Ящер. Пробор. Вина. Кимоно. Тир. Рота. Инок. Кино. Анатомия.

По вертикали: Реактор. Выпь. Арно. Гудрон. Нанду. Надир. Сосок. Маяк. Критика. Плащ. Марев. Минин. Иван. Сторона. Дьяк. Акын. Кот. Вату. Явор. Клещи. Фариа. Енот. Шкура. Ария.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Уральскому федеральному округу
СВИДЕТЕЛЬСТВО ПИ №ФС11-0509

Учредитель: ООО «Новое Рекламное Агентство плюс», директор Бутырин С.Н.
Издатель: ООО «Новое Рекламное Агентство плюс» 623400, г. Каменск-Уральский, ул. Кунавина, 2
Главный редактор Кужельва С.Ю., верстка Крысанов Е.В.
Адрес редакции: 623400, г. Каменск-Уральский, ул. Кунавина, 2, тел. 37-00-77, 32-44-44
E-mail: rimmedia_ku@mail.ru, «Новое Рекламное Агентство плюс»
Письма, пришедшие в редакцию, не рецензируются, по усмотрению редактора полностью или частично публикуются в газете. Мнение авторов статей, опубликованных в газете, не обязательно совпадает с мнением редакции. Материалы, помеченные знаком "@" публикуются на правах рекламы. Все рекламируемые товары подлежат обязательной сертификации, а услуги – лицензированию.
Газета отпечатана в Свердловской обл. г. Реж, ул. П. Морозова, 6
тел./факс (34364) 2-49-32, 2-10-72 e-mail: in@mail.ru
Слава по графику 12.00, фактически 12.00. Заказ № 2079.

БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА **ТИРАЖ 35 000**

Свердловчане вместо гудков слушают хиты Анны Асти и группы "Король и Шут"

Этой осенью самыми популярными музыкальными композициями среди россиян стали треки певицы Анны Асти и группы «Король и Шут», вновь оказавшейся в тренде на фоне успеха одноименного биографического сериала. В сентябре их песни абоненты устанавливали себе на мобильные номера вместо гудков активнее всего, об этом свидетельствует исследование МегаФона на основе данных сервиса «Замени гудок».

В целом по итогам 9 месяцев 2023 года самым популярным треком по установке вместо гудка стала композиция «Позвони» от DJ Smash и NIVESTA. Следом в рейтинге идут JONY с песней «Аллея», «Король и Шут» (трек «Дурак и молния») и Инстасамка («За деньги да»), особенно популярная у молодой аудитории.

При этом список музыкальных предпочтений существенно изменился с прошлого года. В 2022-м рейтинг самых популярных исполнителей возглавляла Люся Чеботина с треком «Солнце Монако», а завершали первую тройку Ислам Итляшев (песня «Кобра») и GAYAZOV\$ BROTHER\$ («Малиновая Лада»). В этом году в топ-10 из них смогла попасть только Люся Чеботина, занявшая пятую строчку с песней «Плакал Голливуд».

Осенний тренд 2023 года — повышенный интерес к творчеству Анны Асти, выпустившей в прошлом месяце новый альбом, треки из которого попали во многие музыкальные чарты. По итогам сентября ее песни «По барам» и «Царица» занимают первые две строчки в списке самых устанавливаемых треков вместо гудков. Единственная рэп-композиция в первой пятёрке сентября — «Где прошла ты» (Гео Пика и Кравц), расположившаяся на третьем месте по числу установок. А завершает осенний топ-5 группа «Король и Шут»: успешность одноименного сериала, посвященного музыкальному коллективу, привела к появлению в рейтинге сразу двух их треков: «Кукла колдуна» и «Лесник».



Фото МегаФон

В настоящее время фонотека сервиса «Замени гудок», позволяющая установить мелодию вместо гудков, которые слышит звонящий, включает свыше 180 тысяч треков российских и зарубежных исполнителей. По данным оператора, с начала 2022 года число абонентов, предпочитающих мелодии на гудке, выросло на 30%. Чаще других этим сервисом пользуются женщины 30-40 лет и мужчины 40-50 лет, на них приходится около 64% от всей аудитории.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ
«ДЕТСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР ГОРОДА КАМЕНСКА-УРАЛЬСКОГО»

ПРИГЛАШАЕМ ДЕВЧОНОК И МАЛЬЧИШЕК С 5 ЛЕТ

- В СТУДИЮ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО И ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОГО ТВОРЧЕСТВА
- В СТУДИЮ СПОРТИВНОГО БАЛЬНОГО ТАНЦА «ПЛАСТИЛИН»
- В МЕДИА-СТУДИЮ «ПОКОЛЕНИЕ»
- В СТУДИЮ РАЗВИТИЯ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ «ГРАМОТЕЙКА»

ЖДЁМ ВАС ПО АДРЕСУ:
КАМЕНСКАЯ, 33

ТЕЛЕФОН: 35-09-51