



## Лента новостей

### Стартовал пожароопасный сезон

Пожароопасный сезон объявлен в Свердловской области с 5 апреля. Соответствующее постановление ранее подписал губернатор Евгений Куйвашев. Эта мера необходима, чтобы своевременно обеспечить защиту лесов, населённых пунктов и жителей региона от угрозы возникновения природных пожаров, в том числе проводить авиамониторинг лесного фонда Свердловской области.

«С наступлением сухой, тёплой и ветреной погоды резко увеличивается количество возгораний сухой растительности, поэтому с наступлением пожароопасного сезона запрещены травяные палы в полях. Кроме того, не допускается разведение костров в любых лесах, сжигание порубочных остатков из заготовленной древесины. Будьте внимательны, не бросайте горящие спички, окурки, стекло», - сказал первый заместитель губернатора Свердловской области Алексей Шмыков.

Пожароопасным сезоном считается период со времени схода снежного покрова до наступления устойчивой дождливой осенней погоды или выпадения снега. На Среднем Урале этот период длится в среднем около полугода.

Пожароопасный сезон не запрещает посещение лесов, но обязывает соблюдать правила пожарной безопасности при использовании открытого огня. Мангалы и жаровни нужно располагать на расстоянии не менее 5 метров от зданий и построек, при этом в радиусе 10 метров не должно быть сухой травы и других горючих материалов. Место открытого огня нужно размещать не менее, чем в 50 метрах от ближайшей постройки, 100 метров - от кромки леса. Яма для сжигания мусора должна быть не более 1 метра в диаметре, не менее 0,3 метра глубиной. Что бы вовремя остановить огонь, под рукой всегда должен быть огнетушитель или ведро с водой.

Для предотвращения возгораний в населенных пунктах садоводам, жителям, проживающим в индивидуальных частных домовладениях важно провести на своих территориях субботники и убрать сухую траву вокруг строений, жилых домов.

Напомним, решение о переносе даты начала пожароопасного сезона в Свердловской области губернатор Евгений Куйвашев принял в связи со скорым сходом снежного покрова. Ранее начало пожароопасного сезона на Среднем Урале предусматривалось с 10 апреля, за исключением северных муниципалитетов, в которых его старт был запланирован на 15 апреля.

### Началось обследование лесоперерабатывающих предприятий

Выездные обследования предприятий, которые занимаются деревообработкой, начали совместно проводить сотрудники министерства природных ресурсов и экологии Свердловской области, министерства промышленности и науки Свердловской области и МЧС. Специалисты по поручению губернатора Евгения Куйвашева оценивают исполнение требований противопожарной безопасности.

«Задача специалистов - обследовать их на предмет соблюдения правил складирования опила, захламленности, наличия сухой растительности и другого мусора. Все предприятия деревообработки, независимо от направления работы или масштаба производства, - пожароопасные. Как сами пиломатериалы и готовая продукция, так и отходы производства создают высокую пожарную нагрузку», - сказал глава Минприроды региона Денис Мамонтов.

Отметим, обеспечение пожарной безопасности на деревообрабатывающем производстве требует комплексного подхода. На каждом предприятии, независимо от того, чем оно занимается и какую продукцию производит, должен быть введен противопожарный режим. Он определяет нормы к организации деятельности объекта и его содержанию. Кроме того, все деревообрабатывающие предприятия должны быть укомплектованы первичными средствами пожаротушения, иметь источники противопожарного водоснабжения, противопожарные разрывы между сооружениями. Сотрудники, ответственные за пожарную безопасность, должны пройти обучение по программе пожарно-технического минимума.

Напомним, в преддверии пожароопасного сезона сотрудники природных ресурсов и экологии Свердловской области провели совещания с главами муниципалитетов и руководителями лесоперерабатывающих предприятий региона. Задача глав - усилить муниципальный земельный контроль и контроль в сфере благоустройства, лесопереработчиков - оборудовать площадки для накопления отходов деревообработки в соответствии с установленными требованиями.

## Знай наших!

### Иван Макаренко - победитель Международного фестиваля «Золотой саквояж-2024»



26 и 27 марта в г. Тюмени состоялся финал VII международного Фестиваля студенческих бизнес-идей «Золотой саквояж-2024». На одной площадке встретились студенты образовательных организаций среднего профессионального образования из 14 субъектов РФ, Республики Казахстан и Республики Беларусь. Наш город и ГАПОУ СО «Верхнетуринский механический техникум» представлял студент 3 курса Иван Макаренко, обучающийся по специальности «Операционная деятельность в логистике».

успешным бизнесменом, и готовы были поделиться своим опытом. Также ребята побывали с экскурсиями на промышленных предприятиях Тюмени.

Иван Макаренко успешно защитил свой бизнес-проект по защите видео от копирования, распространения и пиратства. Иван был удостоен звания победитель в номинации «IT сфера».

Руководитель проекта - преподаватель В.И. Хисамутдинова - награждена благодарностью от организаторов фестиваля за активное участие и качественную подготовку студентов.

Жюри высоко оценило актуальность данного проекта. Алексей Васильевич Комов, эксперт бизнес-трекер, наставник в школе стартапов Сколково, предложил Ивану сотрудничество, поддержку его проекта для дальнейшей реализации.

**Венера ХИСАМУТДИНОВА**  
Фото из архива И. Макаренко

Всего на фестивале было представлено 79 работ в семи направлениях «Торговля и общественное питание», «Услуги», «Креативные индустрии», «IT сфера», «Производство», «Социальная сфера», «Образовательные услуги». На заочный отборочный этап фестиваля поступила 141 заявка.

Цель мероприятия - выявить лучшие студенческие бизнес-идеи и практики по формированию предпринимательских компетенций молодежи, популяризации направлений малого бизнеса.

Фестиваль студенческих бизнес-идей - это площадка для встречи активных, настроенных на удачу студентов, планирующих посвятить свою профессиональную деятельность предпринимательству. Помимо конкурсных мероприятий на фестивале были проведены и разнообразные встречи с опытными экспертами, которые не понаслышке знают, что такое быть

## Конкурс

### Это у нас семейное 2024 ГОД СЕМЬИ

В Екатеринбурге 5-7 апреля прошел окружной полуфинал конкурса «Это у нас семейное» президентской платформы «Россия - страна возможностей». В мероприятии участвовала 171 семейная команда из всех регионов Уральского федерального округа. Свердловскую область представляют 64 семьи, в составе которых 324 человека.

«Каждый полуфинал конкурса «Это у нас семейное» наполнен доброй атмосферой, которую создают сами наши участники. На очные испытания в Екатеринбург приехали представители всех поколений, самым младшим участникам по 5 лет, а самому опытному - 92 года! Среди команд есть профессиональные династии, такие как: педагоги, пчеловоды, металлурги, есть представители семейного бизнеса, многодетные семьи. Хочу пожелать всем участникам быть счастливыми, создавать историю своей семьи, приумножать

ценности и действовать», - рассказал генеральный директор АНО «Россия - страна возможностей», ректор Президентской академии Алексей Комиссаров.

В соревновательную программу вошли интеллектуальные, творческие, спортивные задания, на которых оценивались не только знания и умения участников. В процессе с командами взаимодействовали эксперты, которые обучены по единой методике, разработанной совместно с психологами и профильными специалистами. Больше семи часов семьи соревновались, поддерживали друг друга и раскрывали свои таланты.



Актуально

## Твой город – твоё решение

Продолжается рейтинговое голосование по отбору общественных территорий для комплексного благоустройства в 2025 году. Свой выбор с 15 марта сделали более 600 тысяч уральцев.

«Традиционно наиболее активными являются малые города. Это логично: в небольших муниципалитетах каждая благоустроенная площадка является объектом, которым пользуются практически все жители города. В результате в этих территориях регулярно обустраиваются красивые набережные, парки и скверы. Мы не строим прогнозы, какие объекты станут победителями. Я уверен, что это будут такие же интересные проекты, как были реализованы ранее. А для этого свердловчане должны сказать своё слово», – отметил министр энергетики и ЖКХ Свердловской области Николай Смирнов.

В Верхней Туре в этом году на выбор жителям представлены четыре общественные

территории. По состоянию на 10 апреля лидирует общественная территория «Проголочный маршрут от Парка Победы – Мемориала Славы до ул. Лесная» – за нее отдали голоса 3048 человек.

На втором месте – комплексное благоустройство общественной территории «Парк спорта и отдыха «Белый камень», за эту территорию проголосовали 1108 человек.

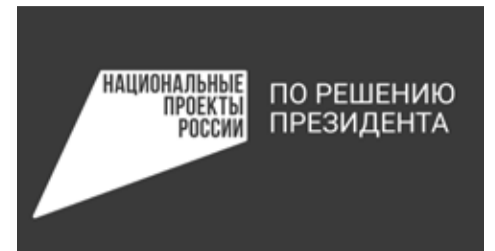
Затем по количеству голосов идет комплексное благоустройство общественной территории «Сквер А. Невского» (ул. Карла Маркса, 120) – проголосовали 746 человек.

Завершает список комплексное благоустройство общественной территории «Сказы Бажова» – отдано 511 голосов.

Но сумеет ли та или иная площадка стать участником федерального проекта, зависит только от активности жителей, то есть от нас с вами.

«Уважаемые верхнетуринцы, я призываю всех принять активное участие в голосовании проекта «Формирования городской среды» на сайте <https://66.gorodsreda.ru>. Также проголосовать можно используя помощь волонтеров, которые активно работают на территории города. Давайте поможем Верхней Туре стать еще лучше – комфортнее, красивее и современнее», – обратился к жителям Верхней Туры глава города Иван Сергеевич Веснин.

Отметим, что те площадки, которые были сданы в прошлые годы в рамках проекта «Формирование комфортной городской среды» – это Парк молодоженов, набережная городского пруда, Парк здоровья, дворовые территории, детская площадка в



районе Рига – заметно изменили и облик города, и качество жизни верхнетуринцев.

Напомним, федеральный проект «Формирование комфортной городской среды» национального проекта «Жильё и городская среда» реализуется по инициативе Президента России Владимира Путина. Свердловская область при поддержке губернатора Евгения Куйвашева стала одним из регионов-лидеров по созданию в каждом городе благоустроенных общественных территорий – парков, скверов, набережных. Начиная с 2018 года в регионе благоустроено более 2,5 тысячи объектов в 59 муниципалитетах.

Людмила ШАКИНА

7 апреля - Всемирный день здоровья

## Как войти в ЗОЖ без вреда для здоровья



**- Михаил Викторovich, что включает в себя понятие ЗОЖ? Оно означает то же самое, что и активный образ жизни?**

Здоровый образ жизни – это особенность поведения человека, которая направлена на сохранение здоровья и профилактику различных заболеваний, как инфекционных, так и неинфекционных, а также отказ от вредных привычек, правильное питание, режим дня и так далее. Активный образ жизни ближе к физическим нагрузкам, к физкультуре и спорту.

**- Сон, правильное питание, активность... Что самое важное в ЗОЖ? Какая составляющая полезнее?**

Здесь нет какой-то первоочередности, они все одинаково важны. Мы достигнем результата только тогда, когда все эти составляющие будут сбалансированы: должна быть физическая нагрузка, режимы дня и питания, закаливание.

**- Есть разные способы повысить свою физическую активность: бег, плавание, тренажёрный зал, ходьба. Что, с вашей**

**точки зрения как врача, наиболее эффективно для здоровья?**

Главное – заниматься тем, что нравится. Если вам нравится бегать – бегайте на здоровье. Любите плавать – плавайте. Обращайте внимание на своё самочувствие: если та или иная нагрузка даёт тяжело, наверное, стоит изменить её или обратиться за консультацией к врачу. Есть виды спорта, где задействованы практически все группы мышц, например, плавание и скандинавская ходьба, скалолазание и лыжные гонки.

**- Правда ли, что двигательная активность оказывает положительное влияние на эмоциональную систему человека, на его тонус, ментальное здоровье?**

Абсолютно верно. При любой физической активности улучшается обмен веществ и начинают выделяться так называемые гормоны радости, которые как раз и провоцируют наши положительные эмоции, положительный настрой и так далее.

**- Сколько обычному человеку нужно двигаться в течение**

С наступлением тёплых дней и приближением сезона отпусков многие люди начинают включать в свою жизнь занятия физкультурой и спортом, чтобы улучшить физическую форму к лету. Для одних это является привычным делом, а кто-то раньше с нагрузками близко не сталкивался. Как следует входить в режим здорового образа жизни, чем может помочь диспансеризация населения, доступная благодаря национальному проекту «Здравоохранение», каким тренировкам отдать предпочтение и можно ли есть на ночь после занятий? Ответы на эти и многие другие вопросы во Всемирный день здоровья дал уральцам главный внештатный специалист по спортивной медицине Минздрава Свердловской области Михаил Чулошников.

**дня, чтобы получить минимальную физическую нагрузку и сохранить уровень эндорфина в крови?**

Минимальный уровень двигательной активности по международным стандартам составляет 10 тысяч шагов, об этом многие слышали. Однако, чтобы получить положительный эффект, эмоции и пользу от физических упражнений, этого будет недостаточно. Нужны 20 тысяч шагов как минимум, а параллельно с ними должны быть любые тренировки минимум три раза в неделю.

**- Можно ли заниматься спортом по вечерам? Не будет ли потом бессонница из-за перевозбуждения организма?**

Люди разные – кто-то «сова», а кто-то «жаворонок». Поэтому всё зависит от того, когда человеку больше нравится и удобнее заниматься физкультурой. Если вы привыкли вставать в 5 утра и делать, допустим, пятикилометровую пробежку с гантелями, значит, это ваше время. Есть те, кому лучше после работы сходить в тренажёрный зал, а затем поплавать и лечь спать уже ближе к полудню. Прежде всего следует ориентироваться на свои физические ощущения.

**- А вечером после тренировки можно ужинать?**

После любой физической нагрузки у нас есть небольшой временной интервал, когда нужно заполнить так называемое «углеводное окно», то есть восстано-

вить потраченные калории. Вот здесь и можно чем-то перекусить, но именно перекусить, а не наесться. Следует отдать предпочтение лёгкому ужину: порция творога, стакан кефира, банан и так далее. Основное требование – ужин должен быть лёгким и в то же время восполнить затраченные калории.

**- Нужно включать в свой рацион БАДы, витамины, специальное спортивное питание?**

Если мы говорим не о профессиональном спортсмене, а о среднестатистическом человеке, то ему не требуются биологически активные добавки, витамины, тем более спортивное питание. Достаточно хорошего, правильного, рационального меню. Спортивное питание нужно атлетам в условиях интенсивных тренировок, длительной соревновательной сессии, когда у них просто нет времени восполнить затраченные калории.

**- Где лучше тренироваться? В зале, дома, на улице?**

Тренировка в зале не заменит тренировку на свежем воздухе. Здесь мы подключаем ещё и закаливающие процедуры: нахождение на улице, прогулки, солнечные ванны, в тёплое время года – водные процедуры. Поэтому, если возможно, старайтесь выбирать на улицу. Конечно, так получается не всегда, тогда можно заниматься и в помещениях, но, если есть выбор, сделайте его в пользу занятий на свежем воздухе.



**- Если человек никогда не занимался спортом и решил начать, нужно ли перед тренировками сходить к врачу, чтобы получить консультацию?**

Конечно, нужно сходить. Это можно сделать, например, в рамках диспансеризации, чтобы определить функциональное состояние организма, и, исходя из результатов, выбрать для себя определённый уровень физической активности. Вообще первое время лучше заниматься с тренером, который построит тренировочный процесс, определит оптимальный уровень физической активности, рассчитает нагрузку. Чтобы избежать травм, не забывайте хорошо разминаться перед каждой тренировкой, прислушивайтесь к своему организму, определите оптимальный уровень физической активности, рассчитает нагрузку. Чтобы избежать травм, не забывайте хорошо разминаться перед каждой тренировкой, прислушивайтесь к своему организму, определите оптимальный уровень физической активности, рассчитает нагрузку. Чтобы избежать травм, не забывайте хорошо разминаться перед каждой тренировкой, прислушивайтесь к своему организму, определите оптимальный уровень физической активности, рассчитает нагрузку.

**- С чего начать, если вы решили прямо сегодня перейти на здоровый образ жизни?**

С хорошего настроения! Поставьте себе цель, выберите определённый уровень физической активности и идите к цели. Самое главное – начать.

Елена АНДРЕЕВА  
(по материалам СВЕ.РФ)  
Источник фото: СВЕ.РФ



ПОНЕДЕЛЬНИК 15 апреля

Первый

05.00 «Доброе утро». [12+].  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости.  
09.20 «АнтиФейк». [16+].  
10.00 «Жить здорово!» [16+].  
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 «Информационный канал». [16+].  
15.15 «Давай поженемся!» [16+].  
16.05 «Мужское/Женское». [16+].  
18.00 Вечерние новости.  
19.55 «Куклы наследника Тутти». [16+].  
21.00 «Время».  
22.00 Т/с «Такси под прикрытием» [16+].  
23.00 «Большая игра». [16+].  
00.00 Х/ф «Обыкновенный фашизм 2» [18+].  
01.05, 01.50, 02.35, 03.05, 03.55 «Подкаст. Лаб». [16+].

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России».  
09.00, 14.30, 21.05 «Вести». Местное время.  
09.55 «О самом главном». [12+].  
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести».  
11.30, 17.30 «60 минут». [12+].  
14.55 «Наши». [12+].  
16.30 «Малахов». [16+].  
21.20 Т/с «Алла-такси» [12+].  
23.30 «Вечер с Владимиром Соловьевым». [12+].  
02.05 Т/с «Тайны следствия» [16+].  
03.45 Т/с «Версия» [16+].

НТВ

04.50 Т/с «Легавый» [16+].  
06.30 «Утро. Самое лучшее». [16+].  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» [16+].  
13.25 «Чрезвычайное происшествие». [16+].  
14.00 «Место встречи». [16+].  
16.45 «За гранью». [16+].  
17.50 «ДНК». [16+].  
20.00 Т/с «Горячая точка» [16+].  
23.00 Т/с «Слово паца. Кровь на асфальте» [18+].  
00.30 Т/с «Перспектив обороны» [16+].

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 02.55 «Самые шокирующие гипотезы». [16+].  
06.00 «С бодрым утром!» [16+].  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». [16+].

09.00 «Военная тайна». [16+].  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». [16+].  
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». [16+].  
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». [16+].  
14.00 «Невероятно интересные истории». [16+].  
15.00 «Засекреченные списки». [16+].  
17.00, 03.30 «Тайны Чапман». [16+].  
20.00 Х/ф «Бандит» [16+].  
22.30 «Смотреть всем!» [16+].  
23.30 «Документальный спецпроект». [16+].  
00.30 Х/ф «Бруклинские полицейские» [18+].

Домашний

06.30, 05.30 «По делам несовершеннолетних». [16+].  
07.20, 04.40 «Давай разведемся!» [16+].  
08.20, 02.45 «Тест на отцовство». [16+].  
10.35, 23.15 Д/ф «Понять. Простить» [16+].  
11.45, 00.25 Д/ф «Порча» [16+].  
12.50, 01.25 Д/ф «Знахарка» [16+].  
13.25, 01.55 Д/ф «Верну любимого» [16+].  
14.00, 02.20 Д/ф «Голоса ушедших душ» [16+].  
14.35 Д/ф «Порочные связи» [16+].  
19.00 Х/ф «На правах матери» [16+].  
04.25 «6 кадров». [16+].

Русский роман

11.30 Х/ф «Отпуск летом».  
13.00 Х/ф «Обратный билет».  
14.50 Х/ф «После многих бед».  
18.10 Х/ф «Семейное счастье».  
19.55 Х/ф «Девять признаков измены».  
21.40 Х/ф «Хозяйка большого города».  
01.00 Х/ф «Муж на час».  
04.20 Х/ф «Сводные судьбы».  
07.25 Х/ф «Берег Надежды».

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Изнестия» [16+].  
05.30, 06.10, 06.50, 07.40, 04.00, 04.40 Т/с «Аквагоризонт» [16+].  
08.35, 09.30, 10.15, 11.10, 12.05 Т/с «Черные кошки» [16+].  
08.55 «Знание-сила» (кат0+).  
13.30, 14.25, 15.25, 16.25, 17.30 Т/с «Морские дьяволы-2» [16+].  
17.55, 18.50, 19.40, 20.40, 02.45, 03.20 Т/с «След» [16+].  
21.25, 00.30 Т/с «Великолепная пятёрка-6» [16+].

22.20, 23.10, 01.20, 02.05 Т/с «Великолепная пятёрка-5» [16+].  
00.00 «Изнестия. Итоговый выпуск» [16+].

МАТЧ!

Профилактика.  
12.00, 14.55, 16.55, 19.50, 04.55 Новости.  
12.05 Лица страны. Эдуард Трояновский. [12+].  
12.25 Смешанные единоборства. UFC. Алекс Перейра против Джамала Хилла. [16+].  
13.55 Футбол. Мир. Российская Премьер-лига. Обзор тура. [6+].  
14.55 Специальный репортаж. [12+].  
15.00 Есть тема! [12+].  
16.25 Фрирайд. Мировой тур. [6+].  
17.00 Промко. [12+].  
17.55 Футзал. Товарищеский матч. Россия-Сербия.  
19.55 Плавание. Чемпионат России.  
22.20 Д/ф «Владимир Сальников. Не надо спорить с тренером...».  
23.25, 01.45 Все на Матч! [12+].  
23.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Аталанта» - «Верона».  
02.55 Футбол. Чемпионат Германии. «Боруссия» (Менхенгладбах) - «Боруссия» (Дортмунд). [6+].  
05.00 Футбол. Чемпионат Германии. «Байер» - «Вердер». [6+].  
07.00 Академическая гребля. Кубок мира.

ЦЕНТР

06.00 «Настроение» [12+].  
08.15, 04.55 Х/ф «Покровские ворота» [16+].  
08.50 Х/ф «Орлинская. Козни амура» [16+].  
10.50, 00.30 «Петровка, 38».  
11.00 «Городское собрание» [12+].  
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 «События» [16+].  
11.50 Х/ф «Синичка-5» [16+].  
13.40, 05.20 «Мой герой. Ольга Волкова» [12+].  
14.50 «Город новостей» [16+].  
15.00, 03.25 Х/ф «Сельский детектив. Чёрная бабочка» [12+].  
16.55 «Актёрские драмы. Покорить Москву» [16+].  
18.10 Х/ф «Дела житейские» [12+].  
22.35 «Красная линия Черного моря». [16+].  
23.05 «Знак качества» [16+].  
00.00 «События» [16+].  
00.45 «Тайная комната. Ева Браун» [16+].  
01.25 Д/ф «Андрей Харитонов. Первая рюмка» [16+].  
02.05 Д/ф «Битва за наследство» [16+].  
02.45 «Гражданская война. Забытые сражения» [12+].

ВТОРНИК 16 апреля

Первый

05.00 «Доброе утро». [12+].  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости.  
09.20 «АнтиФейк». [16+].  
10.00 «Жить здорово!» [16+].  
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 «Информационный канал». [16+].  
15.15 «Давай поженемся!» [16+].  
16.05 «Мужское/Женское». [16+].  
18.00 Вечерние новости.  
19.55 «Куклы наследника Тутти». [16+].  
21.00 «Время».  
22.00 Т/с «Такси под прикрытием» [16+].  
23.00 «Большая игра». [16+].  
00.00 «Золотой век». [12+].  
01.00, 01.45, 02.30, 03.05, 03.55 «Подкаст. Лаб». [16+].

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России».  
09.00, 14.30, 21.05 «Вести». Местное время.  
09.55 «О самом главном». [12+].  
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести».  
11.30, 17.30 «60 минут». [12+].  
14.55 «Наши». [12+].  
16.30 «Малахов». [16+].  
21.20 Т/с «Алла-такси» [12+].  
23.30 «Вечер с Владимиром Соловьевым». [12+].  
02.05 Т/с «Тайны следствия» [16+].  
03.45 Т/с «Версия» [16+].

НТВ

04.50 Т/с «Легавый» [16+].  
06.30 «Утро. Самое лучшее». [16+].  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» [16+].  
13.25 «Чрезвычайное происшествие». [16+].  
14.00 «Место встречи». [16+].  
16.45 «За гранью». [16+].  
17.50 «ДНК». [16+].  
20.00 Т/с «Горячая точка» [16+].  
23.00 Т/с «Слово паца. Кровь на асфальте» [18+].  
00.30 Т/с «Перспектив обороны» [16+].

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». [16+].  
06.00 «С бодрым утром!» [16+].  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». [16+].

16+].  
09.00 «Военная тайна». [16+].  
10.00 «Совбез». [16+].  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». [16+].  
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». [16+].  
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». [16+].  
14.00 «Невероятно интересные истории». [16+].  
15.00 «Засекреченные списки». [16+].  
17.00, 03.10 «Тайны Чапман». [16+].  
20.00 Х/ф «Хаос» [16+].  
22.05 «Смотреть всем!» [16+].  
23.30 «Знаете ли вы, что?» [16+].  
00.30 Х/ф «Стриптизерши» [18+].

Домашний

06.30, 05.25 «По делам несовершеннолетних». [16+].  
07.20, 04.55 «Давай разведемся!» [16+].  
08.20, 02.45 «Тест на отцовство». [16+].  
10.30, 23.15 Д/ф «Понять. Простить» [16+].  
11.40, 00.25 Д/ф «Порча» [16+].  
12.45, 01.25 Д/ф «Знахарка» [16+].  
13.20, 01.55 Д/ф «Верну любимого» [16+].  
13.55, 02.20 Д/ф «Голоса ушедших душ» [16+].  
14.30 Д/ф «Порочные связи» [16+].  
19.00 Х/ф «На правах матери» [16+].  
04.25 «6 кадров». [16+].

Русский роман

10.10 Х/ф «Девять признаков измены».  
11.50 Х/ф «Хозяйка большого города».  
14.45 Х/ф «Муж на час».  
18.05 Х/ф «Ловушка».  
21.30 Х/ф «Тень стрекозы».  
01.00 Х/ф «Замуж после всех».  
04.30 Х/ф «Отпуск летом».

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Изнестия» [16+].  
05.25, 05.45, 06.25, 07.05, 04.20 Т/с «Аквагоризонт» [16+].  
07.55, 09.30, 10.10, 11.05, 12.00 Т/с «Черные кошки» [16+].  
08.20 «Страна советов» [16+].  
08.55, 12.55 «Знание-сила» (кат0+).  
13.30, 14.25, 15.25 Т/с «Морские дьяволы-2» [16+].  
16.20, 17.30 Т/с «Морские дьяволы-3» [16+].  
17.55, 18.45, 19.45, 20.40, 02.45, 03.20, 03.50 Т/с «След» [16+].

21.25, 00.30 Т/с «Великолепная пятёрка-6» [16+].  
22.20, 23.10, 01.20, 02.05 Т/с «Великолепная пятёрка-5» [16+].  
00.00 «Изнестия. Итоговый выпуск» [16+].

МАТЧ!

08.00, 17.00 Игра миллионов. [12+].  
08.30 Наши иностранцы. [12+].  
09.00, 12.00, 14.55, 16.55, 19.50, 05.15 Новости.  
09.05, 17.30, 02.00 Все на Матч! [12+].  
12.05, 14.35 Специальный репортаж. [12+].  
12.25 Профессиональный бокс. Костя Цзю против Шармбы Митчелла. [16+].  
12.55 Профессиональный бокс. Александр Поветкин против Фрайдеа Ахуняны. [16+].  
13.35 ЕвроФутбол. Обзор. [6+].  
15.00 Есть тема! [12+].  
16.25 География спорта. Тобольск. [12+].  
18.35 Д/ф «Новак Джокович. Только победа».  
19.55 Плавание. Чемпионат России.  
21.00 Футбол. FONBET Кубок России. 1/2 финала. ЦСКА - «Балтика» (Калининградская область).  
23.40 Футбол. Лига чемпионов. 1/4 финала. «Барселона» (Испания) - ПСЖ.  
03.15 Футбол. Лига чемпионов. 1/4 финала. «Боруссия» (Дортмунд, Германия) - «Атлетико» (Испания). [6+].  
05.20 Прыжки на батуте и акробатической дорожке. Чемпионат России. [6+].  
07.00 Академическая гребля. Кубок мира.

ЦЕНТР

06.00 «Настроение» [12+].  
08.10 «Доктор И» [16+].  
08.45 Х/ф «Орлинская. Козни амура» [16+].  
10.40, 02.15 «Фитиль».  
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 «События» [16+].  
11.50 Х/ф «Синичка-5» [16+].  
13.40, 05.20 «Мой герой. Юрий Грымов» [12+].  
14.50 «Город новостей» [16+].  
15.00, 03.35 Х/ф «Сельский детектив. Кошки, опасные для жизни» [12+].  
16.55 «Актёрские драмы» [16+].  
18.10 Х/ф «Дела житейские-2» [16+].  
22.35 «Закон и порядок» [16+].  
23.05 Д/ф «Азиза. Проклятие Игоря Талькова» [16+].  
00.00 «События» [16+].  
00.35, 05.05 «Петровка, 38».  
00.50 «90-е. Тачка» [16+].  
01.35 «Гудбай, Америка!» [16+].  
02.55 «Гражданская война. Забытые сражения» [12+].

СРЕДА 17 апреля

Первый

05.00 «Доброе утро». [12+].  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости.  
09.20 «АнтиФейк». [16+].  
10.00 «Жить здорово!» [16+].  
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 «Информационный канал». [16+].  
15.15 «Давай поженемся!» [16+].  
16.05 «Мужское/Женское». [16+].  
18.00 Вечерние новости.  
19.55 «Куклы наследника Тутти». [16+].  
21.00 «Время».  
22.00 Т/с «Такси под прикрытием» [16+].  
23.00 «Большая игра». [16+].  
00.00, 00.45, 01.30, 02.15, 03.05, 03.55 «Подкаст. Лаб». [16+].

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России».  
09.00, 14.30, 21.05 «Вести». Местное время.  
09.55 «О самом главном». [12+].  
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести».  
11.30, 17.30 «60 минут». [12+].  
14.55 «Наши». [12+].  
16.30 «Малахов». [16+].  
21.20 Т/с «Алла-такси» [12+].  
23.30 «Вечер с Владимиром Соловьевым». [12+].  
02.05 Т/с «Тайны следствия» [16+].  
03.45 Т/с «Версия» [16+].

НТВ

04.50 Т/с «Легавый» [16+].  
06.30 «Утро. Самое лучшее». [16+].  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» [16+].  
13.25 «Чрезвычайное происшествие». [16+].  
14.00 «Место встречи». [16+].  
16.45 «За гранью». [16+].  
17.50 «ДНК». [16+].  
20.00 Т/с «Горячая точка» [16+].  
23.00 Т/с «Слово паца. Кровь на асфальте» [18+].  
00.30 Т/с «Перспектив обороны» [16+].

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». [16+].  
06.00 «С бодрым утром!» [16+].  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». [16+].

16+].  
09.00 «Документальный спецпроект». [16+].  
10.00 «Засекреченные списки». [16+].  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». [16+].  
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». [16+].  
13.00, 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». [16+].  
14.00 «Невероятно интересные истории». [16+].  
15.00 «Легенды и мифы». [16+].  
17.00, 03.05 «Тайны Чапман». [16+].  
20.00 Х/ф «Операция «Фортуна»: Искусство побеждать» [16+].  
22.10 «Смотреть всем!» [16+].  
00.30 Х/ф «Убийства в стиле Гойи» [18+].

Домашний

06.30, 05.25 «По делам несовершеннолетних». [16+].  
07.15, 04.35 «Давай разведемся!» [16+].  
08.15, 02.50 «Тест на отцовство». [16+].  
10.30, 23.20 Д/ф «Понять. Простить» [16+].  
11.35, 00.30 Д/ф «Порча» [16+].  
12.50, 01.30 Д/ф «Знахарка» [16+].  
13.25, 02.00 Д/ф «Верну любимого» [16+].  
14.00, 02.25 Д/ф «Голоса ушедших душ» [16+].  
14.35 Д/ф «Порочные связи» [16+].  
19.00 Х/ф «Вечная любовь» [16+].  
04.30 «6 кадров». [16+].

Русский роман

14.00 Х/ф «40+, или Геометрия чувств».  
18.00 Х/ф «Лабиринт иллюзий».  
21.45 Х/ф «Серьезные отношения».  
01.00 Х/ф «Алешкина любовь».  
05.00 Х/ф «Бабы лето».  
07.55 Х/ф «Цветы от Лизы».

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Изнестия» [16+].  
05.25, 06.05, 06.50, 07.35, 03.55, 04.35 Т/с «Аквагоризонт» [16+].  
08.25, 09.30, 10.00, 11.00, 11.55 Т/с «Черные кошки» [16+].  
08.55, 12.55 «Знание-сила» (кат0+).  
13.30, 14.30, 15.25, 16.30, 17.30 Т/с «Морские дьяволы-3» [16+].  
18.00, 18.55, 19.45, 20.40, 02.40, 03.20 Т/с «След» [16+].  
21.25, 22.20, 23.10, 01.15, 02.05 Т/с «Вели-

колепная пятёрка-5» [16+].  
00.00 «Изнестия. Итоговый выпуск» [16+].  
00.30 Т/с «Великолепная пятёрка-6» [16+].

МАТЧ!

08.00, 17.00 Игра миллионов. [12+].  
08.30 География спорта. Тобольск. [12+].  
09.00, 12.00, 14.55, 16.55, 05.15 Новости.  
09.05, 17.30, 02.00 Все на Матч! [12+].  
12.05, 14.35 Специальный репортаж. [12+].  
12.25 Профессиональный бокс. Денис Лебедев против Павла Колодезя. [16+].  
12.45 Профессиональный бокс. Александр Поветкин против Мануэля Чарра. [16+].  
13.35 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. [6+].  
15.00 Есть тема! [12+].  
16.25 Вид сверху. [12+].  
18.30 Футбол. FONBET Кубок России. 1/2 финала. «Оренбург» - «Динамо» (Москва).  
21.00 Футбол. FONBET Кубок России. 1/2 финала. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Спартак» (Москва).  
23.40 Футбол. Лига чемпионов. 1/4 финала. «Манчестер Сити» (Англия) - «Реал» (Мадрид, Испания).  
03.15 Футбол. Лига чемпионов. 1/4 финала. «Бавария» (Германия) - «Арсенал» (Англия). [6+].  
05.20 Плавание. Чемпионат России.  
07.00 Д/ф «Владимир Сальников. Не надо спорить с тренером...».

ЦЕНТР

06.00 «Настроение» [12+].  
08.10 «Доктор И» [16+].  
08.45 Х/ф «Орлинская. Молния Зевса» [16+].  
10.40, 02.15 Д/ф «Союзмультфильм. Недетские страсти» [16+].  
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 «События» [16+].  
11.50 Х/ф «Красная лента» [16+].  
13.40, 05.20 «Мой герой. Александр Клюквин» [12+].  
14.50 «Город новостей» [16+].  
15.00, 03.35 Х/ф «Сельский детектив. Крыло ворона» [12+].  
16.55 «Актёрские драмы» [16+].  
18.10 Х/ф «Дела житейские-3» [16+].  
22.35 «Хватит слухов!» [16+].  
23.05 «Хроники московского быта» [16+].  
00.00 «События» [16+].  
00.35, 05.05 «Петровка, 38».  
00.50 «Дорогие товарищи. Миллионер из хрущёб» [16+].  
01.35 «Знак качества» [16+].  
02.55 «Гражданская война. Забытые сражения» [12+].

ЧЕТВЕРГ 18 апреля

Первый

05.00 «Доброе утро». [12+].  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости.  
09.20 «АнтиФейк». [16+].  
10.00 «Жить здорово!» [16+].  
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 «Информационный канал». [16+].  
15.15 «Давай поженемся!» [16+].  
16.05 «Мужское/Женское». [16+].  
18.00 Вечерние новости.  
19.55 «Куклы наследника Тутти». [16+].  
21.00 «Время».  
22.00 Т/с «Такси под прикрытием» [16+].  
23.00 «Большая игра». [16+].  
00.00 Х/ф «Иван Грозный» [12+].  
01.55, 02.40, 03.05, 03.55 «Подкаст. Лаб». [16+].

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России».  
09.00, 14.30, 21.05 «Вести». Местное время.  
09.55 «О самом главном». [12+].  
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести».  
11.30, 17.30 «60 минут». [12+].  
14.55 «Наши». [12+].  
16.30 «Малахов». [16+].  
21.20 Т/с «Алла-такси» [12+].  
23.30 «Вечер с Владимиром Соловьевым». [12+].  
02.05 Т/с «Тайны следствия» [16+].  
03.45 Т/с «Версия» [16+].

НТВ

04.50 Т/с «Легавый» [16+].  
06.30 «Утро. Самое лучшее». [16+].  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня».  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» [16+].  
13.25 «Чрезвычайное происшествие». [16+].  
14.00 «Место встречи». [16+].  
16.45 «За гранью». [16+].  
17.50 «ДНК». [16+].  
20.00 Т/с «Горячая точка» [16+].  
23.00 Т/с «Слово паца. Кровь на асфальте» [18+].  
00.30 «Поздняков». [16+].  
00.45 «Мы и наука. Наука и мы». [12+].  
01.45 Т/с «Перспектив обороны» [16+].



2004 - Год семьи



Старшую дочь Софию родители привели в хоккейную секцию в четыре года, чтобы поставить на коньки. Она не только научилась кататься, но и играть в хоккей. Следом за ней отдали на секцию сына Марка. София год позанималась и перешла в театральную студию «Трудное детство» в ГЦ-КиД. Здесь раскрыли ее сценический талант – София сыграла главные роли в нескольких детских рождественских спектаклях. А три года назад, когда она вместе с родителями пришла на игру поболеть за брата, ей вновь захотелось взять в руки клюшку. И она вернулась в хоккей!

Сегодня София тренируется и играет в составе двух команд – «Молния» у тренера Виталия Закиева и в сборной команде Свердловской области «Авто-Спартак», куда ее пригласили в прошлом году. Большую часть времени 12-летняя хокке-

## Хоккей – это семейный спорт!

Подходит к концу очередной зимний спортивный сезон. Очень насыщенным он выдался для семьи Ивана и Ирины Кудрявцевых, у которых растут три хоккеиста!

истка проводит на тренировках, спортивных сборах и соревнованиях, которые проходят в г. Екатеринбурге и по всей России. Только в Нижнем Новгороде этой зимой она побывала трижды. Недавно с командой вернулась из г. Сочи.

Когда София приезжает домой, участвует в коммерческих играх в составе «Молнии». Старательная, ответственная она успевает и хорошо учиться, и заниматься в театральной студии, и делать успехи в хоккее. «Уровень соревнований, в которых



она принимает участие, намного выше областного первенства «Золотая шайба», – говорит мама Софии. – Игры проходят между спортивными школами, где дети занимаются хоккеем круглый год. У Софии сейчас тоже есть такая возможность. И она действительно выросла в мастерстве».

Не отстает от сестры и Марк, он также тренируется и играет в двух командах – «Молния» у Виталия Закиева и «Авто-Спартак» г. Екатеринбурга. В прошлом сезоне София и Марк, когда еще тренировались в составе команды «Святогор» г. Красноуральска, заняли 1-е место по второму дивизиону Свердловской области.

В нынешнем сезоне команда «Молния», в которой играет Марк, стала победителем Первенства Свердловской области «Золотая шайба». Марк был признан лучшим нападающим турнира! Еще одним ярким событием сезона для юного хоккеиста стало участие во Всероссийских финальных соревнованиях юных хоккеистов «Золотая шайба», которые прошли в г. Волгограде. Здесь «Молния» заняли 4-е почетное место!

В хоккее и младший сын Кудрявцевых Софрон! Его тренирует молодой, но перспективный тренер Тимур Идиятуллин. Это его первая команда. По словам родителей, молодой тренер – отличный наставник юных хоккеистов!

«Думаю, многие со мной согласятся, что тренерский состав по хоккею сегодня в Верхней Туре – лучший в округе, – говорит



Иван Кудрявцев. – Если бы у нас была еще и крытая ледовая арена, нашим хоккеистам здесь не было бы равных!

Наши дети одно время тренировались в г. Красноуральске, где много льда, но там все более формально, а наши наставники работают с душой – на тренировках активно взаимодействуют с детьми, все покажут, объяснят. Я считаю, что нашим детям крупно повезло тренироваться под началом такого высокопрофессионального тренера как Виталий Закиев! И если большинство команд берут техникой игры, наши верхнетуринские ребята играют и побеждают больше на характере, который в них воспитывают тренера. В этом большая заслуга Рустама Рахимзяновича Ризванова, который поднял хоккей в нашем городе на высокий уровень!

»»7

## Конкурс

### Это у нас семейное

«1 Семьи должны были показать, насколько хорошо родители и дети знают друг друга, умеют договариваться и сообща работать над одной задачей. И, думается, это главная цель конкурса, а вовсе не призы и победы. Это как раз тот случай, когда главное – участие, а не победа.

Верхнетуринская семья Некрасовых также принимала участие в заочном этапе конкурса. «Нам немного не хватило баллов для выхода в полуфинал, – делится Александра Некрасова. – Причина, считаю, в том, что нам сложно было собраться всем вместе для выполнения заданий и поэтому

вместе, получили заряд положительных эмоций. Смонтировали видео на разные темы – «Готовим вместе», «Бабушкин рецепт», «Первая помощь», «Родительский дом», «Семейные традиции» и многие другие – просто кладезь видеозарисовок для нас и наших потомков. А еще у нас появилась собственная семейная летопись»

7 апреля, завершающий день конкурса, стал большим образовательным днем. С участниками встретились звездные гости и члены Наблюдательного совета конкурса. Кроме того, партнеры провели познавательные лекции и творческие мастер-классы.



конкурсные испытания мы выполнили не в полном объеме. Хочется выразить огромную благодарность организаторам конкурса. Мы столько времени провели

Так, например, Олег Верещагин, актер, сценарист и юморист, рассказал о воспитании дочерей, творчестве, спортивных увлечениях и карьере. «Мое предназна-

чение – любить семью, и дать больше возможностей, чем у меня!», – подчеркнул шоумен. Получилась очень теплая семейная встреча, отметили участники мероприятия.

Где искать информацию о предках, если все контакты утеряны? Продолжать династийную профессию или выбрать что-то свое? Эти вопросы стали темой беседы с Александром Дементьевым, историком, проректором Института современной психологии и родологии.

Была у участников конкурса и возможность погрузиться в тему финансовой грамотности с ректором Академии ПСБ Алексеем Нечаевым и директором Центра финансовой культуры и грамотности Академии ПСБ Анастасией Кудрявцевой. Интерактивно, увлекательно и доступно – так кратко можно охарактеризовать эту лекцию.

Семейные команды – участники специального трека конкурса «Это у нас семейное» – «Родные – Любимые», организованного Движением Первых, защитили свои проекты перед экспертами, участвовали в квизах, различных мастер-классах.

Председатель местного отделения Движения Первых ГО В. Тура Ольга Мартыанова и ее дочь Алиса – участники трека «Родные – Любимые». 7 апреля для участников полуфинала конкурса они провели зажигательный флешмоб «В



танце всей семьей». «Первый танцевальный флешмоб с нашим участием состоялся в ноябре 2023 г. в Москве, на Всероссийском форуме «Родные-любимые», – рассказывает Ольга Владимировна. – И вот сейчас региональное отделение Движения Первых, где я работаю, пригласили провести танцевальный флешмоб в окружном полуфинале конкурса «Это у нас семейное». Каждый этап участия в этом конкурсе дарит массу впечатлений, заряд бодрости и, главное, еще раз дает возможность понять и оценить то, как много в нашей жизни значит семья».

14 семейных команд из Свердловской области победили в окружном полуфинале конкурса «Это у нас семейное» и будут представлять наш регион в финале. Финалисты конкурса будут названы в День семьи, любви и верности 8 июля. 30 семей-победителей получат сертификаты на 5 миллионов рублей на улучшение жилищных условий, а 300 семей-финалистов конкурса отпра-

вятся в большие семейные путешествия.

Финалисты трека «Родные-Любимые» станут известны по итогам полуфиналов, которые пройдут во всех федеральных округах. Победителями станут 100 человек, они получат возможность отправиться в уникальные семейные путешествия по России от Программы «Больше, чем путешествие».

Организатор конкурса «Это у нас семейное» – автономная некоммерческая организация «Россия – страна возможностей». Соорганизаторами конкурса выступают Росмолодежь и Движение Первых. Конкурс проводится в Год семьи, при участии Министерства просвещения РФ, Министерства труда и социальной защиты РФ, Российского общества «Знание», АНО «Больше, чем путешествие», социологического агентства «Вебер» (проект АНО «Диалог» и АНО «Диалог Регионы»).

Людмила ШАКИНА  
Фото из открытых источников



Власть и мы

## Поддержать семью: всё о едином пособии

В 2024 году российские семьи могут получать единое пособие в размере от 7,5 до 15 тыс. рублей на ребёнка или от 8,4 до 16,8 тыс. на беременную женщину.

### Кому полагаются выплаты

Единое пособие предназначено для поддержки семей с невысоким доходом. Для его назначения проводится комплексная оценка нуждаемости. Важное условие – все взрослые члены семьи должны иметь заработок либо объективные причины для его отсутствия. Будущей маме пособие назначается, если она встала на учёт в медорганизации до 12 недель беременности. Обязательны гражданство РФ и постоянное проживание на территории России.

Базовый размер пособия составляет 50% от прожиточного минимума в регионе на ребёнка

или трудоспособного взрослого, если пособие оформляет беременная женщина. Если после назначения базового размера выплаты среднедушевой доход семьи останется меньше прожиточного минимума на человека, сумму увеличат до 75%. Максимальный размер – 100% прожиточного минимума.

### Считаем доход

Как понять, можете ли вы рассчитывать на единое пособие? Допустим, при рассмотрении заявления в январе 2024 года учитываются доходы, полученные с декабря 2022 года по ноябрь 2023 года. К ним относятся не только зарплата на работе, но и автор-

ские гонорары, доход по договорам ГПХ, предпринимательства и самозанятости, от продажи и сдачи в аренду имущества, пенсии, стипендии, выплаты и компенсации, проценты от вкладов. Нужно общую сумму доходов семьи разделить на 12 месяцев и на количество членов семьи. Когда вы посчитали свою сумму, её нужно сравнить с нормативами прожиточного минимума. В каждом регионе они свои и ежегодно индексируются.

### Что такое правило «нулевого дохода»?

Как уже упоминалось, важное условие назначения единого пособия: у всех взрослых трудоспособных членов семьи должен быть заработок или объективные причины его отсутствия – прави-

ло «нулевого дохода». К уважительным причинам для отсутствия заработка относятся беременность, отпуск по уходу за ребёнком, уход за членом семьи с инвалидностью или пожилым, очное обучение, служба в армии (срочная плюс 3 месяца после демобилизации), лечение больше 3 месяцев, регистрация как безработного в центре занятости. Самозанятые граждане смогут обратиться за единым пособием только при условии, что их заработок является регулярным и доход за год превышает 2 МРОТ.

### Как оценивается имущество?

Чтобы семью признали нуждающейся в господдержке, её имущество должно соответствовать ряду критериев. У семьи должна

быть одна квартира или несколько, если площадь на каждого члена семьи менее 24 кв. м; один дом или несколько, если площадь на каждого меньше 40 кв. м; одна дача; один гараж или машино-место; один земельный участок или несколько общей площадью не более 0,25 гектара для жителей города; один автомобиль (кроме многодетных), мотоцикл, единица самоходной техники (трактор и т. д.). Подать заявление на единое пособие можно на «Госуслугах». Справки о доходах и имуществе собирать не нужно. Все необходимые сведения Соцфонд самостоятельно запросит у других ведомств. Например, о недвижимости – в Росреестре, о доходах – в ФНС и т. д.

Елена АНДРЕЕВА,  
по материалам Интернет

## Спортивная арена



## Красота без слез в здоровье волос

С приходом весны каждая девушка стремится обновиться и преобразиться. При этом нередко представительницы прекрасного пола задаются вопросом, какую процедуру выбрать для восстановления красоты и здоровья волос. Одними из способов реабилитации локонов, по мнению сертифицированного мастера реконструкции волос студии красоты Ir'i'S Татьяны Морозовой, являются процедуры ботокса и кератина. О нюансах, эффектах этих салонных уходов наше сегодняшнее интервью.

• сначала мастер моет голову клиентки специальным шампунем, который раскрывает чешуйки каждого волоска и готовит

нию, тогда да, делать его нежелательно.

### - Какой же должен быть уход после процедуры?

- Необходимо использовать профессиональные средства по уходу за волосами. Наносить на волосы кондиционер после каждого мытья. Перед укладкой утюжком или феном необходимо использовать средства термозащиты. Сушка волос феном после каждого мытья и обязательно по росту волос.

### - Что такое ботокс? Разница между ботоксом и кератиновым выпрямлением?

- Ботокс для волос – это процедура глубокого кондиционирования, при которой пряди насыщают составами с содержанием кератина, коллагена, аминокислот, масел, витаминов.

Процедура получила своё название из-за эффекта, который она оказывает на волосы: после коктейля из полезных веществ они становятся гладкими, струящимися и обновлёнными.

В чем же разница? Есть два основных отличия. Первое – стойкость, при должном уходе выпрямление с помощью кератинового состава будет видно почти полгода. Действие ботокса обычно не превышает двух-трех месяцев. И второе – эффект: кератин выпрямляет и улучшает пряди внешне, а ботокс оздоравливает их и работает изнутри, питая сам стержень волоса.

### - Что выбрать – ботокс или кератиновое выпрямление волос?

- Смотря какого эффекта желаете достичь. Если хотите прямые волосы, то подойдет кератиновое выпрямление, а если желаете восстановить, увлажнить, напитать волосы, то ботокс отлично подойдет.

### - Нужна ли подготовка к этим процедурам перед посещением парикмахера?

### - Татьяна, расскажите, как понять, что волосы нуждаются в срочной реконструкции?

- Всё очень просто и это видно невооруженным взглядом. Первый признак – это наличие секущихся кончиков, второе – это ломкость, сухость и тусклость волос, и третье – пушистость и кудрявость.

### - Что подразумевает понятие «кератин»? Расскажите об этом подробнее.

- Кератиновое выпрямление – это процесс заполнения волосяного стержня растительным кератином, который делает волосы более крепкими, эластичными, придает им здоровый ухоженный вид, а также разглаживает их поверхность, делая даже вьющиеся пряди прямыми и ровными.

### - Кому рекомендуется кератиновое выпрямление и восстановление? Какую несут пользу?

- Если волосы ослабленные, тусклые и имеют завиток, то в этом случае рекомендуется данная процедура. Какая же польза? Кератиновое выпрямление позволяет восстановить повреждённые волосы и сделать их более гладкими и управляемыми. Устраняет пушистость, увлажняет и питает. Предотвращают сухость и ломкость. Самое главное преимущество – это долговременный результат. После выпрямления волосы в течение нескольких месяцев будут прямыми, гладкими и блестящими.

### - Как же выполняется кератиновое выпрямление?

- Выпрямление занимает минимум 2 часа, но если волосы длинные и густые или имеют сильный завиток, то 4-6 часов нужно точно освободить для данной процедуры и быть готовой к следующим этапам:



их к нанесению активного состава;

• затем волосы нужно тщательно просушить и расчесать;

• далее на пряди наносится специальный состав для кератинового выпрямления волос;

• чтобы кератин закрепился, мастер проходит по обработанным волосам специальным утюжком, нагретым до 230 градусов;

• затем смывается состав, наносится закрепляющая маска и сушка феном, на этом процедура закончена.

### - Существуют ли у процедуры кератина противопоказания?

- Кератиновое выпрямление не портит волосы, если оно сделано опытным мастером с применением профессиональных средств. Но как и у любой процедуры, есть свои противопоказания. Например, если у вас астма, аллергическая реакция, кожные заболевания, волосы склонны к выпадению,

ра?

- Какая-то специальная подготовка не нужна. Процедура кератинового выпрямления волос требует чистых волос, поэтому мастер перед работой обязательно моет голову специальным шампунем глубокой очистки. Можно помыть голову дома предварительно, лишним не будет.

### - Ваши советы девушкам по уходу за волосами в весенний и летний период?

- В этот период локоны больше всего подвержены активному солнечному воздействию; перепадам температуры, влажности; горячая укладка проводится чаще, чем зимой.

И первое, что необходимо – это стрижка. Нужно убрать секущиеся кончики волос, так как они придают волосам сухой и пушистый вид.

Второе – нужно пользоваться сыворотками для волос. Что касается укладки, то легкие гели, кремы и муссы для укладки – отличные средства для весеннего сезона.

Третье – расчесывание волос до и после мытья уменьшает количество заломов, которые могут возникнуть, если распутывать волосы только после мытья. Это важно, если вы хотите сохранить здоровье и длину волос.

Четвертое – борьба с обезвоженностью. На каждый день подойдут несмываемые маски, спреи, флюиды или сыворотки.

Пятое – здоровая кожа головы = здоровые волосы. Для поддержания здоровья кожи головы используйте скраб или щетку, чтобы удалить накопившиеся загрязнения, и мойте волосы очищающим шампунем. Здоровые волосы начинаются с кожи головы, поэтому очень важно оптимально ухаживать за ней, если вы хотите иметь великолепные локоны. Вот почему, когда наступает весна, самое время заняться омоложением кожи головы, чтобы обеспечить здоровый рост волос и роскошные локоны, которые выглядят великолепно.

Весна идеальное время для того, чтобы дать волосам перезагрузку и улучшить их состояние, так почему бы не воспользоваться и не применить эти простые советы. Помните, что ваши волосы способны подчеркнуть индивидуальность, именно поэтому им стоит уделять особое внимание.

Беседовала Мария АЛЕКСАНДРОВА  
Фото из архива Т. Морозовой



ПЯТНИЦА 19 апреля

Первый

05.00 «Доброе утро», [12+].  
05.05, 01.20, 02.05, 02.50, 03.35, 04.20 «Подкаст. Лаб». [16+].  
09.00, 12.00, 15.00 Новости.  
09.20 «АнтиФейк», [16+].  
10.00 «Жить здорово!» [16+].  
10.50, 12.15, 17.00 «Информационный канал», [16+].  
15.15 «Давай поженимся!» [16+].  
16.05 «Мужское/Женское», [16+].  
18.00 Вечерние новости.  
18.40 «Человек и закон» [16+].  
19.45 «Поле чудес», [16+].  
21.00 «Время».  
21.45 «Голос». Прямой эфир. [12+].  
23.50 Матадор. [16+].

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России».  
09.00, 14.30, 21.15 «Вести». Местное время.  
09.55 «О самом главном», [12+].  
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести».  
11.30, 17.30 «60 минут», [12+].  
14.55 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым», [12+].  
16.30 «Прямой эфир», [16+].  
21.30 «Удивительные люди. Новый сезон», [12+].  
23.55 Х/ф «Тарас Бульба» [16+].  
02.00 46 Московский Международный кинофестиваль. Торжественное открытие.  
03.15 Т/с «Версия» [16+].

НТВ

04.50 Т/с «Легавый» [16+].  
06.30 «Утро. Самое лучшее», [16+].  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня».  
08.25, 10.35 Т/с «Пес» [16+].  
13.25 «Чрезвычайное происшествие», [16+].  
14.00 «Место встречи», [16+].  
16.50 «ДНК», [16+].  
17.55 «Жди меня», [12+].  
20.00 Т/с «Горячая точка» [16+].  
23.15 «Своя правда», [16+].  
01.10 «Квартирный вопрос».  
02.10 «Агентство скрытых камер», [16+].  
03.10 Х/ф «Любовь под грифом «Совершенно секретно» [16+].

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 02.30 «Самые шокирующие

гипотезы», [16+].  
06.00 «С бодрым утром!» [16+].  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости», [16+].  
09.00 «Документальный спецпроект», [16+].  
10.00, 15.00 «Засекреченные списки», [16+].  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым», [16+].  
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112», [16+].  
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным», [16+].  
14.00 «Невероятно интересные истории», [16+].  
17.00 «Главные тайны мира», [16+].  
20.00 Х/ф «Великий уравнилель 2» [16+].  
22.25 Х/ф «Грабление в ураган» [16+].  
00.20 Х/ф «Афера под прикрытием» [18+].

Домашний

06.30 «По делам несовершеннолетних», [16+].  
07.30, 05.00 «Давай разведемся!» [16+].  
08.30, 03.20 «Тест на отцовство», [16+].  
10.40, 23.55 Д/ф «Понять. Простить» [16+].  
11.45, 01.00 Д/ф «Порча» [16+].  
12.55, 02.00 Д/ф «Знахарка» [16+].  
13.30, 02.25 Д/ф «Верну любимого» [16+].  
14.05, 02.55 Д/ф «Голоса ушедших душ» [16+].  
14.40 Д/ф «Порочные связи» [16+].  
19.00 Х/ф «Формула женской дружбы» [16+].  
23.25 «Уютное утро», [16+].  
05.50 Х/ф «Слабое звено» [16+].

Русский роман

11.30 Х/ф «Никогда не разговаривай с незнакомками».  
14.55 Х/ф «Осенний лист».  
16.30 Х/ф «Право последней ночи».  
18.15 Х/ф «Ящик Пандоры».  
21.40 Х/ф «Непредвиденные обстоятельства».  
01.00 Х/ф «Срок давности».  
04.25 Х/ф «Мой милый найдешь».  
07.50 Х/ф «Близко к сердцу».

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» [16+].  
05.25, 05.40, 06.15, 06.55 Т/с «Акватория» [16+].  
07.40, 09.30, 09.55, 10.55, 11.55 Т/с «В июне 41-го» [16+].  
08.25 «Новая» [12+].

13.30, 14.25, 15.25, 16.25, 17.30 Т/с «Морские дьяволы-3» [16+].  
18.00, 18.55, 19.45, 20.35, 21.25, 22.15 Т/с «След» [16+].  
23.10 «Светская хроника» [16+].  
00.10, 00.55 «Они потрясли мир» [16+].  
01.45 Т/с «Условный мент-2» [16+].  
02.30, 03.10, 03.50, 04.30 Т/с «Условный мент-3» [16+].

МАТЧ!

08.00, 17.00 Игра миллионов. [12+].  
08.30 Большой хоккей. [12+].  
09.00, 12.00, 14.55, 16.55, 05.15 Новости.  
09.05, 17.30, 22.30, 01.55 Все на Матч! [12+].  
12.05 Небесная грация.  
12.25 Профессиональный бокс. Костя Цзю против Джесси Джеймса Лейха. [16+].  
13.00 Профессиональный бокс. Артуро Гати против Флойда Мейвезера. [16+].  
13.35, 21.30 Футбол. Еврокубки. Обзор. [6+].  
14.35 Лица страны. Максим Опалев. [12+].  
15.00 Есть тема! [12+].  
16.25 Автоспорт G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Крепость Грозная». [6+].  
18.30 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина.  
23.15 Смешанные единоборства. АСА. Олег Борисов против Павла Витрука.  
02.55 Формула-1. Гаснут огни. [12+].  
03.25 Самбо. Гран-при. [12+].  
04.45 Рецепт Тура. [6+].  
05.20 Плавание. Чемпионат России.  
07.00 Дзюдо. Фонбет Первенство России. [12+].

ЦЕНТР

06.00 «Настроение» [12+].  
08.15 Х/ф «Детектив на все руки» [12+].  
10.10, 11.50, 12.30, 15.00 Х/ф «Детектив на все руки» [16+].  
11.30, 14.30, 17.50 «События» [16+].  
14.50 «Город новостей» [16+].  
16.55 «Актёрские драмы» [16+].  
18.10 Т/с «Котов обижать не рекомендуются» [12+].  
20.00 Х/ф «Вишенка на торте» [12+].  
22.00 «В центре событий» [16+].  
23.05 «Приют комедиантов» [12+].  
00.35 Х/ф «Тонкая штука» [16+].  
02.05 «Петровка, 38».  
02.20 Д/ф «Актёрские судьбы. Тайные аристократы» [12+].  
03.00 Д/ф «Александр Лазарев и Светлана Немоляева. Испытание верностью» [16+].  
03.45 Х/ф «Женщина в зеркале» [16+].

СУББОТА 20 апреля

Первый

06.00 «Доброе утро», [12+].  
09.00 «Умницы и умники», [12+].  
09.45 «Слово пастыря».  
10.00, 12.00 Новости.  
10.15 «Наше все», [12+].  
11.05 «Проют».  
12.15 «Поехали!» [12+].  
13.10 Х/ф «Ширли-Мырли» [16+].  
15.50 «Ералаш». Детство строгого режима. [12+].  
16.50 «Я люблю мою страну».  
18.00 Вечерние новости.  
18.20 «Эксклузив», [16+].  
19.10 «Золотой век» Зои Богуславской. [12+].  
20.05 «Кто хочет стать миллионером?» [12+].  
21.00 «Время».  
21.35 Клуб Веселых и Находчивых. Высшая лига. [16+].  
23.50 Д/ф «Мечта Рубина» [18+].  
01.15, 02.00, 02.45, 03.30, 04.15, 05.00 «Подкаст. Лаб». [16+].

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России». Суббота.  
08.00 «Вести». Местное время.  
08.20 Местное время. Суббота.  
08.35 «По секрету всему свету».  
09.00 «Формула еды», [12+].  
09.25 «Пятеро на одного».  
10.10 «Сто к одному».  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести».  
11.50 «В кругу друзей».  
12.50 «Доктор Мясников», [12+].  
14.50 «Парад юмора», [16+].  
17.50 «Привет, Андрей!» [12+].  
21.00 Х/ф «Полевых цветов букет» [16+].  
00.35 Х/ф «Идеальный брак» [12+].  
04.10 Х/ф «Муж счастливой женщины» [12+].

НТВ

04.50 Т/с «Легавый» [16+].  
06.20 «Жди меня», [12+].  
07.20 «Смотр».  
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня».  
08.20 «Поедем, поедим!» [16+].  
09.20 «Едим дома».  
10.20 «Главная дорога», [16+].  
11.00 «Живая еда с С. Малоземовым», [12+].  
12.00 «Квартирный вопрос».  
13.00 «Секрет на миллион». Тайны жен Футболистов. [16+].

15.00 «Своя игра».  
16.20 «ЧП. Расследование», [16+].  
17.00 «Следствие вели...» [16+].  
19.00 «Центральное телевидение», [16+].  
20.20 «Ты не поверишь!» [16+].  
21.20 «Звезды», [16+].  
23.10 «Международная пилорама», [18+].  
00.00 Захар Прилепин. «Уроки русского», [12+].  
00.40 «Квартирник. НТВ у Маргулиса». Группа «Аффинаж». «Русские песни» с оркестром народных инструментов «Терема», [16+].  
02.50 «Агентство скрытых камер», [16+].  
03.20 Х/ф «Любовь под грифом «Совершенно секретно», 2» [16+].

РЕН-ТВ

05.00, 02.55 «Самые шокирующие гипотезы», [16+].  
07.00 «С бодрым утром!» [16+].  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости», [16+].  
09.00 «Минтранс», [16+].  
10.00 «Самая полезная программа», [16+].  
11.00, 13.00 «Военная тайна», [16+].  
15.00 «Собез», [16+].  
17.00 «Документальный спецпроект», [16+].  
18.00 «Засекреченные списки», [16+].  
19.00 «Доброэфире», [16+].  
20.00 Х/ф «2012» [16+].  
23.00 Х/ф «Волна» [16+].  
01.05 Х/ф «Разлом» [16+].

Домашний

06.30 Х/ф «Слабое звено» [16+].  
09.45 «Уютное утро», [16+].  
10.15 Х/ф «Бородатый няня» [16+].  
14.40 Х/ф «Спаси Анну» [16+].  
19.00 Т/с «Великолепный век» [16+].  
23.55, 06.00 Х/ф «Сильная женщина» [16+].  
03.45 Д/ф «Порочные связи» [16+].

Русский роман

10.50 Х/ф «Тешины блины».  
14.10 Х/ф «День Святого Валентина».  
17.55 Х/ф «Горничная».  
01.00 Х/ф «Не свадебное путешествие».  
02.40 Х/ф «Четыре кризиса любви».  
04.20 Х/ф «Прощание славянки».  
05.55 Х/ф «Муж на час».  
08.55 Х/ф «Подлец».

5 канал

05.00, 05.10, 05.50, 06.30, 07.15, 08.10, 10.05, 11.00, 11.50, 12.45, 13.40, 14.35, 15.25, 16.20, 17.15, 18.05, 19.00 Т/с «Условный мент-3»

[16+].  
09.00 «Страна советов» [16+].  
09.30 «Новая» [12+].  
19.50 Т/с «Условный мент-3» [18+].  
20.40, 21.35, 22.20, 23.10 Т/с «След» [16+].  
00.00 «Известия. Главное» [16+].  
01.05 «Светская хроника» [16+].  
02.10, 03.00, 03.55, 04.45 Т/с «Прокурорская проверка» [16+].

МАТЧ!

08.00 Профессиональный бокс. Ночь чемпионов IBA. Артем Суленков против Майкла Хантера. [16+].  
09.00, 12.05, 05.15 Новости.  
09.05, 15.30, 18.00, 20.30, 01.55 Все на Матч! [12+].  
12.10 Д/ф «Лионель Месси. Величайший».  
13.25 Профессиональный бокс. Лига ставок. Ночь чемпионов IBA.  
02.55 Футбол. Чемпионат Германии. «Айнтрахт» (Франкфурт) - «Аугсбург», [6+].  
04.55 Небесная грация.  
05.20 Плавание. Чемпионат России.  
07.00 Дзюдо. Фонбет Первенство России. [12+].

ЦЕНТР

06.55 «Православная энциклопедия» [6+].  
07.20 Х/ф «Котов обижать не рекомендуются» [12+].  
09.05 Х/ф «Вишенка на торте» [12+].  
10.55 «Просто & вкусно» [6+].  
11.30, 14.30, 23.30 «События» [16+].  
11.45 «Смешите меня семеро» [16+].  
12.50 «Москва резиновая» [16+].  
13.15, 14.45 Х/ф «Судьба по книге перемены» [12+].  
17.20 Х/ф «Уловки разума» [12+].  
21.00 «Постскриптум» [16+].  
22.05 «Право знать!» [16+].  
23.40 Д/ф «Кровавый пантеон Украины» [16+].  
00.25 «Тайная комната. Йозеф Геббельс» [16+].  
01.15 «Красная линия Черного моря», [16+].  
01.40 «Хватит слухов!» [16+].  
02.05 «Актёрские драмы. Покорить Москву» [16+].  
02.45, 03.25, 04.05, 04.45 «Актёрские драмы» [16+].

ВОСКРЕСЕНЬЕ 21 апреля

Первый

06.00, 10.00, 12.00 Новости.  
06.10, 00.10, 01.40, 02.25, 03.10, 03.55, 04.30 «Подкаст. Лаб», [16+].  
06.55 «Играй, гармонь любимая!» [12+].  
07.40 «Часовой», [12+].  
08.10 «Здоровье», [16+].  
09.20 «Мечталлион». Национальная лотерея. [12+].  
09.40 «Непутевые заметки» [12+].  
10.15 «Играем свадьбу!» [12+].  
11.05 «Жизнь других», [12+].  
12.15 «Повара на колесах», [12+].  
13.10 «Видели видео?».  
14.00 Х/ф «Вор» [16+].  
15.50 «Большая история», [16+].  
17.15 «Глобальное большинство». Башар Асад. [16+].  
18.00 Вечерние новости.  
19.00 Три аккорда. Новый+.  
21.00 «Время».  
23.00 «Что? Где? Когда?» [16+].  
00.55 Подкаст. Лаб. [18+].

РОССИЯ 1

06.05, 01.05 Х/ф «Несмешная любовь» [12+].  
08.00 Местное время. Воскресенье.  
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым».  
09.25 «Утренняя почта с Николаем Басковым».  
10.10 «Сто к одному».  
11.00, 17.00 «Вести».  
12.00 «Большие перемены».  
13.00 Х/ф «С небес на землю» [12+].  
17.50 «Песни от всей души», [12+].  
20.00 «Вести недели».  
22.00 «Москва. Кремль. Путин».  
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым», [12+].

НТВ

04.50 Т/с «Легавый» [16+].  
06.30 «Центральное телевидение», [16+].  
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня».  
08.20 «У нас выигрывают!» [12+].  
10.20 «Первая передача», [16+].  
11.00 «Чудо техники», [12+].  
12.00 «Дачный ответ».  
13.00 «НашПотребНадзор», [16+].  
14.00 «Однажды», [16+].  
15.00 «Своя игра».

16.20 «Человек в праве с А. Куницыным», [16+].  
17.00 «Следствие вели...» [16+].  
18.00 «Новые русские сенсации», [16+].  
19.00 Итоги недели.  
20.20 «Маска. Новый+».  
00.00 «Звезды сошлись», [16+].  
01.35 «Основано на реальных событиях», [16+].  
03.10 Х/ф «Любовь под грифом «Совершенно секретно», 3» [16+].

РЕН-ТВ

05.00, 23.55 «Самые шокирующие гипотезы», [16+].  
07.00 «С бодрым утром!» [16+].  
08.30, 12.30 «Новости», [16+].  
09.00 «Самая народная программа», [16+].  
09.30 «Знаете ли вы, что?» [16+].  
10.30 «Наука и техника», [16+].  
11.30 «Легенды и мифы», [16+].  
13.00 «Неизвестная история», [16+].  
14.00 Х/ф «Пылающее море» [16+].  
16.00 Х/ф «2012» [16+].  
19.05 Х/ф «Сердце из стали» [16+].  
21.10 Х/ф «Темная башня» [16+].  
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком», [16+].

Домашний

06.30 Х/ф «Сильная женщина» [16+].  
10.15 «Пять ужинов», [16+].  
10.30 Х/ф «Ее секрет» [16+].  
14.35 Х/ф «Единственная моя» [16+].  
19.00 Т/с «Великолепный век» [16+].  
23.20 Х/ф «Слабое звено» [16+].  
03.10 Д/ф «Порочные связи» [16+].

Русский роман

10.25 Х/ф «Я тебя никогда не забуду».  
12.00 Х/ф «Поездка за счастьем».  
15.25 Х/ф «От печали до радости».  
19.00 Х/ф «Маша».  
20.45 Х/ф «Крупногабаритные».  
22.20 Х/ф «Право на любовь».  
01.45 Х/ф «Завтрак в постель».  
05.05 Х/ф «Мое сердце с тобой».  
08.10 Х/ф «Карнавал по-нашему».  
09.40 Х/ф «Ошибки любви».

5 канал

05.00, 05.40 Т/с «Прокурорская проверка» [16+].  
06.30, 07.15, 08.00, 08.55, 09.45, 10.40, 11.30, 12.20, 13.15, 14.15, 15.05, 16.00,

16.55, 17.50, 18.45, 19.40, 20.35, 21.25, 22.20, 23.20 Т/с «Наш спецназ» [16+].  
00.15, 00.55 Т/с «Крепкие орешки» [16+].  
01.40, 02.30, 03.20, 04.05 Т/с «Наркомовский обзор» [16+].

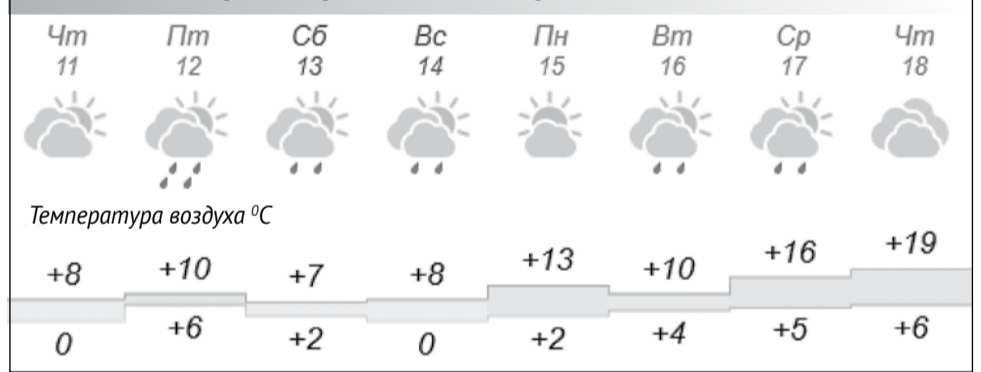
МАТЧ!

08.00 Профессиональный бокс. Тим Цзю против Карлоса Окампо. [16+].  
09.00, 12.05, 15.00, 05.15 Новости.  
09.05, 15.05, 17.50, 21.30, 01.40 Все на Матч! [12+].  
12.10 Д/ф «Дэвид Бекхэм. Одиозный».  
13.40 Матч! Парад. Лучшие голы. [6+].  
14.10 Вы это видели. [12+].  
15.55 Мини-футбол. ПАРИ-Суперлига. «Торпедо» (Нижегород) - «Ухта».  
18.30 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина.  
22.15 Футбол. Мир. Российская Премьер-лига. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - «Спартак» (Москва).  
00.30 После футбола с Г. Черданцевым. [16+].  
02.25 Футбол. Журнал Лиги чемпионов. [6+].  
02.55 Футбол. Чемпионат Германии. «Унион» - «Бавария», [6+].  
04.55 Лица страны. Максим Опалев. [12+].  
05.20 Легкая атлетика. Мировой континентальный тур. [6+].  
07.00 Дзюдо. Фонбет Первенство России. [12+].

ЦЕНТР

06.20 Х/ф «Похищенный» [12+].  
07.50 Х/ф «Уловки разума» [12+].  
11.30, 00.35 «События» [16+].  
11.50 «Наша смешная жизнь» [16+].  
12.40 Х/ф «Тонкая штука» [16+].  
14.30, 05.30 «Московская неделя» [12+].  
15.00 «Дорогие товарищи. Дело манекенщицы» [16+].  
15.55 «Русские тайны. Эликсир бессмертия» [16+].  
16.40 90-е. «Крыша» для артиста [16+].  
17.35 Х/ф «Некрасивая подружка» [12+].  
21.55, 00.50 Х/ф «Елена и капитан» [12+].  
01.45 «Петровка, 38».  
01.50 Х/ф «Судьба по книге перемен» [12+].  
04.50 Д/ф «Евгений Весник. Обмануть судьбу» [12+].

Предварительный прогноз погоды



16 апреля исполняется 25 лет, как не стало с нами нашего родного человека **Сергея Павловича ЩУКИНА**. Ушёл из жизни ты слишком рано, Никто не мог предположить... А в памяти всегда ты с нами. Просим всех, кто знал и помнит Сергея, помянуть его в этот скорбный день добрым словом. **Сестра, жена, дети, внуки**

**Ангел**  
8-909-702-55-50  
ПОХОРОНЫ  
ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ ЗАЛА ПРОЩАНИЯ - БЕСПЛАТНО  
ПАМЯТНИКИ  
СКИДКИ  
РАССРОЧКА.  
Кушва, ул. Октябрьская, 2  
8-909-702-55-50  
В.Тура, ул. Иканина, 88  
8-950-654-29-85

16 апреля исполняется 3 года, как не стало **ВАЛИУЛЛИНА Нурислама Рафисовича**. Кто знал его, помяните добрым словом. **Родной брат и братья**



Официально

## Офис «ЭнергосбыТ Плюс» в Верхней Туре переедет на новое место

С 15 апреля компания «ЭнергосбыТ Плюс» начнет принимать клиентов в Верхней Туре по новому адресу: ул. Машиностроителей, д. 1. Современный офис продаж и обслуживания клиентов «ЭнергосбыТ Плюс» откроется в удобном для жителей месте - рядом с городским сквером, в шаговой доступности от остановок транспорта.



Просторный клиентский зал расположится на первом этаже. Офис будет обслуживать физических лиц с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00 часов, обеденный перерыв - с 12.00 до 13.00. Прежний офис на ул. Машиностроителей, д. 18, будет принимать клиентов до 11 апреля включительно.

«ЭнергосбыТ Плюс» напоминает, что для удобства клиентов работают дистанционные каналы, которые позволяют оплачивать услуги без комиссии, получать консультации специалистов и передавать показания, не выходя из дома: «Личный кабинет» на сайте [www.ekb.esplus.ru](http://www.ekb.esplus.ru) и мобильное приложение «ЭнергосбыТ+», доступное в Google play и AppStore.

Клуб садоводов-огородников

## Дорога ложка к обеду

Не пускает нас нынче апрель в огород: только-только стаял снег, как опять посыпались с неба пушистые хлопья. Сердце садовода уже рвётся на заветные соточки: самое время обрезать, белить... И гладиолусы уже почищены, и рассада всевозможная вовсю колосится на окнах, а до сада-огорода ещё не всякий доберётся. У одних - снег да лёд, у других - глубокие лужи, у третьих - жирно чавкающая грязь.

Не огорчайтесь! Это время можно провести с пользой, назло непогоде! Приглашаем в библиотеку, где в читальный зал поступил мартовский выпуск журнала «Приусадебное хозяйство», большая подборка публикаций которого адресовано садоводам - огородникам Урала.

• **План обработок сада на сезон:** сколько раз, когда и чем опрыскивать плодовые деревья и кусты (хим - и биопрепаратами);

• **Как улучшить вкус и повысить продуктивность малины?** Несложные приёмы и советы;

• **Американская жимолость:** суперновинки 2024 года - обзор очень привлекательных сортов, сладких и крупноплодных;

• **Садовая земляника в вопросах и ответах:** о новых перспективных сортах, оптимальной схеме и времени посадки, подкормках и мн. др.;

• **10 НЕ, о которых нужно помнить при обрезке:** невероятно нужная и актуальная информация, особенно для начинающих, неуверенных и «сердобольных» садоводов;

• **Найти свой сорт:** о лучших рейтинговых сортах помидоров (не новинки, но надёжные сорта);

• **Огурцы: ветвление как явление.** О формировании куста гибридов со слабым и сильным ветвлением;

• **За что мы уважаем белорусскую бульбу?** Обзор новых сортов картофеля от белорусских селекционеров - «Десятка», «Боярский» и «Мастак»;

• **Всё о рассаде пасленовых: таблица - шпаргалка** о баклажане, картофеле (из семян и глазков), перце (остром и сладком), помидорах и физалисе. Обратите, пожалуйста, особое внимание на графы «Досветка фитолампами: часы в день», «Особенности полива» и «Меры против вредителей» профилактика и лечение в начальной стадии»;

• **Панацея в огороде: об агротехнике лекарственных растений** - эхинацея, таволга, календула и др., плюс рецепты настоев, отваров и их предназначение;

• **Темпераментная целозия вне конкуренции:** о ярком и эффектном однолетнике (целозия гребенчатую ещё называют «петушком») - идеальном цветке для жаркого лета, которое нам сулят метеорологи;

• **Клещевина:** красивая, но ядовитая.

Мартовское приложение к журналу - «Цветы в саду и дома» - посвящено редким луковичным и клубнелуковичным первоцветам. Даже их перечисление звучит интригующе и многообещающе: Бельвалия римская, Бримера аметистовая, Эрантис (весенник), Брандушка (Бульбокодиум), Мерендера, Геоцинтоидес, Лук странный и др.

Заинтересовались? Приходите в читальный зал!

**Елена ТУГОЛУКОВА, зав. отделом обслуживания МБУК «Центральная городская библиотека им. Ф. Ф. Павленкова»**

Выставка

## Когда оживает гипс

В читальном зале Библиотеки им. Ф. Ф. Павленкова с 25 марта по 25 апреля экспонируется выставка-продажа гипсовых изделий «Весенняя ярмарка» из цикла «Талантливый читатель».

Семью Носаревых - маму Оксану Александровну с дочкой Аней - дебютантами не назовёшь: уже в который раз выставляют они свои работы в библиотеке, осваивая всё новые и новые технологии. Их умелым рукам подвластно многое: изделия из полимерной смолы, мыловарение, броши...

На этот раз, представлены изделия из гипса:



скульптурки, вазы, ключницы, шкатулки, подносы скомпонованы в небольшие композиции и дополнены сухоцветами, ароматизированными свечами, мылом. Сдержанная цветовая гамма придаёт изделиям особое благородство. Цены - от 100 до 900 рублей. Приходите, поглядите, может, что-то понравится и приживётся в вашем доме кусочек весеннего настроения.

**Елена ТУГОЛУКОВА, зав. отделом обслуживания МБУК «Центральная городская библиотека им. Ф.Ф. Павленкова»**

2024 - Год семьи

## Хоккей - это семейный спорт!

«4 Чего стоят только выпускники «Молнии», объединившиеся во взрослую команду, это Виталий Закиев, Тимур Идиятуллин, Николай Наумов и многие другие ребята, которые считаются сильнейшими игроками по Кушве, Красноуральску, Нижнему Тагилу, где составляют костяк команды «Кристалл», играющей на областном уровне».

Беседуя с родителями юных хоккеистов, начинаешь понимать, что успех верхнетуринского хоккея - это отличный тренерский состав плюс заинтересованные родители, такие, как Иван и Ирина Кудрявцевы, которые не жалеют ни сил, ни времени, ни средств на развитие своих детей.

Хоккей очень дорогой вид спорта! Сегодня необходимую экипировку Кудрявцевы покупают только сыновьям, София на полном обеспечении команды «Авто-Спартаковец». На все игры родители едут с детьми, постоянно находят дополнительные возможности для их развития. Например, прошлым летом по собственной инициативе Кудрявцевы съездили в Сочи на спортивные сборы, которые проводил один из тренеров НХЛ Макс Иванов. Совместили отдых и тренировки, которые стоили немалых денег.

Себя родители также поддерживают в отличной спортивной форме. Ирина занимается йогой, ходит на растяжку. Иван мастер спорта по боксу, участвует в спаррингах, которые проходят в соседних городах. Его часто приглашают на турниры по боксу в качестве судьи. Три года назад, чтобы быть с детьми на одной волне, Иван тоже встал на коньки, чего не делал с юности. Купил форму и в нынешнем сезоне играл в хоккей составе команды «Молния 40+», а летом он постоянный игрок сборной команды города по футболу.

Еще один член семейной команды, собака породы акита ину по кличке Аки, является «кандидатом в мастера спорта» по футболу. На ее счету четыре прокушенных мяча!

«Мы очень сплоченная семья, - говорит Ирина. - Всегда и везде стараемся быть вместе - и в поездках, и дома. Любим по выходным дням, когда не нужно никуда ехать, вместе посмо-



треть интересный фильм или хоккейный матч. А потом дружно его обсуждать. Каждый год ездим семьей на отдых - в Египет, Турцию, Крым, чтобы набраться сил перед новым спортивным сезоном.

Если бы у детей не сложилось с хоккеем, мы бы нашли им другое занятие по душе, - продолжает Ирина. - Но все оказались со спортивным характером, чему мы очень рады. От хоккея мы видим только положительные моменты. Дети стали меньше болеть, стали более организованными, ответственными, у них нет времени сидеть часами в Интернете, потому что каждый день тренировки, учеба, которой мы также уделяем большое внимание. А сколько у нас появилось друзей, благодаря спорту!

Все, что мы сегодня вкладываем в детей, в дальнейшем обязательно станет фундаментом их счастливой жизни!»

**Ирина АДЮШЕВА**  
Фото из архива семьи Кудрявцевых



## &amp; Доска объявлений &amp;

**ПРОДАМ  
разное**

► Картофель, свёклу, морковь. Тел. 8-912-600-44-37.

► Кур-несушек, кур-молодок. Комбикорма. Доставка. Тел. 8-908-908-63-13.

► Телят, бычков любой возрастной. Сено в рулонах. Тел.: 8-904-984-00-33.

**УСЛУГИ**

► Акриловое покрытие ванн. Срок службы 15 лет. Тел. 8-906-812-88-48.

► Выполняем любые сантехнические работы. Тел.: 8-904-173-28-44.

► Ремонт бытовой техники, стиральных машин, водонагревателей, пылесосов, микроволновых печей, холодильников и др. Тел. 8-904-54-58-773 Максим.

► Строим дома из бруса 6х6, 780 тыс. руб. в эту сумму входит фундамент, коробка, кровля, пол, потолок

+ работа. Любые размеры. Договор в срок. Тел. 8-982-736-28-98.

► Выполняем общестроительные работы. Строительство, поднятие домов, дворов, замена венцов, крыш, кровля. Бетонирование, сайдинг. Строительство заборов. Демонтаж. Возможно из наших материалов. Пенсионерам скидка. Тел. 8-900-033-70-43.

► Строим дома, бани, крытые дворы. Кладка, штукатурка. Сайдинг, заборы, крыши, кровля. Поднимаем дома, замена старых венцов. Демонтаж, вывоз мусора. Тел. 8-912-296-83-53.

► Выполняем любые строительные и отделочные работы. Возможно из наших материалов. Пенсионерам скидка. Тел. 8-900-033-70-43.

► Демонтаж дома, бани, сарая, стен, полов. Вывоз мусора. Планировка дома, гаража. Тел. 8-912-640-33-93.

**Улыбнись...**

Собрался мужик на рыбалку, а жена ему:

- Одевайся теплее!  
- Ты сбрендил? Лето на дворе!

- Ну, в прошлые выходные ты пьяный принес мороженую рыбу, я подумала, что ты на север рыбачить летаешь...

\*\*\*\*\*  
Лет через 50...

- Смотри, что я придумал! Просто нажимаешь кнопку на стене и свет тихо включается или выключается! И не надо орать «Алиса, включи свет».

\*\*\*\*\*  
- Как говорится, у нас две

беды: дураки и...

- Сейчас модно говорить не «дураки», а «энтузиасты».  
- Ага, у нас теперь две беды - энтузиасты и рельеф.

\*\*\*\*\*  
Женский глаз имеет уникальнейшую структуру строения. Он с пяти метров способен увидеть чужой женский волос на одежде

мужчины. Но при этом он в упор не видит края гаражных ворот!

\*\*\*\*\*  
- Ты не находишь, что огуречная маска очень помогает мне улучшить внешний вид?

- Конечно, дорогая... Я вот только не пойму, зачем ты ее снимаешь???

**ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ**

ТАПОУ СО "Верхнетуринский механический техникум"

в ГАПОУ СО "Верхнетуринский механический техникум" для школьников и родителей

- расскажем об условиях приемной кампании;
- представим все профессии и специальности;
- познакомим с представителями предприятий.

**20 апреля в 12:00**

**ВНИМАНИЕ!**  
В учреждении действует пропускной режим. Вход только по паспорту.

**АЛЬТЕРНАТИВА**

**КАБИНЕТ УЗИ**

ТЕЛ. 8(912)650-25-24

ЗАПИСЬ С 9.00 ДО 19.00, БЕЗ ВЫХОДНЫХ,  
WWW.USIALTERNATIVA.COM

г. КУШВА, УЛ. КОММУНЫ, 76

**ПРОВОДИТСЯ ОТБОР ГРАЖДАН**

от 18 до 65 лет, для заключения контракта сроком на 1 год, 3 года, 5 лет.

**Ежемесячные выплаты в зоне СВО от 210 000 рублей.**

При заключении контракта в Свердловской области выплачивается единовременная выплата 300 000 рублей.

**СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ**

ДОСТОЙНЫЙ ВЫБОР ПАТРИОТА!

- СТАБИЛЬНОСТЬ
- САМОРЕАЛИЗАЦИЯ
- ДОСТОЙНЫЙ УРОВЕНЬ ЖИЗНИ
- ВЫСОКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ СТАТУС

**Социальные льготы и гарантии:**

- бюджетные места для обучения детей в вузах;
- бесплатный отдых детей в летних оздоровительных лагерях;
- единые дополнительные выплаты, льготы и гарантии субъектов Российской Федерации для военнослужащих по контракту
- статус ветерана боевых действий;
- кредитные и налоговые каникулы;
- возможность быстрого приобретения жилья, за счет Минобороны России через накопительно-ипотечную систему;
- за будущими контрактниками бронируются рабочие места;
- служебное жилье или компенсация за найм жилья;
- бесплатное обследование и реабилитация в военно-медицинских учреждениях;
- страхование жизни и здоровья за счет федерального бюджета;
- право на льготную пенсию после 20 лет службы;
- 2-недельный оплачиваемый отпуск, 2 раза в год;
- обеспечение вещевым имуществом;
- компенсация расходов на оплату жилых помещений в размере 50%.

Обращаться в военно-учетный стол  
г. Верхняя Тура, ул. Иканина, 77, (каб. 407)  
тел. 8 (34344) 2- 82-90 доб.127.

**Открыт набор профессионалов и учеников на АО «Святогор»**

Администрация общества «Святогор»

- Водитель автомобиля КАМАЗ
- Водитель бульдозера
- Слесарь-электрик
- Слесарь-ремонтник
- Бункеровщик
- Конвертерщик
- Аппаратчик
- Электросварщик
- Электрогазосварщик
- Такелажник
- Электромонтер
- Машинист экскаватора
- Водитель погрузчика
- Машинист ПДМ
- Водитель автобуса
- Слесарь КИПиА
- Стропальщик
- Газорезчик
- Электромонтажник
- Котельщик

**МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:**

- ✓ Бесплатную доставку на работу с г. Кушва, г. Верхняя Тура
- ✓ Бесплатную спецодежду и СИЗ
- ✓ Полный социальный пакет
- ✓ Скидку 10% по топливной карте «Газпром»

**СДЕЛАЙ ШАГ В ДОСТОЙНОЕ БУДУЩЕЕ!**

НАШ АДРЕС: г. Красноуральск, ул. Ленина, д. 1, каб. 104

ПОЗВОНИ НАМ: ПОЛНЫЙ СПИСОК ВАКАНСИЙ:

+7-912-264-31-48  
+7-919-360-17-83  
+7-912-264-13-77

Виктория Вдовина  
Евгения Яроцкова  
Диана Плотникова

**19 АПРЕЛЯ** (в пятницу) и далее каждую пятницу с 12 до 13 часов на рынке, ул. Иканина, 92-а.

**СОСТОИТСЯ ПРОДАЖА**

- КУР-НЕСУШЕК;
- КУР-МОЛОДОК;
- ДОМИНАНТОВ.

С ведущих птицефабрик Урала.

**БУРЕНИЕ СКВАЖИН,**

**продажа и монтаж насосов. Рассрочка.**

**Возможно бурение малогабаритной буровой установкой**

Тел. 8-912-65-99-495,  
8-953-001-41-01,  
8 (34344) 2-84-36,  
8-800-333-19-07 (бесплатный)

**16 апреля с 10 до 16 час.**  
в здании ДЮСШ (ул. Машиностроителей, 16)

**Кировская обувная фабрика**

**«Вахруши»**

- Продажа ОБУВИ из натуральной кожи с расширенной колодкой.
- Принимаем обувь в ремонт.
- Пошив по индивидуальным меркам.

obuv\_iz\_kirova

15 апреля исполнится 5 лет, как нет с нами нашей дорогой и любимой дочери **ПЕТРОВОЙ Марианны.**

После твоего ухода, остались БОЛЬ, ШОК, СЛЁЗЫ, СКОРБЬ... И ПАМЯТЬ...

Пока жива память, ты будешь продолжать жить, жить в наших сердцах!!!

Все, кто знал нашу дочь, просим помянуть добрым словом.

Нашей радостью была, а стала бесконечной болью.

Любимого человека нельзя заменить никем и никогда...

И пусть тебя нет с нами физически, но мы знаем, что ты всё равно рядом.

С нами твоё тепло, твой свет, твоя бесконечная доброта.

Разлуки не бывает... НИКОГДА

Для тех, кому любовь дана в награду  
«Ты в сердце, здесь, а мы с тобой рядом...»  
Нам всем очень не хватает тебя...  
...Если есть в ладони Божьей место,  
Пусть там будет Звёздочка моя!  
Не дожила... Не долетела... Не долюбила... Не смогла...  
Как много в жизни ты хотела...  
Как мало жизнь тебе дала, дочка!  
МЫ ПО ТЕБЕ СКУЧАЕМ!!!

**Любящие родители, братья**