



Нужна модернизация! Где? На фильтровальной станции! Именно она, по мнению специалистов, позволит решить проблему качества водопроводной воды, которая раздражает горожан уже более года. Стр. 2

газета Каменская

№ 5 (415) 29.01.2026
Бесплатно

РИММЕДИА

16+



**ПАНСИОНАТ
“МИЛЫЙ ДОМ”**

Примет на временное и постоянное пребывание людей, нуждающихся в круглогодичном присмотре

Пос. Белоярский; Пос. Гагарский

+7 (912)-204-00-88

**САНТЕХНИЧЕСКАЯ КОМПАНИЯ
“АКВАМАРИН”**

Ул. Шестакова, 21. Тел. 8(3439) 360-460. Пр.Победы, 50. Тел.8(3439) 31-22-10.

Низкие цены. Широкий ассортимент. Качественные услуги.

установка и замена счетчиков воды, радиаторов отопления, замена водоснабжения, мебель для ванных комнат, канализации.

Всегда в продаже ванны, унитазы, смесители, полотенцесушители, мебель для ванных комнат, душевые кабины.

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.

ХАЙТЭК+
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
любой сложности

ФОТООБОИ

·БЫСТРО ·КАЧЕСТВЕННО ·ДОСТУПНО

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

РИММЕДИА

требуется

**МЕНЕДЖЕР
ПО ПРОДАЖАМ**

(реклама), график 5/2

Обращаться по тел. 8-922-138-3229, либо высылайте резюме на почту rimmedia_ku@mail.ru

РОСКОМНАДЗОР

**КАНАЛ «РИМ»:
«22 КНОПКА»
В ПАКЕТЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ВЕЩАНИЯ!**

**Реагируем
Информируем
Модерируем**

ПАНО РИМ ТВ РАМА

БЕЗ МОДЕРНИЗАЦИИ НЕ ОБОЙТИСЬ



С 2024 года горожане обращают внимание на качество водопроводной воды. То цвет не тот, то запах вдруг появляется. И не по всему городу, а там, где для нагрева используется вода с фильтровальной станции Каменска-Уральского. А на станцию она поступает с Нижне-Сысертского водохранилища. По заказу муниципалитета в 2025 году Медицинским научным центром Роспотребнадзора проведены лабораторные исследования проб исходной воды. Они подтвердили: проблема есть и требует комплексного решения. Одной из причин специалисты называют залповые сбросы больших объемов воды в верхнем течении реки, которые косвенно повлияли на водоносные слои самого Нижне-Сысертского водохранилища.

Понятно, что вода из водохранилища проходит через фильтровальную станцию. Напоминаем, что ее исходное качество стало на порядок хуже, то и на очистительном сооружении нужны преобразования, способные справиться с изменившейся ситуацией. Результаты исследований, которые на фильтровальной станции проводятся ежедневно, а то и не раз, показали необходимость модернизации существующих сооружений водоподготовки, внедрения современных технологий очистки. Как вариант, говорят эксперты, с помощью озона и угля. В комплексе с существующими технологиями водоподготовки это даст положительный результат.

И делать это необходимо, хотя бы потому, что горожане устали начищать домашний санфаянс и покупать увеличенные объемы питьевой воды, чтобы избежать неприятного запаха. Мало того, от этой ситуации страдают и те компании, что обеспечивают горожан теплоносителем: при нагреве воды на пластинах теплообменников в котельных стал образовываться налет, внешне напоминающий кашицу кофейного цвета. По этой причине, чтобы обеспечивать полноценную теплоотдачу, теперь пластины приходится ежемесячно мыть.

Елена ШЕРЕМЕТ

БЫТЬ ЛИ «БЕРЕГУ ЧЕМПИОНОВ»?

Горожане уже привыкли к тому, что город в последние 10 лет планомерно преображается. Появляются уютные, комфортные дворы, парки, аллеи и скверы. Спортсмены также не устают радоваться: то здесь, то там открываются новые локации с современным спортивным оснащением. Причем речь вовсе не идет о платных комплексах: зачастую это пространства, куда может прийти каждый желающий тогда, когда ему это удобно, и позаниматься любимым видом спорта. В чем секрет преображения? В совокупном финансировании, когда в появлении нового объекта или трансформации уже имеющегося, финансово принимают участие как федерация, так и регион, и город. На днях общественная комиссия подвела итоги сделанного в 2025 году. Поговорили и о том, что несет с собой год 2026-й. Понятно, что самый главный вопрос: будет ли в нашем городе «Берег чемпионов», проект, за который проголосовали тысячи каменцев.



Итоги года прошлого таковы: создание комфортной среды на Аллее славы и дворовой территории трех многоэтажных домов по улице Карла Маркса и дома по проспекту Победы, 66 Каменск-Уральский провел в рамках государственной программы по формированию современной городской среды. Затраты на благоустройство двора – почти 19 миллионов рублей. 20% денег на обустройство двора внесли собственники домов. Стоимость преображения Аллеи превысила 137 миллионов.

А вот реализация программы формирования комфортной среды в нынешнем году под вопросом. Есть проект «Берег чемпионов». Победитель рейтингового голосования претендовал на победу, но не прошел отбор на федеральном уровне. Муниципалитет, в свою очередь, заинтересован благоустроить «Берег чемпионов», сообщил на комиссии глава города Алексей Герасимов и объяснил причину. «Эта территория – очень перспективная, – высказался по поводу объекта Алексей Алексеевич. – Там рядом и мотогонки проходят, и физкультурный комплекс открытого типа имеется, и стадион, который необходимо приводить в порядок. А главное, что там имеются возможности для строительства жилья». Поэтому проект «Берег чемпионов» по-прежнему в приоритете. В феврале стартует его общественное обсуждение. А весной – рейтинговое голосование.

Екатерина СИДОРОВА

ГАРМОНЬ – ЭТО ВСЕГДА ПРАЗДНИК

Открытый городской фестиваль-конкурс «Уральский виртуоз», посвященный светлой памяти музыканта и композитора Александра Петровича Устьянцева, стал ярким событием культурной жизни Каменска-Уральского. Своим рождением он обязан гармонисту Александру Кичигину, дворцу культуры «Юность» и песенно-танцевальному ансамблю «Росиночка», у колыбели которого много лет тому назад стоял Александр Устьянцев.

Первый день был конкурсным. 88 номеров представили участники: известные гармонисты Среднего Урала, коллективы народного творчества из Каменска, Екатеринбурга, Челябинска, Богдановича, Алапаевского и Каменского районов, студенты Свердловского музыкального училища имени П.И. Чайковского. Музыканты, вокалисты, танцоры продемонстрировали высокий уровень исполнительской культуры. «А иначе и быть не могло», – говорит заслуженный работник культуры РФ Лариса Смоланова.

Гармонисты делились секретами исполнительского мастерства, удивляли наигрышами. А когда со сцены звучали знакомые песни, зрители тут же откликались, подпевая. В зале незримо присутствовал он – виртуоз и композитор Александр Петрович Устьянцев. Так было и на концерте, где свое творчество зрителям дарили гармонисты Сергей Пензин с Владимиром Опариным и ансамбль «Митрофановна». И на выставке, посвященной памяти гармониста золотой десятки России, и на концертной программе «Переливы гармони моей».

Ученик, Александр Кичигин, не подвел своего учителя. Фестиваль «Уральский виртуоз» получил путевку в жизнь и продолжит свой творческий путь дальше.

Василий ОБУХОВ





ИНТЕРЕСНО О РОССИИ...



НЕУДОБНЫЙ ГРАФИК



В России график работы детских садов предложили пересмотреть. Зампред комиссии ОП РФ по демографии, защите семьи, детей и традиционных семейных ценностей Наталья Москвитина заявила, что подобные учреждения должны работать до 20:00, так как нынешний график не соответствует потребностям семей. «Сад должен работать до восьми часов совершенно точно. Это не обязательно должны быть воспитатели на местах, но хотя бы нянячки», – уточнила она в разговоре с РИА Новости. Москвитина пояснила, что проблема актуальна из-за несоответствия режима. Так, детсады закрываются раньше, чем родители освобождаются, а дорога до учреждения также требует времени. Эксперт добавила, что, по ее словам, проблема влияет на рождаемость. Например, семьи с ипотекой и одним ребенком часто не решаются завести второго из-за неудобного графика детских садов.

НОВЫЕ ПРАВИЛА

Авиаперевозчики в России с 1 марта будут обязаны заранее информировать пассажиров об условиях перелета, порядке изменения билета, отказа от перевозки и возврата денежных средств, в том числе в случае болезни или иных вынужденных обстоятельств, рассказал депутат Госдумы Александр Якубовский. По его словам, отдельный блок изменений касается семей с детьми: устанавливается обязанность предоставлять детям до 12 лет и сопровождающим их пассажирам соседние места на борту без дополнительной платы, с четким описанием порядка их предоставления. "Устраивается правовая неопределенность в вопросе вынужденного отказа от перелета. Вводится конкретный критерий задержки рейса более чем на 30 минут от времени, указанного в билете, при котором пассажир имеет право на возврат денежных средств. Одновременно подробно регламентированы обязанности перевозчика по обеспечению пассажиров водой, питанием и размещением при задержках рейсов", – отметил он.



БУДУТ УЧИТЫВАТЬ



Премьер-министр РФ Михаил Мишустин утвердил решение об учете в страховом стаже всех периодов отпуска по уходу за ребенком до полутора лет без ограничения, что позволяет увеличить размер пенсии родителей с пятью и более детьми, сообщили в пресс-службе правительства РФ. По закону в страховой стаж для установления страховой пенсии кроме периодов работы включается время ухода за ребёнком до полутора лет. При этом до 2026 года действовало ограничение – в стаж засчитывался период ухода за каждым ребёнком, но не более шести лет суммарно, что позволяло учитывать уход только за четырьмя детьми, напомнили в правительстве. "Постановлением также уточнен порядок подсчета страхового стажа при рождении двух и более детей в случае многоплодной беременности. Теперь периоды ухода за каждым таким ребенком до полутора лет будут суммироваться с учётом их фактической продолжительности. То есть, если родитель был в отпуске по уходу за близнецами до полутора лет, в страховой стаж ему засчитывается сразу три года", – пояснили в пресс-службе кабмина.

КОРОТКО О ВАЖНОМ...

ИХ ВЫБОР

Анонсированный выход Молдавии из Содружества Независимых Государств (СНГ) подтверждает идею о том, что президент республики Майя Санду и ее соратники действуют в интересах других государств, а не в интересах своей страны и ее граждан, заявила депутат Госдумы, председатель совета АНО "Евразия" Алена Аршинова. Ранее глава МИД Молдавии Михай Попшой сообщил, что ведомство начало необходимые процедуры для полного выхода республики из СНГ. "Власти Молдовы не смогли обеспечить исполнение устава и принципов Содружества. Поэтому анонсированный ими выход из СНГ в целом подтверждает идею о том, что Санду и ее соратники решительно действуют в интересах других государств, а не в интересах Молдовы и ее граждан", – сказала Аршинова. По ее словам, Молдавия, утратив свой суверенитет с приходом Санду к власти и став сюзереном Брюсселя, старается внести разлад в отношения со своими восточными соседями.

ДЛЯ ЗАЩИТЫ...

Функция «Доверенный контакт» поможет защитить аккаунты пожилых на «Госуслугах», рассказали в МВД России. «Если вы хотите дополнительно обезопасить учётную запись пожилого родственника или не уверены, что сможете всегда распознать уловку мошенников, то используйте эту простую функцию», – сообщило ведомство в Telegram-канале. Функция позволяет настроить восстановление пароля через телефон доверенного лица, не давая ему доступа к личному кабинету. Для её подключения в разделе «Безопасность» личного кабинета нужно указать паспортные данные и номер телефона выбранного родственника.

ПОПАЛИ В ЛОВУШКУ

Евросоюз на фоне конфликта из-за Гренландии самостоятельно загнал себя в ловушку, отказавшись от российского газа и попав в энергетическую зависимость от Соединенных Штатов. Об этом пишет Politico, подчёркивая, что изначально американский СПГ задумывался как «безопасная» альтернатива российскому газу. «Однако сейчас это уже не гарантировано, поскольку трансатлантические отношения находятся в кризисе», – говорится в статье. По словам главного аналитика, растущая зависимость ЕС от импорта сжиженного природного газа из США «создала потенциально новую геополитическую зависимость, чреватую высоким риском». Ранее глава РФПИ Кирилл Дмитриев на фоне сообщений об увеличении доли импорта газа в Европейском союзе из Соединенных Штатов задался вопросом, скучает ли Европа по «Северному потоку».



РЕГИОНАЛЬНЫЙ АСПЕКТ

ОБЛАСТНЫЕ ВУЗЫ ГОТОВЯТСЯ К НОВОЙ ПРИЕМНОЙ КАМПАНИИ. ЧТО НОВОГО?

Приемная кампания в вузы Екатеринбурга пройдет в этот раз по новым правилам. Минобрнауки РФ второй год подряд вносит изменения в разгар учебного года. При этом школьникам до 1 февраля нужно выбрать предметы, которые они будут сдавать на ЕГЭ. Власти повысили минимальные баллы, необходимые для поступления в вуз, а по некоторым направлениям изменили перечень вступительных испытаний. Сайт E1 рассказывает подробнее обо всех изменениях в уральских вузах.

УРФУ

В пресс-службе Уральского федерального университета рассказали, что изменения коснулись инженерных специальностей: на многих направлениях физика стала обязательным предметом вместо профильной математики. Так, в УралЭНИН УрФУ теперь нужно сдавать ЕГЭ по физике, чтобы поступить на:

- «электроэнергетику»;
- «теплоэнергетику»;
- «энергетическое машиностроение»;
- «атомные станции».

Изменения затронули и физтех УрФУ. Здесь теперь обязательна физика, а еще нужно сдать или математику, или информатику (это предметы по выбору), чтобы поступить по направлению:

- «электроника и наноэлектроника»;
- «приборостроение»;
- «ядерные физика и технологии».

В ИНМТ УрФУ физика стала необходимой для поступления на направления, связанные с лазерной техникой и оптотехникой. В ИРИТ-РТФ УрФУ – на специальности «радиоэлектронные системы и комплексы», «радиотехника» и другие. «Мы задаемся вопросом: удастся ли найти такое количество абитуриентов, сдавших физику, по всей стране? – предположила директор центра нового приема УрФУ Юлия Попова. – Это серьезная проблема для нынешних выпускников, тем более что физику за полгода выучить невозможно».

УГГУ

В Горном университете не так много изменений. Почти на всех направлениях остались те же предметы по выбору (по некоторым профилям – до пяти предметов), кроме «электроэнергетики и электротехники», теперь, чтобы поступить туда, обязательно нужно сдать ЕГЭ по русскому языку, профильной математике и физике.

УГЛТУ

В Лесотехническом университете со дня на день опубликуют новые правила приема. В пресс-службе вуза рассказали E1.RU, что на большинстве направлений экзамены остались те же. «Мы расширили список индивидуальных достижений, которые дают абитуриентам дополнительные баллы, а значит повысят шансы на поступление», – поделились в УГЛТУ. Кроме того, в новом учебном году в вузе появятся две новых специальности:

- на бакалавриате – «инноватика. Управление инновационной деятельностью»;
- в колледже – «организация перевозок и управление на транспорте (по видам)».

УРГЮУ

В Уральском юридическом изменился практически нет: для всех поступающих остаются обязательными два предмета ЕГЭ – русский язык и обществознание. Третий предмет по выбору зависит от того, куда планирует поступать абитуриент:

- «юриспруденция», «правовое обеспечение национальной безопасности» – история, иностранный язык или информатика;
- «судебная и прокурорская деятельность» – история или информатика.

УРГАУ

В Уральском аграрном университете рассказали, что начнут прием документов 20 июня. В вузе откроют 1010 бюджетных мест, в том числе 30 – за счет средств регионального бюджета для обучающихся колледжа. Есть еще одно новшество: выпускники колледжей и техникумов смогут поступить в вуз только по специальностям, смежным с полученной ими квалификацией.

На направлении «туризм» (профиль «агротуризм») больше не будет бюджетных мест, только платные. Исключительно платно можно поступить и на специальности:

- «экология и природопользование» (профиль «экологическая безопасность»);
- « наземные транспортно-технологические средства» (профиль «технические средства агропромышленного комплекса»).

Зато больше бюджетных мест будет на направлениях:

- «биотехнология» (15 мест);
- «продукты питания животного происхождения» (10 мест);
- «ветеринария» в рамках программ СПО (откроют 60 мест вместо 15).

УРГУПС И УРГЭУ

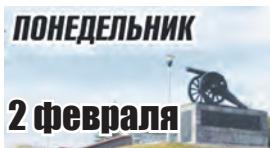
В Уральском университете путей сообщения рассказали E1.RU, что на направлении «электроэнергетика и электротехника» обязательным предметом ЕГЭ стала физика. По выбору можно сдать или математику, или информатику. А вот в экономическом университете изменений в правилах приема в вуз в новом учебном году не будет.

МИНИМАЛЬНЫЕ БАЛЛЫ ЕГЭ ДЛЯ ПОСТУПЛЕНИЯ В ВУЗЫ

Русский язык	40 баллов
Математика профильного уровня	40 баллов
Физика	41 балл
Обществознание	45 баллов
История	40 баллов
Информатика	46 баллов
Иностранный язык	40 баллов
Литература	40 баллов
Биология	40 баллов
География	40 баллов
Химия	40 баллов

По данным Минобрнауки РФ

E1.RU



1

05.00 "Доброе утро" 16+
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Новости 16+
 09.10 "Модный приговор" 0+
 10.00 "Жить здорово!" 16+
 10.45, 11.25, 01.05 Подкаст.
 Лаб 16+
 12.00 Фигурное катание 0+
 13.40, 13.45, 14.15, 16.45,
 17.15, 22.45 "Время покажет"
 16+
 15.00 "Давай поженимся!" 16+
 15.50 "Мужское/Женское" 16+
 18.45 "Большая игра" 16+
 19.50 "Пусть говорят" 16+
 21.00 "Время" 16+
 21.45 Т/с "Капкан на судью" 16+
 00.00 "Время героев" 16+

РОССИЯ 1

05.00 "Утро России" 16+
 09.00, 11.00, 14.00, 16.30,
 20.00 Вести 16+
 09.30 Местное время 16+
 09.55 "О самом главном" 12+
 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+
 12.00, 18.00 "60 минут" 12+
 14.30 Т/с "Райский" 16+
 17.00 "Малахов" 16+
 21.30 Т/с "Омут" 16+
 23.40 "Вечер с В. Соловьевым" 12+



05.00 РИМ ТВ Панорама 16+
 05.30 РИМ ТВ Панорама бизнеса 16+
 05.35 РИМ ТВ Спортивная среда 16+

06.00 Свердловское утро 12+
 08.00 На страже закона 16+
 08.20, 15.00 Патрульный участок 16+
 09.00, 11.00, 21.00, 23.30 "Все говорят об этом" 16+
 10.00, 17.10 Д/ц "Арктика" 16+
 11.30, 01.00 Д/ц "Жизнь замечательных идей" 12+

12.00 О личном и наличном 12+
 13.00, 16.30, 00.00 Д/ц "Куда глаза не глядят" 12+
 13.30 Лекции П. Крашенинникова 12+

14.00 РИМ ТВ Панорама 16+

15.25 Новости ТМК 12+
 15.40 Вестник корпораций 16+
 16.00 Парламентский вестник 16+

18.00 РИМ ТВ Панорама 16+

18.50, 20.45 Новости региона 12+
 20.00, 22.30, 02.00 События 16+

00.30 Д/ф "Влюблённые в Россию" 12+



04.50, 08.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+

06.30 "Утро" 16+

08.00, 10.00, 13.00, 16.00,

19.00, 00.10 "Сегодня" 16+

13.25 "ЧП" 16+

14.00 "Место встречи" 16+

16.45 "За гранью" 16+
 17.50 "ДНК" 16+
 20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
 22.15 Т/с "Ментовские войны" 16+
 00.30 "Ч.Т.Д." 16+
 01.05 Т/с "Феникс" 16+

06.00 М/с "Три кота" 0+
 06.30 М/с "Маша и Медведь" 0+
 09.10 Т/с "Папины дочки" 12+
 12.10 Т/с "Мама будет против" 16+
 19.00 Т/с "Трёшка" 16+
 20.05 Х/ф "Астерикс и Обеликс" 12+
 00.35 Х/ф "Заступник" 16+



06.30 "По делам несовершеннолетних" 16+
 07.25 "Давай разведёмся!" 16+

08.25 "Тест на отцовство" 16+
 10.40, 23.05 "Понять. Простить" 16+

11.45, 00.05 "Порча" 16+
 12.55, 01.05 "Знахарка" 16+
 13.30, 01.30 "Верну любимого" 16+

14.05, 02.00 "Голоса ушедших душ" 16+
 14.40 Х/ф "Требуется мама в семье с тремя детьми" 16+
 19.00 Х/ф "Любить" 16+



08.00 Д/с "Лига в лицах" 12+
 08.30 Д/ц "Магия большого спорта" 12+

08.50 Разговор по существу. Роспотребнадзор 16+

12.05 Разговор по существу. Роспотребнадзор 16+

18.50 Острый вопрос 16+ 12+



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+

06.50, 15.40, 21.40 Спортивная среда 16+
 07.10, 08.50, 09.50, 10.50,

12.50, 14.50, 16.50, 17.15,

20.50, 23.00 Семейная неделя на ТВ 16+

07.40, 09.40, 13.40, 17.05,

21.00, 22.50 Каменский дайджест 16+

07.50, 13.50, 19.50 Разговор по существу. УрГЭУ часть 1 16+

09.20, 12.30, 21.20 Визит 12+

11.50, 17.50, 21.10 Разговор по существу. УрГЭУ часть 2 16+

12.00, 17.00 Вовремя 16+

12.05 Разговор по существу. Роспотребнадзор 16+

18.50 Острый вопрос 16+ 12+



Одежда и обувь для рыболовов и охотников. Доступные цены



07.00, 11.25, 20.00 Т/с "Саша-Таня" 16+
 09.00 "Выжить в Стамбуле" 16+
 15.30 Т/с "Праздники" 16+
 23.00 Х/ф "Отчаянные дольщики" 16+
 00.50 Х/ф "Неприличные гости" 18+



07.00 "Сегодня утром" 12+
 09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
 09.15 Д/с "Ступени Победы" 16+
 11.00 Д/с "Хроника Победы" 16+
 11.30, 13.20 Х/ф "Размах крыльев" 12+
 14.30, 17.10 Т/с "Розыскник" 16+
 17.00 Военные новости 16+
 18.50 "Специальный репортаж" 16+
 19.15 "По горячим следам" 16+
 20.10 "Скрытые угрозы" 16+
 21.00 "Открытый эфир" 16+
 22.45 "Между тем" 12+
 23.15 Х/ф "Забудьте слово "смерть" 12+
 00.55 Х/ф "Голубые дороги" 16+

Пр. Победы, 20

т. +7 (3439) 316-316

Б-р Комсомольский, 38

т. +7 (3439) 399-322

ул. Каменская, 84

т. +7 (3439) 369-236

©

ТРЕБУЮТСЯ:
 ТЕХНИЧЕСКИЙ СМОТРИТЕЛЬ,
 ИНЖЕНЕР ПРОИЗВОДСТВЕННОГО ОТДЕЛА.

Тел. 8 (3439) 396-646

В АО "Горнешлагоустройство"
 ТРЕБУЕТСЯ

ТРАКТОРИСТ

з/п от 50000Р

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

КомЛайн
 ТЕХНИКА УСПЕХА

Компьютер, о котором вы мечтали...

Компьютер, точно выполняющий поставленные задачи...

Это компьютер, который соберут для вас
 специалисты компании «КомЛайн»!

О том, как сделать правильный выбор, о новинках и полезной
 офисной технике мы расскажем подробно в программе
 «Покупай» на канале "РИМ"!

НЕ ПРОПУСТИТЕ! В ЭФИРЕ УЖЕ СО ВТОРНИКА!



ВТОРНИК**3 февраля****1**

05.00 "Доброе утро" 16+
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Новости 16+
 09.05 "Модный приговор" 0+
 09.55 "Жить здорово!" 16+
 10.40, 11.25, 13.45, 14.15,
 16.45, 17.15, 22.45 "Время покажет" 16+

11.40, 18.45 "Большая игра" 16+
 15.00 "Давай поженимся!" 16+
 15.55 "Мужское/Женское" 16+
 19.50 "Пусть говорят" 16+
 21.00 "Время" 16+
 21.45 Т/с "Капкан на судью" 16+
 00.00 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 "Утро России" 16+
 09.00, 11.00, 14.00, 16.30,
 20.00 Вести 16+
 09.30 Местное время 16+
 09.55 "О самом главном" 12+
 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+
 12.00, 18.00 "60 минут" 12+
 14.30 Т/с "Райский" 16+
 17.00 "Малахов" 16+
 21.30 Т/с "Омут" 16+
 23.40 "Вечер с В. Соловьевым" 12+



05.00 РИМ ТВ Панорама 16+
 05.30 РИМ ТВ Панорама биженеса 16+
 05.35 РИМ ТВ Спортивная среда 16+
 06.00 Свердловское утро 12+
 09.00, 11.00, 13.00, 21.00, 23.15 "Все говорят об этом" 16+
 09.30, 01.30 Д/ц "Государственная грамота" 12+
 09.45, 01.45 Д/ц "Первооткрыватели" 12+
 10.00, 17.10 Д/ц "Арктика" 16+
 11.30, 01.00 Д/ц "Жизнь замечательных идей" 12+
 12.45 Патрульный участок 16+
 14.00 РИМ ТВ Панорама 16+

16.00 Парламентский вестник 16+
 16.30, 00.00 Д/ц "Куда глаза не глядят" 12+
18.00 РИМ ТВ Панорама 16+
 18.50, 20.45 Новости региона 12+
 19.00, 21.30 Новости ТАУ 9 1/2 16+
 20.55 Вести настольного тенниса 12+
 00.30 Д/ф "Рассекреченная история" 16+



04.40, 08.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+
 06.30 "Утро" 16+
 08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
 19.00, 00.10 "Сегодня" 16+
 13.25 "ЧП" 16+
 14.00 "Место встречи" 16+
 16.45 "За гранью" 16+
 17.50 "ДНК" 16+
 20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
 22.15 Т/с "Ментовские войны" 16+
 00.30 "Уроки русского" 12+
 01.05 Т/с "Феникс" 16+



06.00 М/с "Три кота" 0+
 06.30 М/с "Маша и Медведь" 0+
 09.10 Т/с "Папины дочки" 12+
 13.45 Х/ф "Приключения Аладдина" 16+
 15.35 Х/ф "Новая игрушка" 12+
 17.55 Т/с "Трёшка" 16+
 20.00 Х/ф "Такси" 16+
 21.50 Х/ф "Астерикс на олимпийских играх" 12+
 00.10 Х/ф "Вдовы" 18+



06.30 "По делам несовершеннолетних" 16+
 07.15 "Давай разведёмся!" 16+
 08.15 "Тест на отцовство" 16+
 10.30, 23.20 "Понять. Простить" 16+
 11.40, 00.20 "Порча" 16+
 12.45, 01.15 "Знахарка" 16+
 13.20, 01.40 "Верну любимого" 16+
 13.55, 02.10 "Голоса ушедших душ" 16+
 14.30 Х/ф "Я тебе неровня" 16+
 19.00 Х/ф "Позови меня с собой" 16+

МАТЧ!

08.00 Д/с "Лига в лицах" 12+
 08.30 Матч! Парад 6+
 09.00, 11.10, 14.55 Новости 16+
 09.05, 14.25, 19.15, 23.30 Все на Матч!
 11.15 Специальный репортаж 12+
 11.35 "Лучшие из лучших" 12+
 12.05 Тяжёлая атлетика 12+
 15.00 Есть тема! 16+
 16.30, 20.45, 00.50 Футбол 6+



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+
 06.50, 15.30, 22.50 Спортивная среда 16+
 07.10, 09.30, 13.50, 17.05,

**В АО «Водоканал КУ» требуются:**

- Слесарь по ремонту дорожно-строительных машин и статоров
- Слесарь АВР
- Слесарь-ремонтник
- Электрогазосварщик
- Лаборант химического анализа
- Токарь
- Машинист насосных установок
- Оператор очистных сооружений

- Дворник
- Специалист по котельному и газовому оборудованию
- Подсобный рабочий
- Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования
- Слесарь КИПиА
- Начальник отдела закупок
- Специалист по закупкам

МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР, ОБУЧЕНИЕ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ЗА СЧЕТ ПРЕДПРИЯТИЯ.

Обращаться в отдел кадров: ул. Ленина, дом 113,
 телефон 8 (3439) 54-51-35 (доп. 231)

**ИСЦЕЛЕНИЕ****Какой трикотаж можно считать лечебным?****В чем его уникальность, и как он может помочь сохранить здоровье?****Кому он рекомендован, и как определиться с выбором?****На все эти вопросы ответят специалисты магазина «Медицина и жизнь» в специальном выпуске программы «Исцеление»!****Не пропустите!****На канале РИМ уже со вторника!****«Медицина и жизнь» ул. Алюминиевая, 19 (остановка площадь «Горького»).****Тел. 8-950-191-09-19****ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА****ЗВЕЗДА**

07.00 "Сегодня утром" 12+
 09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
 09.15, 21.00 "Открытый эфир" 16+
 11.00, 23.15 X/ф "Ларец Марии Медичи" 12+
 13.55, 17.10 T/с "Без права на ошибку" 16+
 17.00 Военные новости 16+
 18.50 "Специальный репортаж" 16+
 19.15 "По горячим следам" 16+
 20.10 "Улица из прошлого" 16+
 22.45 "Между тем" 12+
 01.05 X/ф "Запасной игрок" 12+

СРЕДА

4 февраля

7

- 05.00 "Доброе утро" 16+
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Новости 16+
 09.05 "Модный приговор" 0+
 09.55 "Жить здорово!" 16+
 10.40, 11.25, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.45 "Время покажет" 16+
 11.40, 18.45 "Большая игра" 16+
 15.00 "Давай поженимся!" 16+
 15.50 "Мужское/Женское" 16+
 19.50 "Пусть говорят" 16+
 21.00 "Время" 16+
 21.45 Т/с "Капкан на судью" 16+
 00.00 "Шоу Вована и Лексуса" 16+
 01.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

- 05.00 "Утро России" 16+
 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести 16+
 09.30 Местное время 16+
 09.55 "О самом главном" 12+
 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+
 12.00, 18.00 "60 минут" 12+
 14.30 Т/с "Райский" 16+



РИМ ТВ

- 17.00 "Малахов" 16+
 21.30 Т/с "Омут" 16+
 23.40 "Вечер с В. Соловьевым" 12+

- 20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
 22.15 Т/с "Ментовские войны" 16+
 00.30 "Мы и наука" 12+
 01.30 Т/с "Феникс" 16+

МАТЧ!

- 08.00, 17.00 Д/с "Лига в лицах" 12+
 08.30 Д/ф "В. Онопко" 12+
 09.00, 11.10, 14.55, 17.35 Новости 16+
 09.05, 14.25, 17.40, 23.30 Все на Матч! 16+



РЫБАЛОВОХОДНИК @
ул. Стахановская, 9

Лодки ПВХ,
широкий выбор



- 07.00, 20.00 Т/с "СашаТаня" 16+
 16.00 Т/с "Праздники" 16+
 23.00 Х/ф "Герои анекдотов" 16+
 00.40 Х/ф "Мальчик в девочке" 16+

РИМ ТВ

- 06.00, 08.00, 10.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00 Панorama 16+



- 05.00 РИМ ТВ Панорама 16+
 05.30 РИМ ТВ Панорама бизнеса 16+
 05.35 РИМ ТВ Визит 16+
 06.00 Свердловское утро 12+
 09.00, 11.00, 13.30, 20.45 "Все говорят об этом" 16+
 10.00, 17.10 Д/ц "Арктика" 16+
 11.30, 01.00 Д/ц "Жизнь замечательных идей" 12+
 12.45 Патрульный участок 16+
 13.00, 16.30, 00.00 Д/ц "Куда глаза не глядят" 12+
 14.00 РИМ ТВ Панорама 16+
 16.00 Парламентский вестник 16+
 18.00 РИМ ТВ Панорама 16+
 18.50, 23.15 Вестник корпораций 16+
 19.00, 21.30 Новости ТАУ 9 1/2 16+
 00.30 Д/ф "Рассекреченная история" 16+



- 04.40, 08.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+
 06.30 "Утро" 16+
 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.10 "Сегодня" 16+
 13.25 "ЧП" 16+
 14.00 "Место встречи" 16+
 16.45 "За гранью" 16+
 17.50 "ДНК" 16+
- 06.30 "По делам несовершеннолетних" 16+
 07.25 "Давай разведёмся!" 16+
 08.25 "Тест на отцовство" 16+
 10.40, 23.05 "Понять. Поступить" 16+
 11.45, 00.05 "Порча" 16+
 12.55, 01.05 "Знахарка" 16+
 13.30, 01.30 "Верну любимого" 16+
 14.05, 02.00 "Голоса ушедших душ" 16+
 14.40 Х/ф "На крыльях счастья" 16+
 19.00 Х/ф "Чужая ошибка" 16+

- 06.40, 08.40, 10.40, 14.40, 16.40, 18.40, 20.40, 22.40 Панorama бизнеса 16+
 06.50, 08.50, 10.50, 13.00, 17.15, 20.50, 23.20 Семейная неделя на ТВ 16+
 07.40, 12.40, 23.00 Визит 12+
 09.20, 13.50, 19.50 Покупай "КомЛайн" 16+
 09.30, 13.40, 16.50, 21.30, 22.50 Каменский дайджест 16+
 09.40, 17.40, 21.40 Спортивная среда 16+
 11.50, 15.50, 21.20 Исцеление. Медицина и жизнь 16+
 12.00, 17.00 Вовремя 16+
 12.05 Разговор по существу. Силовой блок 16+
 14.50, 18.50 Острый вопрос 16+

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 "Сегодня утром" 12+
 09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
 09.15, 21.00 "Открытый эфир" 16+
 11.00, 18.50 "Специальный репортаж" 16+
 11.15, 13.20, 23.15 Х/ф "Дорогой мой человек" 12+
 14.05, 17.10 Т/с "Команда 8" 16+
 17.00 Военные новости 16+
 19.15 "По горячим следам" 16+
 20.10 Д/с "Секретные материалы" 16+
 22.45 "Между тем" 12+
 01.20 Х/ф "Два бойца" 12+

ИСЕТЬ

Обращаться: ул. Рябова, 12

Отдел кадров: 8(3439) 37-90-67; 8(3439) 37-90-65



Электронная почта:
 36sei@uzesiset.ru
 kadr3@uzesiset.ru

ВАКАНСИИ:

- Бухгалтер-калькулятор
- Грузчик
- Заточник
- Заместитель главного бухгалтера по налоговому учету
- Заместитель главного бухгалтера по бухгалтерскому учету
- ИНЖЕНЕР - конструктор
 - программист
 - технолог
- Каменщик
- Контролер ОТК
- Литейщик пластмасс
- Литейщик на машинах для литья под давлением
- Лаборант химического анализа
- Маляр
- Наладчик автоматических линий и агрегатных станков
- Наладчик технологического оборудования
- Начальник технологического бюро
- Отделочник - универсал
- Плиточник - универсал

- Плотник
- Подсобный рабочий
- СЛЕСАРЬ: - аварийно-восстановительных работ
 - механосборочных работ
 - по сборке металлоконструкций
 - инструментальщик
 - ремонтник
- Сборщик деталей и изделий
- Станочник широкого профиля
- Столляр
- Техник-технолог
- Уборщик производственных и служебных помещений
- Упаковщик
- Шлифовщик
- Штамповщик
- Экономист
- Электрогазосварщик
- Электромеханик по торговому и холодильному оборудованию
- Электроэрозионист

ЧЕТВЕРГ**5 февраля****1**

05.00 Телеканал "Доброе утро"
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Новости 16+
09.05 "Модный приговор" 0+
09.55 "Жить здорово!" 16+
10.40, 11.25, 16.45, 17.15, 22.45 "Время покажет" 16+
11.40, 18.45 "Большая игра" 16+
15.00 "Давай поженимся!" 16+
15.50 "Мужское / Женское" 16+
19.50 "Пусть говорят" 16+
21.00 "Время" 16+
21.45 Т/с "Капкан на судью" 16+
00.00 Подкаст.Лаб 16+



05.00 РИМ ТВ Панорама 16+
05.30 РИМ ТВ Панорама близнеса 16+
05.35 РИМ ТВ Спортивная

17.50 "ДНК" 16+
20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
22.15 Т/с "Ментовские войны" 16+
00.30 "Поздняков" 12+
00.45 Т/с "Феникс" 16+



06.00 Свердловское утро 12+
09.00 Лекции П. Крашенинникова 12+
09.30, 01.30 Д/ц "Государственная грамота" 12+
09.45, 01.45 Д/ц "Первооткрыватели" 12+
10.00, 17.10 Д/ц "Арктика" 16+
11.00, 13.00, 16.30, 23.15 "Все говорят об этом" 16+
11.30, 01.00 Д/ц "Жизнь замечательных идей" 12+
12.45 Патрульный участок 16+
14.00 РИМ ТВ Панорама 16+
16.00 Парламентский вестник 16+



16.30, 00.00 Д/ц "Куда глаза не глядят" 12+
18.20 КХЛ 16+
21.30 Новости ТАУ 9 1/2 16+
00.30 Д/ф "Рассекреченная история" 16+
04.55, 08.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+
06.30 "Утро" 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.10 "Сегодня" 16+
13.25 "ЧП" 16+
14.00 "Место встречи" 16+
16.45 "За гранью" 16+

06.30 "По делам несовершеннолетних" 16+
07.25 "Давай разведёмся!" 16+
08.25 "Тест на отцовство" 16+
10.40, 23.05 "Понять. Простить" 16+
11.45, 00.05 "Порча" 16+
12.55, 01.05 "Знахарка" 16+
13.30, 01.30 "Верну любимого" 16+
14.05, 02.00 "Голоса ушедших душ" 16+
14.40 X/ф "Как уволить неверного мужа" 16+
19.00 X/ф "Родные неродные" 16+

МАТЧ!

08.00 "Голевая неделя" 6+
08.30 "Вид сверху" 12+
09.00, 11.10, 14.55, 17.35 Новости 16+
09.05, 13.55, 17.40, 20.55, 00.00 Все на Матч! 16+
11.15 Специальный репортаж 12+
11.35 Д/с "Лучшие из лучших" 12+
12.05 Тяжёлая атлетика 12+
15.00 Есть тема! 16+
16.30 "Формула 1" 12+
17.00 "Лига в лицах" 12+
18.55 Баскетбол 12+
21.15 Хоккей 12+
00.50 Футбол 6+

ул. Стакановская, 9
Сейфы оружейные.
Сейфы для документов и ценностей



07.00, 20.00 Т/с "СашаТаня" 16+
16.00 Т/с "Праздники" 16+
23.00 X/ф "Шанхайский перевозчик" 16+
00.50 X/ф "Гонка" 18+



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+
06.50, 10.50, 14.50, 16.50, 17.10, 20.50, 22.50, 23.20 Семейная неделя на ТВ 16+
07.30, 11.20, 12.20, 15.40, 21.10, 23.10 Каменский дайджест 16+
07.40, 12.30, 21.20 Визит 12+
08.50, 12.50, 18.50 Острый вопрос 16+
09.50, 13.50, 19.50 Исцеление. Медицина и жизнь 16+
11.30, 15.50, 23.00 Покупай "КомЛайн" 16+
11.40, 17.40, 21.40 Спортивная среда 16+
12.00, 17.00 Время 16+
12.05 Штаб 16+



07.00 "Сегодня утром" 12+
09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
09.15, 21.00 "Открытый эфир" 16+
11.00 Д/с "Освобождение Европы" 16+
11.50, 13.20, 01.05 X/ф "Опасно для жизни!" 12+
14.40, 17.10 Т/с "Операция Горгона" 16+
17.00 Военные новости 16+
18.50 "Специальный репортаж" 16+
19.15 "По горячим следам" 16+
20.10 "Код доступа" 12+
22.45 "Между тем" 12+
23.15 X/ф "Конец императора тайги"



- Высокая заработная плата
- Обучаем рабочим профессиям
- Служебный транспорт/компенсация проезда
- Компенсация питания
- Подъёмные отслужившим в армии и выпускникам техникумов
- Целевое обучение в УрФУ: - машиностроение, - металлургия.
- СТИПЕНДИЯ от 12 000 рублей.

ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

Специалисты:

- ИНЖЕНЕР-ТЕХНОЛОГ
- ПРОГРАММИСТ 1С
- СТАРШИЙ МАСТЕР

Рабочие вакансии:

- ФРЕЗЕРОВЩИК
- ТОКАРЬ

подробности уточняйте
на сайте WWW.KUZOCM.RU
или по телефону 8 (3439) 33-60-80

ПЯТНИЦА**6 февраля****1**

05.00 "Доброе утро" 16+

09.00, 11.00, 14.00 Новости 16+

09.05 "Модный приговор" 0+

09.55 "Жить здорово!" 16+

10.40, 11.25, 17.00 Большая

игра 16+

13.15, 14.15 "Время покажет"

16+

15.15 "Давай поженимся!" 16+

16.05 "Мужское / Женское" 16+

18.00 Вечерние новости 16+

18.40 "Человек и закон" 16+

19.45 "Поле чудес" 16+

21.00 "Время" 16+

21.45 "Голос" 12+

23.30 "Жаркие. Зимние. Твои"

12+

00.25 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 "Утро России" 16+

09.00, 11.00, 14.00, 16.30,

20.00 Вести 16+

09.30 Местное время 16+

09.55 "О самом главном" 12+

11.30, 21.10 Вести. Местное

время 16+

12.00, 18.00 "60 минут" 12+

14.30 Т/с "Райский" 16+

17.00 "Прямой эфир" 16+

21.30 Шоу "Дуэты" 12+

00.40 "Истории Большой Страны" 12+

01.40 Х/ф "Противостояние"

12+



РИМ ТВ

05.00 РИМ ТВ Панorama 16+

05.30 РИМ ТВ Панorama биз-

неса 16+

05.35 РИМ ТВ Визит 16+

06.00 Свердловское утро 12+

09.00, 13.30, 20.45, 23.30 "Все

говорят об этом" 16+

09.30, 01.30 Д/ц "Государ-

ственная грамота" 12+

09.45, 01.45 Д/ц "Первооткры-

ватели" 12+

10.00, 17.10 Д/ц "Арктика" 16+

11.00 Лекции П. Крашенинни-

кова 12+

11.30, 01.00 Д/ц "Жизнь заме-

чательных идей" 12+

12.45 Патрульный участок 16+

13.00, 16.30, 00.00 Д/ц "Куда

глаза не глядят" 12+

14.00 РИМ ТВ Панorama 16+

16.00 Парламентский вестник

16+

18.00 РИМ ТВ Панorama 16+

18.30 Неделя Звёзд Хоккея 16+

21.30 Новости ТАУ 9 1/2 16+

00.30 Д/ф "Рассекреченная

история" 16+



04.30, 09.25, 10.35 Т/с "Пес" 6+

16+

06.30 "Утро" 16+

08.00, 10.00, 13.00, 16.00,

19.00, 00.10 "Сегодня" 16+

08.25 "Мои университеты" 6+

13.25 "ЧП" 16+

14.00 "Место встречи" 16+

16.50 "ДНК" 16+

17.55 "Жди меня" 16+

20.00 Т/с "Первый отдел" 16+

22.15 Т/с "Ментовские войны" 16+

00.20 "Своя правда" 16+

06.00 X/ф "Мой лучший любов-

ник" 16+

06.05 М/с "Три кота" 0+

06.30 "ДомоЧатцы" 16+

09.00 Шоу "Уральские пель-

мины" 16+

06.30 "По делам несовершен-

нолетних" 16+

07.30 "Давай разведёмся!" 16+

08.30 "Тест на отцовство" 16+

10.45, 23.15 "Понять. Про-

стить" 16+

06.40, 08.40, 10.40, 14.40,

16.40, 18.40, 20.40, 22.40 Пан-

орами бизнеса 16+

06.50, 10.50, 12.25, 16.50,

17.35, 21.50, 22.50 Семейная

неделя на ТВ 16+

07.10, 12.05, 20.50 Спортивная

среда 16+

07.30, 11.50, 13.40, 17.25,

21.40, 23.50 Каменский дайд-

жест 16+

07.40, 17.05, 21.20 Визит 12+

08.50, 14.50, 18.50 Острый

вопрос 16+

09.50, 13.50, 19.50 Покупай

"КомЛайн" 16+

14.10, 02.05 "Голоса ушедших

душ" 16+

14.45 Х/ф "Курьера добра" 16+

19.00 Х/ф "Солнце за облака-

ми" 16+



08.00 "Третий тайм" 12+

08.30 "Формула 1" 12+

11.40, 15.50, 21.10 Исцеление.

Медицина и жизнь 16+

12.00, 17.00 Вовремя 16+



07.00 Т/с "СашаТаня" 16+

17.00 "Комеди клаб" 16+

23.00 "Женский стендап" 16+



05.10 X/ф "Корабли штурмуют

бастоны" 12+

06.45 X/ф "Контрабанда" 12+

09.00, 13.00, 19.00 Новости

дня 16+

09.20 "Ищу своих" 12+

10.05, 13.25 Х/ф "Эскадрон

гусар летучих" 12+

14.35, 17.10 Х/ф "Марш-

бросок" 16+

17.00 Военные новости 16+

19.40 Д/с "Загадки века" 12+

20.30 Д/с "Война миров" 16+

21.20 "Что русскому смешно..." 16+

22.00 "Здравствуйте, товари-

щи!" 16+

23.30 "Музыка+" 12+

01.00 X/ф "Предлагаю руку и

сердце" 12+

ООО «Юридическое агентство»

«ДИАЛОГ»

• Регистрация, реорганизация, ликвидация, изменение в учредительных документах юридических лиц

• Реорганизация ЗАО в ООО

• Банкротство юр. лиц и ИП

• Составление договоров, исков

• Арбитраж и суд общей юрисдикции

• Бухгалтерская отчетность

• Составление деклараций

8(343)36-09-78 8 904 5444 911
Бизнес центр "Петровский", ул. Кунавинская, 2, оф.222
факс: 8(343)32-25-88 E-mail: udialog@rambler.ru**22 КНОПКА****37-88-88****РИМ МЕДИА****ПРЕДЛОЖИ НОВОСТЬ**

СУББОТА

7 февраля

1

- 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 К юбилею А. Герман 16+
 11.10 "Вспомнить всё" 12+
 12.15 "Поехали!" 12+
 13.10 X/f "Я не могу без тебя" 16+
 17.00 "Кто хочет стать миллионером?" 12+
 18.00 Вечерние новости 16+
 18.20 "Ледниковый период" 12+
 21.00 "Время" 16+
 21.35 "Сегодня вечером" 16+
 00.10 Д/ф "Меня зовут Аль-Фред Хичкок" 18+

РОССИЯ 1

- 06.00 "Утро России. Суббота" 16+
 08.00 Местное время. Суббота 16+
 08.35 "По секрету всему свету" 12+
 09.00 "Формула еды" 12+
 09.25 "Пятеро на одного" 12+
 10.10 "Стο к одному" 12+
 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 16+
 11.30 "Наши. Военкоры" 12+
 12.00 Д/ф "Последний подвиг"



РИМ ТВ

- 05.00, 08.00, 12.00, 16.30 События 16+
06.00 РИМ ТВ Панорама 16+
06.30 РИМ ТВ Панорама бизнеса 16+
06.35 РИМ ТВ Спортивная среда 16+
 07.00, 22.00 Лекции П. Крашенинникова 12+
 07.30 Д/ц "Советские прорывы" 12+
 10.00, 12.45 Патрульный участок 16+
 10.30 О личном и наличном 12+
 11.00, 19.00, 00.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
 13.00, 23.00 Д/ц "Святыни России" 12+
 14.00, 17.00, 22.30 Д/ц "Куда глаза не глядят" 12+
 14.30 Неделя Звёзд Хоккея 16+
17.30 РИМ ТВ Панорама 16+
 20.00 X/f "Красотка в ударе" 12+
 01.00 X/f "Сёстры" 16+



- 04.45 X/f "Седьмая жертва" 16+
 06.20 "Жди меня" 12+
 07.20 "Смотр" 0+
 08.00, 10.00, 16.00 "Сегодня" 16+

- 08.20 "Неограниченные возможности" 16+
 09.20 "Едим дома" 0+
 10.20 "Главная дорога" 16+
 11.00 "Киевая еда" 12+
 12.00 "Квартирный вопрос" 0+
 13.00 "Сатья" 16+
 14.00 "Поедем, поедим!" 16+
 15.00 "Своя игра" 0+
 16.20 "ЧП" 16+
 17.00 "Следствие вели..." 16+
 19.00 "ЦТ" 16+
 20.20 "Ты не поверишь!" 16+
 21.20 "Суперстар!" 16+
 01.20 "Квартирник НТВ" 16+

ГОРД ТВ 37 РИМ СТС



- 06.00 М/с "Три кота" 0+
 06.10 М/ф "Пиноккио" 6+
 07.50 М/ф "Охотники на драконов" 12+
 09.30 "ПроСто кухня". 38712+
 10.00 "100 мест, где поесть" 16+
 11.00 М/ф "Творцы снов" 12+
 12.40 М/ф "Изумительная Мокси" 12+
 14.25 X/f "Мармадюк" 12+
 16.05 X/f "Марли и я" 12+
 18.35, 20.20 X/f "Такси" 16+
 22.25 X/f "Супералиби" 16+
 00.15 X/f "Праздничный переполох" 16+

МАТЧ!

- 08.00 Смешанные единоборства 16+
 09.00, 11.10 Новости 16+
 09.05, 21.00, 00.00 Все на Матч! 16+
 11.15 М/с "Чемпионы" 6+
 11.35 "Формула 1" 12+
 12.10 Д/с "Век нашего спорта" 12+
 12.55 Д/ф "В. Харламов" 12+
 14.00 Хоккей 12+
 18.45 Лёгкая атлетика 12+
 21.50 Футбол 6+

РИМ ТВ

- 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+
 06.50, 08.50, 14.50, 16.50, 21.10, 22.50 Семейная неделя на ТВ 16+
 07.20, 15.40, 23.30 Визит 12+
 07.40, 09.30, 15.00, 17.50, 21.40, 23.50 Каменский дайджест 16+
 07.50, 13.50, 19.50 Исселение. Медicina и жизнь 16+
 09.40, 15.20, 20.50 Спортивная среда 16+
 10.50, 12.50, 18.50 Острый вопрос 16+
 11.50, 15.10, 21.50 Покупай "КомЛайн" 16+



- 07.00 "Однажды в России" 16+
 11.00 "Экстрасенсы. Битва сильнейших" 16+

РЫБАЛОВ ОХОТНИК

ул. Стакановская, 9

Ледорубы и зимние палатки

- 21.00, 00.40 "Конфетка" 16+
 23.40 "Женский стендап" 16+

★ ЗВЕЗДА

- 05.10 Д/с "Хроника Победы" 16+
 05.35 X/f "Царевич Проша" 6+
 07.00 X/f "Размах крыльев" 12+
 09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
 09.15 "Второе мнение" 12+
 09.45 "СССР. Знак качества" 12+
 10.35 "Не факт!" 12+
 11.05 "Легенды музыки" 12+
 11.35 "Легенды кино" 12+
 12.30 Д/ф "Жить после" 16+
 13.20 "Специальный репортаж" 16+
 13.35 X/f "На другом берегу" 16+
 16.10, 19.20 Т/с "Без права на ошибку" 16+
 21.15 "Галерея Звезд" 12+
 22.55 X/f "Эскадрон гусар летучих" 12+

ЛУЧШИЕ

КУЗОЦМ занял первое место в обновленном рейтинге российских производителей цветных металлов по версии журнала «Металлоснабжение и сбыт», опередив Кировский, Ревдинский и Гайский заводы ОЦМ.

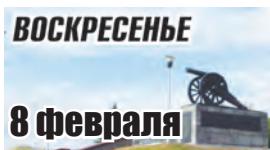
Рейтинг за II полугодие 2025 года традиционно составлен на основе анкет, полученных от покупателей металлопродукции, результатов опроса экспертов рынка металлов, а также комплексного анализа деятельности компаний.

При определении лучших компаний учитывались следующие критерии:

- ✓ Динамика развития бизнеса
- ✓ Объемы поставок
- ✓ Уровень сервисного обслуживания
- ✓ Качество продукции
- ✓ Надежность поставщика в части выполнения договорных обязательств
- ✓ Открытость в предоставлении информации

КУЗОЦМ





ВОСКРЕСЕНЬЕ
8 февраля

1
 06.00, 10.00, 12.00 Новости 16+
 06.10 "Играй, гармонь любими!" 12+
 06.55 "Часовой" 12+
 07.25 "Здоровье" 16+
 08.30 "Золотая коллекция Союзмультфильма" 0+
 09.10 "Непутевые заметки" 12+
 09.30 Национальная Лотерея 12+
 10.15 Жизнь других 12+
 11.10 "Повара на колесах" 12+
 12.15 "Будем жить" 16+
 13.10 "Видели видео?" 0+
 14.00 Д/ф "Империя: Петр I" 12+
 18.00 Вечерние новости 16+
 19.00 "Три аккорда" 16+
 21.00 "Время" 16+
 23.00 "Большая игра" 16+

РОССИЯ 1

05.30 Х/ф "Любовь не по правилам" 12+
 07.20 "В кругу друзей" 12+
 08.00 Местное время. Воскресенье 16+
 08.35 "Когда все дома" 12+
 09.25 "Утренняя почта" 12+

10.10 "Сто к одному" 12+
 11.00, 14.00, 17.00 Вести 16+
 11.30 "Наши. Военкоры" 12+
 12.00 "Доктор Мясников" 12+
 13.00 "Судьба человека" 12+
 14.30 Вести. Местное время 16+
 15.00 "Парад юмора" 16+
 17.50 "Песни от всей души" 12+
 20.00 Вести недели 16+
 22.30 Москва. Кремль. Путин 16+
 23.00 "Воскресный вечер с В. Соловьевым" 12+



РИМ ТВ

05.00, 08.00, 11.00, 22.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+

06.00 РИМ ТВ Панорама 16+

06.30 РИМ ТВ Панорама бизнеса 16+

06.35 РИМ ТВ Визит 16+

07.00, 23.00 Д/ц "Святыни

России" 12+

09.00, 14.00, 17.00 Д/ц "Куда

глаза не глядят" 12+

10.00, 19.30 Лекции П. Крашенинникова 12+

10.30, 16.30, 19.00 Д/ц "Советские

прорывы" 12+

13.00 Патрульный участок 16+

13.30 На страже закона 16+

14.30 Неделя Звёзд Хоккея 16+

17.30 РИМ ТВ Панорама 16+

18.50 Вестник корпораций 16+

20.00 Х/ф "Сёстры" 16+

01.00 Х/ф "Красотка в ударе" 12+



МАТЧ!

08.00, 19.40 Смешанные единоборства 16+
 10.35, 11.55 Новости 16+
 10.40, 18.45, 21.50, 00.30 Все на Матч! 16+
 12.00 Д/ф "Як-15" 12+
 12.55 Д/ф "Александр Великий" 12+
 14.00 Хоккей 12+
 22.20, 00.50 Футбол 6+

05.00 X/ф "Конец света" 16+
 06.40 "ЦТ" 16+
 08.00, 10.00, 16.00 "Сегодня" 16+
 08.20 Лотерейное шоу 12+
 10.20 "Первая передача" 16+
 11.00 "Чудо техники" 12+
 12.00 "Дачный ответ" 0+
 13.00 "НашПотребНадзор" 16+
 14.00 "Однажды..." 16+
 15.00 "Своя игра" 0+
 16.20 "Человек в праве" 16+
 17.00 "Скандалы. Интриги. Расследования" 16+
 18.00 "Новые русские сенсации" 16+
 19.00 "Итоги недели" 16+
 20.20 Шоу "Мaska" 12+
 00.15 "Звезды сошлись" 16+

ТОП ТВ 37 АМБ СТС

06.00 М/с "Три кота" 0+
 06.05 М/ф "Как поймать перо жар-птицы" 0+
 07.10 М/ф "Трио в перьях" 6+
 10.35 М/ф "Крутые яйца" 6+
 14.05 X/ф "Кот и пёс" 12+
 15.55, 21.00 X/ф "Дивергент" 16+
 18.40 X/ф "Инсургент" 12+
 23.20 X/ф "Мост в огне" 18+
 01.20 X/ф "В тумане" 18+



06.30 Д/с "Настоящая Ванга" 16+
 06.45 X/ф "О чём она молчит" 16+
 11.00 Т/с "Невеста" 16+
 23.45 X/ф "Яблоко раздора" 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+
 06.50, 08.50, 14.50, 16.50, 21.10, 22.50 Семейная неделя на ТВ 16+
 07.20, 15.40, 23.30 Визит 12+
 07.40, 09.30, 15.00, 17.50, 21.40, 23.50 Каменский дайджест 16+
 07.50, 13.50, 19.50 Покупай "КомПайн" 16+
 09.40, 15.20, 20.50 Спортивная среда 16+
 10.50, 12.50, 18.50 Острый вопрос 16+
 11.50, 15.10, 21.50 Исцеление. Медицина и жизнь 16+



07.00 "Однажды в России" 16+
 10.40 "Экстрасенсы. Битва сильнейших" 16+
 18.30 "Выжить в Стамбуле" 16+

21.00, 00.20 "Титаны" 16+
 23.00 "Шоу Воли" 16+

ЗВЕЗДА

05.20 Х/ф "Марш-бросок" 16+
 09.00 Новости недели 16+
 09.25 "Служу России" 12+
 09.55 "ВП" 12+
 10.40 "Легенды армии" 12+
 11.30 Д/с "Легенды госбезопасности" 16+
 12.20 Д/с "Война миров" 16+
 13.10 "Код доступа" 12+
 14.00 "Улика из прошлого" 16+
 14.50 "Скрытые угрозы" 16+
 15.40 Д/с "Секретные материалы" 16+
 16.30 Д/с "Загадки века" 12+
 17.20 "Что русскому смешно..." 16+
 18.00 Главное 16+
 19.40 Д/с "Легенды сыска" 16+
 23.00 "Фетисов" 12+
 23.55 Х/ф "На другом берегу" 16+

СВЕРДЛОВЧАНЕ ВОШЛИ В ТОП-10 ПОКЛОННИКОВ КРАСИВЫХ НОМЕРОВ

@

Запоминающиеся номера по-прежнему востребованы у жителей Среднего Урала, а активнее всего услуга набирает популярность среди молодёжи до 25 лет. Такой тренд обнаружили аналитики МегаФона, изучив статистику продаж красивых номеров за прошлый год.

В 2025 году зумеры стали покупать номера с простыми и символичными комбинациями цифр на 11% чаще. Вторую и третью строчку по росту динамики приобретения услуги занимает старшее поколение — абоненты 45-54 лет и 55-64 лет соответственно.

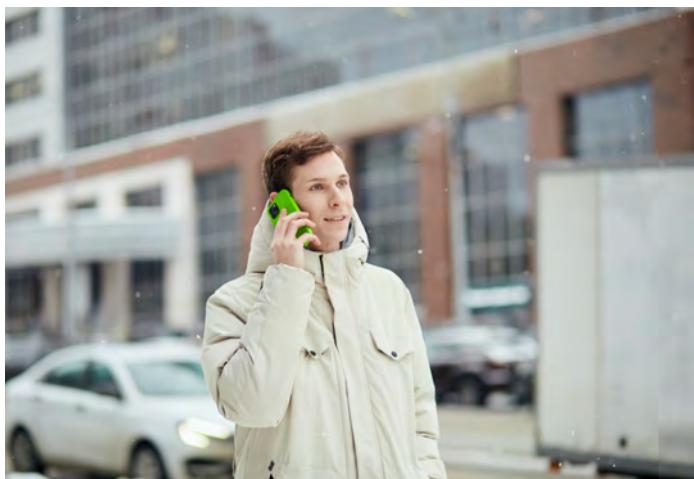
А вот миллениалы в возрасте от 35 до 44 лет составляют «ядро» пользователей — как и годом ранее, на них пришлось более трети владельцев красивых номеров (38%). Следом идут клиенты 45-54 лет (22%) и молодёжь 25-34 лет (15%).

Услугу чаще выбирают мужчины — их среди владельцев уникальных номеров 68%, однако за прошедший год женщины стали уделять ей больше внимания. Главные поклонники красивых номеров проживают в Московском регионе, Санкт-Петербурге и Ленинградской области, Самаре и Самарской области, Республиках Дагестан и Башкортостан. В топ-10 территорий вошли также Ростовская и Свердловская области, Чеченская Республика, Ханты-Мансийский автономный округ - Югра и Краснодарский край.

Выросла и тяга абонентов к «дорогим металлам»: самыми растущими категориями номеров стали «Золотые», где подряд могут идти три одинаковые цифры, и «Плати-

новые», где повторяются подряд четыре цифры. При этом наибольшая доля красивых номеров на руках у клиентов — это «Бронзовые».

Приобрести запоминающийся номер можно на сайте МегаФона и в салонах объединённой розничной сети МегаФона и Yota. Стоимость красивых номеров начинается от 1000 рублей, выбрать их можно, задав любимое число, красивый «хвост» (последние четыре цифры номера) или найти похожий на свой прежний номер. Клиенты все чаще выбирают красивый номер в приложении МегаФона, уже после покупки сим-карты: доля приобретения номеров таким образом в МегаФоне достигла 25%.





СТРОГОСТИ?

В России могут усилить наказания за несколько нарушений в правилах дорожного движения. Как пишет Telegram-канал SHOT, ксеноновые фары и мигающие стоп-сигналы рискуют стать основанием для лишения прав. Автором инициативы выступил глава Национального автомобильного союза Антон Шапарин. В письме к главе МВД Юрию Кокорину он указал, что из-за избыточного света многие водители не могут пользоваться зеркалами заднего вида. Это угрожает безопасности на дорогах. Кроме того, общественник призвал усилить внимание за авто с глушителями без катализаторов и сажевых фильтров. По его словам, такие машины создают огромное количество шума, провоцируют едкий запах и выброс вредных газов в атмосферу. На данный момент нарушения наказываются штрафом 500 рублей. Однако в НАС считают, что эта сумма не мотивирует водителей их исправлять. В автомобильном союзе предлагают увеличить штраф в 60 раз, до 30 тысяч рублей, или лишить прав.

ВОПРОС НАЗРЕЛ

Сотовой связью LTE (4G) в течение 2026 года будет покрыт центральный ряд федеральных автотрасс: М1, М3, М4, М9 (на территории Тверской области), А113, А120, А289, Р132; в течение 2027-го такой связью обеспечат автодороги М7, М9, М10, М12 (на участке Москва – Тюмень), А107, Р22, Р217 и Р256. Соответствующее решение принято Государственным комитетом по радиочастотам. Ранее цель перед операторами ставилась в процентном отношении – 80% общей протяженности федеральных автодорог к сентябрю 2025-го, но этот показатель не был достигнут. Еще в 2011 году правительство при распределении частот для LTE ставило перед операторами сотовой связи обязательство обеспечивать вдоль автотрасс связь 4G. Нарушение этого условия может обернуться отзывом лицензии. Предполагается, что к 2031 году 99,9% трасс общероссийского значения будут обеспечены высокоскоростной беспроводной передачей данных для мобильных телефонов. Наиболее острая проблема в вопросе обеспечения бесперебойной связью загородных трасс – это отсутствие энергетической инфраструктуры на отдельных участках дорог. Такая ситуация делает невозможным строительство базовых станций (БС) в тех местах, которые дали бы наилучшее покрытие трассы связью. Операторы считают, что реально достижимый уровень покрытия связью LTE (4G) вдоль федеральных автотрасс – 80-85%. Власти регионов РФ уже выразили готовность выделить средства на расширение энергетической инфраструктуры вдоль трасс.

СТРОЙКА ПРОДОЛЖАЕТСЯ

В особой экономической зоне «Титановая долина» под Верхней Салдой в Свердловской области завершается строительство нового завода по выпуску тормозных дисков для легковых и грузовых автомобилей. Проект реализует фирма «Роско», которая является одним из крупнейших в РФ импортеров запасных частей для иномарок. Завод в Верхней Салде станет первым опытом для «Роско» по собственному производству, предполагается, что выпускаемые на нем диски будут поставляться и на конвейеры автозаводов, и на рынок запасных частей. Предприятие начнет работать по полному циклу, производственный комплекс включает цеха литья и мехобработки, а также упаковочную линию. Оборудование – в процессе установки. Как сообщила пресс-служба ФТС, станки для нового завода ввезли через процедуру свободной таможенной зоны. Благодаря этому предприятие воспользовалось освобождением от уплаты таможенных пошлин и налогов, сумма освобождения в 2025 году составила более 645 млн рублей. Запуск завода запланирован на 2026-й, к 2034-му он выйдет на полную мощность – 40 тысяч тонн готовой продукции в год.

КАК... УЖЕ?

В России с 1 по 13 января новые автомобили подорожали в среднем на 1,5-3%, сообщает «Коммерсантъ» со ссылкой на опрошенных дилеров. Индексация связана с инфляционными процессами в экономике, а также с повышением НДС и утилизационного сбора. Сразу выросли в цене автомобили большинства «массовых» брендов – Лада, Solaris, Тентет, Xcite, Москвич, Evolute, Haval, Tank, Geely, Chery, Exlantix, Otoda, Jaecoo, Chang'an, GAC, BAIC, Bestune. В указанный период подорожали также машины премиум-марки LiXiang. Директор розничных продаж дилерского холдинга АГ «Авилон» Илья Петров отмечает, что текущая индексация не отражает полностью изменений утилизационного сбора на импортные автомобили. При том он добавляет, что машины в отдельных востребованных комплектациях уже прибавили в цене 3-4%. Директор департамента продаж новых автомобилей группы «Рольф» Николай Иванов поясняет, что большинство моделей с наступлением нового года прибавили в цене 50-100 тысяч рублей, но отдельные дорогие машины подорожали значительно. Так, Tank 400 стал дороже на 200 тысяч рублей, а Tank 700 – на 300 тысяч. Некоторые автомобили Geely стали дороже на 60-70 тысяч рублей, Belgeee – на 40-80 тысяч, весь модельный ряд Chery и Тентет прибавил 2%, рассказывает господин Иванов.



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ




Наверняка у каждого из нас хотя бы однажды болела голова. В подавляющем большинстве случаев дискомфорт снимается при помощи болеутоляющих препаратов, тем не менее, важно помнить о потенциальной опасности определенных состояний. Когда стоит бить тревогу и срочно обращаться за медицинской помощью? Головная боль, или цефалгия, – это болевые ощущения в разных зонах головы (в затылке, в лобной части), которые по характеру бывают пульсирующими, давящими, острыми, стреляющими, тупыми, ноющими либо распирающими, могут нарастать постепенно или возникать внезапно.



ПРИЧИНЫ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

Вот некоторые факторы, которые могут ее спровоцировать:

- стресс и переутомление;
- физическое перенапряжение (спазм мышц плечевого пояса, чрезмерно интенсивные и долгие тренировки, некорректная техника выполнения упражнений);
- нарушения режима сна и питания;
- воздействие факторов окружающей среды (назойливый шум, яркий свет, перепады атмосферного давления (для метеозависимых);
- вредные привычки (курение, злоупотребление спиртными и кофеинсодержащими напитками);
- побочные эффекты лекарственных препаратов;
- заболевания опорно-двигательной системы (грыжи межпозвоночных дисков, остеохондроз шейного отдела и др.);
- случаи цефалгии в семейном анамнезе;
- инфекционные заболевания (грипп, простуда, синусит, менингит и др.);
- артериальная гипертония или гипотония.

В зависимости от причины головные боли ранжируют на первичные, при которых головной мозг не поражен (например, мигрень, головная боль напряжения либо вызванная стрессом), и вторичные, которые являются проявлением заболеваний головного мозга (опухоли, инсульт, абсцесс, невралгия тройничного нерва, глаукома) либо возникают на фоне бесконтрольного приема обезболивающих (абузусная головная боль).

СОСТОЯНИЯ, СОПРОВОЖДАЮЩИЕСЯ ГОЛОВНОЙ БОЛЬЮ

1. Мигрень можно узнать по пульсирующей боли, как правило, в одной половине головы (но может быть и двусторонней), на фоне которой появляются тошнота, негативная реакция на громкий звук, яркий свет и резкие запахи.
2. Нарушение сна, недостаток физической активности, стресс, мышечное и психоэмоциональное напряжение, при которых обычно возникает давящая или скжимающая боль.
3. Травмы (сотрясение мозга, смещение позвонков и т. д.). Неприятные ощущения могут начать беспокоить не сразу после случившегося, а спустя какое-то время.
4. Инфекционные заболевания, которые часто сочетаются с кашлем, жаром, иногда – с ознобом и рвотой.
5. Внутричерепное давление, которое вызывают давящие и распирающие боли, затрагивающие всю область головы и сопровождающиеся тошнотой и повышенной чувствительностью к световым раздражителям.
6. Геморрагический инсульт (внутримозговое кровоизлияние), который сигнализирует о себе внезапной головной болью наряду с головокружением, нарушениями сознания, рвотой, слабостью в конечностях, невнятностью речи, судорогами, онемением одной стороны лица.
7. Менингит (инфекционное воспаление оболочек головного мозга), при котором пациенты жалуются на «разлитую» головную боль. Нередко этим болевым ощущениям сопутствуют тошнота и рвота.

ВАЖНО УЧИТЫВАТЬ И ТО, ГДЕ ИМЕННО БОЛИТ ГОЛОВА:

- затылок часто указывает на проблемы с позвоночником или скачки АД;
- височная область – на колебания АД, инфекции или отравление организма;
- боль вокруг глаз может быть связана с сосудистыми проблемами, мигренью или патологией зрения;
- лобная локализация часто сопровождает инфекционные процессы, повышенное внутричерепное давление или воспаление лобных пазух (фронтизит).

СИТУАЦИИ, КОГДА ГОЛОВНАЯ БОЛЬ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СЕРЬЕЗНУЮ УГРОЗУ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ:

- возникла неожиданно и характеризуется высокой интенсивностью;
- сопровождается рвотными позывами, дезориентацией и потерей сознания;
- проявляется при физической активности;
- началась после достижения 50-летнего возраста;
- сопровождается проявлением неврологических симптомов, таких как нарушение чувствительности, повышенная свето- и звукобоязнь, распространение в различные части тела.

ЛЕЧЕНИЕ. МЕТОДЫ

1. Лекарственная терапия, включающая противовоспалительные средства, анальгетики общего и местного действия. В случае недостаточной эффективности этих средств возможно проведение курса медикаментозных блокад.
2. Мануальная терапия, представляющая собой ручное воздействие на мышцы и суставы головы, шейной области, плечевого пояса и спины. Особенно полезна при головных болях, обусловленных проблемами в шейном отделе позвоночника.
3. Различные техники массажа, которые помогают в восстановлении после травм.
4. Иглоукалывание, заключающееся в стимуляции определенных точек на теле с помощью медицинских игл. Применяется как при хронических мигренах, так и при эпизодических головных болях.
5. Остеопатические методы, направленные на устранение мышечных спазмов и восстановление подвижности суставов путем воздействия на триггерные точки.
6. Физиотерапевтические процедуры, такие как ультразвуковая терапия, воздействие слабым электрическим или магнитным полем, тепловые процедуры. Показаны при головных болях напряжения, цефалгиях, связанных с суставными нарушениями, при абузусных головных болях.
7. Лечебная физкультура, умеренные физические нагрузки полезны при посттравматических состояниях, при головных болях, вызванных стрессом и напряжением.



НАШИ ДЕТКИ



И НЕ НАДО МЕНЯ ПЕРЕБИВАТЬ...

Многие родители сталкиваются с тем, что их ребенок постоянно встrevает в разговор, перебивает, когда они разговаривают с другими взрослыми. Родители делают ребенку замечание, но ребенок повторяет подобное поведение снова и снова, причем неважно, сколько ему лет – 3, 6 или 12. «Я уже сколько раз просила меня не перебивать, когда я со старшими разговариваю!» – возмущается мама. Почему так происходит?

Каждый ребенок считает себя умным, хорошим, исключительным - и это нормально. Поэтому ему кажется, что он для своего родителя – весь мир, и его в первую очередь, несмотря ни на что, родитель должен выслушать, услышать, вникнуть, понять, принять. Он же ребенок, а это самое главное. Малыш может при этом знать, а может и не знать общепринятых норм этикета. Расскажите, как важно дать человеку закончить фразу и дождаться паузы. Учитывайте возраст – чем младше ребенок, тем труднее ему будет это понять. Всегда хвалите, когда он дождался своей очереди, и вы можете уделить ему внимание.

ИСКЛЮЧЕНИЯ

Обратите внимание на особые ситуации, когда ребенку можно и нужно вмешаться в разговор. Это касается здоровья, самочувствия, безопасности и физиологических потребностей. Например, когда ребенок голоден, хочет в туалет или плохо себя чувствует.

ВЕЖЛИВЫЙ СПОСОБ

С возрастом учите детей вежливо обращаться, если возник срочный случай, научите фразам, которые привлекут внимание, но не вызовут раздражения: «Извините, что прерываю вас», «прошу прощения, что перебиваю».

СИГНАЛЬНЫЙ ЖЕСТ

Договоритесь о знаках, когда ребенку очень нужно обратиться ко взрослому во время разговора последнего. Например, он может взять вас за руку. В ответ свою сожмите его руку в своей руке – так вы покажете, что скоро сможете его выслушать.

ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР

Не договаривайте, не перебивайте, не завершайте за ребенка фразы и давайте ему договорить. При этом желательно внимательно смотреть ребенку в лицо, показывая, что вы проявляете повышенное внимание к его словам, и все, что говорит ребенок, для вас это очень важно. Никогда не говорите: «Да, да, мне все понятно». Если в семье взрослые перебивают друг друга, ребенок будет вести себя так же – никакие объяснения не помогут.

ВРЕМЯ ОБСУЖДЕНИЙ

Объясните, что ситуацию или фильм следует обсуждать после завершения или во время рекламы. Например, когда кино закончится, ребенок может сказать, что думает о поступке главного героя, поделиться своими впечатлениями.



ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ – ТОЛЬКО ТЫ И Я

Каждый день выделяйте время, которое проводите только с ребенком. Пусть это будет 20-30 минут, но только для него. За это время он успеет поделиться важным и будет знать, что его слушают, будет чувствовать себя значимым для вас. При этом вы не должны отвлекаться на телефон, приготовление еды, разговоры с другими, только вы и ваш ребенок.



ЕСЛИ СРАЗУ НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ

И даже если сразу отучить ребенка перебивать взрослых не получается и он начинает нервничать или проявлять агрессию, предлагаем несколько упражнений, которые помогут разрядить обстановку:

- выжимать полотенце, можно даже сухое;
- посчитать до десяти;
- закрыть глаза и представить что-нибудь любимое и спокойное: музыку, игрушку, место, любимое время препровождения, занятие;
- побывать в тишине, послушать спокойную музыку, потанцевать;
- сделать 3-4 коротких выдоха подряд, потом столько же вдохов - повторить 3-5 раз;
- вода, песок, пластилин и глина хорошо помогают в работе с агрессией. Чем больше ребенок занимается с этими материалами, тем больше он расслабляется, развивает мелкую моторику рук и дополнительные творческие способности и навыки.



Ответы на сканворд, напечатанный в № 4.

По горизонтали: Морышка. Рукоделие. Крез. Ромашка. Вамп. Отвар. Ручник. Айва. Алов. Оронт. Ева. Нора. Агути. Щусев. Креп. Перо. Один. Апоцентр. Культ. Роза. Комиссар.

По вертикали: Волосатость. Равнодушие. Развратник. Ракурс. Откорм. Вертеп. Лос. Оправа. Польза. Модем. Тар. Арча. Купе. Шалаш. Нло. Сен. Клио. Черт. Алена. Квн. Вор.

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
УФСКН 0500

БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

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 Кужелева С.Ю., верстка «Дизайн впереди»
+7(343) 623400, Каменск-Уральский, ул. Кунавина, д. 2, тел. +7(343) 623400, 22-00-77

Адрес редакции: 623400, г. Каменск-Уральский, ул. Кунавина, 2, тел. 8 (3439) 37-00-77
E-mail: tinkmedia_ku@mail.ru Частное предприятие «Инвест-Медиа»

E-mail: rimmedia_ku@mail.ru, «Новое Рекламное Агентство плюс». Письма, пришедшие в редакцию, не рецензируются, по усмотрению редактора полностью

Несколько, пришедшее в редакцию, не рецензируются, но 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

публикуются на правах рекламы. Все рекламируемые товары подлежат обязательной сертификации, а услуги – лицензированию.

Газета отпечатана в Свердловская обл. г. Реж, ул. П. Морозова, 61
тез /факс (34264) 2-49-32, 2-10-72 e-mail: inf@latvijat.ru

тел./факс (34364) 2-49-32, 2-10-72 e-mail: inf@lazurprint.ru
Сдача по графику 12.00, фактически 12.00, Заказ № 0066.

Сдана по графику 12.00, фактически 12.00. Задолжность 0.00.

ТИРАЖ 25 000

ДЕЛА САДОВЫЕ

РАБОТЫ В ФЕВРАЛЕ

- Прикрепите полоски фольги на ветки плодовых деревьев и кустов – это отпугнет птиц, расклевывающих плодовые почки. Птицы инстинктивно остерегаются силков, поэтому никогда не садятся на сетку. Можно воспользоваться готовыми сетями и накидывать их на деревья.
- Проверьте клубни георгинов и луковицы гладиолусов. Если появилась гниль, промойте клубни и луковицы в ярко-розовом растворе марганцовокислого калия, ножом вырежьте загнившие части, засыпьте ранки толченой таблеткой любого лекарственного препарата против инфекции, например левомицетина, стрептоцида, сульфадимезина.
- В конце месяца можно посеять на рассаду перец и баклажаны.
- Проверьте лук и чеснок: те луковицы, которые тронулись в рост, посадите плотно друг к другу в рассадные ящики с небольшим слоем земли и поставьте ящики на окно – через две недели снимите небольшой урожай зеленого лука, а попозже и чеснока.
- Можно заняться посевом семян, разумеется, не на грядку, а на бумагу. Больше всего для этого подходят туалетная бумага или салфетки, можно взять и другую бумагу. На полоски бумаги наносят мучной клей-стерь и приклеивают семена, раскладывая их пинцетом или деревянной палочкой. Бумагу с приклеенными семенами высушивают, надписывают название культуры, сворачивают и хранят в сухом месте.
- В садовом домике могут появиться мыши. Мыши обычно бегают вдоль стен, поэтому рассыпьте на полу вдоль их ходов семена чернокорня или репейника.

НЕКОТОРЫЕ ПРИМЕТЫ ДЛЯ САДОВОДОВ

Солнечная погода 2 февраля, в Ефимов день указывает на раннюю и ясную весну, а облачность — на поздние холода.

Морозный и сухой февраль сулит жаркое и засушливое лето. Это сигнал к подготовке систем полива и выбору устойчивых к засухе сортов.

Высокий февраль с метелями предвещает дождливую, затяжную весну и такое же лето. Стоит заранее подумать о дренаже на участке.

Какая погода на Сретение (**15 февраля**), такая и вся весна будет. Ясный день обещает раннюю весну, метель — позднюю и холодную.

Длинные сосульки в феврале указывают на долгую, затяжную весну, что советует не спешить с ранними посевами в грунт.

Гром в феврале – редкая примета, предсказывающая сильные ветра на протяжении всего предстоящего года.

Сильные морозы в конце февраля обещают, что март будет мягким и теплым, позволяя рассчитывать на раннее начало работ.

Если февраль богат на **снегопады и иней на деревьях** – летом можно ждать хорошего урожая зерновых и грибов.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ для садоводов и огородников на февраль

Благоприятные посадочные дни для посева семян в феврале

Овощная культура	Даты
Огурцы	6, 7, 8, 9, 10, 19, 22, 23, 26, 27, 28
Перец, баклажаны	8, 9, 10, 19, 22, 23, 26, 27, 28
Капуста	6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 19, 22, 23, 26, 27, 28
Томаты	8, 9, 10, 19, 22, 23, 26, 27, 28
Корнеплоды	8, 9, 10, 13, 14, 22, 23, 26, 27, 28
Зелень разная	8, 9, 10, 19, 22, 23, 26, 27, 28

дни выделенные **зеленым цветом** – самые удачные

Благоприятные дни для посева и посадки цветов в феврале

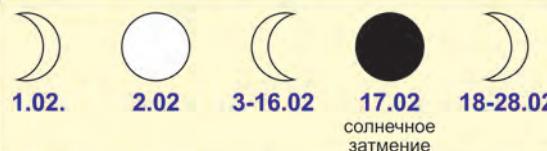
Цветочная культура	Даты
Однолетние цветы	3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 19, 26, 27, 28
Многолетние и двулетние цветы	3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 19, 22, 23, 26, 27, 28
Луковичные и клубневые цветы	6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 19, 22, 23

Благоприятные дни для пересадки растений по Лунному календарю в феврале

Пересадка, пикировка	3, 4, 5, 6, 7, 13, 14, 19, 26, 27, 28
----------------------	---------------------------------------

Неблагоприятные дни для посева семян в феврале

Запрещенные для посадки дни	2, 16, 17, 18
-----------------------------	---------------



Самые благоприятные дни:

8, 9, 10, 19, 22, 23, 26, 27, 28 февраля

Хорошие дни для работы с растениями

3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14 февраля

Нейтральные дни

11, 12, 24, 25 февраля

Неблагоприятные дни

1, 15, 20, 21 февраля

Запрещенные дни для работы с растениями

2, 16, 17, 18 февраля

