



Бережливое производство – один из факторов повышения производительности труда.
Существует даже специальная федеральная программа,
в которую сейчас все чаще включаются не только крупные промышленные предприятия,
но и коммунальные структуры. Стр.2



газета Каменская

№ 7 (417)
12.02.2026

Бесплатно

РИММЕДИА

16+

СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО

РУССКИЙ СТИЛЬ
ПРОИЗВОДСТВЕННО-СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ

- КАРКАСНЫХ, МОДУЛЬНЫХ ДОМОВ
- САДОВЫХ ДОМИКОВ
- БАНЬ, БАНЬ-БОЧЕК
- БЕСЕДОК

www.banibochki-ur.ru
РАСПРОДАЖА готовых бань

г. Каменск-Уральский,
ул. Суворова, 52
Тел. 8-982-612-01-17

Психологический центр
«ПСИХОЛОГИ ДЛЯ ВАС»

г. Каменск-Уральский,
ул. Алюминиевая, 76
Тел. 8-904-177-01-66

ВИЗИТ

Сфера психологии широка и многогранна. Обратиться за помощью – это разумный и смелый шаг во многих ситуациях: будь то трудности в отношениях с ребенком, поиск себя, кризисы в семье или на работе. «Психологи для вас» – это команда профессионалов, которые создают безопасное пространство для диалога и личного роста. Их задача – не дать готовый совет, а помочь вам понять себя и найти свой уникальный путь к решению.

Поговорим об этом подробно в программе «Визит» на канале РИМ, 22 кнопка.
НЕ ПРОПУСТИТЕ! В эфире уже с пятницы!

22 КНОПКА

В АО "Горвнешблагоустройство" **ТРЕБУЕТСЯ**

ТРАКТОРИСТ
з/п от 50000Р

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

ХАЙТЭК+
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

ФОТООБОИ
- БЫСТРО - КАЧЕСТВЕННО - ДОСТУПНО

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

ПАНСИОНАТ "МИЛЫЙ ДОМ"

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

Пос. Белоярский; Пос. Гагарский
+7 (912)-204-00-88

МАЛАХИТ
агентство недвижимости

г. Каменск-Уральский,
ул. Лермонтова 103
ул. Суворова 13
Тел. 8-904-54-68-002

ВИЗИТ

Как не остаться без средств при покупке или продаже недвижимости? Как правильно оформить ипотеку? Какие опасности таят в себе сделки по жилью без контроля профессионалов? Что нового появилось в законодательстве по этому поводу?

Поговорим обо всем подробно и детально в рамках программы «Визит» на канале РИМ, 22 кнопка.
Не ПРОПУСТИТЕ! В эфире уже с пятницы!

22 КНОПКА

АКТУАЛЬНЫЕ ТЕМЫ

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**

ПАНО РИМ РАМА

НОВОЕ – НА ПОЛЬЗУ!



Компания «Теплокомплекс» продолжает внедрять в свою повседневную деятельность принципы бережливого производства. Примечательно, что такие формы организации рабочего процесса уже давно ни у кого не вызывают скепсиса: это работает и приносит реальную пользу. Напомним, бережливое производство – это один из компонентов федеральной программы «Производительность труда». Работников предприятия он привлек возможностью оптимизации расходов, повышением эффективности работы складского хозяйства. Первым этапом стало обучение обязательным инструментам диагностики. В течение трех дней специалисты регионального центра компетенций трудились в связке с рабочей группой УК «Теплокомплекс».

Эксперты помогли специалистам компании определить узкие места в работе складского хозяйства. Рабочая группа провела анализ текущей ситуации и предложила способы оптимизации временных, транспортных, финансовых затрат. Впереди – разработка плана мероприятий по уменьшению этих потерь. Обучение дало новые знания, работа в команде сплотила, а обмен мнениями, поиск нестандартных решений побудил по-новому взглянуть на свою производственную деятельность. Коммунальная сфера сильно отличается от традиционного производства, и это заставляет искать нестандартные пути решения, признаются участники рабочей группы.

Впереди следующий этап – диагностика работы складского хозяйства компании и создание так называемого эталонного участка. По продолжительности этот этап займет три месяца. «Любое обучение полезно, – подчеркивает директор УК «Теплокомплекс» Геннадий Виноградов, – получение новых знаний, привнесение новых компетенций, отработка новых маршрутных карт, опыта предприятий, где положительные изменения по бережливому производству внедрены, пусть и не в нашей отрасли, – это все на пользу».

УК «Теплокомплекс» первой из коммунальных организаций Каменска-Уральского включилась в реализацию федерального проекта «Производительность труда». Аналогичная работа по включению в этот проект предстоит и АО «Водоканал».

Елена ШЕРЕМЕТ

ИЗБИРАТЕЛЬНЫЕ ОКРУГА: СХЕМА БУДЕТ НОВАЯ!

Город готовится к выборам. Примечательно, что жители какого-либо округа неожиданно могут обнаружить, что принадлежат теперь к другому территориальному объединению. А все дело в том, что в городе утверждена новая схема избирательных округов. Утвердили ее 29 января на заседании городской территориальной избирательной комиссии (ГТИК). Для принятия такого решения было несколько причин. Ключевая – истекает десятилетний срок действия схемы округов, утвержденной думой Каменск-Уральского городского округа 20 апреля 2016 года. За десятилетие заметно изменилась численность населения в жилом районе Южный, благодаря активному жилищному строительству, развитию социальной инфраструктуры на этой территории.

Избирательные округа образованы комиссией на основании данных ГАС «Выборы» о численности избирателей, зарегистрированных на территории Каменск-Уральского городского округа, по состоянию на 1 января 2026 года. Конкретно у нас это 127977 избирателей. При образовании округов учитывались предусмотренные законодательством требования: о соблюдении примерного равенства одномандатных избирательных округов по числу избирателей с допустимым отклонением (не более 10%) от средней нормы представительства избирателей, о соблюдении единства территории избирательного округа, недопущении образования округа из территорий, не граничащих между собой. «Новая схема имеет расхождение с действующей схемой по границам округов. Некоторые из них существенные», – поясняет председатель ГТИК Ольга Дегтярева.

Анализ данных ГАС «Выборы» показал: в жилом районе Южный численность избирателей значительно увеличилась и превысила среднюю норму представительства – 5119 человек. Такая картина в 17 и 14 округе. Сейчас количество избирателей здесь на 2000 и 1000 больше, чем положено по нормативу, который составляет 511 человек. Решение ГТИК «Об утверждении схемы одномандатных избирательных округов для проведения выборов депутатов думы Каменска-Уральского» председатель комиссии передаст для рассмотрения в думу Каменск-Уральского городского округа. До ее утверждения представительный орган местного самоуправления вправе вносить в схему поправки. Утверждение новой схемы избирательных округов думой Каменска-Уральского должно состояться не позднее 30 марта 2026 года.

Как пояснила Ольга Дегтярева, дислокация участковых избирательных комиссий и соответственно избирательных участков не должна претерпеть каких-либо изменений. С принятым решением можно ознакомиться на сайте Каменск-Уральской ГТИК в разделе «Деятельность». Вновь утвержденная схема избирательных округов будет применена на выборах депутатов думы Каменска-Уральского 20 сентября 2026 года. Напомним, на территории нашего города – 25 одномандатных избирательных округов.

Василий ОБУХОВ



НАСЛЕДИЕ СОВЕТСКОГО ПРОШЛОГО

Военно-спортивная игра «Курс молодого бойца» прошла на днях на Аллее Славы. Уже в пятнадцатый раз ребята отжимались, переправлялись по веревке через воображаемую «реку», спасали «раненых» товарищей, собирали и разбирали автоматы, соревновались в правдивости противопожарной безопасности. Игру организует и проводит в Каменске-Уральском центр дополнительного образования. Участвуют в ней шестиклассники. Этапы простые, понятные – часть из них знакома и взрослым по игре «Зарница», которую массово проводили в советских школах.

В этом году участие принимали 26 команд из школ Синарского и Красногорского районов. Каждая дружина показала отличные результаты. Это, говорят организаторы, итог работы педагогов и родителей. Физическая форма, скорость при принятии решений, ловкость, смекалка – в такой игре нужно задействовать всё, чтобы стать первыми. Поблажек не делают. Говорят, хорошо бы эти навыки никогда и не пригодились в жизни. Но если что-то случится, ребята точно будут готовы в нестандартным ситуациям.

В Каменске-Уральском февраль традиционно становится месяцем патриотического воспитания. Городские учреждения культуры подготовили насыщенную программу, где каждый может выбрать формат по душе: концерты и фестивали, выставки рисунков и декоративно-прикладного творчества, игровые программы, квизы и викторины, литературно-музыкальные вечера, мастер-классы, кинопоказы, встречи и спортивно-интеллектуальные турниры.

Денис КУЖЕЛЕВ





ИНТЕРЕСНО О РОССИИ



МОТИВИРОВКА?



Вице-спикер Госдумы Борис Чернышов (ЛДПР) предложил ввести субсидии на оплату услуг ЖКХ для граждан, которые на добровольной основе принимают участие в работах по содержанию имущества, в том числе помогают в уборке снега и наледи. В предложении отмечается, что механизм может работать на основе решения общего собрания собственников, которое утверждает перечень допустимых добровольных работ и их стоимость в условных трудозатратах. По мнению вице-спикера Госдумы, для предотвращения злоупотреблений следует установить предельный размер ежемесяч-

ной скидки, например, до 50% от общедомовой составляющей, и годовой лимит трудозатрат на одного человека. Контроль за процессом, согласно предложению, будет осуществляться советом дома и жилищной инспекцией. "Убежден, что данная мера будет способствовать не только справедливому поощрению граждан, но и повысит эффективность управления МКД, снизит социальную напряженность и сформирует новые модели ответственного отношения к общему имуществу", – считает Чернышов.

ВО КАК!

Израиль в 2025 году вытеснил Китай из топ-5 главных покупателей российской водки. Об этом свидетельствуют данные подведомственного Минсельхозу центра «Агроэкспорт». Так, по итогам прошлого года Израиль импортировал российской водки на 4 млн долларов. Это позволило ему подняться на пятую строчку главных покупателей данного товара, вытеснив с нее Китай. Лидером по закупкам этого алкоголя остался Казахстан, который нарастил поставки водки с 22 млн до 25 млн долларов. Второе место досталось Грузии – 6,5 млн долларов (в 2024 году – 5 млн).

Далее следуют Азербайджан (6 млн) и Армения (5,5 млн). В целом экспорт водки принес России в 2025 году 70 млн долларов (годом ранее – 56 млн). При этом на страны из пятерки пришлось более 67% всего экспорта российской водки.



ДОПРЫГАЛИСЬ?



Плата за генератор появилась в чеках украинских ресторанов. За эту вольность собственникам грозит штраф в 30% от суммы заказа. На фоне проблем с электроэнергией в украинских соцсетях уже встречаются фото подобных чеков. Как выяснило РИА Новости, плата за генератор составляет в среднем 50 гривен (примерно 90 рублей). Украинская контролирующая компания отмечает, что заведение должно предварительно предупреждать гостей об этих расходах, иначе ему грозит штраф, минимальный размер которого составляет 85 гривен (около 150 рублей), но может доходить до трети суммы каждого чека.

КОРОТКО О ВАЖНОМ...

ИЗВЕСТНЫЙ ФАКТ

Финский президент Александр Стубб постоянно забывает, что его страна была гитлеровским сателлитом и финнам это простили после Второй мировой войны. Об этом заявил зампред Совета Безопасности РФ Дмитрий Медведев в интервью ТАСС, Reuters и проекту Wargonzo. «Финляндия была разгромлена как гитлеровский сателлит – они почему-то забывают об этом, вот господин Стубб об этом все время забывает, но они были гитлеровским сателлитом...», – сказал политик. Он подчеркнул, что Советский Союз простил это финнам и начал развивать с ними добрые конструктивные отношения. Зампред Совбеза заметил, что после распада СССР отношения между Москвой и Хельсинки бурно развивались: инвестиции, туристические поездки и многое другое. Они взяли и это все сейчас зачеркнули, добавил он.

ЕСТЬ РЕКОМЕНДАЦИИ

В России могут иначе рассчитать оклады работников сферы образования. Их планируют установить в размере 70% от общей зарплаты. Такие рекомендации дало правительство России. Они составлены при участии работодателей и профсоюзов, пишет РИА Новости. Согласно документу, для уже работающих в сфере образования предлагается пересмотреть долю оклада в доходе. Соответствующие изменения направлены на повышение престижности профессии педагога, говорится в материале. Правительство России также рекомендует направлять средства на увеличение окладной части при индексации зарплат. В Госдуме тем временем предложили в разы повысить заработную плату школьным учителям. Инициатива подразумевает рост получки до 200% среднего заработка по региону работы педагога.

ЗАКОНЧИЛИ!

Рособрнадзор завершил прием заявлений на сдачу Единого государственного экзамена 2026 года, сообщает на сайте ведомства. "Второго февраля 2026 года завершился прием заявлений для участия в государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования, в том числе для участия в ЕГЭ", – говорится в сообщении. Уточняется, что изменить перечень указанных в заявлениях об участии в экзаменах учебных предметов после 2 февраля можно только при наличии уважительных причин: болезни или иных обстоятельств, подтвержденных документально.



ИНТЕРЕСНЫЙ ПОДХОД

Маленькие уральцы смогут познакомиться с разными профессиями, чтобы выбрать дело по душе. В нашем регионе стартовал новый проект «Компас профессий дошкольников» – он дополнит систему профориентации. Первые специализированные образовательные пространства открылись в 60 дошкольных учреждениях Екатеринбурга. «В Свердловской области формируется бесшовная система профориентации – с детского сада до колледжа и университета. В регионе продолжает работу проект «Уральская инженерная школа». Ребята разных возрастов знакомятся с актуальными профессиями, приобретают навыки и умения в выбранном направлении, чтобы потом продолжить обучение. Сегодня проект включает 118 школ, 33 детских сада, 54 организации среднего профобразования, 6 IT-кубов, 17 кванториумов и свыше 400 Точек роста», – сказал губернатор Свердловской области Денис Паслер. Проект «Компас профессий дошкольников» охватывает 56 профессий. Ребята от 5 до 7 лет могут попробовать себя в роли военного, ювелира, геолога, швеи, эколога, нутрициолога, артиста.

РАЗВИВАЯ КУЛЬТУРУ...

Губернатор Свердловской области Денис Паслер направил 8,3 миллиарда рублей на реализацию государственной программы «Развитие культуры в Свердловской области» в 2026 году. Кроме этого, программа будет продлена на три года. Средства будут выделены в том числе на реализацию федерального проекта «Семейные ценности и инфраструктура культуры» национального проекта «Семья». В планах на 2026 год:

- модернизация четырёх домов культуры – в Артёмовском, Североуральске, Туринске и деревне Мостовка Тавдинского округа;
- обновление трех библиотек, включая Свердловскую областную специальную библиотеку для незрячих и слабовидящих имени Д.Н. Мамина-Сибиряка в Екатеринбурге;
- начало капитального ремонта Нижнетагильской филармонии;
- модернизация Костинского историко-художественного музея в Алапаевском районе, обновление техники в музеях Лесного и Невьянска;
- обновление основной сцены Свердловской музкомедии.

«Каждый из этих объектов – важный центр культурной, творческой жизни для уральцев», – написал Денис Паслер в своих соцсетях. Также по модельному стандарту будут переоснащены муниципальные библиотеки в Сысерти, Екатеринбурге, Верхней Салде, Красноуральске и посёлке Валериановск. А в Первоуральске, посёлке Монетном и селе Ницинское откроются детские культурно-просветительские центры на базе учреждений культуры.

УСКОРЯЕМСЯ!

Денис Паслер в два раза сократил срок получения областного материнского капитала для свердловских многодетных семей. Также расширены возможности использования маткапитала. Изменения позволят быстрее и проще направлять средства на нужды семьи. «Ускорили процесс получения областного материнского капитала: теперь заявление о распоряжении средствами рассматривают за 15 дней, средства перечисляют в срок до 30 рабочих дней, а подать документы можно в любом управлении социальной политики региона. Кроме того, семьи получили возможность направлять средства на строительство жилья через эскроу-счета, что обеспечивает дополнительную защиту от рисков», – написал губернатор Денис Паслер в своих соцсетях. Напомним, областной материнский капитал предоставляется семьям, родившим или усыновившим третьего или последующего ребёнка. Сумма в 2026 году составляет 182 тысячи 493 рубля, а в случае рождения трёх детей одновременно – 272 тысячи 738 рублей. Средства маткапитала можно потратить на строительство жилья, покупку или погашение ипотечного кредита, обучение детей, оплату медицинских услуг, подключение жилых помещений к сетям электроснабжения, водоснабжения и водоотведения, газовым сетям, покупку товаров и услуг для детей с инвалидностью и другие направления. Поддержка многодетных семей – один из ключевых приоритетов областной политики и главы региона Дениса Паслера. В 2025 году выдано свыше 4,2 тысячи сертификатов на областной материнский капитал.

ПРОБЛЕМА, КОТОРУЮ НАДО РЕШАТЬ

Родительское собрание с участием иностранных граждан, чьи дети готовятся пройти тестирование на знание русского языка для поступления в учебные заведения, состоялось в одной из школ Екатеринбурга. В мероприятии приняли участие заместитель губернатора Свердловской области Василий Козлов, представители региональных и муниципальных органов власти, директора школ, руководители национально-культурных общественных организаций и родители учащихся. «Русский язык – государственный язык нашей страны и язык межнационального общения. Овладение им помогает ребёнку быстрее освоиться в школе и чувствовать себя уверенно. От того, насколько ответственно родители отнесутся к языковой подготовке своих детей, во многом зависит их будущее», – сказал Василий Козлов. Собрание прошло в формате открытого диалога. Участникам рассказали о правилах тестирования на знание русского языка, требованиях к уровню владения им, а также о действующих программах подготовки и возможностях дополнительного обучения. Напомним, с 1 апреля 2025 года зачисление в школы возможно только после успешного прохождения бесплатного тестирования по русскому языку.



ПОНЕДЕЛЬНИК
16 февраля



05.00 "Доброе утро" 16+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Но-
вости 16+
09.05 "Модный приговор" 0+
09.55 "Жить здорово!" 16+
10.40, 11.30, 01.05 Подкаст.
Лаб 16+
12.35, 18.45 "Большая игра"
16+
13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.45
"Время покажет" 16+
15.00 "Давай поженимся!" 16+
15.50 "Мужское/Женское" 16+
19.50 "Пусть говорят" 16+
21.00 "Время" 16+
21.45 Т/с "Берлинская жара"
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, 02.10 Т/с "Ключ от всех
дверей" 12+
17.00 "Малахов" 16+
21.30 Т/с "Полюби меня снова"
16+
23.40 "Вечер с В. Соловьёвым"
12+



05.00 РИМ ТВ Панорама 16+
05.30 РИМ ТВ Панорама биз-
неса 16+
05.35 РИМ ТВ Спортивная
среда 16+
06.00 Свердловское утро 12+
08.00 На страже закона 16+
08.20, 15.00 Патрульный уча-
сток 16+
09.00, 11.00, 21.00, 23.30 "Все
говорят об этом" 16+
10.00, 17.10 Д/ц "Великий раз-
лом" 16+
11.30, 01.00 Д/ц "Жизнь заме-
чательных идей" 12+
12.00 О личном и наличном 12+
13.00, 16.30, 00.00 Д/ц "Фер-
меры" 16+
13.30 Лекции П. Крашенинни-
кова 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, 20.50 Новости региона
12+
20.00, 22.30, 02.00 События
16+
20.30 Опять двадцать пять 12+
00.30 Д/ф "Рассекреченная
история" 16+



04.45, 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 "Проспект обороны"
16+



06.00 М/с "Три кота" 0+
06.30 М/с "Маша и медведь"
0+
07.55 "Тайный миллионер" 16+
10.40 Т/с "Трешка" 16+
19.00 Т/с "Не в своей тарелке"
16+
21.30 Х/ф "Сто лет тому впе-
рёд" 12+
00.25 Х/ф "Этерна" 12+



06.30 "По делам несовершен-
нолетних" 16+
07.25 "Давай разведёмся!" 16+
08.25 "Тест на отцовство" 16+
10.40, 23.20 "Понять. Про-
стить" 16+
11.45, 00.30 "Порча" 16+
12.55, 01.25 "Знахарка" 16+
13.30, 01.50 "Верну любимого"
16+
14.00, 02.20 "Голоса ушедших
душ" 16+
14.35 Х/ф "Требуется папа для
моего сына" 16+
19.00 Х/ф "Тайна одиннадцати
лет" 16+



08.00, 16.55 "Непобедимый"
12+
08.30 "Формула 1" 12+
09.00, 11.00, 14.55, 17.25 Но-
вости 16+
09.05, 13.35, 20.50, 00.00 Все
на Матч! 16+
11.05 Д/ц "Лица страны" 12+
11.25 "Лучшие из лучших" 12+
12.30 Спортивный дайджест
16+
14.35 Специальный репортаж
12+
15.00 Есть тема! 16+
16.25 Матч! Парад 16+
17.30 Громко 16+
18.55 Футзал 12+
21.15 Хоккей 12+
00.50 Футбол 6+



06.00, 08.00, 10.00, 14.00,
16.00, 18.00, 20.00, 22.00 Па-
норама 16+
06.40, 08.40, 10.40, 14.40,
16.40, 18.40, 20.40, 22.40 Па-
норама бизнеса 16+
06.50, 15.40, 21.40 Спортивная
среда 16+
07.10, 08.50, 09.50, 10.50,
12.30, 14.50, 16.50, 17.15,
20.50, 23.10 Семейная неделя
на ТВ 16+
07.40, 09.40, 13.40, 17.05,
21.10, 22.50 Каменский дайд-
жест 16+
07.50, 13.50, 19.50 Покупай
"Very White" 16+
09.30, 11.50, 15.30, 17.50,

РЫБОЛОВНИК
ОХОТНИК
ул. Стахановская, 9
Одежда и обувь
для рыбаков
и охотников.
Доступные цены

21.20, 23.00 Визит 12+
12.00, 17.00 Вовремя 16+
12.05 Разговор по существу.
Роспотребнадзор 16+
18.50 Острый вопрос 16+



07.00, 11.30 Т/с "СашаТаня"
16+
09.00 "Выжить в Стамбуле" 16+
16.00 Т/с "Праздники" 16+
19.00 Т/с "Госзащита" 16+
21.00 Т/с "Патриот" 16+
23.00 Х/ф "Свидетели" 16+
00.50 Х/ф "Родные" 16+



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 "Народный ВПК" 12+
11.35, 13.20 Х/ф "Сумка инкас-
сатора" 12+
14.30, 17.10 Т/с "Настоящие"
16+
17.00 Военные новости 16+
18.50 "Специальный репор-
таж" 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 "Два билета на днев-
ной сеанс" 12+
01.00 Х/ф "Круг" 12+

22 КНОПКА

ИСЦЕЛЕНИЕ

Бандажи. Как правильно выбрать?
Почему врачи рекомендуют их использовать не только после операций?
Чем один бандаж отличается от другого,
и на что обратить внимание при ношении?
Ответы на самые важные вопросы - в программе «Исцеление»
с магазином «Медицина и жизнь» на канале РИМ, 22 кнопка.
Не пропустите!
Просто о сложном - в эфире уже со вторника!
«Медицина и жизнь» ул. Алюминиевая, 19 (остановка площадь «Горького»)
Тел. 8-950-191-09-19

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Требуются (п. Первомайский)

ОПЕРАТОРЫ
НАЛАДЧИКИ
НА ФРЕЗЕРНЫЕ
СТАНКИ С ЧПУ

тел. 8-922-122-95-29

ТРЕБУЮТСЯ:
ТЕХНИЧЕСКИЙ СМОТРИТЕЛЬ,
ИНЖЕНЕР ПРОИЗВОДСТВЕННОГО ОТДЕЛА.
Тел. 8 (3439) 396-646



05.00 "Доброе утро" 16+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Но-
вести 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 "Берлинская жара"
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, 02.10 Т/с "Ключ от всех
дверей" 12+
17.00 "Малахов" 16+
21.30 Т/с "Полюби меня снова"
16+
23.40 "Вечер с В. Соловьёвым"
12+



05.00 РИМ ТВ Панорама 16+
05.30 РИМ ТВ Панорама биз-
неса 16+
05.35 РИМ ТВ Спортивная
среда 16+
06.00 Свердловское утро 12+
09.00, 11.00, 13.00, 23.15 "Все
говорят об этом" 16+
09.30, 01.30 Д/ц "Вместе по
России" 12+
10.00, 17.10 Д/ц "Великий раз-
лом" 16+
11.30, 01.00 Д/ц "Жизнь заме-
чательных идей" 12+

12.45 Патрульный участок 16+
14.00 РИМ ТВ Панорама 16+
16.00 Парламентский вестник
16+
16.30, 00.00 Д/ц "Фермеры"
16+
18.00 РИМ ТВ Панорама 16+
18.40 КХЛ 16+
21.30 Новости ТАУ 9 1/2 16+
00.30 Д/ф "Рассекреченная
история" 16+



04.35, 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+



06.00 М/с "Три кота" 0+
06.30 М/с "Маша и медведь" 0+
09.10 Т/с "Винодельцы" 16+
14.20 Х/ф "Культурная коме-
дия" 12+
16.20 Т/с "Не в своей тарелке"
16+
21.05 Х/ф "Последний день
Земли" 16+
23.00 Х/ф "Радиовспышка" 16+
01.05 Х/ф "Сингулярность" 16+



006.30 "По делам несовер-
шеннолетних" 16+
07.25 "Давай разведёмся!" 16+
08.25 "Тест на отцовство" 16+
10.40, 23.15 "Понять. Про-
стить" 16+
11.45, 00.25 "Порча" 16+
12.55, 01.20 "Знахарка" 16+
13.30, 01.45 "Верну любимого"
16+
14.00, 02.15 "Голоса ушедших
душ" 16+
14.35 Х/ф "Как вернуть быв-
шего" 16+
19.00 Х/ф "Последний год
любви" 16+

МАТЧ!

08.00, 16.55 "Непобедимый"
12+
08.30 Матч! Парад 16+
09.00, 11.00, 14.55, 17.25 Но-
вести 16+
09.05, 13.35, 17.30, 00.35 Все
на Матч! 16+
11.05, 14.35 Специальный ре-
портаж 12+
11.25 "Лучшие из лучших" 12+
12.30, 01.55 Футбол 6+
15.00 Есть тема! 16+
16.25 Д/с "Человек из футбо-
ла" 12+
18.20 Хоккей 12+
21.00 Смешанные единобор-
ства 16+
23.00 Бильярд 16+



06.00, 08.00, 10.00, 14.00,
16.00, 18.00, 20.00, 22.00 Па-
норама 16+
06.40, 08.40, 10.40, 14.40,
16.40, 18.40, 20.40, 22.40 Па-
норама бизнеса 16+

06.50, 15.30, 22.50 Спортивная
среда 16+
07.10, 09.40, 13.50, 17.05,
19.50, 23.20 Каменский дай-
жест 16+
07.20, 08.50, 10.50, 12.45,
14.50, 16.50, 17.15, 18.50, 23.30
Семейная неделя на ТВ 16+
07.50, 09.50, 12.35, 15.50,
19.40, 23.10 Визит 12+
11.50, 17.50 Покупай "Very
White" 16+
12.00, 17.00 Вовремя 16+
12.05 Депутатское время 16+
20.50 Острый вопрос 16+
21.50 Исцеление. Медицина и
жизнь 16+



07.00 Т/с "СашаТаня" 16+
16.00 Т/с "Праздники" 16+
19.00 Т/с "Госзащита" 16+
21.00 Т/с "Патриот" 16+
23.00 Х/ф "Сергий против не-
чисти" 18+
01.35 Х/ф "Синдром" 18+



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 Д/с "Народный ВПК" 12+
11.50, 13.20 Х/ф "В двух шагах
от "рая" 12+
14.30, 17.10 Т/с "Настоящие"
16+
17.00 Военные новости 16+
19.15 "По горячим следам" 16+
20.10 "Улика из прошлого" 16+
22.45 "Между тем" 12+
23.15 Х/ф "Чужие здесь не
ходят" 12+
00.40 Х/ф "Сельский врач" 12+

ВОДОКАНАЛ Камениск-Уральский

В АО «Водоканал КУ» требуются:

<ul style="list-style-type: none"> - Слесарь по ремонту дорожно-строительных машин и статоров - Слесарь АВР - Слесарь-ремонтник - Электрогазосварщик - Лаборант химического анализа - Токарь - Машинист насосных установок - Оператор очистных сооружений 	<ul style="list-style-type: none"> - Дворник - Специалист по котельному и газовому оборудованию - Подсобный рабочий - Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования - Слесарь КИПиА - Специалист по закупкам - Грузчик (экспедитор)
---	--

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)

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.



05.00 "Доброе утро" 16+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Но-
вости 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 "Берлинская жара"
16+
00.00 "Шоу Вована и Лексуса"
16+



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, 02.10 Т/с "Ключ от всех
дверей" 12+
17.00 "Малахов" 16+
21.30 Т/с "Полюби меня снова"
16+
23.40 "Вечер с В. Соловьёвым"
12+



05.00 РИМ ТВ Панорама 16+
05.30 РИМ ТВ Панорама биз-
неса 16+
05.35 РИМ ТВ Спортивная
среда 16+
06.00 Свердловское утро 12+
09.00, 11.00, 13.30 "Все гово-
рят об этом" 16+
10.00, 17.10 Д/ц "Великий раз-
лом" 16+
11.30 Д/ц "Жизнь замечатель-
ных идей" 28 12+
12.45 Патрульный участок 16+
13.00, 16.30, 00.00 Д/ц "Фер-
меры" 16+
14.00 РИМ ТВ Панорама 16+
16.00 Парламентский вестник
16+
18.00 РИМ ТВ Панорама 16+
18.50, 23.15 Вестник корпора-
ций 16+
19.00, 21.30 Новости ТАУ 9
1/2 16+
20.55 Новости региона 12+
21.10 Опять двадцать пять 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 "Мы и наука" 12+
01.35 Т/с "Проспект обороны"
16+



06.00 М/с "Три кота" 0+
06.30 М/с "Маша и медведь"
0+
09.05 Т/с "Виноделы" 16+
12.05 Х/ф "Я богиня" 16+
14.05 Т/с "Не в своей тарелке"
16+
21.05 Х/ф "Взрывная игра" 16+
23.05 Х/ф "Игры возмездия"
18+
00.45 Х/ф "Ип Ман" 16+
02.10 "Кино в деталях" 18+



06.30 "По делам несовершен-
нолетних" 16+
07.25 "Давай разведёмся!" 16+
08.25 "Тест на отцовство" 16+
10.40, 23.20 "Понять. Про-
стить" 16+
11.45, 00.30 "Порча" 16+
12.55, 01.25 "Знахарка" 16+
13.30, 01.50 "Верну любимого"
16+
14.00, 02.20 "Голоса ушедших
душ" 16+
14.35 Х/ф "Сколько стоит со-
весть?" 16+
19.00 Х/ф "Бежать нельзя
остаться" 16+



08.00, 16.55 "Непобедимый"
12+
08.30 Д/с "Человек из футбола"
12+

09.00, 11.00, 14.55, 17.25 Но-
вости 16+
09.05, 13.35, 17.30 Все на Матч!
16+
11.05, 14.35 Специальный ре-
портаж 12+
11.25 "Лучшие из лучших" 12+
12.30, 00.35 Футбол 6+
15.00 Есть тема! 16+
16.25 "Вид сверху" 12+
18.50 Хоккей 12+
21.30 Профессиональный бокс
16+
23.00 Бильярд 16+



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

06.40, 08.40, 10.40, 14.40,
16.40, 18.40, 20.40, 22.40 Па-
норама бизнеса 16+

06.50, 08.50, 10.50, 12.40,
17.15, 20.50, 23.10 Семейная
неделя на ТВ 16+

07.40, 09.30, 13.50, 16.50,
21.20, 22.50 Каменский дайд-
жест 16+

07.50, 12.30, 19.50 Исцеление.
Медицина и жизнь

09.20, 11.50, 13.40, 15.50,
21.30, 23.00 Визит 12+

09.40, 17.40, 21.40 Спортивная
среда 16+

12.00, 17.00 Вовремя 16+
12.05 Разговор по существу.

Силовой блок 16+
14.50, 18.50 Острый вопрос
16+

19.50 Исцеление. Медицина и
жизнь 16+



Лодки ПВХ,
широкий выбор



07.00 Т/с "СашаТаня" 16+
16.00 Т/с "Праздники" 16+
19.00 Т/с "Госзащита" 16+
21.10 Т/с "Патриот" 16+
23.00 Х/ф "Мажор в Сочи" 18+
01.10 Х/ф "Коллектив" 18+



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+
11.55, 13.20 Х/ф "Голубая стре-
ла" 12+
14.50, 17.10 Т/с "Бомба" 16+
17.00 Военные новости 16+
18.50 "Специальный репор-
таж" 16+
19.15 "По горячим следам" 16+
20.10 Д/с "Секретные матери-
алы" 16+
22.45 "Между тем" 12+
23.15 Х/ф "Тройная проверка"
12+
01.00 Х/ф "Чужие здесь не
ходят" 12+



Обращаться: ул. Рябова, 12

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



Электронная почта:
3bcei@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 измерительных приборов и специнструмента
- Контролер ОТК
- Литейщик пластмасс
- Литейщик на машинах для литья под давлением
- Маляр
- Наладчик автоматических линий и агрегатных станков
- Наладчик технологического оборудования
- Начальник технологического бюро
- Отделочник - универсал
- Обработчик изделий из пластмасс
- Оператор станков с ПУ

- Плиточник - универсал
- Прессовщик изделий из пластмасс
- Плотник
- Повар
- Подсобный рабочий
- СЛЕСАРЬ: - аварийно-восстановительных работ
- механосборочных работ
- по сборке металлоконструкций
- инструментальщик
- ремонтник
- Сборщик деталей и изделий
- Столяр
- Техник-технолог
- Техник по метрологии
- Уборщик производственных и служебных помещений
- Шлифовщик
- Экономист
- Электрогазосварщик
- Электромеханик по торговому и холодильному оборудованию
- Электромонтер по ремонту и обслуживанию электро-оборудования



05.00 Телеканал "Доброе утро"
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Но-
вости 16+
09.05 "Модный приговор" 0+
09.55 "Жить здорово!" 16+
10.40, 11.25, 13.45, 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 "Берлинская жара"
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, 02.10 Т/с "Ключ от всех
дверей" 12+
17.00 "Малахов" 16+
21.30 Т/с "Полюби меня снова"
16+
23.40 "Вечер с В. Соловьёвым"
12+



05.00 РИМ ТВ Панорама 16+
05.30 РИМ ТВ Панорама биз-
неса 16+
05.35 РИМ ТВ Спортивная
среда 16+

06.00 Свердловское утро 12+
09.00 Лекции П. Крашенинни-
кова 12+
09.30, 01.30 Д/ц "Вместе по
России" 12+
10.00 Д/ц "Великий разлом"
16+
11.00, 13.00, 21.00, 23.15 "Все
говорят об этом" 16+
11.30, 01.00 Д/ц "Завтра не
умрёт никогда" 1 16+
12.45 Патрульный участок 16+
14.00 РИМ ТВ Панорама 16+
16.00 Парламентский вестник
16+
16.30, 00.00 Д/ц "Фермеры"
16+
17.10, 00.30 Д/ф "Рассекре-
ченная история" 16+
17.35 Опять двадцать пять 12+
18.00 РИМ ТВ Панорама 16+
18.50, 20.50 Новости региона
12+
19.00, 21.30 Новости ТАУ 9
1/2 16+



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 "Мститель" 16+
00.30 "Поздняков" 16+



06.00 М/с "Три кота" 0+
06.30 М/с "Маша и медведь"
0+
08.40 Т/с "Митрич" 16+
16.55 Т/с "Не в своей тарелке"
16+
21.05 Х/ф "Сорвать банк" 16+
22.55 Х/ф "Рыцарь дня" 12+
01.05 Х/ф "Однажды в Вегасе"
16+



06.30 "6 кадров" 16+
06.35 "По делам несовершенно-
летних" 16+
07.30 "Давай разведёмся!" 16+
08.30 "Тест на отцовство" 16+
10.45, 23.20 "Понять. Простить"
16+
11.55, 00.30 "Порча" 16+
13.00, 01.25 "Знахарка" 16+
13.35, 01.50 "Верну любимого"
16+
14.10, 02.20 "Голоса ушедших
душ" 16+
14.45 Х/ф "Букет примирения"
16+
19.00 Х/ф "Сердечная анома-
лия" 16+
08.00, 16.55 "Непобедимый" 12+
08.30 "Голевая неделя" 6+



09.00, 11.00, 14.55, 17.25 Но-
вости 16+
09.05, 13.35, 17.30, 00.35 Все
на Матч! 16+
11.05, 14.35 Специальный ре-
портаж 12+
11.25 "Лучшие из лучших" 12+
12.30, 21.30 Смешанные еди-
ноборства 16+
15.00 Есть тема! 16+
16.25 "Формула 1" 12+
18.50 "Вид сверху" 12+
19.25 Баскетбол 12+
23.00 Бильярд 16+
02.00 Евротур 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, 10.50, 14.50, 16.50,
17.15, 20.50, 22.50 Семейная
неделя на ТВ 16+
07.40, 11.20, 12.30, 15.50,
21.20, 23.50 Каменский дай-
джест 16+
07.50, 11.30, 12.20, 13.50,
19.50, 21.30 Визит 12+
08.50, 12.50, 18.50 Острый
вопрос 16+
09.50, 17.05, 23.00 Исцеление.
Медицина и жизнь 16+
11.40, 17.40, 21.40 Спортивная
среда 16+
12.00, 17.00 Вовремя 16+
12.05 Штаб 16+



07.00 Т/с "СашаТаня" 16+
16.00 Т/с "Праздники" 16+
19.00 Т/с "Госзащита" 16+
21.00 Т/с "Патриот" 16+
23.30 Х/ф "Дыхание шторма"
16+
00.50 Х/ф "Крейсер" 18+



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+
12.00, 13.20 Х/ф "Приказано
взять живым" 12+
17.00 Военные новости 16+
18.50 "Специальный репор-
таж" 16+
19.15 "По горячим следам" 16+
20.10 "Код доступа" 12+
22.45 "Между тем" 12+
23.15 Х/ф "Ночное происше-
ствие" 12+
00.55 Х/ф "Тройная проверка"
12+



- ≡ Высокая заработная плата
- ≡ Обучаем рабочих 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
- МАСТЕР-ТЕХНОЛОГ
УЧАСТКА ГОРЯЧЕЙ ОБЪЕМНОЙ
ШТАМПОВКИ

Рабочие вакансии:

- ФРЕЗЕРОВЩИК
- ТОКАРЬ

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

ПЯТНИЦА
20 февраля



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 Х/ф "Слон" 18+

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 "Ключ от всех дверей" 12+
17.00 "Прямой эфир" 16+
21.30 "Ну-ка, все вместе!" 12+
00.10 "Истории Большой Страны" 12+
01.10 Х/ф "Дом где сердце" 12+



05.00 RIM ТВ Панорама 16+
05.30 RIM ТВ Панорама бизнеса 16+
05.35 RIM ТВ Спортивная среда 16+
06.00 Свердловское утро 12+
09.00, 13.30, 23.30 "Все говорят об этом" 16+
09.30 Д/ц "Вместе по России" 12+
10.00 Д/ф "Любимцы вождя" 12+
11.00 Лекции П. Крашенинникова 12+
11.30 Д/ц "Завтра не умрёт никогда" 16+
12.45 Патрульный участок 16+
13.00, 16.30, 00.00 Д/ц "Фермеры" 16+
14.00 RIM ТВ Панорама 16+
16.00 Парламентский вестник 16+
17.10 Д/ц "Великий разлом" 16+
18.00 RIM ТВ Панорама 16+
18.40 КХЛ 16+
21.10 Опять двадцать пять 12+
21.30 Новости ТАУ 9 1/2 16+
00.30 Д/ф "Рассекреченная история" 16+



04.25, 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+
16.50 "ДНК" 16+
17.55 "Жди меня" 12+
20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
22.15 Т/с "Мститель" 16+
00.20 "Своя правда" 16+



06.00 Шоу "Уральские пельмени" 16+



06.30 "По делам несовершеннолетних" 16+
07.25 "Давай разведемся!" 16+
08.25 "Тест на отцовство" 16+
10.40, 23.40 "Понять. Простить" 16+
11.45, 00.45 "Порча" 16+
12.55, 01.35 "Знахарка" 16+
13.30, 02.00 "Верну любимого" 16+
14.00, 02.30 "Голоса ушедших душ" 16+
14.40 Х/ф "Мамино счастье" 16+
19.00 Х/ф "Дом для Золушки" 16+
23.15 "Уютное утро" 16+



08.00, 16.55 "Непобедимый" 12+
08.30 "Формула 1" 12+
09.00, 11.00, 14.55, 17.25 Новости 16+

09.05, 13.35, 00.00 Все на Матч! 16+
11.05 "Небесная грация" 6+
11.25 "Лучшие из лучших" 12+
12.30, 17.30 Смешанные единоборства 16+
14.35 Д/ц "Лица страны" 12+
15.00 Есть тема! 16+
16.25 "Неизвестные страницы Кубка мира" 12+
21.25 Хоккей 12+
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, 10.50, 12.25, 16.50, 17.25, 21.40, 22.50 Семейная неделя на ТВ 16+
07.20, 12.05, 20.50 Спортивная среда 16+
07.40, 11.50, 13.50, 17.15, 21.30, 23.50 Каменский дайджест 16+
07.50, 11.40, 12.15, 17.05, 21.10, 23.00 Визит 12+
08.50, 14.50, 18.50 Острый вопрос 16+
09.50, 15.50, 19.50 Исцеление. Медицина и жизнь 16+
12.00, 17.00 Вовремя 16+

РЫБОВОДНИК
ул. Стахановская, 9
Термобелье.
Широкий выбор



07.00 Т/с "СашаТаня" 16+
20.00 "Комеди Клуб" 16+
23.00 "Stand up" 16+
00.00 "Женский Стендап" 16+



05.10 Т/с "Бомба" 16+
09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
09.20 "Ищу своих" 12+
10.05 Х/ф "Я - Хортица" 12+
11.35, 13.25 Х/ф "Дело "Пестрых" 12+
14.50, 17.10 Т/с "Барсы" 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, товарищи!" 16+
23.30 "Музыка+" 12+
00.55 Х/ф "Она Вас любит" 12+

МАУК «ДКЦ»
праздничный концерт
КО ДНЮ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

В ДЕНЬ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН

20 ФЕВРАЛЯ 19.00
БИЛЕТ - 150 р.

21 ФЕВРАЛЯ 12.00
КРАСНОГОРСКИЙ РАЗГУЛЯЙ

Концертно - развлекательная программа
Традиционные состязания - игры - конкурсы - мастер-классы - розыгрыш призов - хороводы - Сжигание чучела

0+

Ждем Вас на площади у Детского культурного центра

Наш адрес: г. Каменск-Уральский, ул. Каменская, 33, телефон: 83439-35-09-51 (5)



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 "Как на масляной неделе" 12+
11.10 "Вспомнить всё" 12+
12.15 Х/ф "Карнавал" 0+
15.05 Х/ф "Невероятные приключения итальянцев в России" 12+
17.05 "Кто хочет стать миллионером?" 12+
18.00 Вечерние новости 16+
18.20 "Ледниковый период" 12+
21.00 "Время" 16+
21.35 "Сегодня вечером" 16+
00.00 Концерт Г. Сукачёва 12+

РОССИЯ 1

05.00 "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 "Сто к одному" 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 16+
11.30 "Наши. Военкоры" 12+
12.00 Д/ф "Европа против России" 16+
13.00 "Большие перемены" 12+
14.30, 20.50 Вести. Местное время 16+
14.50 "Юмор! ..." 16+
17.50 "Привет, Андрей!" 12+
21.00 Х/ф "Ни сват, ни брат" 16+
00.40 Х/ф "Поворот на счастье" 12+



05.00, 08.00, 12.00, 15.00 События 16+
06.00 РИМ ТВ Панорама 16+
06.30 РИМ ТВ Панорама бизнеса 16+

06.35 РИМ ТВ Визит 16+

07.00, 16.30, 22.00 Лекции П. Крашенинникова 12+
07.30, 16.00 Д/ф "Рассекреченная история" 16+
10.00, 12.45, 17.30 Патрульный участок 16+
10.30 О личном и наличном 12+
11.00, 00.00 Новости ТАУ 9 1/2 16+
13.00, 20.00, 01.00 Т/с "Позывной "Стая" 16+
17.00, 22.30 Д/ц "Фермеры" 16+
17.30 РИМ ТВ Панорама 16+
18.00 Форум партии Единая Россия 12+
23.00 Д/ц "Бастионы России" 6+



04.35 Х/ф "Только вперед" 16+
06.15 "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 "Живая 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+
00.50 "Квартирник НТВ" 16+



06.00 Шоу "Уральские пельмени" 16+
07.15 М/ф "Кощей" 6+
08.50 "ПроСто кухня" 12+
10.00 "100 мест, где поесть" 16+
12.05 М/ф "Яга и книга заклинаний" 6+
14.05 М/ф "Кощей" 6+
16.00 Х/ф "Баба Яга спасает мир" 6+
17.55 Х/ф "Чебурашка" 6+
20.05 Х/ф "По щучьему велению" 6+

22.30 Х/ф "Возвращение полая Кеша" 6+
00.25 Х/ф "Сорвать банк" 16+
02.00 Х/ф "Последний день Земли" 18+



06.30 Х/ф "Мы эхо друг друга" 16+
09.40 "Уютное утро" 16+
10.05 Х/ф "Крутые повороты" 16+
14.30 Х/ф "Жертва" 16+
19.00 Х/ф "Верная жена" 16+
23.15 Х/ф "Тёмное прошлое" 16+

МАТЧ!

08.00 Профессиональный бокс 16+
09.00, 11.00 Новости 16+
09.05, 13.35, 15.25, 21.10, 00.30 Все на Матч! 16+
11.05 М/с "Чемпионы" 6+
11.25 Д/ф "Б. Робсон" 12+
14.00, 15.45, 22.20, 00.50 Футбол 6+



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+
07.50, 09.30, 15.10, 17.50, 21.30, 23.50 Каменский дайджест 16+
09.10, 15.20, 21.40 Визит 12+
09.40, 15.40, 20.50 Спортивная среда 16+
10.50, 12.50, 18.50 Острый вопрос 16+
11.50, 13.50, 19.50 Исцеление. Медицина и жизнь 16+



07.00 "Однажды в России" 16+
10.50 "Новая Битва экстрасенсов" 16+
21.00 "Конфетка" 16+
23.40 "Женский Стендап" 16+
00.40 "Конфетка" 16+



05.40 Х/ф "Волшебная лампа Аладдина" 6+
07.05 Х/ф "Голубая стрела" 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 "Мужики" 16+
11.35 "Легенды кино" 12+
12.30 "Жить после" 16+
13.15 Т/с "Последний бронепоезд" 16+
18.00, 19.20 Т/с "Барсы" 16+
22.25 Х/ф "Миссия в Кабуле" 12+
01.05 Х/ф "Приказано взять живым" 12+

ЛЫЖНЯ РОССИИ 2026
г. Каменск-Уральский
15 февраля 2026 г.

Парад открытия
Соревнования в 12-00

Лыжно-биатлонный комплекс
"Березовая роща"
ул. Красных Орлов, 2а



06.00, 10.00, 12.00 Новости 16+
06.10 "Играй, гармонь любви-
мая!" 12+
06.55 "Часовой" 12+
07.25 "Здоровье" 16+
08.30 "Золотая коллекция Со-
юзмультфильма" 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+
14.30 "30 лет вместе" 12+
16.20 Х/ф "Джентльмены
удачи" 0+
18.00 Вечерние новости 16+
19.00 "Три аккорда" 16+
21.00 "Время" 16+
23.00 Фестиваль "Своих не
бросаем" 12+

РОССИЯ 1

05.30 Х/ф "Личное дело майо-
ра Баранова" 12+
07.20 "В кругу друзей" 12+
08.00 Местное время. Воскре-
сенье 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 "Петросян-шоу" 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.
Соловьёвым" 12+



05.00, 08.00, 11.00, 22.00 Ново-
сти ТАУ 9 1/2 16+
06.00 RIM ТВ Панорама 16+
**06.30 RIM ТВ Панорама биз-
неса 16+**
06.35 RIM ТВ Визит 16+
07.00 Д/с "Святыни России" 12+
09.00 Д/с "Фермеры" 16+
10.00, 19.30 Лекции П. Краше-
нинникова 12+
10.30 Д/ф "Рассекреченная
история" 16+
13.00 Патрульный участок 16+
13.30 На страже закона 16+
14.00, 20.00, 01.00 Т/с "Позыв-
ной "Стая" 16+

16.00 О личном и наличном 12+
16.40 КХЛ 16+
17.30 RIM ТВ Панорама 16+
23.00 Д/с "Бастионы России" 6+



04.50 Х/ф "Гость" 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 сенса-
ции" 16+
19.00 "Итоги недели" 16+
20.20 Шоу "Маска" 12+
00.20 "Звезды сошлись" 16+



06.00 М/с "Три кота" 0+
06.50 М/ф "Кошей" 6+
08.40 М/ф "Бука" 6+
10.40 М/ф "Садко" 16+
12.20 М/ф "Синдбад" 6+
13.55 М/ф "Руслан и Людмила"
6+
15.50 Х/ф "Чебурашка" 6+
18.00 "Тайный миллионер" 16+
20.10 Х/ф "Мидуэй" 16+
23.00 Х/ф "Выживший" 18+
01.55 Х/ф "Будика" 18+



06.30 Х/ф "Всё равно ты моя"
16+
10.15 Х/ф "Замуж по расчёту"
16+
14.45 Х/ф "Твоё сердце в на-
дёжных руках" 16+
19.00 Х/ф "Останется вер-
ность" 16+
23.20 Х/ф "Соловейка" 16+

МАТЧ!

08.00, 23.50 Смешанные еди-
ноборства 16+
09.00, 11.00 Новости 16+
09.05, 13.35, 16.55, 23.00 Все
на Матч! 16+
11.05 М/ф "Команда Матч" 0+
11.25 Х/ф "Со дна вершины"
12+
14.25 "Неизвестные страницы
Кубка мира" 12+
14.55 Баскетбол 12+
17.15, 00.50 Футбол 6+



**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+**
**07.50, 09.30, 15.10, 17.50,
21.30, 23.50 Каменский дайд-
жест 16+**
09.10, 15.20, 21.40 Визит 12+
**09.40, 15.40, 20.50 Спортивная
среда 16+**
**10.50, 12.50, 18.50 Острый
вопрос 16+**
**11.50, 13.50, 19.50 Исцеление.
Медицина и жизнь 16+**



07.00 "Однажды в России" 16+
10.30 "Экстрасенсы. Битва
сильнейших" 16+
18.30 "Выжить в Стамбуле" 16+
21.00, 00.20 "Титаны" 16+
23.00 "Шоу Воли" 16+

РЫБЪ ОХ ЛОВ ТНИК
ул. Стахановская, 9
**Пневматика,
луки, арбалеты**



05.30 Х/ф "Дело "Пестрых" 12+
07.10 Х/ф "В двух шагах от
"рая" 12+
09.00 Новости недели 16+
09.25 "Служу России" 12+
09.55 "ВП" 12+
10.40 "Легенды армии" 12+
11.30 Д/с "Легенды госбезо-
пасности" 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 матери-
алы" 16+
16.30 Д/с "Загадки века" 12+
17.20 "Что русскому смешно..."
16+
18.00 Главное 16+
19.40 Концерт ко Дню защит-
ника Отечества 12+
22.40 Д/с "Народный ВПК" 12+
23.00 "Фетисов" 12+
23.55 Х/ф "Наградить (посмер-
тно)" 12+
01.20 "Миссия в Кабуле" 12+

ТРЕБУЮТСЯ
МЕНЕДЖЕР
КЛИНИНГА
УБОРЩИЦЫ
ПАРКОВЩИКИ
ТЕЛ. 8-950-7351-605



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

**Реагируем
Информируем
Модерируем**



КОНТРОЛЬ УЖЕСТОЧАТ?

МВД подготовило проект постановления правительства РФ, в котором прописаны меры по ужесточению контроля за системой техосмотра автомобилей, об этом сообщает «Коммерсантъ». Напомним, с 30 декабря 2021 года в России отменен обязательный техосмотр для автомобилей физлиц, используемых в личных целях. Процедуру сохранили для случаев, когда легковая машина или мотоцикл старше четырех лет переоформляется на нового собственника, а также когда вносятся изменения в конструкцию. Техосмотры по-прежнему должны проходить все без исключения автобусы, грузовики и такси. Контроль системы ТО в настоящее время осуществляет Российский союз автостраховщиков (РСА). Если у компании в течение года выявлены два нарушения, то МВД направляет материалы в РСА, который после проверки лишает оператора аккредитации, далее «разжалованного» отключают от Единой автоматизированной информационной системы технического осмотра (ЕАИСТО). При этом 70-80% диагностических карт по-прежнему продают – без осуществления фактического осмотра транспорта. В проекте постановления прописано право МВД срочно, без согласования с РСА, блокировать оператора ТО от ЕАИСТО – в том случае, если он попался на грубых нарушениях. «Изменения позволят защитить право операторов, соблюдающих законодательство в сфере технического осмотра, на добросовестную конкуренцию, а также права владельцев транспортных средств по проведению технического осмотра в установленном порядке», – говорится в пояснительной записке к документу. Также планируется ужесточить контроль за техосмотром машин такси. В настоящее время операторы не в состоянии определить, какой автомобиль приехал на проверку – частный или используемый для перевозки пассажиров. В постановлении прописано, что операторам ТО рекомендуется проверять каждый заезжающий на техосмотр автомобиль в системе ФГИС «Такси». Напомним, таксомоторы по действующим правилам обязаны проходить техосмотр один-два раза в год, в зависимости от возраста машины. Проект постановления правительства уже прошел стадию межведомственного согласования, далее его ждет финальное утверждение.

В ЧЕМ ПРИЧИНА?

Объем продаж новой сельхозтехники российского производства на внутреннем рынке в 2025 году составил 155,1 млрд рублей, падение относительно 2024-го – 21,1%, сообщает «Коммерсантъ» со ссылкой на аналитику ассоциации «Росспецмаш». Низкие показатели продаж сельхозтехники объясняются совпадением нескольких негативных факторов, говорит эксперт Дмитрий Бабанский из SBS Consulting. В первую очередь значительно упала рентабельность аграрного бизнеса – процесс производства подорожал, при этом цены на сельхозпродукцию выросли несущественно. Другой причиной падения спроса на сельхозтехнику стала дороговизна банковских инструментов. Лимиты на покупку машин с господдержкой выбираются очень быстро, «коммерческие» кредиты и лизинг для большинства малых

и средних сельхозпредприятий недоступны. В аатуральном выражении в 2025-м упали отгрузки практически всех видов сельхозтехники. Так, зерноуборочных комбайнов в прошлом году продали 2211 штук – на тысячу меньше, чем в 2024-м. Сельхозтракторов отгрузили 2773 штуки (в 2024-м – 4027). Упала реализация зерноочистительных машин, косилок, кормоуборочных комбайнов. Продажи импортных сельхозмашин в РФ также рухнули – на 35%. Предпосылок для улучшения ситуации в 2026 году на рынке не видно, отмечает «Коммерсантъ».

ХОРОШИЙ ПРИМЕР

Покупатель автомобиля в Артемовском (Свердловская область) через суд вернул деньги, потраченные на навязанную услугу в салоне, а также получил компенсацию. В августе 2025-го мужчина купил в кредит новый кроссовер Kaiyi X3. В процессе заключения сделки он был вынужден подписать еще один договор – лицензионное соглашение на некую услугу «Автопомощник» стоимостью 192 тысячи рублей. Сумма была автоматически списана с его кредитного счета в банке. Автомобилист пошел в суд, требуя вернуть не только деньги по договору, но и взыскать проценты за пользование чужими средствами, штраф 50% от этой суммы, а также 30 тысяч рублей в качестве компенсации морального вреда. В конечном счете суд с доводами покупателя автомобиля согласился, присудив ему всю стоимость навязанной услуги (192 тысячи рублей), штраф (96 тысяч рублей), компенсацию морального вреда (10 тысяч рублей) и процент за пользование чужими средствами (3,4 тысячи рублей). Отметим, что с 9 января в России выросли штрафы за навязывание дополнительных товаров и услуг. Величина взыскания для должностных лиц и индивидуальных предпринимателей составляет от 50 до 150 тысяч рублей (было от 2 до 4 тысяч), для юридических лиц – от 200 до 500 тысяч рублей (было от 20 до 40 тысяч).

НЕ БУХАНКА, А ТАНК!

Компания «Евраком» из Балашихи разработала специальную бронированную версию УАЗа «Буханки». Помимо прочего, машина оснащена противосколочной защитой. Автомобиль предназначен для использования на фронте, в том числе для санитарных и логистических задач. Для новой «спецбуханки» разработали композитную броню из материала СВМПЭ. Кузов защищен «капсулой», бронированы периметр, крыша, пол, двери, передняя часть. Класс защиты – Бр3, то есть автомобиль способен выдерживать обстрел из автоматов АК-74 и АКМ (пулями со стальным нетермоупрочненным сердечником). В салоне установлены специальные противосколочные маты. По линии окон дополнительно используются листы бронестали класса Бр2, что увеличивает класс защиты от осколков в 1,5-1,7 раза. Лобовое стекло также защищенное. В шинах сделаны вставки аварийного пробоя (машина сохранит возможность передвигаться даже после прострела покрышек). Дополнительно защищены спинки передних сидений. Относительно стандартной «Буханки» снаряженная масса спецмашины повышена лишь на 228 кг, то есть грузоподъемность составляет около 550-600 кг.



НАШИ ДЕТКИ



АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

«Залипание» детей в мобильных гаджетах – типичная картина, которую сегодня наблюдают многие родители. Очень горько, что телефон или планшет заменяют ребенку лучшего друга, что семейным прогулкам, путешествиям, активным играм дети предпочитают виртуальный мир. Самая большая проблема в том, что увлечение гаджетами приводит к тому, что ребенок теряет интерес к реальной жизни, отстает в развитии, не умеет получать радость от общения с окружающими людьми, близкими. Да, сегодня растить детей без смартфонов проблематично, но главная задача родителей сводится к тому, чтобы помочь детям найти здоровый баланс между гаджетами и реальностью.



А ЧТО ЖЕ ЗВЕЗДЫ?

★ Стив Джобс – основатель Apple, человек, изменивший мир технологий, ограничивал своим детям время с iPad! Он понимал, какую мощную силу притяжения имеют эти устройства, и предпочитал, чтобы его дети читали книги и общались вживую, а не сидели у экранов.

★ Телеведущий Андрей Малахов и его супруга сознательно не включают телевизор своему маленькому сыну и максимально ограничивают цифровую среду вокруг него. Вместо мультиков на планшете – совместное чтение книг, лепка, рисование и музыка.

★ Американская актриса Джулия Робертс с супругом практикуют строгий контроль над использованием современных технологий – их дети получили доступ к первым телефонам и гаджетам намного позже, чем сверстники. Такой подход стал частью родительской стратегии защиты детей от раннего погружения в цифровой мир.

★ Филипп Киркоров также относится к гаджетам с большой осторожностью. Во время путешествий он забирает у сына и дочери смартфоны, чтобы они могли полюбоваться красивыми пейзажами и пообщаться друг с другом.

★ Одна из самых эпатажных звезд Мадонна своим детям дала первый смартфон только в 16 лет!

ЕСЛИ КОНТРОЛЯ НЕ БУДЕТ...

Если пустить на самотек ситуацию с гаджетами, полностью пожившись на «самостоятельность» ребенка, будьте уверены, что общению со сверстниками, чтению книг, путешествиям он предпочтет общение в сети, игры. И такая нездоровая увлеченность может обернуться самыми неприятными и опасными последствиями. Ваш жизнерадостный ребенок потеряет интерес к учебе и любимым увлечениям, будет раздражителен и агрессивен, когда вы наконец запретите или ограничите его времяпровождение за экраном, столкнется с бессонницей и потерей аппетита, отстранится от семьи и друзей.

ТАК ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?

✓ **Не спешите покупать детям смартфоны в раннем возрасте.** Пусть ребенок сначала познакомится с реальной жизнью. Читайте книги, отправляйтесь в путешествия, знакомьтесь с местностью, в которой живете, предоставляйте возможность общаться со сверстниками и т. Здесь девиз должен быть такой: «Чем позже, тем лучше!»

✓ **Контролируйте.** Учтите, что свобода должна быть пропорциональна ответственности и самоконтролю. Начинать с минимума. Например: «Я даю тебе телефон на 15 минут, если ты возвращаешь его вовремя, значит, держишь ситуацию под контролем».

✓ **Место пользования.** Обсудите, где можно пользоваться гаджетом, например, в гостиной или в комнате ребенка, если она у него есть. Нельзя смотреть мультфильмы во время еды.

✓ **Цель использования.** Решите вместе, для чего ребенок будет использовать гаджет: для просмотра обучающих видео, рисования, общения с друзьями по видеосвязи.

✓ **Будьте примером.** Если ребенок постоянно видит перед собой уткнувшихся в телефон взрослых, то он будет копировать их поведение. Совет до боли прост – начните с себя! Когда вы дома, меньше смотрите в телефон.

✓ **Заинтересуйте альтернативой.** Предлагайте настольные и уличные игры, пешие или велосипедные прогулки, совместное приготовление сладостей к чаю. Пусть ребенок предложит свои идеи, и вместе решите, как их воплотить в жизнь.

Задача родителей – «держать руку на пульсе», оказывать детям помощь в поиске интересных увлечений и занятий без смартфонов и планшетов. Вы можете доказать на практике, что никакие гаджеты не могут стать заменой реальной жизни!



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ



ПЕНСИЯ = СТРЕСС?

В 60-65 лет многие молоджавые и полные энергии люди уходят на заслуженный отдых. Казалось бы, наступает прекрасная пора: не нужно каждое утро просыпаться под назойливый звон будильника и целый день решать почти невыполнимые задачи. Но часто вместо чувства свободы новоиспеченный пенсионер начинает испытывать серьезные психологические проблемы. Почему так происходит и чем помочь человеку в этот нелегкий период?



ЧТО ТАКОЕ ПЕНСИОННЫЙ СТРЕСС?

Пенсионный стресс – это состояние адаптации к изменившемуся образу жизни после завершения профессиональной деятельности. Он не является психическим расстройством, но может вызывать эмоциональное напряжение и влиять на физическое самочувствие. Психологи выделяют несколько типичных фаз адаптации к жизни после выхода на пенсию.

Предпенсионная фаза. Начинается еще в процессе трудовой деятельности, в момент осознания факта, что пенсия не за горами.

Фаза эйфории. Недолгий период, вызванный обретенной свободой от обязанностей.

Фаза разочарования. Иллюзия радужной жизни на пенсии исчезает, появляется снижение настроения, ощущение пустоты, тревога, связанная с неспособностью адаптироваться к новым условиям.

Фаза переориентации. Человек придумывает себе занятия, пытается найти новый круг общения. Стрессовая ситуация становится менее травмирующей, но психика все еще страдает.

Фаза принятия нового статуса и адаптации к ситуации или фаза физического и эмоционального истощения. Завершающая стадия адаптации может проходить по двум сценариям: принятие нового социального статуса и формирование устойчивого чувства удовлетворенности либо, напротив, развитие физического и эмоционального истощения, если адаптация к изменившимся условиям не происходит.

КАК РАСПОЗНАТЬ ПЕНСИОННЫЙ СТРЕСС

Насторожить должны такие симптомы:

- чувство внутреннего напряжения, тревоги, неудовлетворенности;
- раздражительность, вспышки гнева или слезливость;
- попытки быть активным (походы в кино, прогулки), сменяющиеся периодами затворничества;
- постоянные разговоры об одиночестве, скуке, воспоминания о трудовой деятельности;
- отрицание эмоциональных проблем;

- фрустрация (состояние, возникающее в ситуации несоответствия желаний имеющимся возможностям), в котором преобладают бескомпромиссность, недовольство собой, разочарование, ориентация на мнение окружающих;

- пассивность, нежелание принимать решения и начинать что-то новое, что ведет к депрессии и еще большей изоляции, ускоряет процессы старения;

- вегетативные проявления стрессового расстройства: нарушения сна, перепады артериального давления, головокружения, одышка.

КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ СПРАВИТЬСЯ С ПЕНСИОННЫМ СТРЕССОМ?

1 Психотерапия и психологическая поддержка. Работа с психологом нацелена на выявление и устранение причин, порождающих стрессовую ситуацию. В случае пенсионного стресса необходимо подобрать новый стиль жизни, научиться справляться с тревогой, определить новые цели, изменить отношение к тем аспектам, на которые невозможно повлиять, скорректировать мировоззренческие представления.

2 Укрепляющие и профилактические мероприятия. Поддержание физического и психического здоровья помогает адаптироваться к изменениям. Соблюдайте регулярный режим сна и питания. Ежедневно выполняйте посильные физические упражнения (ходьба, гимнастика, плавание). Физическая активность способствует выработке эндорфинов и дофамина, которые естественным образом улучшают настроение и снижают уровень стресса. Занимайтесь творчеством, садоводством, волонтерством или другими видами деятельности, которые приносят радость. Поддерживайте социальные связи – общение с близкими, участие в клубах по интересам.

3 Медицинская помощь. В некоторых случаях при выраженных тревожных или депрессивных проявлениях может потребоваться медикаментозная поддержка. Назначение лекарственных средств (антидепрессантов, седативных препаратов и так далее) проводится только врачом с учетом возраста, общего состояния здоровья и сопутствующих заболеваний. Самолечение недопустимо.

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ РАЗВИТИЕ ПЕНСИОННОГО СТРЕССА?



- Заблаговременно планируйте предстоящие изменения: продумайте режим дня, хобби, возможные подработки или волонтерскую деятельность.

- Сохраняйте физическую активность и социальные контакты.

- Развивайте новые навыки – изучайте технологии, языки, искусство.

- Следите за эмоциональным состоянием и не стесняйтесь обращаться за помощью.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выход на пенсию не конец активной жизни, а начало ее нового, осознанного этапа. Пенсионный стресс требует внимания и со стороны самого человека, и со стороны общества. Такое состояние вполне преодолимо. Грамотный подход к этому этапу в жизни может превратить его в новый насыщенный период развития личности.

ОПЕРАТОР УВЕЛИЧИЛ ДОЛЮ ПРОТЕСТИРОВАННЫХ SIM-КАРТ С РОССИЙСКОЙ ОС



МегаФон нарастил долю SIM-карт с российской операционной системой — сегодня на отечественные решения приходится уже более 50% всех SIM-карт, закупаемых оператором. Их тестирование и валидация проходят в собственной лаборатории компании.

SIM-карты с российским программным обеспечением по своим характеристикам не уступают зарубежным аналогам — как с точки зрения безопасности, так и по пользовательскому опыту. При этом ПО отечественных SIM-карт полностью совместимо с существующей телеком-инфраструктурой МегаФона и алгоритмами идентификации абонентов.

SIM-карты тестируются по 10 ключевым критериям. Среди них — корректность регистрации в сети, соответствие международным стандартам, стабильная работа в сетях 2G, 3G, 4G и VoLTE. Также проверяется работа апплетов — микропрограмм, обеспечивающих

дополнительные сервисы для абонентов. Испытания проводятся на большом количестве моделей смартфонов, а также в роутерах, планшетах и умных часах, что позволяет подтвердить стабильную работу в различных устройствах.

Полный цикл тестирования занимает меньше шести месяцев — это один из самых быстрых процессов вывода продукта на рынок. За этот период вендор получает технические требования, SIM-карты проходят промежуточные тестирования, и по их итогам поставщик их дорабатывает. После завершения всех этапов SIM-карты допускаются к коммерческому использованию. Требования к профилю SIM-карт регулярно обновляются с учётом потребностей бизнеса и изменений в законодательстве.

Помимо SIM-карт, в лаборатории МегаФона проводится комплексное тестирование абонентского оборудования — смартфонов, кнопочных телефонов, планшетов, ноутбуков, роутеров, модемов и смарт-часов. Например, один смартфон проходит около 250 тестов за четыре дня. Проверяются качество голосовой связи, передача данных, работа в сетях разных поколений, Wi-Fi, Bluetooth, VoLTE, VoWiFi, а также поддержка eSIM. Тестирование проводится как для собственных задач МегаФона, так и по заказу различных производителей оборудования, выходящих на российский рынок. В розничную сеть попадают только устройства, полностью соответствующие требованиям оператора.

Лаборатория МегаФона (Центр по исследованию и тестированию оборудования) была создана в 2008 году в Санкт-Петербурге. Ежегодно в ней тестируется примерно 150 наименований различных устройств. В помещении лаборатории имеются специальные экранированные комнаты, защищённые от внешнего электромагнитного воздействия, а инфраструктура включает собственные базовые станции, ядро сети (2G/3G/4G) и транспортный сегмент для выхода в интернет.

КОМПАНИЯ «КЕЙТЕРИНБУРГ»: К МАСЛЕНИЧНОЙ НЕДЕЛЕ ГОТОВЫ!



Старожилы говорят: «Масленица нынче ранняя!» А для нас это только в радость. Чем раньше воздух наполнится ароматом свежеспечённых блинов, золотистых, румяных, щедро смазанных маслом, тем острее ощущение, что весна уже совсем рядом.

Особенно радуется, конечно, детвора. Даже самые серьёзные и «взрослые» школьники с удовольствием участвуют в масленичных забавах, провожают зиму и лакомятся любимым угощением. Масленицу любят, ждут и встречают с настроением — и это неудивительно.

Приятно, что сегодня в школах стараются не просто рассказать детям о традициях праздника и его значении, но и формировать культуру празднования, в том числе через еду.

«Для нас важно быть частью школьной жизни, — рассказывает Виктория Коновалова, Управляющая социальным сектором компании «Кейтеринбург», которая только в нашем городе обеспечивает питанием 31 школу. — Просто накормить ребят вкусно и полезно — это лишь половина задачи. Нам хочется, чтобы каждый поход в столовую становился маленьким событием, приносил радость и создавал настроение».

И с этим в компании, надо сказать, справляются успешно. В других городах присутствия «Кейтеринбурга» Масленица с блинами и начинками — традиция уже привычная и, главное, долгожданная для ребят. Оно и понятно: блины здесь получаются пышными, нежными, румяными — такими, какие дети любят больше всего.

«Если взять все объекты в разных городах, а их у нас более 750, масштабы впечатляют, — продолжает Виктория — Только представьте: в один день мы готовим сотни тысяч блинов! Начинки — самые любимые у наших юных гостей: вишня, творог, малина, клубника. Русская кухня даёт простор для фантазии».

В компании уверены: у каменских школьников эта традиция обязательно приживётся и станет одной из самых любимых. Сотрудники улыбаются: в течение всей Масленичной недели предстоит выпекать по 19 тысяч блинов ежедневно. Задача непростая, но выполнимая — оборудование современное, процессы отлажены, команда опытная.

А школьникам остаётся только дожидаться Масленичной недели, чтобы попробовать те самые блины — нежные, румяные, домашнему вкусные. Такие, какие пекут любимые мама и бабушка.

