

**ТВ**  
ПРОГРАММА  
с 27 февраля  
по 5 марта

Розыгрыш призов – в эфире ОблТВ 24 февраля в 17 часов!

# Пенсионер

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ

№ 8 (1134)  
22 февраля 2023 г.

Дежурный  
по номеру



Мы продолжаем практику общения с читателями. Кого из известных людей вы хотели бы увидеть на страницах газеты?

Ваши звонки принимаются с 23 по 28 февраля. Звоните с 10 до 16 часов.

8-912-229-31-01  
Наталья Александровна Горбачёва

## ПРОСТРАНСТВО ВИРТУАЛЬНОЕ, НО МОШЕННИКИ – РЕАЛЬНЫЕ

### КАК ЗАЩИТИТЬ СВОИ ДЕНЬГИ?

Елена Зинковская  
Фото из открытых источников  
insurancejournal.com  
thumbs.dreamstime.com  
img1.teletype.in

В современном мире человек с утра до ночи погружен в цифровое пространство – Интернет, социальные сети, всевозможные приложения. Виртуальность вместе с неоспоримой пользой приносит в нашу жизнь и огромные риски. В том числе – получение доступа к ресурсам граждан, кражи их персональных данных, вымогательство денег...

Об этом шел разговор на форуме «Кибербезопасность в финансах», который впервые состоялся в Екатеринбурге 15-17 февраля. Организатором форума выступил Банк России. Представители федеральных органов власти, крупнейших банков и компаний в области защиты информации, сотовых операторов, силовых структур, «Роскомнадзора», депутаты Госдумы обсуждали вопросы противодействия мошенничеству в банковской сфере, надежности финансовых организаций, безопасного внедрения цифровых технологий.

### Мошенники не дремлют

В 2022 году на финансовом рынке появилось на 85% больше мошеннических организаций в сравнении с 2021 годом. Регулятор обнаружил 2 тысячи «пирамид», 1,2 тысячи нелегальных участников рынка ценных бумаг и 1,7 тысячи «черных кредиторов». ЦБ инициировал блокировку более 756 тысяч мошеннических телефонных номеров, это в 4 с лишним раза больше, чем годом ранее. И хотя впервые за 7 лет число случаев хищения денег с банковских счетов в России сократилось на 15,3% (до 877 тысяч), но размер ущерба от действий мошенников увеличился до 14,2 млрд рублей (+4,29 %).

Больше всего потерь было в дистанционном банковском обслуживании, их общий размер составил 9,3 млрд рублей. Только жители Свердловской области в 2022 году из-за действий мошенников потеряли 1,5 млрд рублей. Некоторые свердловчане попадают на уловки мошенников несколько раз за год.

### Кто такие социальные инженеры?

«Привет! Я оказался в сложной ситуации. Можешь занять 5000 рублей до понедельника?»... Вы получали такое сообщение в соцсетях от «друзей»? Значит, вы уже сталкивались с социальной инженерией или «атакой на человека», это – совокупность психологических и социологических приёмов, которые позволяют получить конфиденциальную информацию. Мошенников, которые используют их на практике,



называют социальными инженерами. Пытаясь найти доступ к ценным данным, в том числе – финансам, они мастерски манипулируют людьми, играя на их чувствах, обманывая или шантажируя их. Человеческий фактор по-прежнему остаётся слабым звеном в любой системе защиты.

Схемы их действий знакомы многим: телефонный звонок, во время которого злоумышленник, пред-

ставляясь сотрудником банка или правоохранительных органов, сообщает, что «ваш родственник попал в ДТП». Он пытается узнать у абонента конфиденциальную информацию. К сожалению, многие люди доверчиво рассказывают социальным хакерам всё, что им нужно.

Окончание на 2-й стр.

# ПРОСТРАНСТВО ВИРТУАЛЬНОЕ, НО МОШЕННИКИ – РЕАЛЬНЫЕ

Окончание. Начало на 1-й стр.

## Старые центры и новые уловки

Заместитель председателя правления «Сбера» Станислав Кузнецов сообщил, что чаще всего звонки от мошенников, выдающих себя за «службы безопасности банков», поступают с территории Украины. Столицей телефонного мошенничества является город Днепр. На пике в Днепре работало около 1100 колл-центров, сейчас – около 150. «Само телефонное мошенничество возникло не так давно. Примерно в 2016 году мы стали понимать, что это – социальное бедствие», – продолжил эксперт.

Внутри России кибермошенничество процветает из-за недобросовестных региональных телеком-компаний, которые нарушают закон, торгуя телефонными номерами без документов. Для решения этой проблемы представитель банка предложил инвестировать ресурсы в создание единого автоматизированного подхода к защите от телефонного мошенничества, который смогут безвозмездно использовать все банки. «Сегодня «Сбер» инвестирует в киберграмотность, рассказывая клиентам, какие операции надежны, а какие могут быть сомнительными», – подчеркнул Станислав Кузнецов.

Примеры новых обманных схем привела аналитик группы анализа внешних цифровых рисков компании «ИнфосистемыДжет» Екатерина Бакулина. Россияне все чаще совершают покупки через Интернет, злоумышленники этим пользуются, постоянно придумывая новые уловки. Под видом покупателей торговых площадок они оставляют отзы-



Эльвира Набиуллина

вы о товаре, в которых пишут, что якобы нашли тот же товар дешевле в другом месте. И тут же мошенники размещают ссылку в надежде, что заинтересовавшийся покупатель перейдет по ней. Если гражданин перейдет по ссылке, то увидит множество ярких объявлений о скидках. Но когда человек оформит покупку товара по очень привлекательной цене, его деньги уйдут мошенникам, а товар он не увидит. Чтобы не потерять деньги, нельзя переходить по подозрительным ссылкам в комментариях и отзывах.

## Банки тоже в ответе

Одним из спикеров форума «Кибербезопасность в финансах» стала председатель Банка России Эльвира Набиуллина. На вопрос «Должен ли банк хотя бы частично возместить ущерб клиентам, которых обманули мошенники?» она ответила положительно: «Банки должны отвечать перед клиентами. Человек более беззащитен, чем такие мощные организации».

Заместитель председателя правления «ВТБ» Вадим Кулик возразил: «Если клиента 10 раз предупредили, а

он все равно пошел в кассу, если есть доказательства, что клиент был предупрежден о возможном обмане, то непонятно справедливость возмещения ущерба». К его мнению присоединился и Станислав Кузнецов: «Если после всех предупреждений клиент снял деньги и отвозил мошеннику, банк не должен нести ответственность».

«Системы защиты от мошенников могут создать только сами финансовые институты, – подчеркнула Эльвира Набиуллина. – Если мы знаем, что это – счет мошенника, надо блокировать поступление на него средств». Глава Центробанка считает, что в 2023 году может произойти перелом в ситуации с мошенниками, которые убеждают своих жертв сообщить им ценные данные, необходимые для похищения средств со счета: «Когда я говорю «перелом», я подразумеваю, что ущерб населению начнет падать. Сейчас он растет. Проблема запущенная. Не хотелось бы, чтобы получение финансовых услуг у населения ассоциировалось с риском мошенничества, чтобы люди каждый раз гадали, действительно ли им звонят из банка».

## В группе риска – все

Пожилые люди входят в число тех, кого особенно часто обманывают социальные инженеры. Но при этом специалисты составили портрет потенциальной жертвы мошенничества. И это – не бабушка, а мужчина от 25 до 44 лет, со средним образованием, средним уровнем дохода, проживающий в городе.

«Мошенники бесконечно изобретательны. Они давно выработали инструменты распознавания и цепляют только за тех, кто явно уязвим», – отме-

тил Игорь Ашманов, специалист в сфере кибербезопасности, член совета при Президенте по развитию гражданского общества и правам человека. – Любый человек, не только пожилой, и определенный жизненный период – болезнь, стресс, какая-то личная катастрофа – бывает уязвим перед мошенниками, даже если у него есть необходимые знания». Поэтому, считает эксперт, нужна базовая безопасность, обеспечить которую должно государство.

## Инструменты защиты

К числу мер, принимаемых государством, относятся разработка программы по повышению финансовой грамотности населения, формирование и развитие культуры информационной безопасности. Прорабатывается законопроект о введении штрафов за утечку персональных данных. Одна из идей – возможность для клиента банка установить самозапрет на выдачу ему онлайн-кредитов, чтобы появилась дополнительная защита, поскольку много мошеннических схем происходит в системе онлайн-кредитования. Люди часто вообще не догадываются, что на них оформлен кредит, узнают об этом, лишь обратившись по какой-то необходимости в банк.

При участии Банка России подготовлен законопроект, который предусматривает введение двухдневного «периода охлаждения». В течение этого времени банки будут обязаны не принимать возмущения клиентов по переводам средств на реквизиты предполагаемых мошенников из специальной базы Банка России. Сейчас поправки к федеральному закону №161 «О национальной платежной системе» находятся на рассмотрении в Госдуме.

# О КОМПЕНСАЦИЯХ ЗА «КОММУНАЛКУ»

## НОВОСТИ ЖКХ

Департамент информполитики

## Свердловские депутаты обсудили новые правила расчёта за услуги ЖКХ в Свердловской области.

Министр энергетики и ЖКХ Свердловской области Николай Смирнов напомнил, что индексация тарифов на коммунальные услуги – ежегодная процедура, направленная на обеспечение бесперебойной работы коммунальной инфраструктуры. «Если не индексировать плату, невозможно поддерживать оборудование в рабочем состоянии, проводить его модернизацию и оперативно реагировать на аварийные ситуации», – сказал министр.

В ноябре 2022 года Правительство России приняло решение пересмотреть тарифы на коммунальные услуги с 1 декабря 2022 года. В Свердловской области рост платы был установлен в пределах 9,5 процента.

Также в связи с решениями Федеральной антимонопольной службы отменены действовавшие в Среднем Урале с 1995 года порядок применения ночного тарифа для выходных и праздничных дней. Сейчас для всех потребителей Свердловской области установлен 1-тарифный расчет. В передаче показаний для потребителей ничего не меняется: владельцы 2-тарифных счетчиков по-прежнему сдают ночные и дневные показания. Управляющие и сбытовые компании сами суммируют показания до единого тарифа.

Жителей сейчас интересует контроль за правильностью начислений и условия перепрограммирования счетчиков. Заместитель директора департамента «Госжилнадзора» Свердловской области Наталья Миленина отметила, что перепрограммирование приборов учета осуществляется по заявке потребителей в адрес энергосбытовых компаний без взимания платы. Департамент уделяет особое внимание правильности начислений за коммунальные услуги и контролирует индексы роста платы граждан. «Во

все муниципалитеты, управляющие организации направлено предупреждение о недопустимости превышения установленных законодательством предельных индексов роста платы за коммунальные услуги», – сказала Н. Миленина.

Интересовались депутаты и изменениями в расчетах за капитальный ремонт. ФАС и минЖКХ постоянно ведут мониторинг цен на материалы, которые применяются при капремонте, и оценивают стоимость работ. Если цены на строительном рынке будут оставаться в нынешних пределах, то и ставка не будет меняться.

В Свердловской области действуют льготы и субсидии на оплату коммунальных платежей. Процент компенсации рассчитывается для каждого муниципалитета отдельно в зависимости от действующих коммунальных тарифов. С 1 января 2023 года размер компенсации увеличен на 3-5%. «Мы увеличиваем размер компенсации на 3-5 процентов из-за повышения с 1 января ставки за капремонт. Это – второе повышение за три месяца: в декабре региональный стандарт был увеличен на 9

процентов», – сказал министр энергетики и ЖКХ Свердловской области Н. Смирнов.

Региональный стандарт определяет размер субсидии на оплату ЖКХ семьям, у которых размер платы за жилищно-коммунальные услуги превышает 22% от общего дохода семьи. Доход складывается из зарплат, пенсий, стипендий, алиментов, ежемесечных пособий по уходу за ребенком и прочего заработка. Получить льготу также могут одиноко проживающие жители, имеющие среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума, размер платы за жилищно-коммунальные услуги которых в совокупном доходе превышают 12%. В любой момент свердловчане могут обратиться за поддержкой. Необходимо прийти в администрацию своего муниципалитета, чтобы заявиться на субсидию.

Определить, какие льготы положены жителям региона в разных ситуациях, можно, обратившись в территориальные управления социальной политики и местного самоуправления, или по Единому социальному телефону: 8-800-300-81-00, звонок бесплатный.

# ЧЕГО ВАМ НАДОБНО, «СТАРШИЕ»?

Мы завершаем реалити-шоу «Старшие». И на прощание узнали у участников, о чем бы они попросили золотую рыбку. Не сговариваясь, они оказались очень близки в ответах. Не удивимся,

если вам, дорогие читатели, будет не просто на этот раз выбрать любимчика. Тем не менее, обязательно голосуйте! Ваше мнение готов зафиксировать дежурный корреспондент, чей

телефон традиционно опубликован на первой странице газеты. Также с 22 по 27 февраля открыто голосование в специальной группе «Старшие/Реалити-Шоу», доступной в соцсе-

ти «ВКонтакте» по адресу: [vk.com/event216498926](https://vk.com/event216498926).

Расскажите, кого вы видите победителем проекта? Итоги мы подведем уже в следующем номере!

## О чем просить, не знаю...

Павел Владимирович Цереня, г. Екатеринбург:



– Шутки ради попросил бы, чтобы все желания сбывались. Но рыбка, конечно, такое бы не исполнила. Вообще, с ходу сообразить сложно. Думаю, начал бы с такого: чтобы я и мои близкие жили долго, были здоровы и умерли неожиданно и без мук. Объясняя это тем, что мой жизненный опыт, перенесенный инсульт, инвалидность заставляют меня бояться не смерти, а боли, беспомощности.

Очень хочется пожелать мира во всем мире, но сразу вспоминаю повесть братьев Стругацких «Трудно быть богом». На мой взгляд, многие диалоги из этой повести нужно заучивать наизусть в школе. В частности тот, когда главный герой дон Румата предлагает доктору Будаху дать совет богу, если бы он был перед ним. И вот тот просит: чтобы сильные, богатые не обижали и не грабили слабых и нищих, а еще лучше – «убери всех негодяев». Румата объясняет ему, что тогда их место займут сильнейшие из слабых, самые величайшие из бедных, и ничего не поменяется. Будах выносил все новые и новые предложения, а главный герой отвергал их. Просил материальных благ для всего человечества, но Румата отвечал, что довольная жизнь

превратит людей в домашних животных. Доктор просил, чтобы все жители планеты стали добрые и мирные, чтобы им ничего плохого не приходило в голову. А главный герой отказывал, поскольку такое предложение значит уничтожить одно человечество и заменить его другим. Наконец, Будах отчаялся и пожелал, чтобы бог просто оставил людей в покое. Но сердце бога полно жалости и любви и, несмотря на свое всемогущество, он никогда не исполнит такого желания.

Все-таки вторым желанием я попрошу, но, наверное, не золотую рыбку, чтобы жестокости на земле стало меньше. Чтобы Бог, не уничтожая нас, каким-то ему одному доступным образом сделала нас добрее и совершеннее. Конечно, я понимаю, что если мы сталкиваемся со страданиями, с испытаниями, то это – для того, чтобы воспитать и возвысить наши души, чтобы обрести счастье. Но я все равно прошу, чтобы Бог не оставлял нас и помог нам здесь, на земле, стать другими, как бы это ни было глупо.

В этом смысле первое мое желание – глупость. Ведь я пришел к вере, покою и радости через несчастье и физические страдания. И болезнь и скоропостижная смерть близких может научить нас чему-то очень важному, дать что-то нашей душе. В сущности, оба моих желания можно заменить одним: пусть все будет по воле Божьей.

А третьего мне не надо... Конечно, как астроному мне было бы интересно оказаться в космосе, познать тайны Вселенной. Верю, что сумею воплотить подобные мечты после смерти, когда мое сознание не будет иметь границ, ведь наши физические тела – только пиджаки, которые души надевают, рождаясь на земле. А материальные блага, мелкие желания – это самообман. Конечно, мне случается с завистью смотреть на людей, которые, например, ездят покорять горы. Но я ценю то, что имею, то, что обрел через свою физическую немощь.

Я горд и польщен, что участвовал в проекте «Старшие», по-настоящему приклеп к газете «Пенсионер» за эти месяцы. Если хоть кого-то тронул своими размышлениями, то я по-настоящему счастлив. Спасибо!

## Мои желания простые и понятные

Ирина Ледиктовна Чугунова, г. Серов:



– Первое желание – чтобы все родные и близкие были здоровы. Думаю, этого пожелает каждый, особенно в наше непростое время, когда совсем недавно прошла пандемия. Хотя, конечно, в моей семье ценность здоровья понимают, все хотят подольше быть активными.

Второе – чтобы у меня появились внуки, уж больно хочется поначить. Это желание я загадываю давно, всем «золотым рыбкам». У большинства подруг внуки уже есть, у кого-то – совсем большие. И я чувствую, что, несмотря на годы, у меня есть и силы, и здоровье, и возможности еще есть, мне кажется, что сейчас – самое время мне стать бабушкой. Но у сына с супругой другая точка зрения. Я не стану их переубеждать и навязывать свои желания: пусть все будет, как будет. Главное – чтобы они были готовы завести детей, чтобы это было их обоюдное желание, их долгожданное счастье. Ребенок ни в коем случае не должен быть в тягость!

Последнее желание, хотя по важности, наверное, оно должно быть первым, – это мир во всем мире. Но, думаю, о мире попросили бы абсолютно все.

А все остальное приложится. На победу в проекте «Старшие» я, к примеру, не рассчитываю, мне понравилось участвовать, но желать каких-то богатств, денег – это глупо, счастье ведь не в них. Да и самого счастья, не знаю, стоит ли желать. Это такое ситуационное состояние, зависящее от множества факторов, но прекрасное тем, что и оно – в наших руках. Пускай сегодня, к примеру, нет настроения, но поглядим, что будет завтра. Может, встретишь хорошего человека, поговоришь, и вот оно – счастье. Близких увидел – тоже счастье. Главное – подмечать и ценить хорошее!

Бывают дни, как конфетки, сладкие, На вкус приятные и гладкие. В природе уют и гармония, А в сердце звучит симфония!

Бывают дни, как таблетки, горькие, Горстью в рот, не считая, сколько их. И мир вокруг, увы, – не гармония, И в голове гремит какофония.

Вот опять рассвет брезжит ласковый. Будет ясный день или пасмурный, Как он сложится, чем наполнится, Чем забудется, чем запомнится?

А вспоминаются чаще колючие, Неприканные и горячие. Соберу букет из счастливых, Иногда через боль, но красивых.

Буду их, как конфетки, складывать. И себя иногда ими радовать!

## ЧИТАТЕЛЬСКОЕ ГОЛОСОВАНИЕ

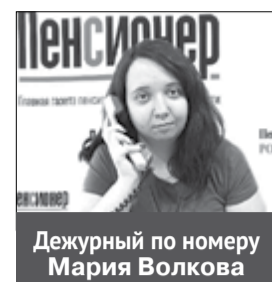
**Читательское голосование:** голосов за предыдущий тур «Как справляетесь с тревогой?» – 10.

## ЧИТАТЕЛЬСКОЕ ГОЛОСОВАНИЕ

**Читательское голосование:** голосов за предыдущий тур «Как справляетесь с тревогой?» – 21.

## ОТ РЕДАКЦИИ

Какие темы вы, уважаемые читатели, хотели бы увидеть на страницах «Пенсионера»? Напишите их в Ватсап или сообщите дежурным корреспондентам по номеру телефона: 8-992-019-56-04. Мария Волкова



ОТКЛИКИ НА ПУБЛИКАЦИИ

Говорить о своих садово-огородных планах наши читатели в большинстве оказались не готовы. Зато жалобы на управляющие компании и региональное минЖКХ, спровоцированные публикациями последних недель, лились рекой.

Пока растут только тарифы ЖКХ...

«Мечтаю о садоводческих курсах...»

По словам екатеринбурженки Татьяна Александровны, о том, как выращивать в теплице виноград, она прочла уже сотни статей. Опыт подобного обучения у нее есть: с помощью вырезок из газет и журналов ей удалось украсить свой сад розами.

показал, как и что делать, привел бы знания в систему», — объясняет Татьяна Александровна свое желание. Михаил из поселка Луговской Тугулымского района строить планы не спешит: возраст заставляет действовать с оглядкой на самочувствие.

«Коммуналку» подняли, а пенсии забыли!

«Неужели мы стали дотационной областью?» — спрашивали, будто сговорившись, жители Екатеринбурга, Ирбита, Ивделя, Красноуфимска. Причина такого вопроса — платежки с новыми тарифами на коммунальные услуги.

Дмитриевна из Ивделя. Она живет в частном доме с электрокотлом и в начале года получила колоссальный счет в 8000 рублей. «У соседней есть платежки на 10 тысяч, — уточняет она. — Как нам жить? На севере 40-градусные морозы — не редкость».

КОНКУРС ЧАСТУШЕК В РАЗГАРЕ!

АЛЛО, МЫ ИЩЕМ ТАЛАНТЫ! Редакция газеты «ПЕНСИОНЕР»

Напоминаем читателям, что Уральское ГУ Банка России и газета «Пенсионер» проводят конкурс частушек, посвященных финансовой грамотности.

Задачи конкурса: информировать пенсионеров о правилах финансового поведения, способах защиты от телефонных мошенников; привлечь к повышению финансовой грамотности большее число уральцев старшего возраста.

Конкурс проходит по 10 апреля 2023 года включительно. По итогам конкурса определяются три победителя. Обладателю 1-го места вручается сертификат одного из маркетплейсов (торговых онлайн-площадок, где можно заказать все, что понравится, на сумму сертификата) на сумму 5000 рублей, полугодовая подписка на газету «Пенсионер» и альбом с памятными монетами Банка России.

Дежурному позвонили 32 человека

из Екатеринбурга, Ирбита, Нижнего Тагила, Ивделя, Красноуфимска, Сысерти, Асбеста, Сухого Лога, Первоуральска, Каменска-Уральского, Серова, Новоуральска; Нижнесергинского, Тугулымского, Байкаловского районов.

Где найти управу на...

Управу на управляющую компанию хочет найти Владимир Васильевич из Сысерти. По его словам, УК захватила дом незаконно, на требования жильцов провести уборку или текущий ремонт отвечает угрозами перекрыть воду или отключить электричество.

Екатеринбурженка Фаина Ахметовна много лет ищет справедливости. «Ни одна женщина, работавшая в период войны в Афганистане бухгалтером войсковой части, врачом, медсестрой, не имеет льгот, хотя каждая подвергалась риску наравне с военными».

Галина Федоровна из Красноуфимска настроена решительно и намерена сама найти управу на «Ростелеком». На несколько месяцев она подключала для сына Интернет, а когда необходимость в нем отпала, пожелала услуги отключить.

Поэты на связи

Очень приятно было услышать отклики на статьи, посвященные работе с поэзией и поэтами в редакции «Пенсионера». Екатеринбургская Александра Савватеевна похвалила организацию нашей поэтической «кухни».

нились, что пропустили напечатанный ранее график публикации поэтических страничек, но хотели бы тоже попасть на страничку газеты. Напоминаю по вашим просьбам. До 23 марта принимаем шуточные стихи и стихи о весне.

Advertisement for dental services. Union Trade logo. Авторская стоматология. Несъемный протез на одну челюсть 170 000 р. цена под ключ. Явкин Сергей Рудольфович, врач стоматолог-ортопед, имплантолог, кандидат медицинских наук.

Table with TV schedule for Monday, February 27. Columns include: ПЕРВЫЙ, МАТЧ ТВ, Домашний, ТВ Центр, ТНВ, СТС, ТВ3, РЕН ТВ, ЗВЕЗДА, 4 КАНАЛ, ОТВ, 5 канал. Rows list various programs and their start times.

Table with TV schedule for Tuesday, February 28. Columns include: ПЕРВЫЙ, МАТЧ ТВ, Домашний, ТВ Центр, ТНВ, СТС, ТВ3, РЕН ТВ, ЗВЕЗДА, 4 КАНАЛ, ОТВ, 5 канал. Rows list various programs and their start times.

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 12+
09.05 АНТИФЕЙК 16+
09.40 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 УТРО РОССИИ 12+
09.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+

НТВ

04.55 Т/С «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+

ЧЕТВЕРГ, 2 МАРТА

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 12+
09.05 АНТИФЕЙК 16+
09.40 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 14.30, 21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ

НТВ

04.55 Т/С «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ГОЛЕВАЯ НЕДЕЛЯ 0+
08.30 НАШИ ИНОСТРАНЦЫ 12+
09.00, 14.55, 16.20, 00.50 НОВОСТИ

КУЛЬТУРА K

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 НОВОСТИ 16+

НТВ

04.55 Т/С «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+

Домашний

06.30, 05.05 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
08.35 ДВАЙ РАЗ РАЗДЕЛЯЕЯ 16+

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 06.30 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТ 16+

ЗВЕЗДА

09.00, 13.00, 18.00, 21.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.05 ДОКТОР И... 16+
08.35 Х/Ф «КОГДА НИБУДЬ НАСТУПИТ ЗАВТРА» 12+

4 канал

06.40, 10.00, 11.00, 12.00, 19.00 НОВОСТИ 16+

5 канал

06.20 Х/Ф «ИГРА С ОГНЕМ» 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 6+
08.00, 17.00, 19.10, 22.00, 03.25 КОНЦЕРТ 12+

ОТВ

05.00, 07.25, 09.25 СОБЫТИЯ 16+

РЕН ТВ

05.00, 18.00, 02.50 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

СТС

06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
07.00 М/Ф «ЛУНТИК» 0+
07.30, 18.30, 19.00, 19.30 Т/С «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» 12+

ТВЗ

06.00, 09.15 УТРЕННИЕ ГАДАНИЯ 16+
06.15, 05.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+

РЕН ТВ

05.00, 18.00, 02.50 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

БЕШЕНСТВО: РИСКОВАТЬ НЕ СТОИТ

БРАТЬЯ НАШИ МЕНЬШЕ

Елена Зинковская

Весной и летом многие садоводы домашних питомцев – кошек, собак, декоративных кроликов. А кто-то в садовый сезон разводит на участке курочек и прочую живность.



58 rosaphotobank.ru

Как обезопасить себя и питомцев от заражения бешенством? Как не заболеть трихинеллезом? Об этом рассказали директор департамента ветеринарии Свердловской области Евгений Трушкин и директор департамента по охране, контролю и регулированию использования животного мира Свердловской области Александр Кузнецов.

В 2022 году в нашем регионе было выявлено 28 зараженных диких животных. За последний месяц зарегистрировано уже 8 случаев бешенства. Карантин по этому коварному заболеванию объявлен в Верх-Исетском и Чкаловском районах Екатеринбурга, а также в Поллевском, Белярском и Байкаловском районах.

Секреты Лунного посевного календаря

НА ЗАМЕТКУ

По данным сайту zemelka.ru; www.botanichka.ru

Посевной календарь, разработанный с учетом активности Луны, прочно сложился с садоводством и огородничеством. Даже скептически настроенные дачники нет-нет, да заглянут в него. И хотя агрономы, селекционеры предпочитают в своей работе руководствоваться научным подходом, садоводы-любители убеждены: Лунный календарь работает!

Сила притяжения Луны влияет на приливы и отливы в море, магнитное поле Земли, гидрологические процессы, которые протекают в каждом живом организме. Все животные и растения состоят из клеток, которые на 70% заполнены водой.

Вспомним, что в соответствии с Лунным садоводческим календарем означают фазы Луны:
- растущая – посев растений, которые растут вверх;
- полнолуние – посев, посадка и пересадки не проводят;
- убывающая – посев растений, которые растут вниз;
- новолуние – посев, посадка, пересадки не выполняют в день новолуния, а также день до и после него.

куске больного животного или при попадании его слюны, если на коже есть порезы, трещины или царапины, а также через слизистые оболочки. Носителями заболевания являются, в первую очередь, дикие плотоядные животные – лисы, енотовидные собаки, волки и другие.

Проникая в организм человека, вирусы бешенства попадают в кровь, затем – на нервные окончания, постепенно продвигаясь к головному мозгу. Чем ближе укус к голове, тем быстрее развивается заболевание. Если укусило большое животное, обязательно обратитесь в травмпункт, вам поставят прививку от бешенства.

Часто, особенно в осенне-зимний период, на окраины городов и поселков выходят лисы. Обычно это молодые особи, которые еще не боятся человека, их привлекает запах пищевых отходов. При встрече с диким животным не надо приближаться к нему, пытаться его по-

кормить, погладить, сфотографировать. Зверь может испугаться и нанести травму человеку, даже не желая того. Обязательно сообщите, где вы видели животное, позвонив по номеру Единой службы экстренного реагирования 112. Оттуда информация поступает в областные департаменты по охране, контролю и регулированию использования животного мира и ветеринарии, которые реагируют на поступивший сигнал.

Клинические признаки бешенства у животных: агрессия или резкая перемена настроения от агрессии к ласке, гидрофобия (водобоязнь), обильное слюноотделение, повышенная температура. Вылечить животных от бешенства нельзя. Но можно предупредить их заражение, поставив прививку. Ветеринарные врачи обходят многоквартирные дома и частный сектор, разъясняя владельцам домашних животных важность вакцинации.

Кстати, дикие животные тоже получают специальную антирабическую вакцину. Внутри съедобной «таблетки» помещается капсула с препаратом. Когда лиса или барсук съедает ее, капсула растворяется, происходит пассивная иммунизация.

С 2016 года ветеринары совместно с департаментом по охране животного мира ежегодно раскладывают по 600 тысяч доз такой вакцины. В этом году они запросили дополнительно еще 300 тысяч доз. Специалисты предупреждают жителей Свердловской области еще об одном опасном заболевании, которое протекает очень тяжело и практически неизлечимо. Это – трихинеллез. Им можно заразиться, употребив в пищу мясо диких плотоядных животных – медведя, кабана или домашних свиней. В 2022 году трихинеллез обнаружили у четырех кабанов, одного барсука и одного медведя. В этом году выявлены уже два эпизодических очага среди кабанов в Байкаловском районе. Перед тем, как есть такую специфическую пищу, ее нужно обязательно проверить. Специалисты настаивают на обязательной ветеринарно-санитарной экспертизе мяса, добытого охотниками.

Также такую экспертизу на территории области проходит вся продукция промышленного свиноводства, и та, которая продается на рынке, в том числе – мясо диких животных. Если с помощью микроскопа ветеринары обнаружат возбудителя опасного заболевания, туша животного подлежит утилизации, поскольку никакие меры обработки не помогают избавиться от личинки паразита.

Ветеринары настоятельно рекомендуют не подвергать опасности себя и близких, не покупайте непроверенное мясо на улице!

ежегодно раскладывают по 600 тысяч доз такой вакцины. В этом году они запросили дополнительно еще 300 тысяч доз.

Специалисты предупреждают жителей Свердловской области еще об одном опасном заболевании, которое протекает очень тяжело и практически неизлечимо. Это – трихинеллез. Им можно заразиться, употребив в пищу мясо диких плотоядных животных – медведя, кабана или домашних свиней. В 2022 году трихинеллез обнаружили у четырех кабанов, одного барсука и одного медведя. В этом году выявлены уже два эпизодических очага среди кабанов в Байкаловском районе. Перед тем, как есть такую специфическую пищу, ее нужно обязательно проверить. Специалисты настаивают на обязательной ветеринарно-санитарной экспертизе мяса, добытого охотниками.

Также такую экспертизу на территории области проходит вся продукция промышленного свиноводства, и та, которая продается на рынке, в том числе – мясо диких животных. Если с помощью микроскопа ветеринары обнаружат возбудителя опасного заболевания, туша животного подлежит утилизации, поскольку никакие меры обработки не помогают избавиться от личинки паразита.

Ветеринары настоятельно рекомендуют не подвергать опасности себя и близких, не покупайте непроверенное мясо на улице!

Благоприятные дни и фазы Луны

3-й лунный день – растущая Луна (День Корня): прекрасный день для посева, посадок и пересадок, обрезки деревьев и кустарников.
4 и 5 лунные дни – растущая Луна (День Цветка): удачные дни для посева и посадки, можно прививать побеги, мульчировать, пропалывать, готовить грядки к посадкам, вести борьбу с болезнями и вредителями.
6-8 лунные дни – растущая Луна (День Листа): благоприятные дни для любых работ.
10-й лунный день – растущая Луна (День Плода): можно высаживать растения, а пересаживать не рекомендуется.
11-й лунный день – растущая Луна (День Корня): нельзя сажать и сеять семена, пересаживать деревья.
11-й лунный день – растущая Луна (День Корня): нельзя сажать и сеять семена, пересаживать деревья.
12-й лунный день – растущая Луна (День Корня): можно проводить только для ухода за комнатными растениями.
13 и 14 лунные дни – растущая Луна (День Цветка): можно сажать картофель, морковь, капусту, на рассаду кабачки, базилик, тыква, патиссоны.
15-й лунный день – растущая Луна (День Листа): можно сажать картофель, морковь, капусту, на рассаду кабачки, базилик, тыква, патиссоны.
16-й лунный день – растущая Луна (День Листа): можно сажать картофель, морковь, капусту, на рассаду кабачки, базилик, тыква, патиссоны.
17-й лунный день – растущая Луна (День Листа): можно сажать картофель, морковь, капусту, на рассаду кабачки, базилик, тыква, патиссоны.
18 и 19 лунный день – убывающая Луна (День Листа): удачные дни для высадки рассады, можно сажать луковичные, редиску.
19 и 20 лунный день – убывающая Луна (День Листа): можно сажать луковичные, редиску.
20-й лунный день – убывающая Луна (День Листа): можно сажать луковичные, редиску.
21 и 22 лунные дни – убывающая Луна (День Корня): можно сажать луковичные, редиску.
23 – 25 лунные дни – убывающая Луна (День Цветка): благоприятны для высадки рассады, можно сажать луковичные, редиску.
26 и 27 лунные дни – убывающая Луна (День Листа): удачные дни для высадки рассады, можно сажать луковичные, редиску.
28 и 29 лунные дни – убывающая Луна (День Плода): можно сажать луковичные, редиску.
30 лунный день – убывающая Луна (День Плода): можно сажать луковичные, редиску.

подкормку удобрениями.

17-й лунный день – убывающая Луна (День Цветка): можно поливать и подкармливать, сажать клубневые и луковичные культуры.
18 и 19 лунный день – убывающая Луна (День Листа): удачные дни для посадки любых корнеплодов, за исключением картофеля.
Можно прививать, обрезать деревья и кустарники.
20-й лунный день – убывающая Луна (День Плода): можно высаживать растения, а пересаживать не рекомендуется.
21 и 22 лунные дни – убывающая Луна (День Корня): можно проводить только для ухода за комнатными растениями.
23 – 25 лунные дни – убывающая Луна (День Цветка): благоприятны для высадки рассады, можно сажать луковичные, редиску.
26 и 27 лунные дни – убывающая Луна (День Листа): удачные дни для высадки рассады, можно сажать луковичные, редиску.
28 и 29 лунные дни – убывающая Луна (День Плода): можно сажать луковичные, редиску.
30 лунный день – убывающая Луна (День Плода): можно сажать луковичные, редиску.

Можно высаживать лук-севок, чеснок, редьку, картофель.
Огненные знаки активизируют проклевывание семян. Хорошо подкармливать все растения, полоть грядки. Не допускается намеренное или случайное повреждение растений в этот период, так как травмы долго заживают.
Знаки воздуха стимулируют цветение, образование почек, самоопыление завязи. Если в этот период срезать цветы, букет долго простоит свежим.

Растущая Луна благоприятствует надземной части растений – росту стеблей, стволов, веток, образованию ягод и плодов. На растущей Луне хорошо пересаживать растения, отводить усы, корчевать пни. Обрезать и прививать ветки не рекомендуется, деревья будут страдать от обильной потери стволового сока. Убывающая Луна способствует активному росту корнеплодов, укреплению корневой системы. На убывающей Луне корректируют надземную часть растений. Можно пропалывать сорняки, прививать яблоны, груши, сливы, вино. Хорошо прореживать морковь при частом всходе. Улучшает рост корневой системы, корне- и клубнеплодов, и клубнеплодов, и клубнеплодов, и клубнеплодов.
Полная Луна делает все живые организмы уязвимыми к паразитам и заболеваниям. В дни полнолуния и новолуния лучше воздержаться от садовых работ.

Полная Луна делает все живые организмы уязвимыми к паразитам и заболеваниям. В дни полнолуния и новолуния лучше воздержаться от садовых работ.

# БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ВОЗДЕЛЫВАНИЯ КУЛЬТУР

ПОСЕВНЫЕ КУЛЬТУРЫ	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ	ИЮНЬ	ИЮЛЬ	АВГУСТ	СЕНТЯБРЬ	ОКТАБРЬ
<b>Картофель</b> <b>Топинамбур</b>	1-3, 6, 7, 11, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 31	3, 4, 7-9, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-5, 9, 10, 13, 14, 18, 22-24, 27-29	1, 2, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 24, 28-30	3, 4, 7, 8, 11, 12, 16, 17, 21, 22, 26, 27, 30 и 31	3, 4, 7-9, 12-14, 17-19, 22, 23, 27, 28 и 31	1, 4, 5, 8, 9, 18-20, 23, 24, 27 и 28	1, 2, 6, 7, 11, 12, 16, 17, 20, 21, 24-26, 29 и 30
<b>Чеснок</b> <b>Лук</b> <b>Лук на репку</b>	1-3, 6, 7, 11, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 7-9, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-5, 9, 10, 13, 14, 18, 22-24, 27-29	1, 2, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 24, 28-30	3, 4, 7, 8, 11, 12, 16, 17, 21, 22, 26, 27, 30 и 31	3, 4, 7-9, 12-14, 17-19, 22, 23, 27, 28 и 31	1, 4, 5, 8, 9, 18-20, 23, 24, 27 и 28	1, 2, 6, 7, 11, 12, 16, 17, 20, 21, 24-26, 29 и 30
<b>Морковь</b> <b>Свекла</b>	1-3, 6, 7, 11, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 7-9, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-5, 9, 10, 13, 14, 18, 22-24, 27-29	1, 2, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 24, 28-30	3, 4, 7, 8, 11, 12, 16, 17, 21, 22, 26, 27, 30 и 31	3, 4, 7-9, 12-14, 17-19, 22, 23, 27, 28 и 31	1, 4, 5, 8, 9, 18-20, 23, 24, 27 и 28	1, 2, 6, 7, 11, 12, 16, 17, 20, 21, 24-26, 29 и 30
<b>Редис</b> <b>Репка</b> <b>Редька</b> <b>Брюква</b>	1-3, 6, 7, 11, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 7-9, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-5, 9, 10, 13, 14, 18, 22-24, 27-29	1, 2, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 24, 28-30	3, 4, 7, 8, 11, 12, 16, 17, 21, 22, 26, 27, 30 и 31	3, 4, 7-9, 12-14, 17-19, 22, 23, 27, 28 и 31	1, 4, 5, 8, 9, 18-20, 23, 24, 27 и 28	1, 2, 6, 7, 11, 12, 16, 17, 20, 21, 24-26, 29 и 30
<b>Петрушка</b> <b>Сельдерей</b> <b>на корень</b>	1-3, 6, 7, 11, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 5, 7-9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-6, 9, 10, 13, 14, 18-24, 27-29	1-3, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 25-30	3, 4, 7, 8, 11-17, 21, 22, 26-28, 30 и 31	3, 4, 7-10, 12-14, 17-23, 25, 27, 28 и 31	1, 4-5, 8-10, 13, 14, 16-20, 23, 24, 27 и 28	1-7, 11, 12, 15-19, 20, 21, 24-26, 29, 30 и 31
<b>Салат</b> <b>Капуста</b> <b>ранняя</b>	1-3, 6, 7, 11, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 5, 7-9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-6, 9, 10, 13, 14, 18-24, 27-29	1-3, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 25-30	3, 4, 7, 8, 11-17, 21, 22, 26-28, 30 и 31	3, 4, 7-10, 12-14, 17-23, 25, 27, 28 и 31	1, 4-5, 8-10, 13, 14, 16-20, 23, 24, 27 и 28	1-7, 11, 12, 15-19, 20, 21, 24-26, 29, 30 и 31
<b>Капуста</b> <b>средняя,</b> <b>поздняя</b>	1-3, 6, 7, 11, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 5, 7-9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-6, 9, 10, 13, 14, 18-24, 27-29	1-3, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 25-30	3, 4, 7, 8, 11-17, 21, 22, 26-28, 30 и 31	3, 4, 7-10, 12-14, 17-23, 25, 27, 28 и 31	1, 4-5, 8-10, 13, 14, 16-20, 23, 24, 27 и 28	1-7, 11, 12, 15-19, 20, 21, 24-26, 29, 30 и 31
<b>Огурцы</b> <b>Сельдерей</b> <b>Шпинат</b>	1-3, 6, 7, 11, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 5, 7-9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-6, 9, 10, 13, 14, 18-24, 27-29	1-3, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 25-30	3, 4, 7, 8, 11-17, 21, 22, 26-28, 30 и 31	3, 4, 7-10, 12-14, 17-23, 25, 27, 28 и 31	1, 4-5, 8-10, 13, 14, 16-20, 23, 24, 27 и 28	1-7, 11, 12, 15-19, 20, 21, 24-26, 29, 30 и 31
<b>Помидоры</b> <b>Томаты</b>	1-3, 6, 7, 11, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 5, 7-9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-6, 9, 10, 13, 14, 18-24, 27-29	1-3, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 25-30	3, 4, 7, 8, 11-17, 21, 22, 26-28, 30 и 31	3, 4, 7-10, 12-14, 17-23, 25, 27, 28 и 31	1, 4-5, 8-10, 13, 14, 16-20, 23, 24, 27 и 28	1-7, 11, 12, 15-19, 20, 21, 24-26, 29, 30 и 31
<b>Тыква</b> <b>Кабачки</b> <b>Патиссоны</b>	1-3, 6, 7, 11, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 5, 7-9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-6, 9, 10, 13, 14, 18-24, 27-29	1-3, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 25-30	3, 4, 7, 8, 11-17, 21, 22, 26-28, 30 и 31	3, 4, 7-10, 12-14, 17-23, 25, 27, 28 и 31	1, 4-5, 8-10, 13, 14, 16-20, 23, 24, 27 и 28	1-7, 11, 12, 15-19, 20, 21, 24-26, 29, 30 и 31
<b>Фасоль</b> <b>Горох</b> <b>Чечевица</b>	1-3, 6, 7, 11, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 5, 7-9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-6, 9, 10, 13, 14, 18-24, 27-29	1-3, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 25-30	3, 4, 7, 8, 11-17, 21, 22, 26-28, 30 и 31	3, 4, 7-10, 12-14, 17-23, 25, 27, 28 и 31	1, 4-5, 8-10, 13, 14, 16-20, 23, 24, 27 и 28	1-7, 11, 12, 15-19, 20, 21, 24-26, 29, 30 и 31
<b>Укроп</b> <b>Лук</b> <b>Петрушка</b> <b>на зелень</b>	1-3, 6, 7, 11, 12, 15, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 29 и 30	3, 4, 5, 7-9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 25, 26 и 30	1-6, 9, 10, 13, 14, 18-24, 27-29	1-3, 5, 6, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 25-30	3, 4, 7, 8, 11-17, 21, 22, 26-28, 30 и 31	3, 4, 7-10, 12-14, 17-23, 25, 27, 28 и 31	1, 4-5, 8-10, 13, 14, 16-20, 23, 24, 27 и 28	1-7, 11, 12, 15-19, 20, 21, 24-26, 29, 30 и 31

РЕКЛАМА. ДИЦА А.С.ИНН 665894297572

### СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

- Дома, баня, беседки, теплицы, гаражи, веранды
- Кровля, забор, ворота, печи
- Фундамент — отмостки, замена гнилых венцов дома, дорожки
- Отделка внешняя и внутренняя, сайдинг
- Уборка территории
- Замена крыши дома, демонтаж

**РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ  
РАБОТАЕМ КАЧЕСТВЕННО И В СРОКИ!**  
8-900-032-32-13 (Алексей)  
8-909-014-57-04 (Константин)

### НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

- Зацветают подснежники — пора сеять семена капусты на рассаду.
  - У осины появились сережки — начинают сеять морковь, петрушку.
  - Сережки появились у березы, зацвела черемуха — приступайте к посадке картофеля и лука-севка.
  - Расцвела калина — посадите тыкву.
  - Зацветает рябина — можно сажать в теплицу рассаду томатов, баклажанов, перцев.
  - Зацветают крокусы — можно сеять в парники семена овощей и зелени на первый урожай — редиса, лука, салатов.
  - Массовое цветение мать-и-мачехи — сейте семена укропа, шавеля, репы, моркови.
- Яндекс Дзен  
«Дача — это маленькая жизнь»

РЕКЛАМА. ООО «Природные технологии» ИНН 6679024235. КПП 667901001

### ЧТО МОЖЕТ СРЕДСТВО «ПЛАЗМАСЕПТ САД»

- Обработать семена, чтоб всхожесть была до 100%.
- Подготовить теплицу к сезону.
- Защитить грунт от вредителей и болезней.
- Обработать деревья до цветения, в период плодоношения и по завершении сезона от вредителей, плесени.
- Продезинфицировать грунт перед посадкой и после сбора урожая.
- Продезинфицировать теплицу после сбора урожая.
- Обработать овощехранилища и зернохранилища перед закладкой на хранение продукции.
- Увеличить срок «жизни» сре-

занных цветов для тех, кто любит по осени торговать своими садовыми цветами и не только.

- Обработать перед закладкой на хранение овощи и фрукты.

**Чем лучше обычных химических протравителей?**

- «ПЛАЗМАСЕПТ САД» подавляет болезнетворные грибы, повышает всхожесть семян 10-15% и энергию прорастания 25-30%, увеличивает урожай.
- Помогает бороться с мелкими вредителями растений, деревьев увеличивая устойчивость к болезням.
- Безопасно, экологически чисто, универсально, просто в использовании, экономично.

ООО «Природные технологии»  
г. Екатеринбург, ул. Титова, д. 19  
Тел.: 8 (343) 269-81-09, 8-950-645-1450 (Ватсап)  
E-mail: plazmasept@bk.ru

# ИСТОЧНИК ВДОХНОВЕНИЯ ДЛЯ УРАЛЬСКОГО САДОВОДА

## УДИВИТЕЛЬНОЕ — РЯДОМ

Наталья Березнякова  
Фото: www.oblgazeta.ru  
news.myseldon.com  
vk.com/sados\_ru



Т.Н. Слепнева

**В**ы, друзья, наверняка уже заметили, что в сегодняшнем номере много публикаций на садово-огородные темы. Да, приближается очередной сезон, многие уже готовятся к посеву семян на рассаду, особо нетерпеливые даже высадили семена отдельных культур. Значит, самое время выслушать советы профессионалов.

Гости «Пенсионера» — руководитель Свердловской селекционной станции садоводства **Татьяна Николаевна Слепнева** и старший научный сотрудник станции **Дмитрий Дмитриевич Тележинский**.

### Лунный календарь — не догма

Конечно, мы не могли обойти вниманием любимую тему многих читателей — лунный календарь посадочных и садовых работ. У садоводов-пенсионеров он — в большом авторитете. А как к нему относятся ученые? Насколько он соответствует научным данным? Можно ли им руководствоваться в работе на дачном участке? Есть ли альтернативы лунному календарю?

— Наверняка у кого-то из пожилых владельцев дачных участков и сейчас есть небольшая книга — календарь уральского садовода, — говорит Д.Д. Тележинский. — Первое издание датировано 1967 годом. В ней все виды работ на участке были расписаны по сезонам. Это четкий перечень дел, которые нужно своевременно делать, чтобы обеспечить себе хороший урожай. Все адресовано именно уральцам. Очень полезная информация.

— К сожалению, переиздания этой книги не было уже лет 20, — замечает Т.Н. Слепнева. — Наша станция переиздает каталог тех саженцев культур, которые созданы селекционерами станции и максимально приспособлены к уральским условиям. Эти сборники расходятся на «ура». Не сомневаюсь, что и переиздание книжки календаря дачники Урала встретили бы с большим энтузиазмом. А что касается лунного календаря, то, конечно, его сведения для больших садоводческих хозяйств вряд ли применимы, там в ходу — четкий производственный график, направленный на получение большого урожая. На личных участках, если садовод считает, что советы лунного календаря ему помогают, пожалуйста, он может им пользоваться.

По мнению селекционеров, гораздо большее значение, чем фаза Луны, для садовода-любителя играют состав почвы, температура на подоконнике, где стоят емкости с рассадой, подсветка и прочие факторы, которые обеспечивают полноценный рост рассады. «Какой прок от лунного календаря, который требует в конкретный день высадить семена перцев, а за окном — 20-градусный мороз? Нужно очень постараться, чтобы в это время создать условия, благоприятные для прорастания семян, — подчеркивает Татьяна Николаевна. — А как быть, если по какой-то причине дачник пропустит «волшебный» лунный день посадки конкретной культуры?

Поколения уральских селекционеров, сохраняя преемственность полученных результатов, создали действительно уникальные районированные сорта. И сегодня сотрудники бережно хранят реликвию: большой альбом с рисунками и описаниями выведенных сортов, датированный 1942 годом. На страницах альбома, словно на фотоснимках, запечатлены в натуральную величину плоды, листья, семена сортов яблок, груш, вишни и прочих культур. Прорисованы с удивительной точностью и явным талантом художника.

Сейчас в госреестр внесены 20 «свердловских» сортов яблони, активно селекционеры обновляют линейку качественных сортов груши и считают, что они будут по уровню значительно выше пресловутой «конференции», которая круглый год лежит в супермаркетах. Преимущество уральских сортов — зимостойкость, они созданы на основе уссурийской груши — несъедобной, но обладающей уникальной природной устойчивостью. А для хороших вкусовых качеств в работе использованы южные сорта груш. Учитывается и место произрастания: саженцы одного и того же сорта, высаженные на 100 километров южнее или севернее от питомника, где они были выращены, будут чувствовать себя по-разному.

— Если наши сорта попадают южнее, их потенциал, разумеется, раскрывается ярче, — отмечает Татьяна Николаевна. — Плоды их становятся крупнее, в них больше сахаров. До 1990-х годов у наших соседей-челябинцев, расположенных южнее, активно возделывались промышленные сады, была налажена переработка плодов.

### Почти вековая история

Сотрудники Свердловской селекционной станции накопили богатейший опыт создания и возделывания сортов плодовых культур, которые полностью адаптированы к непростым природным условиям Среднего Урала. История станции началась в 1935 году, так что не за горами — 90-летие этой научной организации. У истоков уральской селекции стоял легендарный русский и советский биолог Иван Мичурин. Сейчас она входит в состав Уральского федерального аграрного научно-исследовательского центра УрО РАН.

За десятилетия достигнуты колоссальные результаты по выведению районированных сортов яблонь — эта культура всегда была и остается в приоритете, груш, слив, вишни, малины, всех видов смородины, жимолости и других обитателей уральского сада.

— Иван Владимирович Мичурин говорил, что в наших условиях можно развивать промышленное садоводство, но только на основе местных сортов, — рассказывает Т.Н. Слепнева. — Нужно посадить семечко, вырастить саженец, адаптировать — то есть приучить этого крохотного «ребеночка» к непростым погодным условиям, чтобы получить нужный результат.

Селекционная работа с момента основания станции не прекращалась ни на минуту.



Д.Д. Тележинский

был полностью загружен нашими яблоками, каждое было тщательно упаковано, чтобы не повредить при перевозке. Мы идём по аэропорту, а за нами — шлейф яблочного аромата! Это и коллеги-крымчане отметили. А вот на вкус уральские яблоки им показались кислватыми, они привыкли к более пресному вкусу, так мы называем сладкий вкус. Уральские же селекционеры «пресные» яблоки считают браком, нам нужна кислинка.

— Наш гибридный сад насчитывает порядка 70 тысяч саженцев, — говорит Д.Д. Тележинский. — Должно пройти полтора десятка лет, чтобы они начали плодоносить, а у ученых появилась возможность отобрать среди них тот экземпляр, который полностью отвечает запланированным характеристикам. И главная из них — зимостойкость. У нас сейчас есть сорта яблонь, которые отличаются высокой лежкостью, их плоды могут сохраняться до нового года и дольше. А вот по груше пока такого материала мало, работаем в этом направлении.

— Раньше на хранение урожая внимания обращали меньше, главной задачей было накормить страну, — продолжает разговор Т.Н. Слепнева. — А потом отечественные сорта начали проигрывать конкурентный спор с зарубежными фруктами. Там все подчинено одной цели — продать больше и получить прибыль. О том, сколько витаминов в яблоке, западные садоводы не думают, им нужно, чтобы оно лежало как можно дольше, не теряя товарного вида.

### Фрукты «с характером»

Да, уральские яблоки и груши нельзя сравнивать с теми фруктами, которые лежат на полках супермаркетов. «Уральцы» имеют свой вкус, свой «характер», в них гораздо больше биологически активных веществ, чем в магазинных фруктах. А от аромата плодов уральской селекции просто кружится голова!

— Помню, в 2017 году в середине сентября мы с Л.А. Котовым летали в Крым, в Никитский ботанический сад, — рассказывает Татьяна Николаевна. — Один из чемоданов



### От редакции

О том, на что нужно обращать внимание при покупке саженцев, где их лучше приобретать, чтобы не купить «удочку», читайте в следующих номерах газеты.

ОБЪЯВЛЕНИЯ
Все объявления – на сайте газетипенсионер.рф

ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕМОНТА
• Стиральные машины
• Посудомоечные машины
• Холодильники
• Варочные поверхности
• Духовые шкафы
• Водонагреватели
• Мелкая бытовая техника
• «Мастер на час»
\* Выезд бесплатный \* Приедем через час \* Гарантия \*

ПРЕДОСТАВЛЯЕМ УСЛУГИ РАЗНОРАБОЧИХ, ГРУЗЧИКОВ, ПОДСОБНЫХ РАБОЧИХ
• общестроительные, демонтаж/монтаж конструкций,
• погрузка/разгрузка строительных материалов, окон, мебели,
• рабочие на стройку, склад, уборка снега, уборка территории и другие!
Тел.: 8-922-122-42-42

- Куплю грампластинки. Тел.: 8-922-159-77-34
• Каменщик, кровельщик. Тел.: (343) 268-85-80
• Куплю сад, дачу. Тел.: (343) 219-88-70
• Куплю «Ладу». Тел.: 8-908-914-87-90
• Замки. Установка. Недорого. Не залезут! Гарантия. т.8-950-65-81-391
• РЕМОНТ ПОЛОВ. СКРИПЫ. ЛАМИНАТ. 8-902-871-67-50
• Куплю старые фантики от конфет, шоколада, жвачек, бутылочные этикетки. Тел.: 8-952-566-68-18
• Сдам теплую, чистую комнату в 3-комн. квартире в Екатеринбурге одинокой, добродорядочной пенсионерке, до 65 лет. Оплата 2-3 т. р. + небольшая помощь по хозяйству. Тел.: 8-343-240-20-65
• Приму к себе веселую девушку или одинокую женщину, без в/п, пенсионерку для общения. Мне 84 года. Тел.: 8-904-169-70-48
• Продам мужскую одежду и обувь; полушубок легкий, воротник лиса, р-р 44-46; турник, комнатные цветы, швейную машинку. Тел.: 8-982-622-68-04

ЧИСТКА И МОНТАЖ ДЫМОХОДОВ И ВЕНТИЛЯЦИИ
Никакой сажи и без разбора печи!
ПЕНСИОНЕР – СКИДКИ!
Тел.: 8-922-028-71-81
www.vent196.ru

Пенсионер Купон
Заполняйте разборчиво и печатными буквами
Текст объявления:
Телефон или адрес:
Фамилия \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_
Адрес \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_
Заполненный купон присылать по адресу редакции: 620000, г. Екатеринбург, ул. Маршала Жукова, 10

С днём рождения!

Здоровья, долгих лет, в делах удачи, И становиться с каждым днем богаче, Не зная проблем, невзгод, забот и бед, Успехов в начинаниях и побед!
Сегодня поздравления от газеты «Пенсионер» принимают
Манзей Заяновна ЗИННАТУЛЛИНА, Нижнесергинский район
Елена Михайловна ИВАШИНА, Верхотурье
Анна Ивановна ИСАКОВА, Белоярский район
Любовь Андреевна КРАСУЛИНА, Слободо-Туринский район
Василий Данилович ЛЕГАЕВ, Нижнесергинский район
Расима Садрисламовна МУЛЛОГАЛИМОВА, Шалинский район
Галина Николаевна НЕЙМЫШЕВА, Ивдель
Сергей Петрович НИКИТИН, Первоуральск
Тамара Ивановна ПШЕНИЦЫНА, Североуральск
Надежда Михайловна РУМЯНЦЕВА, Нижний Тагил
Валентина Петровна САПКУЛОВА, Артемовский
Владимир Павлович ТЕМИНСКИЙ, Каменск-Уральский
Людмила Афанасьевна ТОМБАСОВА, Кушва
Анатолий Васильевич ТОМИЛОВ, Ирбитский район
Валентина Михайловна ФИЛАТОВА, Нижнесергинский район
Нина Ивановна ФОМИНЫХ, Екатеринбург
Клавдия Ивановна ЦАРЕГОРОДЦЕВА, Верхотурье
Зинаида Григорьевна ЦВЕТКОВА, Асбест
Нина Степановна ЧАЩИНА, Асбест
Любовь Георгиевна ЧЕРКАСОВА, Екатеринбург
Валерий Иванович ЩЕРБАКОВ, Алапаевск

ОТ ВСЕЙ ДУШИ

Поздравляю с днем рождения Анну Васильевну ГЛАДКОВУ!
Суть пожеланий проста:
Чтоб жилось лет до ста
В почете и внимании,
В любви и понимании.
Л. Корнеева, п. Ачит
Поздравляю с днем рождения Любовь Сергеевну ВОЗЖАЕВУ!
Пожелаю в день рождения
Счастья, радости, добра!
Пусть вдохновенье и здоровье
Не оставляют никогда.
Е. Новоселова, п. Восточный, Серовский р-н

Клуб одиноких сердец

Познакомлюсь для дружбы с одиноким мужчиной, 70 лет, порядочным, желательное играющим на баяне или гармошке, можно из Чувашии. Тел.: 8-900-043-07-06
Александр, 50 лет, с/обр. Познакомлюсь для любви и создания семьи с простой, милой, доброй, нежной, ласковой, хорошей, худенькой женщиной из области. Тел.: 8-950-633-41-57
Одиноким мужчиной, 50/168/60, веду ЗОЖ, трудолюбив, мордвин. Ищу женщину для совместной жизни. Тел.: 8-922-033-78-86
Познакомлюсь для с/о с мужчиной, от 67 лет, без в/п, общительным, с а/м, приятной внешности, можно без жилья. Тел.: 8-919-382-93-34
Познакомлюсь с доброй женщиной, любящей детей. Павел. Тел.: 8-958-231-28-47
Мужчина, 73/174/77, познакомитесь для дружбы с общительной женщиной. Тел.: 8-932-124-44-83

ПЕРВЫЙ 1
05.00 ДОБРОЕ УТРО 12+
09.05 АНТИКОР 16+
09.40 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.30 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
11.00 НОВОСТИ
11.20 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
14.00 НОВОСТИ
14.15 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
17.00 НОВОСТИ
17.15 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.40 ЧЕЛОВЕК И ЗАКОН 16+
19.45 ПОЛЕ ЧУДЕС 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 ГОЛОС: ВЕСНЫ В ОБНОВЛЕННОМ СОСТАВЕ 12+
23.35, 02.00 ПОДКАСТ ЛАБ 16+
00.15 Х/Ф «НЕБЕСА ПОДОЖДУТ» 16+

РОССИЯ 1
05.00, 09.30 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 14.30, 21.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 ВЕСТИ
11.30, 17.30 60 МИНУТ 12+
14.55 КОТО ПРОТИВ? 12+
16.30 МАЛОХА 16+
21.30 НУ-КА, ВСЕ ВМЕСТЕ БИТВА СЕЗОНОВ. ФИНАЛ 12+
00.15 УЛЬБЕКА НА НОЧЬ 16+
01.20 Х/Ф «СПЕЛОЕ СЧАСТЬЕ» 16+

НТВ
04.55 Т/С «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
08.25, 10.35 Т/С «ДЕЛЬТА. ПРОДОЛЖЕНИЕ» 16+
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ДНК 16+
17.55 ХДИ МЕНЯ 12+
20.00 Т/С «АУТСАЙДЕР» 16+
22.00 Т/С «НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА» 16+
00.00 СВОЯ ПРАВДА 16+
02.00 ЗАВАР ПРИЛЕТИМ. УГОЛИ РУССКОГО 12+
02.25 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС 0+
03.15 Х/Ф «ЧУЖОЙ» 16+

ПЕРВЫЙ 1
06.00 ДОБРОЕ УТРО. СБ 12+
09.00 УМИЛИКИ И УМИКИ 12+
09.45 СЛОВО ПАСТЫРЯ 0+
10.00, 12.00 НОВОСТИ
10.15 ПРОЕКТ 0+
11.10 ПОСЕЛКИ 12+
12.15 ВИДЕО ВИДЕО? 0+
13.50 Т/С «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ» 12+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.20 «ТО ВЗОРВАЛ СЕВЕРНЫЕ ПОТОКИ?» 16+
19.20 СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.35 КВН. ВЫСШАЯ ЛИГА 16+
23.45 ГОРЯЧИЙ ЛЕД. ФИНАЛ ГРАН-ПРИ РФ. ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ. ЖЕН. КОРОТКАЯ ПРОГРАММА 0+
01.20 Х/Ф «ПОМЕНЯЙТЕ МЕСТАМИ» 16+

РОССИЯ 1
08.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
08.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СБ
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+
09.05 ФОРМУЛА ЕДЫ 12+
09.25 ПЯТЕРО НА ОДНОМ 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
11.50 ДОКТОР МЯСНИКОВ 12+
12.55 Т/С «АКШЕРКА. НОВАЯ ЖИЗНЬ» 16+
18.00 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
21.00 Х/Ф «РАЗВОД С ПРЕПЯТСТВИЯМИ» 12+
00.35 Х/Ф «ОГОНЬ, ВОДА И РЖАВЫЕ ТРУБЫ» 12+

НТВ
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 ПОЕДИМ. ПОЕДИМ! 0+
09.20 ДИМ ДОМА 0+
10.20 ГЛАВНАЯ ДОРОГА 16+
11.00 ЖИВАЯ ЕДА 12+
12.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС 0+
13.00 ОБЪЯВЛЕНИЕ НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ 16+
15.00 СВОЯ ИГРА 0+
16.20 ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ 16+
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
19.00 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ 16+
20.20 ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ! 16+
21.25 СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН 16+

МАТЧ ТВ 2
08.00 ТЫ В БАНИ! 12+
08.30 МАГИЯ БОЛЬШОГО СПОРТА 12+
09.00, 14.55, 16.20, 20.35 НОВОСТИ
09.05, 18.25, 23.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
12.20 ЛИЦА СТРАНЫ 12+
12.40 ЛЬЯНЫЕ ГОНКИ. «ЧЕМПИОНСКИЕ ВЫСОТЫ». ЭСТАФЕТА. МУЖ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! 12+
16.25 ФУТБОЛ. КВБК ИСПАНИИ. 1/2. РЕАЛ (МАДРИД) - БАРСЕЛОНА 0+
18.55, 21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. 1/4 КОНФЕРЕНЦИИ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.40 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. НАПОЛИ - ЛАЦИО. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
03.25 АВТОСПОРТ. ЧУКА FEST ЛЕДОВАЯ ЧИЛТЯ 0+

КУЛЬТУРА К
06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 НОВОСТИ 16+
06.35 Д/Ф «ИМПЕРАТОРЬ ПОРТРЕТ» 16+
07.05 ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ 16+
07.35 Д/Ф «ВЕЛИКИЕ СТРОЕНИЯ ДРЕВНОСТИ» 16+
08.30 ЖИЗНЬ И СУДЬБА 16+
08.50 Х/Ф «НЕЗАКОНЧЕННЫЙ УЖИН» 16+
10.15 ТЕОРИИ И ЗЛОДЕИ 16+
10.45 ОТКРЫТАЯ КНИГА 16+
11.10 Д/Ф «КОРИЙ ЗАВАДСКИЙ» 16+
12.20 ЦВЕТ ВРЕМЕНИ 16+
12.30 Т/С «СЕРИИ» 16+
14.00 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+
14.15 ВЛАСТЬ ФАКТА 16+
15.05 ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ 16+
15.30 «ГЕРОИМ РЖЕВА ПОСЯЩАЕТСЯ...» 16+
16.15 СПЕКТАКЛЬ «ДАЛЬШЕ-ТИШИНА» 16+
18.45 ЦАРСКАЯ ЛОЖА 16+
19.45 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
20.40 Х/Ф «УЧИЛКА» 12+
22.50 2 ВЕРНИК 2 16+
00.00 Х/Ф «ДРУГОЕ ВРЕМЯ, ДРУГОЕ МЕСТО» 16+
01.35 МАСТЕРА ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО ИСКУССТВА. ЕВГЕНИЙ СВЕТЛАНОВ 16+
02.30 М/Ф «ПРАВДНИК». «В ЭТОЙ СКАЗКЕ БЫЛО ТАК...» 16+

МАТЧ ТВ 2
08.00 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
08.30 РЕПЕТИТУРА 0+
09.00, 14.55, 20.30, 00.35 НОВОСТИ
09.05, 15.00, 17.30, 20.35, 23.30 ВСЕ НА МАТЧ 12+
12.20 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
12.40 ЛЬЯНЫЕ ГОНКИ. «ЧЕМПИОНСКИЕ ВЫСОТЫ». МАСС-СТАРТ. ЖЕН. 30 КМ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
15.55 ГАНДЕБОЛ. СЕНА - ГАЗПРОМ ЛИГА 1А. ЧЕЛОВЕСКИ МЕДВЕДИ (РФ) - МАШКА (БЕЛОРУССИЯ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
18.00 ФУТБОЛ. МИР ПРЕМЬЕР-ЛИГА. ЗЕНИТ (СПБ) - ПАРИ НН (НОВГОРОД). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
21.25 ФУТБОЛ. МИР ПРЕМЬЕР-ЛИГА. РОСТОВ (Р-НД) - ЛОКОМОТИВ (МСК). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.40 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. ФИОРЕНТИНА - МИЛАН. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
02.45 БОКС. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА К
06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.05, 12.25, 02.15 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.55 Х/Ф «КОГДА МНЕ БУДЕТ 54 ГОДА» 16+
09.25 МЫ-ГРАМОТЕИ! 16+
10.05 Х/Ф «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН» 12+
13.15 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
13.55, 00.25 Д/Ф «ОПАСНЫЕ СВЯЗИ. ДРУЗЬЯ И ВРАГИ В ДИКОЙ ПРИРОДЕ» 16+
14.50 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
15.55 Х/Ф «НА СЕМИ ВЕТРАХ» 0+
17.40 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
18.35, 01.15 ИСКАТЕЛИ 16+
19.20 Х/Ф «ОДНАЖДЫ НА ДИКМО ЗАПЛЕ» 16+
22.00 АГОРА. ТОК-ШОУ С МИХАИЛОМ ШВЫДКИМ 16+
23.00 Х/Ф «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ» 6+
02.00 Д/Ф «ПЕРВЫЕ В МИРЕ». «ДИМИТРИ ЛАЧИНОВ. ПЕРЕДАЧА ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ НА БОЛЬШИХ РАСТОЯНИЯХ» 16+

НТВ
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 ПОЕДИМ. ПОЕДИМ! 0+
09.20 ДИМ ДОМА 0+
10.20 ГЛАВНАЯ ДОРОГА 16+
11.00 ЖИВАЯ ЕДА 12+
12.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС 0+
13.00 ОБЪЯВЛЕНИЕ НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ 16+
15.00 СВОЯ ИГРА 0+
16.20 ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ 16+
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
19.00 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ 16+
20.20 ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ! 16+
21.25 СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН 16+

Домашний
06.30, 05.15 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
08.35 ДИКИЕ РАЗВЛЕКАЛКИ 16+
09.35 ТЕСТ НА ОСТОРОЖНОСТЬ 16+
11.40, 04.25 Д/Ф «ПОНЯТЬ. ПРОСИТЬ» 16+
12.40, 23.30 Д/Ф «ПОРЧА» 16+
13.15, 00.05 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.45, 00.40 Д/С «ВЕРУЮЩИЕ БОГОМ» 16+
14.20, 22.55 Д/С «ГОЛОСА УЩЕДШИХ ДУШ» 16+
14.50 Х/Ф «ВЕРОНИКА» 16+
19.00 Х/Ф «КРЕСТЯНКА ВЫШИВКА» 16+
01.10 Х/Ф «СКОЛЬКО ЖИВЕТ ЛЮБОВЬ» 16+
04.20 Б КАДРОВ 16+

ТНТ
07.00, 07.30, 08.00, 06.25 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТ 16+
09.00 КОНЕТКА 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30 Т/С «СВЕТЛАНА» 16+
13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С «ЖУКИ» 16+
21.00, 22.00 КОМЕДИИ КЛАБ 16+
23.00 STANDUP 16+
00.00 Х/Ф «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ» 16+
01.40, 02.30 ИМПРОВИЗАЦИЯ 16+
03.15, 04.05 СОМЕДУ БАТТЛ 16+

ЗВЕЗДА
05.40 Т/С «ЦЕПЬ» 16+
07.40, 09.20 Х/Ф «БАРМЕН ИЗ «ЗОЛОТОГО ЯКОРА» 12+
09.00, 13.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.55, 13.20 Х/Ф «...А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ» 12+
15.20, 17.05 Х/Ф «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА» 12+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
18.35 Х/Ф «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА» 12+
22.00 ЗДРАВСТВУЙТЕ, ТОВАРИЩИ! 16+
23.00 МЫЗКА! 12+
00.10 Х/Ф «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ» 12+
02.45 Х/Ф «ТАКЖЕДНЫЙ МОЯК» 12+
03.55 Д/Ф «АНЕКДОТЫ. 200 ЛЕТ МИРА» 12+
04.55 Х/Ф «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ» 12+

Домашний
06.30, 06.10 6 КАДРОВ 16+
06.55 Х/Ф «ВТОРОЙ БРАК» 16+
10.30 ПЯТЬ УЖИНОВ 16+
10.45, 02.05 Т/С «ЕДИНСТВЕННЫЙ МОЙ ГРЕХ» 16+
19.00 Т/С «ВЕТРЫНЫ» 16+
22.30 Х/Ф «УГОЛИ ЖИЗНИ И ВОЖДЕНИЯ» 16+
05.20 Д/С «НАСТОЯЩАЯ ВАЛГА» 16+

ТНТ
07.00, 07.30, 08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТ 16+
09.00 БЮТИ БАТТЛ 16+
09.30, 10.00, 11.00, 12.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00 Т/С «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ» 16+
21.00 КОНЕТКА 16+
23.00 ЖЕНСКИЙ СТЕПДАП 18+
00.00 Х/Ф «ОСЛЕПЛЕННЫЙ СВЕТОМ» 18+
01.50 Д/Ф «ЗАПАДНЫЕ ЗВЕЗДЫ» 16+
03.10, 03.55 ИМПРОВИЗАЦИЯ 16+
04.40, 05.25 СОМЕДУ БАТТЛ 16+
06.10 ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН 16+

ЗВЕЗДА
06.35 Х/Ф «НА ЗЛАТОМ КРЫЛЬЦЕ СИДЕЛИ...» 6+
08.00, 13.00, 18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
08.15 МОРСКАЯ БОИ 6+
09.45 Х/Ф «СОРА В ЛУКАШАХ» 12+
11.45 ЛЕГЕНДЫ МУЗЫКИ 12+
12.10 ЛЕГЕНДЫ КИНО 12+
13.15 ВРЕМЯ ГЕРОЕВ 16+
13.35 ПЛАНЕТИ ДЕНЬ 16+
14.20 ССОР. ЗНАК КАЧЕСТВА 12+
15.10 НЕ ФАКТ! 12+
15.35 Д/Ф «ВОЙНА МИРОВО» 16+
16.25, 18.25 Т/С «ЖЕНЩИНА БЕЗ ЧУВСТВА ЮМОРА» 16+
21.00 ЛЕГЕНДАРНЫЕ МАТЧИ 12+
00.00 Х/Ф «...А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ» 12+
03.30 Х/Ф «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА» 12+

ТВ Центр
06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.20, 11.50 Х/Ф «ДЕТИ ВЕТРА» 12+
11.30, 14.30, 17.30, 17.50 СОБЫТИЯ
12.30, 15.00 Х/Ф «ПРОГУЛКИ СО СМЕРТЬЮ» 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
17.00 Д/Ф «АКТЕРСКОЕ ДРАМЫ» 12+
18.10, 02.15 ПЕТРОВКА, 38 16+
18.25 Х/Ф «ОРЛИНСКИЕ СТРЕЛЫ НЕПУТЛИ» 12+
20.10 Х/Ф «ОРЛИНСКИЕ. ТАЙНА ВЕНЕРЫ» 12+
22.00 В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ 16+
23.00 ПРИЮТ КОМАНДАНТОВ 12+
00.40 Х/Ф «МОЧУ В ТЮРЬМУ» 12+
02.30 Х/Ф «МОЖЕТЕ ЗВАТЬ МЕНЯ ПАПОЙ» 12+

4 КАНАЛ
06.20, 10.50, 16.20, 00.35, 01.50 ТРЭВБЛОГ 12+
06.40, 10.00, 11.00, 12.00, 19.00 НОВОСТИ 16+
07.00, 13.45 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.30 Д/С «ВМЕСТЕ ПО РОССИИ» 12+
10.05, 18.00 Д/Ф «ЗОЛОТОЕ ДНО ОКОТСКОГО МОРЯ» 12+
11.30, 00.10 Д/С «РЕКИ РОССИИ. ВИСЕСИ» 16+
11.45, 00.25 Д/С «РЕКИ РОССИИ. НЕВА» 12+
12.05 Х/Ф «ЧУЖА КРОВЬ» 16+
14.30 Д/С «РАССЕРЖЕННАЯ ИСТОРИЯ» 12+
18.45 ОТПУСК НЕПОДАЛЕКУ 12+
19.20, 22.40 Т/С «ДОКТОР АННА» 12+
21.00 Х/Ф «НОЧНАЯ ФАЙЛКА» 16+
23.35, 02.05 СЛОВА ТУ 12+

5 канал
06.25 Т/С «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА» 16+
08.20 Х/Ф «АМЕРИКАН БОЙ» 16+
09.00, 13.00, 17.30 ИЗВЕСТИЯ 16+
11.10, 13.30, 17.00 Т/С «СТРАХИ ОТЧИНЬСЯ» 16+
19.45, 20.35, 21.25, 22.15 Т/С «СПЕД» 16+
23.10 СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 16+
00.10 ОНИ ПОТРАЯСЯ МИР 12+
00.55, 01.35 Т/С «ТАКАЯ РАБОТА» 2-16+

ТВ Центр
05.55 Х/Ф «ЛЮБИТ-НЕ ЛЮБИТ» 16+
07.20 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ 6+
07.45 «СМЕШНЫЕ НЕКУДА». ЮМОР 12+
09.30 Х/Ф «ЖЕНЩИНА С ЛИЛИЯМИ» 12+
11.30, 14.30, 23.20 СОБЫТИЯ
11.45 Х/Ф «ЖИЗНЬ В ТЮРЬМЕ» 12+
13.55, 14.45 Х/Ф «ПИСЬМА ИЗ ПРОШЛОГО» 12+
17.25 Х/Ф «СЕМЬ СТРАНИЦ СТРАХА» 12+
21.00 ПОСТСКРИПТ 16+
22.05 ПРАВО ЗНАТЫ 16+
23.30 РУССКИЕ ТАЙНЫ 12+
00.10 Д/Ф «ВЛАСТЬ ПОД КИФОМ» 16+
00.55 «НЕ ВЕРЬ ГЛАЗАМ СВОИМ». СПЕЦРЕПОРТАЖ 16+
01.20 ХВАТИТ СЛОВОМ 16+
01.45 ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА 16+
02.30 ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА 12+

4 КАНАЛ
06.25, 09.30, 14.40 НАВИГАТОР 12+
07.20, 14.10, 02.00 ТРЭВБЛОГ 12+
08.05 Д/С «РАССЕКРЕННАЯ ИСТОРИЯ» 12+
09.00 Д/С «РЕКИ РОССИИ. АНГАРА» 12+
09.15 Д/С «РЕКИ РОССИИ. ДОН» 12+
10.30 Т/С «МОЯ КАПИТАН» 16+
15.40 Х/Ф «НОЧНАЯ ФАЙЛКА» 16+
17.20 ОТПУСК НЕПОДАЛЕКУ 12+

5 канал
17.40 36, 6 16+
18.00, 22.55 Т/С «АКВАТОРИЯ» 16+
19.25, 00.25 Т/С «ЕГО ЛЮБОВЬ» 16+
21.00 Х/Ф «ДИАНА» 12+
05.55 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» 3-16+
06.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» 5-16+
09.00 СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 16+
10.05 ОНИ ПОТРАЯСЯ МИР 12+
10.55 Т/С «ДОЗНАВАТЕЛЬ» 2-16+
18.20 Т/С «СЛЕД» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ГЛАВНОЕ 16+
01.05, 02.00 Т/С «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА» 16+

ТНВ
06.00, 13.05 ПАНОРАМА 6+
08.00, 17.00, 19.50, 22.25, 03.50 КОНЦЕРТ 12+
08.40, 23.05 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
09.40, 15.30, 00.15 НАСТАВЛЕНИЕ 16+
10.30 ТАМ, ГДЕ КЛИПТ ЖИЗНЬ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
11.30, 18.20, 21.25 Т/С «ВО ИМЯ ЛЮБВИ» 16+
16.00 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.30 ШАЯТ ТВ ПРЕДСТАВЛЯЕТ 6+
17.30, 00.40 КАЛЕБ 6+
19.20 РОДНАЯ ЗЕМЛЯ 12+
20.30 СЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 6+
01.05 ТЕЛЕВИДЕНИЕ 16+
03.25 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
04.15 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
05.05 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+

ОТВ
05.00, 07.25, 09.25, 14.00 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 14.30 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
05.40, 12.15, 14.40, 17.40 УТРАВЕЛ РЕКОМЕНДУЕТ 12+
05.55, 07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 21.55, 23.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
06.00, 12.30, 18.15, 00.30, 04.00, 02.50, 04.00 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
06.30, 08.30, 13.00, 15.00, 21.30, 23.10, 00.20 НОВОСТИ ТАУ 49 1/2 16+
08.00, 10.00, 18.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
10.30, 12.00, 16.00 Т/С «АКВАТОРИЯ» 16+
12.25, 17.50 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
18.45 АНАЛИТИКА 16+
19.00 БАСКЕТБОЛ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ МАТЧА «УТМК» (ЕКАТЕРИНБУРГ) - «СПАРТА ЭНД К» (ВИДЕО) 16+
22.00 НОВОСТИ ТМК 12+
22.15 НОВОСТИ. БИЗНЕС СЕГОДНЯ 16+
22.30, 01.10, 02.20, 03.30 СОБЫТИЯ 16+
23.00, 01.00, 02.10, 03.20, 04.30 СОБЫТИЯ. АКТУАЛЬНЫЕ 16+
00.20, 04.40 УТРАВЕЛ РЕКОМЕНДУЕТ 12+

5 канал
06.25 Т/С «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА» 16+
08.20 Х/Ф «АМЕРИКАН БОЙ» 16+
09.00, 13.00, 17.30 ИЗВЕСТИЯ 16+
11.10, 13.30, 17.00 Т/С «СТРАХИ ОТЧИНЬСЯ» 16+
19.45, 20.35, 21.25, 22.15 Т/С «СПЕД» 16+
23.10 СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 16+
00.10 ОНИ ПОТРАЯСЯ МИР 12+
00.55, 01.35 Т/С «ТАКАЯ РАБОТА» 2-16+

ТНВ
06.00 КОНЦЕРТ 12+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ 16+
09.00 КЭМИТ ЖЕВТИ 16+
10.00 ГОРЯЧИЙ ГОЛОВОЛОМКА 12+
11.00, 18.15, 03.00 ГОЛОВОЛОМКА 12+
12.05, 19.05, 03.50 СПОЕМТЕ ВМЕСТЕ! 12+
13.00 РОДНАЯ ДЕРЕВНЯ 12+
13.20 ТЕЛЕФИЛМЫ 16+
17.10 ТАМ, ГДЕ КЛИПТ ЖИЗНЬ 16+
17.45, 05.05 НАРОД ОУИ... 12+
20.00 ШАГИ 16+
20.30 КОНЦЕРТ РЕЗЕДЫ ШАРАФИЕВОЙ И РАВИЛЯ ГАЛИЕВА 16+
22.40 Т/С «ВО ИМЯ ЛЮБВИ» 16+
04.40 ПУТИК 16+
05.30 НАСТАВЛЕНИЕ 16+

ОТВ
05.00, 07.25, 09.25, 14.00 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 14.30 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
05.40 УТРАВЕЛ РЕКОМЕНДУЕТ 12+
05.55, 07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55, 21.55, 23.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
06.00, 05.40, 03.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
06.30, 08.3



## ЕСТЬ ЛИ ПОЛЬЗА ОТ ЛОПУХОВ?

### НАРОДНАЯ МЕДИЦИНА

Римма Врубель

**«У нас во дворе и огороде каждое лето – засилье репейника. Как можно использовать это растение, кроме закладки в компостную кучу?» – спрашивает Тамара Дмитриевна Коростелева из Красноуфимска.**

Репей или лопух – самый распространенный сорняк в наших местах: растет вдоль запыленных дорог и возле заборов, благоденствует и на солнечном месте, и в тени. Распространяется семенами, созревающими в конце лета на красивых шишках, с помощью ветра, на шерсти животных и одежде человека.

Крупные сочные листья и толстые жирные стебли – прекрасный компонент для компостной кучи, но гораздо большую пользу приносят корни этого сорного растения. Главное их достоинство – целебные качества, используемые в народной медицине. Они оказывают болеутоляющее, мочегонное, желчегонное, противоаллергическое, противодиабетическое воздействие, активизируют работу печени и поджелудочной железы. Еще они успешно применяются в косметологии. К приме-

ру, способны сделать волосы пышными и здоровыми – не хуже дорогостоящих шампуней.

Корни лопуха можно использовать как в свежем виде, так и засушенными. Из свежих нетрудно приготовить сок: их нужно хорошо промыть, очистить от кожицы, разрезать на небольшие кусочки и пропустить через мясорубку. Затем собрать кашицу в марлю и отжать. Свежий сок хранить в холодильнике и использовать в течение суток.

Очень полезен отвар из корней этого растения. Готовится он в такой пропорции: 2 столовые ложки нарезанных кубиками свежих корней залить 500 мл воды, довести до кипения, уменьшить огонь, томить еще 10 минут. После того, как отвар остынет, процедить через сито. Хранить в холодильнике.

Настой готовится из высушенных корней. Их нужно измельчить, поместить в стеклянную или эмалированную посуду, залить крутым кипятком и настоять 1 час. Хранить в прохладном темном месте.

Снадобья из корней лопуха, конечно, не заменяют медикаментозное лечение, перед тем, как их использовать, надо обязательно посоветоваться с лечащим врачом. Есть противопоказания в их использовании.

## САМЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ ОРЕХИ И ИХ СВОЙСТВА

### КЛАДЕЗЬ ВИТАМИНОВ

narodmed.temaretik.com

**Про способность орехов благотворно влиять на здоровье человека слышали все. Но какие орехи самые полезные?**

Внимание! Все благотворные свойства, которые будут приведены ниже, справедливы только для нежареных и несоленых орехов.

**МИНДАЛЬ** – рекордсмен среди орехов по содержанию кальция, протеинов

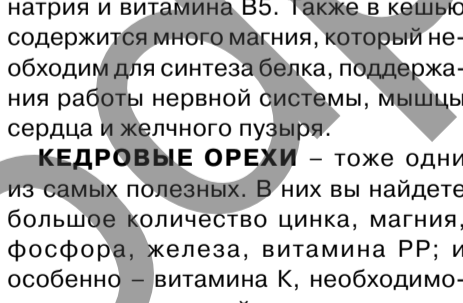


dikoved.ru

и волокон клетчатки. Среди всех орехов миндаль содержит в себе наибольшее количество витаминов PP, B2 и E. Они снижают уровень «плохого» холестерина в крови, расширяют мелкие сосуды и улучшают микроциркуляцию. Нужны для роста волос, улучшения состояния ногтей, кожи, щитовидной железы. Чтобы «выжать» максимум пользы из миндаля, кушайте его с неповрежденной кожей, именно в ней содержится большая часть полезных свойств.

**КЕШЬЮ** наполнит организм достаточным количеством белка, станет важным источником цинка, меди, железа, натрия и витамина B5. Также в кешью содержится много магния, который необходим для синтеза белка, поддержания работы нервной системы, мышцы сердца и желчного пузыря.

**КЕДРОВЫЕ ОРЕХИ** – тоже одни из самых полезных. В них вы найдете большое количество цинка, магния, фосфора, железа, витамина PP; и особенно – витамина K, необходимого для достаточной свертываемости крови, здоровой работы почек, обмена



lavka-specy.com

кровообращения. Орехи хорошо борются с аритмией, не дают развиваться атеросклерозу.

В них много антиоксидантов из группы витаминов E, которые хорошо защищают сердце, сохраняют молодость кожи, полезны в борьбе с раком.

жирных кислот, которые незаменимы для сердечно-сосудистой системы и кровообращения: защищают сердце, борются с аритмией, не дают развиваться атеросклерозу.

**ГРЕЦКИЕ ОРЕХИ** отличаются высоким содержанием полиненасыщенных



baba-deda.ru

жирных кислот, которые незаменимы для сердечно-сосудистой системы и кровообращения: защищают сердце, борются с аритмией, не дают развиваться атеросклерозу.

В них много антиоксидантов из группы витаминов E, которые хорошо защищают сердце, сохраняют молодость кожи, полезны в борьбе с раком.

**К БРАЗИЛЬСКОМУ ОРЕХУ** стоит присмотреться людям, у которых есть



marketyandex.ru

проблемы с функцией щитовидной железы. Орех является хорошим источником минерала селена, он важен для обмена веществ, жиров, белков и углеводов в организме; защиты от оксидантов; укрепления мышечной ткани и миокарда; лучшего усвоения витамина E и йода.

**ФУНДУК** является хорошим источником фолиевой кислоты, которая



lavka.ru

крайне важна для развития новых клеток. Орех помогает насытить организм кальцием, железом, магнием, марганцем, витаминами B6, A, E и другими, которые улучшают и помогают беречь зрение.

**ФИСТАШКИ** содержат в себе полезные жиры, волокна клетчатки, кальций, железо, магний, фосфор, калий, медь



morganic.ru

марганец, витамин B6. Следует обратить отдельное внимание на высокий уровень витамина A в фисташках. Он важен для антиоксидантной защиты организма и зрения.

## Готов ли ваш садовый инвентарь к дачному сезону?

### НАКАНУНЕ ВЕСНЫ

7dach.ru

**Предлагаем провести весеннюю инвентаризацию, ведь лучше сейчас проверить инструменты, чем в расгар сезона опомниться, что у вас нет рабочей лопаты.**

**Лопата.** Без универсальной штыковой лопаты ни один дачник обойтись не сможет. Вскопать грядку, подготовить посадочную яму, выкорчевать пень – без нее никуда. Для выкапывания ям при посадке деревьев и кустарников, при установке столбов под забор удобно пользоваться штыковой лопатой прямоугольной формы. У штыковой лопаты есть сестры: совковая и снегоуборочная – пригодится, если бываете на даче зимой.

Доставая лопату после зимовки, обратите внимание на остроту лезвия. Некоторым умельцам для заточки достаточно обычного напильника. Но если у лопаты есть закаленная кромок, а об этом нужно спросить в магазине при покупке, то заточке инструмент не подлежит. Остроту лезвия долго не потеряет.

Если обнаружите на полотне легкую ржавчину, образовавшуюся за зиму, не стоит пытаться ликвидировать ее, в процессе перекопки огорода она сойдет сама собой. С серьезно проржавевшей лопатой придется попрощаться. Вернуть былую гладкость ей вряд ли удастся.

**Вилы.** Ими можно перекапывать грядки, копать картошку, морковь, свеклу и другие корнеплоды, прокалывать дернину газона. Влажную почву перекапывать вилами гораздо легче. Если весной вы обнаружите на деревянном черенке трещины, его лучше заменить, неровности на поверхности сулят мозоли. Небольшие заусенцы и задиры, появившиеся за зиму, можно ликвидировать при помощи мелкой наждачной бумаги.

**Грабли.** Тяжелыми граблями с острыми металлическими зубьями удобно разбивать комья земли после перекопки. Если за зиму грабли проржавели, попробуйте пройти WD-40. Это антикоррозийное средство, используемое в автомастерских, распылите на заржавевшую поверхность, подождите и протрите тряпочкой. Ржавчина сойдет.

**Пила.** Зубья надо отмыть от сока и смол растений, заточить и развести. Заточку проводят трехгранным напильником, зафиксировав пилу в тисках совком вверх. Инструмент, который обрел былую остроту, следует густо смазать солидолом или машинным маслом.

**Опрыскиватель.** Желательно обзавестись не одним опрыскивателем: для локальных обработок можно приобрести компактный ручной объемом 2 л, для деревьев и кустарников подойдет ранцевый вариант объемом 12 л.

Агрегат нужно разобрать, хорошенько промыть от рабочих растворов, трубки продувать, дать деталям высохнуть. Распылительные наконечники рекомендуется хранить в защищенном от пыли месте. Проверенный способ: сложить детали в отдельный пакет и положить его внутрь опрыскивателя, чтобы они не потерялись.

hozmarket-ekb.ru

НАШ САЙТ: газетapensioner.pf **Пенсионер** ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

подписной индекс: П3196

Подписаться можно в почтовых отделениях области с любого месяца Платеж через ПАО СБЕРБАНК – ИНН 6659037532 ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ. Учредитель ООО «ИСТОКИ», г. Екатеринбург, ул. Шуваловская, 2. Газета зарегистрирована 29.10.1999 г. в Уральском региональном управлении Госкомлеча-РФ, рег. №ФС-3276. Газета выпускается при финансовой поддержке Министерства цифрового развития РФ.

## ЧТО НЕ УСТРАИВАЕТ МАЛИНУ?

### СОВЕТЫ БЫВАЛОГО САДОВОДА

Римма Врубель  
Эл. почта: WrubellRimma@mail.ru  
Тел.: 8-904-980-30-77



yardphoto.ru

**«В прошлом году перенесли малину на другое место. Вдруг вернулись листья у нее начали свертываться, желтеть и засыхать. Что мы делали не так? Как предотвратить проблему в нынешнем сезоне?» – спрашивает екатеринбурженка Ольга Борисовна Мухина.**

Причин неожиданного пожелтения листьев у малины может быть несколько: недостаток питательных веществ в почве, длительная засуха, загущенность посадок, вирусные заболевания, вызванные грибками или бактериями, паразитирующими в земле.

Судя по описанию Ольги Борисовны, ее малина подверглась заражению хлорозом. Проявляется он так: вначале листочки желтеют вдоль жилок, затем бледно-желтую окраску приобретает весь лист и засыхает по краям. Переносчиком хлороза являются тля и малинный клещ.

Что необходимо сделать, чтобы помочь малине в нынешнем году? Пораженные кусты лучше удалить и сжечь. Чтобы сохранить остальные, надо принять профилактические меры. Если есть птичий помет, полить им кусты под корень: 1 килограмм помета на 10 литров воды, опрыскать кустики «Инта-Виром», «Искрой» или подобными им препаратами: 1 таблетка на 5 литров воды.

Не секрет, что про этот ягодный кустарник мы часто забываем: растет десятилетиями на одном месте – и ладно. Но малина тоже нуждается в подкормках. Ре-

комендуется каждые 2-3 года удобрять ее перегноем: 5 килограммов на 1 квадратный метр, периодически рыхлить междурядья, удаляя сорняки. И выбирать устойчивые к заболеваниям сорта, к примеру, «Русская урожайная», «Колхозница» и другие.

Чтобы исключить возможность попадания вредоносных бактерий, перед посадкой желательнее обработать почву медным купоросом: 1 грамм вещества на 10 литров воды. В таком же растворе следует 5-10 минут подержать корни саженца, после чего промыть водой. Сажать малину надо на участки, где раньше не росли ягодные и плодовые культуры.

Способствует заболеваниям и густота посадок, где кустам не хватает света и воздуха. Надо проредить посадки, вырезав наиболее слабые и тонкие побеги.

Раскажу и о другом частом заболевании малины под названием «ржавчина». Весной на листьях и стеблях появляются маленькие светло-рыжие вздутия, наполненные спорами. Растения ослабевают, листочки желтеют и засыхают. Вздутия лопаются, споры из них разлетаются на несколько метров.

Лечится «ржавчина» обработкой фунгицидами – «Фитоспорином», «Хомом», «Топазом» и другими. Весной, до распускания почек, надо опрыскать посадки 3%-м раствором бордосской жидкости, 2%-м раствором калийной соли или 4%-м раствором сульфата аммония.

## Хрустящий салат с пикантной заправкой

### ВКУСНО ПОЕДИМ!

www.botanichka.ru

**Потребуется:** 200 г пекинской капусты; половинка красного сладкого перца; 2 красных помидора; 1 небольшая груша; 3-4 пера зеленого лука; половина апельсина; 2 ч. ложки тертого имбиря; половина столовой ложки меда; 1 ст. ложка яблочного уксуса; 2 ст. ложки растительного масла без запаха; молотый красный перец и соль – по вкусу.

**Приготовление:** режем полосками пекинскую капусту. Нарезаем мякоть перца узкими полосками. Добавляем к пекинской капусте. Режем кубиками помидоры. Добавляем к перцу и капусте. Нарезаем грушу тонкими ломтиками. Чтобы кусочки груши не темнели на

воздухе, можно сбрызнуть их лимонным соком. Зеленый лук режем мелко.

Делаем заправку: выжимаем в отдельную миску сок из половинки апельсина, смотрим, чтобы не попали косточки. Корень имбиря чистим, натираем на мелкой терке. Насыпаем молотый красный перец, добавляем мед и яблочный уксус. Используйте молотую сладкую паприку, если не любите острое. Наливаем растительное масло, добавляем соль по вкусу. Хорошо перемешиваем заправку, пока мед и соль не растворятся полностью.

Выливаем заправку в салат, аккуратно смешиваем, чтобы все кусочки овощей и фруктов покрылись заправкой, впитали её вкус и аромат.

Подаем на стол с хрустящим поджаренным тостом.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова, E-mail: ps@mediakrug.ru  
Корреспондент Е. Зинковская  
Ведущая М.Гареев  
Отдел объявлений М. Волкова.  
Отдел подписки О. Киданюк, тел. (343) 377-00-47  
Отдел рекламы: (343) 377-00-50 (57)  
По вопросам доставки газеты звонить: Екатеринбург – (343) 371-45-04; по области – (343) 359-89-13.  
При перепечатке материалов ссылка на «Пенсионер» обязательна. В соответствии с законом РФ «О средствах массовой информации» редакция имеет право не отвечать на письма и не возвращать их писемца. Редакция может публиковать материалы, не разделяя точки зрения автора и области. Цена – договорная. Газета отпечатана в АО «Принт Принт Екатеринбург», Россия, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18, корп. Н. Свеча номера в печать по графику – 16.00, фактически – 16.00, 21.02.2023 г. Дата подписания: 21.02.2023 г. Выход в свет 22.02.2023 г. Тираж 16 000 экз. Заказ 424.

# Дом Здоровья

23  
ФЕВРАЛЯ

Выдача происходит в салон-магазине «Дом Здоровья» при предъявлении пенсионного удостоверения.

Необходима предварительная запись!

**Уважаемые пенсионеры!**

Поздравляем вас с предстоящими праздниками **23 февраля и 8 марта!**

Компания «Дом здоровья» желает вам солнечной погоды и прекрасного настроения, неиссякаемой энергии и крепчайшего здоровья! Желаем, чтоб в вашей семье всегда царили покой и умиротворение, доброта и понимание, любовь и благополучие.

И пусть каждый день дарит новые силы и большие возможности!

**УВАЖАЕМЫЕ ПЕНСИОНЕРЫ!**  
**ПОЛУЧИТЕ БЕСПЛАТНЫЙ ПРОДУКТОВЫЙ НАБОР\***  
ПОДРОБНОСТИ УТОЧНЯТЬ ПО ТЕЛЕФОНУ

г. Екатеринбург: ул. Фрунзе, 63, 8 (982) 695-05-50,  
ул. Посадская, 42, 8 (982) 751-00-10,  
ул. Победы, 5, 8 (982) 751-00-20,  
ул. Родонитовая, 18, 8 (982) 751-00-40  
ул. Восточная, 162, 8 (919) 399-20-35

ул. Техническая, 55, 8 (982) 751-00-55,  
ул. Амундсена, 61, 8 (982) 717-50-08,  
ул. Уральская, 59, 8 (912) 610-54-36,  
ул. Сыромолотова, 15, 8 (999) 285-58-90  
ул. Братская, 4, 8 (919) 388-18-29

г. Первоуральск, пр. Космонавтов, 19, 8 (982) 751-00-60,  
г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 28, 8 (982) 751-00-70,  
г. Нижний Тагил, ул. Строителей, 13, 8 (912) 643-82-62,  
г. Верхняя Пышма, ул. Мамина-Сибиряка, 4, 8 (982) 751-00-50.

\*Подробнее с правилами акции можно ознакомиться в салоне-магазине

Реклама ООО «ТЕХНОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ», ИНН: 6686104121 Номер сертификата №ЕАЭС RU C-CN.НA92.A.00114/19

## КАК ПРОХОДИТ ОПЕРАЦИЯ НА КАТАРАКТЕ

Решиться на операцию по лечению катаракты бывает непросто. Чаще всего пугает неизвестность самой процедуры. В воображении рисуются страшные картины операции. Но, как показывает практика, пациенты после операции говорят, что зря так переживали, операция прошла быстро и легко.

А чтобы меньше переживать до операции, мы подготовили рассказ, как проходит операция по замене хрусталика при катаракте.

Современные операции по удалению катаракты выполняются без общего наркоза. Вмешательство проводится **под местной анестезией, без уколов, при помощи обезболивающих капель**. Воздействия на весь человеческий организм они не оказывают. При этом пациент находится в сознании, но не чувствует, что делают в его глазу. Видит только вспышки света.

На первом этапе операции офтальмолог делает микроскопические разрезы на роговице. **Никакие швы во время операции не накладываются**. Современные методы лечения катаракты позволяют делать микроскопический надрез, который затянется в первые часы после операции. Затем с помощью ультразвука офтальмохирург извлекает природный помутневший хрусталик.

На втором этапе операции устанавливается интраокулярная линза (ИОЛ). Хирург вводит искусствен-



ный хрусталик в полость глаза в свернутом виде. Так он свободно проходит через надрез. И уже внутри хрусталик расправляется.

По окончании операции в глаз пациенту закапывается противовоспалительное средство.

**Вся процедура занимает около 20 минут.** Все это время пациент находится на удобном мягком операционном столе. Рядом с ним, кроме хирурга, находятся анестезиолог и медицинская сестра.

**В клинике «Омикрон» действует федеральная программа лечения катаракты за полцены – 23 500 рублей вместо 47 000!**

Устанавливается **импортный хрусталик с улучшенными оптическими свойствами.**

Операция по лечению катаракты — это стандартная операция одного дня, которая позволяет восстановить зрение и улучшить качество жизни.

**Куда обращаться за лечением катаракты**

Федеральная сеть клиник «Омикрон» специализируется на лечении катаракты. Операции проводят опытные хирурги с большим операционным стажем.



Адрес: г. Екатеринбург,  
ул. Карла Либкнехта, 22,  
2-й этаж, офис 213.

Записаться  
на диагностику можно  
по телефону:  
**(343) 227-50-10**

**Справка:**  
клиники и диагностические центры федеральной сети «Омикрон» расположены в городах:  
Екатеринбург, Новокузнецк, Кемерово, Новосибирск, Челябинск, Казань, Ленинск-Кузнецкий, Прокопьевск, Рыбинск, Юрга, Междуреченск, Белово.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ,  
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА