

Город родной, навек любимый! Саяногорску 6 ноября исполнится 48 лет

№ 42 (1382)

26 октября 2023 г.

vk.com/sayan_vedomosti

Саянские ведомости

16+

Еженедельная
Саяногорская
городская газета

РУСАЛ - детям

С таким подарком повезёт



У юных талантливых саяногорцев появился свой комфортабельный автобус, на котором они смогут ездить на турниры, соревнования, фестивали и конкурсы.

Это подарок компании РУСАЛ, которая ежегодно планомерно работает на развитие всех социальных направлений нашего муниципалитета - образование, медицину, спорт.

На торжественной церемонии ключи от нового транспорта Главе Саяногорска Евгению Молодьякову вручил управляющий директор Саяногорского алюминиевого завода Евгений Щербаков.

Евгений Молодьяков отметил, что автобус по всем требованиям подходит для перевозки детей. В нём установлено видеонаблюдение, система ГЛОНАСС, кондиционеры, отдельный отсек под спортивные сумки и многое другое. Ребята будут ездить с комфортом.

После официальной части юные спортсмены из Центра спортивных единоборств первыми прокатились и рассмотрели внутреннее устройство автобуса.

Елизавета БАЙЦЕВА
(фото автора)

Уважаемые жители Саяногорска!

На площадках для накопления ТКО и рядом с ними запрещается складировать строительные отходы (куски бетона, обломки кирпичей, шифера или других кровельных материалов, доски, бой керамической плитки, строительную арматуру и т.п.), а также отходы, не относящиеся к ТКО (ветки деревьев, скошенную траву, автомобильные шины, отработанные ртутные лампы и т.д.).

По вопросам вывоза строительных отходов обращаться в филиал ООО «Аэросити-2000» по телефону: 8-983-191-2160.

Администрация МО г. Саяногорск

МастерСтройЛайф
Окна ПВХ (ВЕКА, WWS)
Балконы+обшивка, вынос
Двери входные, межкомнатные

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
ЖАЛЮЗИ
МОСКИТНЫЕ СЕТКИ
РЕМОНТ КВАРТИР

г. Саяногорск, ТЦ Спутник (правое крыло)
за отделом «Леран», 8-923-397-0756

ГАЛЕРЕЯ ЗВУКОВ

незаметные
СЛУХОВЫЕ
АППАРАТЫ

Батарейки
в ПОДАРОК!

Реклама

ДИАГНОСТИКА СЛУХА — БЕСПЛАТНО!

г. Саяногорск,
Заводской м-он, д. 44

8 (39042) 50-155

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ
ВЫПОЛНЯЕТ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
СО СВОИМ МАТЕРИАЛОМ

- ДОМА С НУЛЯ
- ДОМКРАТИМ ДОМА
- ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА
- ФУНДАМЕНТЫ
- ОТМОСТКИ
- КРЫШИ И ИХ РЕМОНТ
- ДОРОЖКИ, СТЯЖКИ
- САЙДИНГ
- ДРЕНАЖ
- ТЕРРАСЫ
- ПОКРАСКА ДОМОВ
- КРЫЛЕЧКИ
- ХОЗБЛОКИ, НАВЕСЫ
- ВОРОТА И ЗАБОРЫ
- БЕСЕДКИ

Телефон: 8-923-214-0299 (Николай)

Реклама

С 26 по 29 октября
Советский м-он, д. 44
(возле АТБ банка)

Выставка-Распродажа
ШУБ

ФАБРИКА Г. ПЯТИГОРСК

ШУБЫ ОТ 10 000 РУБ. ДУБЛЕНКИ. ШАПКИ.
Норна. Мутон. Каракуль. Бобрин.
Размеры от 42 до 68

Кредит от 6 мес. до 3 лет.
Рассрочка от 6 до 12 мес.

с 9:00 до 18:00

Акция! Меняем старую шубу на новую!!!

Рассрочка и кредит предоставляются банком «ОТП Банк» Генеральное лицензия Банка России №2786 от 27.11.2014 г.

Поздравления

29 октября -
День вневедомственной охраны Росгвардии

Администрация и Совет депутатов муниципального образования город Саяногорск поздравляют сотрудников правоохранительных органов с профессиональным праздником - Днём вневедомственной охраны!

Вневедомственная охрана - одна из самых многочисленных и технически оснащённых служб Росгвардии, которая применяет современные высокотехнологичные методы и формы борьбы с преступностью.

Ежедневно с большой ответственностью и мужеством вы стоите на страже государственной и частной собственности и общественного порядка. Благодаря вашему профессионализму под надёжной защитой находятся предприятия, организации и учреждения нашего муниципалитета.

Убеждены, что сотрудники службы вневедомственной охраны будут и дальше с честью выполнять стоящие перед ними задачи.

Искренне желаем всем работникам и ветеранам вневедомственной охраны крепкого здоровья, семейного счастья, благополучия, выносливости и успехов в работе на благо родного города!

29 октября - День работников
автомобильного транспорта

Администрация и Совет депутатов муниципального образования город Саяногорск поздравляют всех работников дорожного хозяйства и ветеранов отрасли с профессиональным праздником - Днём работников автомобильного транспорта!

Наша жизнь - непрерывное движение, и все мы постоянно связаны с транспортом и дорогой. Трудно себе представить современный город без автомобилей, автобусов, коммунальной техники. Ежедневно сотни транспортных единиц обеспечивают функционирование различных сфер жизнедеятельности, способствуют развитию всех без исключения отраслей народного хозяйства.

Работа на дороге требует огромного профессионального мастерства, выносливости и оптимизма. Ваш труд - это залог стабильной работы предприятий и учреждений нашего города.

Желаем всем работникам и ветеранам автомобильного транспорта и дорожного хозяйства безаварийной стабильной работы, новых трудовых достижений, пусть на жизненных и автомобильных путях вам горит зелёный свет! Крепкого вам здоровья и счастья! Уверены, что отрасль и впредь будет работать стабильно, наращивать объёмы перевозок и повышать безопасность движения.

Евгений МОЛОДНЯКОВ,
Глава МО г. Саяногорск

Виталий СИТНИКОВ,
Председатель Совета депутатов
МО г. Саяногорск

Спасти жизнь

Пожарные извещатели сообщают об угрозе

Управление по делам ГО и ЧС Саяногорска получило 365 новых автономных пожарных извещателей. Бесплатные приборы предназначены для многодетных семей, а также семей, попавших в трудную жизненную ситуацию, и социально-незащищённых граждан.

Основное назначение автономного пожарного извещателя - сохранить человеческую жизнь. Если человек спит, он обязательно проснётся от резкого и громкого звука, который издаёт этот прибор при задымлении. Статистика упряма: с приходом холодов наш город, как и вся Хакасия, страдает от пожаров, которые происходят вследствие неправильной эксплуатации печного отопления. Одно из решений данной проблемы - это установка автономных пожарных извещателей, которые в случае возгорания сообщают об угрозе.



Рост цен

Проблемой занимаются депутаты

Зампредседателя Верховного Совета Хакасии Леонид Быков прокомментировал ситуацию с ростом цен на продукты.

- Проблемой роста цен, в том числе на куриное яйцо, занимаются органы исполнительной власти: Министерство экономики, сельского хозяйства и антимонопольная служба. В крупных торговых сетях представлены разные производители куриного яйца в разном ценовом сегменте. Повлиять на ценообразование «сетевиков» сложно. Однако в Хакасии есть собственный производитель куриных яиц - Усть-Абаканская птицефабрика.

Сейчас мы готовим запрос для выяснения оснований роста стоимости продукции. Если будут установлены факты сговора и необоснованного завышения цен, Верховный Совет Хакасии обратится в региональное Управление Федеральной антимонопольной службы, у которой есть инструменты повлиять на ситуацию, - сказал Леонид Михайлович.

Благоустройство

В домах будет вода

Дома второй очереди посёлка Ай-Дай продолжают подключать к центральному водоснабжению.

Несколько лет назад, после строительства новой водопроводной ветки, было запитано 10 улиц. На сегодня ещё 45 домовладений из 64-х возможных подали заявки и получили разрешение на подключение.

Напомним, что водопровод на Ай-Дае был запущен в 2021 году. На его возведение более 60 миллионов рублей выделила республика.

Сортируем и сдаём

Пластик, лампочки, покрышки

До конца года в Саяногорске, как и в других городах республики, появятся дополнительные контейнеры для раздельного сбора пластика. На эти цели из республиканского бюджета муниципальным образованиям выделены дотации в размере более 5 млн рублей.

Ежегодно из Хакасии вывозится несколько сотен тонн пластика на переработку в другие субъекты.

По данным пресс-службы Минприроды Хакасии, завод мощностью 155 тысяч тонн должен заработать в Хакасии до конца 2025 года. После этого все отходы сначала будут попадать на сортировочную ленту: часть отходов пойдёт на переработку и не более 50% отходов будет захораниваться на новом полигоне. До ввода в эксплуатацию завода раздельный сбор отходов осуществляется в республике на основе частных инициатив.

Правительство Хакасии ведёт работу совместно с муниципальными властями по подбору подходящего участка для строительства современного мусороперерабатывающего комплекса, отвечающего всем требованиям экологической безопасности, и нового полигона.

Дополнительно прорабатываются вопросы по организации раздельного сбора стекла и отработанных шин.

Горожане выбирают комфорт

В Саяногорске продолжается голосование за объекты, которые в рамках программы «Формирование комфортной городской среды» будут благоустроены в следующем году.

В опросе представлены различные формы и виды уличных фонарей, лавок, урн, малых архитектурных форм и многого другого.

Напоминаем, что в следующем году планируется облагородить следующие объекты: зону отдыха в Черёмушках; территорию возле



ФОРМИРОВАНИЕ
КОМФОРТНОЙ
ГОРОДСКОЙ СРЕДЫ

домов №№ 87-88 в Черёмушках; пешеходную дорожку между детсадом «Аленький цветочек» и домом № 4 Ленинградского микрорайона, а также вдоль проездов от шестой школы до улицы Ленина; пешеходную дорожку от ТД «Ленинградский» (ул. Шушен-

Соревнуется молодёжь

По-спортивному азартно

В Саяногорске продолжаются состязания в рамках 11-го фестиваля «Молодость.ру».

В минувшие выходные работающая молодёжь вышла на «Весёлые старты», в которых за победу боролись шесть команд: «Педсовет», «Эн Драйв» (Байкалэнерго), «РусГидро», «Гидроремонт», «РУСАЛ» и «СПТ».

По результатам игр первое место заняла команда «РусГидро», на втором - «Молодёжка» (РУСАЛ), третье у «Педсовета», четвёртое занял «Гидроремонт», пятое - у команды «Эн Драйв» (Байкалэнерго), на шестом - «СПТ».

Далее участников ждёт семейный квест, плавание, баскетбол, игра в «Мафию», конкурс сюрпризов и КВН.

Учителя

Полны идей и проектов

Учитель русского языка и литературы лицея «Эврика» Марина Якунина вышла в финал Всероссийского конкурса «Флаги образования».

Итоги соревнований регионального полуфинала профессионального конкурса подвели в Хакасском институте развития образования и повышения квалификации.

За звание лучших боролись 16 педагогов и управленцев системы образования региона. Участники презентовали в нестандартной форме свой профессиональный и личностный профиль - педагогический опыт, ключевые профессиональные достижения, а также уникальные авторские идеи, технологии и методики.

На днях состоялось торжественное награждение трёх победителей, в ноябре финалистам предстоит встретиться в Москве на площадке президентской академии (РАНХиГС), чтобы побороться за звание победителя.



Победители конкурса

Предпринимательство на школьной волне

По итогам республиканского конкурса саяногорские предприниматели, имеющие статус «социальное предприятие», получили финансовую поддержку в виде грантов до 500 тысяч рублей.

Всего на территории муниципалитета 10 субъектов предпринимательства, имеющих этот статус, четыре из которых получили его в этом году.

Проекты предпринимателей-победителей направлены на образовательную деятельность детей: «Развитие языковой школы «ЛингваЦентр Про» (Ирина Корытина), «Школа скорочтения» (Евгений Рязев), «Кибершкола будущего» (Данил Ерошкин).

В связи с проведением Байкалэнерго ремонтных работ в четверг, 26 октября, с 9.00 до 17.00 будет произведено отключение теплосети.

Под отключение попадают потребители домов №№ 44, 46, 47, 48, 49, 51, 53, 54, 55, 56, 57, 59 Заводского микрорайона.

Голосуйте

сая), мимо детсада «Умка» до школы № 6 и в сторону улицы Ленина; пешеходную дорожку в Ленинградском микрорайоне от детсада «Почемучка» до школы № 6 (вдоль дома № 19а) и вдоль дома № 9 у д/с «Почемучка».

Ссылка для голосования размещена в официальных группах Администрации города Саяногорска в социальных сетях.

Присоединяйтесь и выберите те варианты элементов наполнения объектов, которые нравятся вам и станут хорошим дополнением благоустройства муниципалитета!

В Год педагога и наставника, в преддверии российского Дня тренера (30 октября) и Всемирного дня дзюдо (28 октября) нам не пришлось долго выбирать кандидатуру для главного интервью нового номера газеты. О своём пути в профессию, методике преподавания и успехах учеников рассказал настоящий мастер своего дела, чей портрет ныне по праву украшает городскую Доску почёта, - педагог дополнительного образования Центра детского творчества, тренер по дзюдо и самбо Анатолий КРАСНЕНКОВ.

- Анатолий Петрович, с чего начался ваш путь в спорт? Почему дзюдо и самбо?

- Когда мне было десять лет, вмешался судьбоносный случай. До этого педагоги зазывали меня в лёгкую атлетику: я был худощавым, подвижным, быстро бегал, далеко прыгал, выигрывал городские и республиканские соревнования. Да, получалось, но всё-таки это было не моё. И тут в 1979 году в школе № 3, где я тогда учился, открылась новая секция - вёл её мастер спорта СССР по борьбе самбо Николай Яковлевич Задорин. Работая крановщиком на СШГЭС, он многие годы также посвятил приобщению молодёжи к спорту и на полставки вёл тренировки в школе № 1 посёлка Черёмушки, а затем в городе - в третьей и седьмой школах. Мой друг решил попробовать, сходил на одно занятие, а на следующее позвал меня с собой. Я рзи сходил, два сходил - и втянулся. Все эти броски и захваты, схватка на ковре, болевые приёмчики - борьба увлекла настолько, что я и своего брата привёл заниматься, и сам до сих пор, как видите, уже больше сорока лет верен своему выбору.

- Что лично вам дал спорт?

- Во-первых, конечно, это укрепление здоровья, развитие силы и выносливости. А во-вторых - и это главное - спорт дал мне необходимый выход энергии. Я рос необразованным, но хулиганистым: учился хорошо, даже экзамен как-то на спор без подготовки на пятёрку сдал, но при этом поведение страдало, часто спорил с учителями, а после уроков пропадал на улице. Время было такое, что если бы не спорт, я наверняка нашёл бы себе приключений, влез бы в какой-нибудь криминал... Николай Яковлевич сделал из меня человека, научил всем тонкостям борьбы, направил характер в благое русло. Первые же свои городские соревнования я выиграл - это для меня тогда была самая важная победа. Горел борьбой, усиленно занимался до самого ухода в армию.

- Как вы пришли к мысли стать тренером?

- Также неожиданно для себя. С детства мечтал стать военным, но в армии понял, что не умею слепо подчиняться. Уже перед самым дембелем пришло письмо от брата и знакомого тренера: здание горисполкома отдают под Дом пионеров (ныне ЦДТ), открывают там секцию самбо и предлагают мне выйти на ставку. Так, в сентябре 1989 года я набрал свою первую группу.

Сначала управлять с детьми было нелегко, и директор Дома пионеров Ольга Леонидовна Ерощко - большое ей спасибо! - отправила меня в лагерь «Дружба» воспитателем: за сезон круглосуточного пребывания с ребятами я «чуть не умер», но в педагогику вник. Моим наставником на этой стезе стал руководитель лагеря Александр Викторович Зинченко: он подсказывал, объяснял, что и как делать, успокоил: «С опытом это в глазах появится: посмотришь, скажешь - и будут слушать». Так и случилось. Я продолжил тренировать, почувствовал, что получается, что нашёл своё место - и понеслось. В какой-то момент полностью переключился на дзюдо: эти единоборства во многом похожи. Сейчас преподаю оба направления.

- В 90-е годы были популярны фильмы на тему восточных едино-



Анатолий КРАСНЕНКОВ:

Моя цель - воспитать здорового и сильного гражданина своей страны!



борств. Наверняка, спрос на занятия в вашем клубе сразу был большой?

- А ещё в те годы процветал бандитизм, распространялись наркомания, алкоголь продавали всем, хоть пять лет тебе, хоть двадцать пять... Я многих учеников набирал прямо на улицах: видел компашки на лавочках с бутылками, подходил, внушение делал, затаскивал к себе на тренировки. Кого-то из тех ребят уже нет в живых, скатились по наклонной. А 80%, кого удалось завлечь, остались, полюбили спорт, здоровый образ жизни, выучились, создали семьи и сейчас уже своих детей ко мне приводят. В среднем и тогда, и сейчас каждый год в клубе занимаются порядка 80-100 ребят - одни после окончания школы уходят, уезжают, а им на смену приходят новые мальцы.

- Как выстраиваете отношения с учениками?

- В первую очередь я тренер-друг, тренер-отец. Найти подход к каждому, объяснить доходчиво, поддержать заботливо, наставить твёрдо. Многие ученики меня так и называли - «папа-два». Любимчиков, кстати, никогда не выделял: отношение на тренировке ко всем равное, а тем, кто сильнее, дополнительно уделяю больше времени. Потенциал сразу вижу по глазам, по движению: такие дети горят, стараются, они голодны до побед.

- Расскажите, что включает в себя ваша система тренировок.

- Это комплексная система тренировки ума и тела, а также воспитания качеств достойного человека и гражданина. Ведём силовую подготовку, занимаемся гимнастикой, акробатикой, отработываем техники захватов, падений, бросков - борец должен очень хорошо управлять своим телом. При этом каждое занятие - это всегда творчество: как тренер ты чутко реагируешь на возможности и состояние ребёнка, меняешь подход, темп, элементы, настраиваешь на работу, ищешь-раскрываешь для каждого борца его сильные стороны... В ходе тренировок развиваются сознательность, ответственность, дисциплина; заодно делаем упор на патриотизм: авторитет тренера как старшего товарища позволяет подсказать

ребятам что-то в житейском плане, заинтересовать фактами из истории родной страны (которую сейчас молодёжь не очень хорошо знает), показать пример, как поступать. Бывали случаи, когда дома ребёнок родителям в качестве аргумента заявлял: «Так сказал Анатолий Петрович!».

- Соревнования - это экстремальная ситуация для психики. Как настраиваете учеников на победу?

- Случается, на тренировке боец показывает хороший уровень, а на турнире может разволноваться, растеряться. Чтобы в рабочем состоянии вернуть, одному нужно дать чёткую аналитическую информацию, подсказки типа «соперник выше ростом, поэтому делай такие-то захваты» - он сосредотачивается, идёт решать задачу. Другого нужно как следует встряхнуть - взбодрится, и в бой! Третьего просто приобнимешь: «Не бойся, попробуй! Если и проиграешь, зато поймёшь,

кто-то всё-таки скидает и уходит, но большинство, кто остаётся, получают важные навыки и для спорта, и для жизни.

- Известно, что вся ваша семья тоже крепко связана со спортом.

- Супруга Ольга - тренер по дзюдо с двадцатилетним стажем, работает в Спортивной школе. Старший сын целенаправленно занимался дзюдо, сейчас учится в Омской академии МВД России - спорт помог сдать на отлично все нормативы. Дочка занималась дзюдо для себя, для здоровья. Младший сын активно тренируется, уже дважды брал первое место на городских соревнованиях.

- Какими достижениями своих учеников вы больше всего гордитесь? За что они вас благодарят?

- Я уже не просто папа-два, я уже дедушка, потому что мои ученики сами давно тренируют и взращивают новые поколения спортсменов. Так, победитель Кубка России Евгений Иванов сейчас работает тренером в Красноярске. Мастер спорта по самбо Сергей Лебедев преподаёт в Омской академии МВД России. Чемпионка Сибири Екатерина Орлова заняла второе место на международном турнире, при этом окончила школу с золотой медалью, а затем Барнаульский институт МВД России с красным дипломом - младшим ученикам привожу её в пример того, как важны упорство и работа над собой. Мои парни достойно служат в армии, спокойно проходят отбор в ВДВ, спецназ. Многие ныне работают в силовых структурах - МВД, ФСБ, МЧС, посвятили себя делу защиты страны и граждан. Девушки, кто даже просто занимался для себя, часто благодарят за обрётённое чувство безопасности и навыки самообороны.

- С какими трудностями в развитии клуба вы сталкивались? Кто вам помогает?

- С первых дней в клуб я вкладывал все свои силы: сделал в ЦДТ зал, работал без выходных, а финансирование по линии спорта зачастую было нестабильным. Форма, тренировки, поездки - всё это делалось и сейчас делается за свой счёт благодаря родителям. Когда-то я даже подрабатывал грузчиком, чтобы продержаться, занимал деньги у друзей, кредит брал, чтобы вовремя свозить детей на соревнования. Сегодня нас очень сильно поддерживает один из моих бывших учеников - предприниматель Роберт Анатольевич Воробьёв, владелец сети пиццерий «7 LiR»: помогает проводить городские турниры, предоставляет призы. Без него я не смог бы вывести в люди ни Орловых, ни Ивановых.

- Какие ныне перспективы у самбо и дзюдо в Саяногорске?

- Недавно в нашем городе благодаря компании РУСАЛ появился Центр спортивных единоборств: там очень большие и удобные залы, всё обустроено для эффективных тренировок. Уровень дзюдо и самбо в таких замечательных условиях обязательно поднимется. Также РУСАЛ обещал нам поддержку с выездами на официальные соревнования.

- Анатолий Петрович, в чём видите сейчас свою миссию, вклад в будущее родного города?

- Саяногорск - город моего детства и всей жизни, а родился я в Донецке. Там похоронен мой дед, ветеран Великой Отечественной войны, там сейчас живут мои родственники, там рядом сейчас служат Родине некоторые мои ученики. Я и сам хотел пойти добровольцем на СВО, но не взяли по возрасту и объяснили, что нужен в тылу. События последних двух лет показали: беда пришла, а люди к ней не готовы, молодёжь слабая, защищать страну надо, а в голову разброд. Поэтому сейчас моя цель не столько спорт высоких достижений, сколько воспитание здорового, сильного телом и духом нового поколения - города и страны в целом.

**Вопросы задавала
Алёна ВАТРАЛЪ
(фото с Доски почёта,
фотосалон «Луч»)**

Конечно, логичнее было бы вынести в заголовок этой публикации слова директора Центра досуга и самореализации «Атмосфера» Татьяны Вишняковой, которые ложатся на душу каждой представительнице прекрасного пола: «Где женщины, там и красота». Однако на днях красоту на территории, прилегающей к Центру, навели, в том числе, и мужчины. Но обо всём по порядку...

В четверг и пятницу на минувшей неделе на территорию, прилегающую к «Атмосфере», «заселилось» достаточно солидное число зелёной и вечнозелёной растительности. На малых и больших газонах, согласно тонкостям ландшафтного дизайна, появились «смейки» травянистых растений, кустарников и хвойных деревьев. Каждому виду - своё место.

Центр досуга и самореализации - это новый и очень значимый социальный объект в нашем городе, - знает, о чём говорит, Татьяна Вишнякова. - Он пользуется достаточно высоким спросом у горожан уже потому, что социальная политика компании «РУСАЛ», вдохнувшей в это здание новую жизнь, ориентирована, в том числе, на самореализацию женщин в бизнесе, в социальных проектах, в быту, в жизни семьи и города в целом. А где женщина, там и красота.

Далее директор Центра гово-

Здесь будет мини-сквер

рит о том, что именно потому, что «миром правит красота, у прилегающей к «Атмосфере» территории должна быть о-о-очень привлекательная внешность». Поэтому и было принято решение создать здесь мини-парк. Понятное дело, что возможность заняться благоустройством данной территории сотрудникам Центра предоставлена опять-таки РУСАЛом. Плюс к доставке посадочного материала пошли рабочие руки десятков заводчан из числа работающих волонтеров и членов совета ветеранов и инвалидов САЗа под руководством Дмитрия Кирбижекова и Андрея Патюкова соответственно.

В первый день благоустройства территории девочкам из «Атмосферы» помогли четверо наших заводчан, - обозначает поэтапный ход работ металлург, волонтер, народный избранник Дмитрий Кирбижеков. - На следующий день предстояло высадить более двухсот саженцев, преимущественно - голубых и зелёных хвойных. Поэтому на помощь поспешили ещё почти три десятка волонтеров с промплощадок САЗа и частично - САЯНАЛа. Завод выделил инвентарь для производства посадочных работ и транспорт для доставки «живой рабочей силы». Надо отметить, что ещё до участия в этом процессе мужчин сотрудникам «Атмосферы» хорошо помогли представительницы женсовета компа-



Заводчане: «Растите, ели, голубые и зелёные»

нии Наталья Соломонова, Аида Булатова, Мария Колодкина.

Конечно же, Дмитрий Кирбижеков (как, впрочем, и всегда) не устоял перед возможностью озвучить имена самых активных волонтеров-заводчан, принявших участие в благоустройстве территории в районе «Атмосферы». Героями дня стали Максим Гончаров, Анатолий Ягнюк, Серен Сугдуржап, Сергей Вишняков, Сергей Ильиных, Алексей Аланов, Вячеслав Симонов, Александр Шоев, Александр Капустин, Валентин Шерер, Андрей Мамышев, Артём Корянов, Дмитрий Ковалёв, Владислав Баранов, Константин

Романов, Николай Агапов, Александр Джус, Александр Шмаков, Сергей Табашников, Николай Хрунков, Павел Бражный, Сергей Тарасов, Александр Никонович, Николай Ефимов, Данил Кречетов, Дмитрий Яковлев, Дмитрий Коваленко, Михаил Дроздецкий.

Председатель совета ветеранов и инвалидов САЗа Андрей Патюков также не избежал соблазна, чтобы на переключке дня прозвучали имена помощников из числа ветеранов завода: Галина Егорова, Ольга Шуклина, Любовь Старцева, Ольга Шипелева, Вера Бочкарёва, Владимир Белинский, Андрей Кузьмин, Анатолий Горев, Владимир Желяев.

- Восхищаюсь нашими заводчанами! - восклицает Татьяна Вишнякова. - До глубины души трогает тот факт, что рядом с действующими работниками завода рука об руку трудятся добровольные помощники из числа ветеранов металлургии. Мы очень надеемся, что эта территория, точно так же, как и Центр досуга и самореализации «Атмосфера», станут местами притяжения для разновозрастного населения города.

И действительно... Специалисты по ландшафтному дизайну продумали самые интересные варианты «расселения» древесной и травянистой растительности. Хвойные - зелёные и голубые ели, - служат обрамлением прилегающей к Центру территории, внутри которой - травянистые многолетние растения и кустарники: овсянки, лилейники, бадан, герани полевые, можжевельник. Украшением центрального газона стала пятиметровая пушистая ель, доставленная на новое место жительства из столичного питомника «Сады мечты». Татьяна Вишнякова не скрывает, что к Новому году они украсят эту хвойную красавицу сияющими гирляндами и яркими игрушками. В новом скверике появится ещё один новогодний символ, что будет только на радость горожанам.

Благое это дело - благоустройство и озеленение!

Общественность: планы на будущее



Есть авторитет
конкретных дел!

Материал опубликован
в рамках гранта
Министерства национальной
и территориальной политики
Республики Хакасия

Что нужно сделать, чтобы партнёрство общественности и власти в Саяногорске стало ещё теснее и продуктивнее? Этот вопрос - повод для размышления всем, кто ощущает себя не сторонним наблюдателем, а человеком, гражданином, жителем города, лично причастным к его развитию, благоустройству, процветанию.

Вместо предисловия

Напоминаем: в сентябре «Саянские ведомости» стали победителем грантового конкурса проектов Министерства национальной политики Хакасии под названием: «Есть авторитет конкретных дел!», а это значит, что по декабрь включительно мы будем знакомить читателей с работой общественности города и лидерами общественного движения.

Реализация проекта - освещение диалога в вопросах местного значения - социального партнёрства между властью и обществом. В связи с этим был объявлен городской конкурс «Общественность: планы на будущее». Спасибо тем, кто уже стал его участником, и обращаемся ко всем, кто готов поделиться своими мыслями о работе Общественной палаты и общественных объединений города. Рассказывайте, делитесь, предлагайте новые пути их развития.

В этом номере «СВ» мы открываем серию публикаций наших конкурсантов под рубрикой «Личное мнение». Пора задумаемся над работой и планами городской общественности вместе!

«Мостик» между властью и народом

На взгляд человека, не являющегося членом Общественной палаты города, но, по мере возможности, вникающего в положение дел, могу сказать: палата нужна и людям, и городу.

Мне, например, по душе деятельность отдельных городских сообществ, входящих в её состав. Примером тому служат клубные формирования, общественные организации, созданные и работающие под эгидой Общественной палаты города. Многие из них существуют не год и не два, а десятилетия. Например, клуб «Мария», о котором неоднократно сообщалось в публикациях городской газеты «Саянские ведомости».

Очень нравится не только

мне лично, но, в чём я уверен, - многим жителям муниципалитета, проект Администрации города и Общественной палаты «Красота своими руками». Но, вместе с тем, возникает вопрос: это единственный проект, реализуемый ими совместно? По крайней мере, о других я не слышал, а хотелось бы...

Что ещё неизвестно простым обывателям города, к коим я себя причисляю? Тщательно прослеживая новости, массу информации в местных СМИ, как-то пока нигде не вычитал и не высмотрел ничего о том, что Общественная палата города проявила инициативу, стала автором какого-то городского или республиканского проекта. Я не имею в виду акции «Розовая ленточка», «Чистое дыхание» и так далее. Может быть, Общественная палата выиграла какой-то грант? Является автором собственного проекта?

Если нет, то, на мой взгляд, можно и должно как-то пересмотреть в этом плане формы работы палаты. Это требования времени, не замечать которые или не иметь возможности их выполнять, им соответствовать, не сегодня-завтра не получится.

Много информации доступно населению города, например, о том, что совет и актив Общественной палаты организует «круглые столы», встречи и обсуждения, привлекая представителей Администрации города, различных служб и ведомств, включая медицину, УСПН, правоохранительные органы, Пенсионный фонд и так далее. Скажите, далеко ли уходит из

этих стен та полезная информация, получаемая активом палаты? Не просто догадываюсь, но знаю наверняка: в отдельных случаях - не далее записей в блокнотах членов актива палаты. Отсюда совет: пересмотреть формы проведения подобных встреч. Может, приглашать на них, например, старших по дому, когда представитель комитета по ЖКХ и транспорту Администрации города либо городского КБО приходит в Общественную палату, чтобы держать ответ на интересующие людей вопросы и проблемы в сфере ЖКХ?

Все мы отлично понимаем, что Общественная палата - это общественная нагрузка. Все, кто несёт эту нагрузку на своих плечах - настоящие патриоты города. Однако большинство из них - люди солидного возраста. И в силу своих возрастных особенностей не каждый из них способен идти в ногу с быстро меняющейся действительностью, отвечать на запросы современности, разгребать создаваемые ею же проблемы.

Следовательно, не пора ли задуматься над тем, что коллектив палаты необходимо обновить, омолодить? У нас в городе много энтузиастов, энергию которых можно и нужно направить именно в это русло. Например, создать при Общественной палате комитет, отдел или комиссию по волонтерской работе, по культуре, по ЖКХ. Пусть их возглавят активисты молодых движений. Всё когда-то делается впервые. Боимся, потому что не пробовали это сделать. А «аксакалы» Общественной

палаты - им в помощь, потому что они мудрые, опытные, бесконечно преданные городу люди. К тому же новый состав Администрации муниципалитета - молодые, креативные, контактные люди, поэтому «мостик» между властью и народом можно строить без особого напряжения.

Скажу так: главная задача Общественной палаты сегодня - поднять на планку выше рейтинг доверия общества. Сегодня сделать это могут личности, которые «горят» на общественной работе, у которых планов участия в каких-то проектах и грантах. Надо дать им «лопату», пусть роют!

А пока... Те, кто сегодня занимается общественной деятельностью искренне, не рассчитывая на бонусы, достойны уважения. Если люди, умудрённые жизненным опытом, найдут точки соприкосновения с молодёжью, будут работать совместно на общие цели, тогда получается тот эффект, ради которого и задумывалась Общественная палата.

Другое дело, что общественникам реально очень сильно не хватает ресурсов для координации усилий во благо людей и города. Но это уже совсем другая история...

Своими мыслями поделился
Виктор ЕГОРОВ,
пенсионер, ветеран труда

Хроника создания

1989 год, ноябрь - в Риме между САЗом, фирмами «Фата» (Италия) и «Рейнольдс» (США) подписаны учредительные документы по созданию совместного предприятия по выпуску пищевой фольги и упаковочных материалов на основе алюминия.

1990 год, февраль - Министерство финансов СССР зарегистрировало и внесло САЯНАЛ в реестр совместных предприятий, создаваемых в СССР.

1992 год, ноябрь - создан тепловой контур первого пускового комплекса - линии непрерывной разливки металла.

1993 год, март - начались пусконаладочные работы в литейном отделении.

1993 год, 27 октября - на линии непрерывной разливки металла Super-Caster получена первая продукция завода - алюминиевая заготовка шириной 1350 мм и толщиной 10 мм. Знаменательная дата стала днём рождения САЯНАЛа.

1994 год, январь - первая тонна литой заготовки отгружена на КраЗ. Завершились монтажные работы на заготовительном стане В-1.

1995 год, октябрь - выпущена первая лакированная упаковочная фольга.

1996 год - введены в эксплуатацию все мощности завода.

Идея создать перерабатывающее производство на промплощадке САЗа принадлежит директору СаАЗа (как тогда назывался завод) с 1988 по 1994 годы Геннадию Сиразутдинову. Проект поддержали президент итальянской фирмы «Фата» Газтано Ди Роза и заместитель министра цветной металлургии СССР Валентин Устинов. Решением вопросов по строительству предприятия, обеспечению кадрами, долевого финансированию, подбору местного сырья и материалов занимались специалисты СаАЗа. Удачное расположение вблизи алюминиевого завода позволяло своевременно обеспечивать САЯНАЛ необходимым сырьём для производства фольги и упаковочных материалов.

В декабре 1990 года была создана дирекция совместного предприятия, и вскоре из Европы стало поступать оборудование. Новый промышленный объект строился по свежееизготовленному проекту, в который уже на месте специалисты проектных институтов «ВАМИ» и «Гипроцветметобработка» вносили необходимые изменения.

Подрядные организации при участии бригад, созданных на САЯНАЛе, под руководством фирмы «Фата» монтировали оборудования. Нестандартные работы по оборудованию выполнял ремонтно-механический цех СаАЗа. Сотрудники будущего завода проходили обучение и стажировку на фольгопрокатных заводах СССР, Италии, США, Ирландии.

Уже через месяц после пуска, в ноябре 1993 года, было получено 90 тонн литой заготовки, предназначенной для проката на заготовительном стане, а 20 апреля 1994-го проведена первая прокатка литой заготовки и получена алюминиевая лента толщиной 4 мм. В апреле завершился монтаж печей отжига, машин раздвойки и резки фольги, открылась столовая.

В 2003 году, в честь празднования 10-летия, на САЯНАЛе открылся музей, где представлены история и макет завода, исторические фотографии, грамоты, кубки, сувениры, образцы продукции, книга Почётных гостей САЯНАЛа. Первыми посетителями музея были почётные участники празднования первого юбилея завода Геннадий Сиразутдинов и Ди Роза.



САЯНАЛ:



Хроника развития

Несмотря на молодой возраст, производство САЯНАЛа постоянно модернизируется и развивается. Необходимость в этом продиктована растущим спросом на его продукцию.

В 2017 году в эксплуатацию было введено новое оборудование: 10 печей окончательного отжига фольги и печь промежуточного отжига ленты. Новые агрегаты с резистивным нагревом позволяют проводить более длительную термическую обработку проката для улучшения его струк-

туры, свойств и качества поверхности.

В 2018 году в прокатном отделении модернизировали заготовительный прокатный стан В-1. В результате его мощность увеличена с 3,7 тысячи тонн алюминиевой ленты в месяц до пяти тысяч.

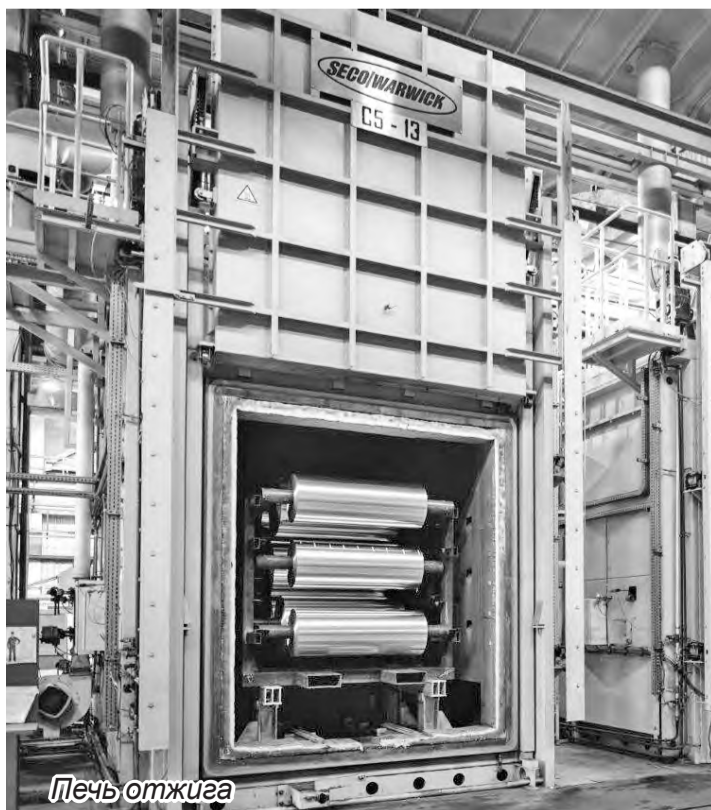
В 2022 году в плавильном отделении установлена четвертая линия непрерывной бесслитковой прокатки литой заготовки Super-Caster производительностью до 1,5 тысячи тонн в месяц. Эта продукция в основном идёт на дальней-

шую обработку в прокатном отделении САЯНАЛа, также востребована в строительстве и на других заводах компании.

В том же году начал работу новый участок обработки и резки продукции. Здесь установили две линии: одна - продольной резки, вторая - правки растяжением, обезжиривания и хроматирования алюминиевой ленты. Открытие участка связано с расширением производства и освоением изготовления новых видов продукции строительного и технического назначения.



В августе 2022 года получена первая продукция на новом участке обработки и резки



Печь отжига



Рекорды

САЯНАЛ - лидер фольгопрокатной отрасли по объёму производства и разнообразию продукции, единственный завод в России, который выпускает фольгу толщиной 4,5 микрона. Сверхтонкая продукция используется в производстве конденсаторов, двухслойного комбинированного материала для запечатывания кисломолочных продуктов, в табачной промышленности и во многих других отраслях.

41 590 тонн готовой продукции - рекорд по выпуску продукции - установлен САЯНАЛом в 2014 году.

Более 44 000 тонн готовой продукции - ожидаемое очередное достижение к юбилею предприятия в 2023 году.

САЯНАЛ производит:

- фольга менее 9 микрон - до 8,5 тысячи тонн в год;
- фольга конденсаторная 4,5-5 микрон - 8 тысяч тонн в год;
- фольга отделанная - 12,68 тысячи тонны - максимальный объём выпуска в 2021 году;
- фольга отделанная - 1,2 тысячи тонн в марте 2023 года - рекордный объём выпуска за всю историю завода.

30-я годовщина со дня пуска

Юбилей



Комментарий управляющего директора



Сергей Сорокин, управляющий директор САЯНАЛа:

- Сегодня могу уверенно констатировать: завод крепко стоит на ногах, его продукция пользуется повышенным спросом, что даёт импульс к успешному развитию. Практически 100% продукции направляется на российский рынок. Постоянно наращивать объём производства получается благодаря успешной реализации проектов производственной системы и техническому переоснащению полиграфического производства.

Ключевые проекты направлены на увеличение объёмов продукции и снижение издержек. Продолжается реконструкция прокатного стана В-1. Цель - увеличить его мощность до 6 тысяч тонн алюминиевой ленты. Цель модернизации в литейном отделении: на первом этапе достичь выпуска 6 тысяч тонн литой заготовки и продолжить наращивать объём. Сейчас выпускается 4,9-5 тысяч тонн.

Отделение конвертинга выпускает в месяц 1,1-1,3 тысячи тонн фольги, в которой нуждается пищевая и фармацевтическая продукция. По завершении проекта, который сейчас реализуется в конвертинге, мы сможем изготавливать 1,5 тысячи тонн фольги. В планах - производство 2 тысяч тонн.

Завершён масштабный проект модернизации производства «СА-55», который позволит увеличить выпуск продукции САЯНАЛа в целом до 55 тысяч тонн. Введённые в строй линии резки и обработки алюминиевой ленты в 2024 году смогут производить 17 тысяч тонн продукции. Есть планы по дальнейшему развитию этого участка.

Реализуя масштабные и региональные проекты, саяналцы смотрят в будущее. Планируем ввести в эксплуатацию второй пост отгрузки, что позволит на 40% увеличить объём отгруженной продукции. Готовимся к старту проекта по строительству нового завода САЯНАЛ-2.

В канун 30-летия САЯНАЛа желаю коллегам здоровья, стабильной работы, успеха и благополучия, уверенности в завтрашнем дне.

Комментарий ветерана



Анатолий Андрейчук, вальцовщик холодного металла, ветеран САЯНАЛа:

- Я пришёл на завод в марте 1992 года, сразу после армии. Приступил к монтажу оборудования в литейном отделении. Вскоре предложили съездить на обучение в Самару. Получил первый опыт работы на прокатных станах. Возвратившись в Саяногорск, стал работать уже по новой специальности - вальцовщиком холодного металла.

В молодости активно участвовал в общественной жизни, занимался спортом. С футбольной командой ездил на спартакиады по всей стране. В последнее время вовлечён в процесс улучшений. На моём стане В-1 реализуется проект по увеличению производительности с 3,7 тысячи тонн до 6 тысяч в месяц. Вместе с коллегами активно этим занимаемся. Здесь - на САЯНАЛе - прошла вся моя жизнь: три десятка лет в одном цехе, на одном и том же стане.



День реки



Печатная машина

Комментарий члена Молодёжного совета



Игорь Грузин, начальник отдела развития производственной системы САЯНАЛа, член Молодёжного совета:

- После окончания техникума я начал работать в литейном отделении. Несколько раз становился призёром и победителем конкурса «Профессионалы РУСАЛа». Ещё будучи литейщиком, заинтересовался процессом улучшений. На нашем заводе эта деятельность очень популярна у сотрудников. Включился в обучение по программе «БС 250». Вскоре стал менеджером отдела развития производственной системы, в прошлом году меня назначили начальником отдела РПС.

Частью моей жизни стала и общественная деятельность. Вместе с друзьями из Молодёжного совета с удовольствием занимаюсь волонтерством, участвую в экологических акциях.

Цифры

50 тысяч тонн - годовая производственная мощность предприятия
более 120 инвестиционных мероприятий реализуется в настоящее время на заводе

7300 рисков выявлено и устранено на заводе в 2022 году благодаря внедрению программы «Посмотри вокруг»

не менее 80% отходов производства были переведены за последние 10 лет на САЯНАЛе в разряд вторичной продукции, предназначенной для дальнейшего использования потребителями

10 работ сотрудников САЯНАЛа становились победителями и призёрами корпоративного этапа конкурса «Улучшение года» за последние 10 лет

Подготовила Елена ВАГИНА

В Администрации Саяногорска прошла встреча с талантливыми футболистами Спортивной школы.

Пообщаться за чашкой чая с руководителем Управления культуры, спорта и молодежной политики Юрием Бережным и начальником отдела Еленой Коноваловой пришли воспитанники тренера Андрея Белошапкина.

Юные футболисты рассказали о своём пути в спорт и поделились впечатлениями о недавних победах. Так, в сентябре в Барнауле прошёл финал зоны Сибири и Дальнего Востока, где в составе сборной Республики Хакасия наш город представляли Матвей Поляков, Семён Ярусов, Алексей Уткин, Иван Солдатов, Николай Лапшин, Руслан Соломачев, Роман Мокроусов, Михаил Чернов и Иван Хрестолобов. По итогам

Чай с чемпионами



соревнований команда заняла второе место; лучшим полузащитником был признан Николай Лапшин, а лучшим нападающим - Алексей Уткин.

Также в сентябре в Томске два воспитанника Спортивной школы Саяногорска Денис Шишкин и Сергей Снегирёв в составе сборной РХ завоевали золотые

медали на финальном этапе Сибирского и Дальневосточного федеральных округов в рамках зонального этапа Первенства России. Ещё один громкий успех саяногорцам принёс отборочный тур Кубка Льва Яшина среди юношей 2014 г.р., прошедший в начале октября в Абакане: победа обеспечила команде путёвку в Москву на участие в финале.

Проект «Чай с талантами» и ранее заложенная Юрием Бережным традиция встреч «Чай с чемпионами» призваны отметить и поддержать саяногорскую молодёжь в их стремлении к развитию, реализации способностей и достижениям в самых разных сферах деятельности.

Полина КЛИМЕНКОВА

Большой улов наград

Три коллектива Центра детского творчества стали лауреатами Международного многожанрового конкурса культуры, искусства, творчества «КИТ», который прошёл в Абакане с 20 по 22 октября.

На ступень выше, по сравнению с предыдущим участием в данном конкурсе, поднялся ансамбль народной песни «Забава» под руководством Ольги Королёвой. За исполнение русской народной песни «Ой, как по лугу» коллектив получил диплом лауреата II степени.

Театр-студия «Феникс» Валерии Орозбаевой в своей номинации представила зрителям спектакль по мотивам произведения Сергея Ильницкого «Продавец мыльных пузырей». Мастерство и искренность юных актёров принесли им заслуженное первое место.

Яркими талантами совершенно покорили жюри 95 воспитанников Ольги Навроцкой и Анастасии Севруженко из образцового хореографического ансамбля «Сударушка».



В номинации «Детский танец» малыши 5-7 лет исполнили танец «Божьи коровки», а ребята 8-10 лет представили композицию «Весёлые пингвины». В номинации «Эстрадный танец» группа 11-13 лет подготовила зарисовку «В гостях у гномов», а их старшие товарищи 14-16 лет представили зажигательный номер «Гори ясно». В номинации «Народный танец» дети 8-10 лет сплясали «Во саду ли...», «Муравьи», а старшая группа

впечатлила публику и судей лихим танцем с пиджаками.

- Каждый номер получил высокую оценку и диплом лауреата I степени, а по итогам хореографического смотра «Сударушка» (на снимке) была признана абсолютным победителем и обладателем Гран-при в третий раз, - делится впечатлениями руководитель ансамбля Анастасия Севруженко.

Ирина ЗИНЧЕНКО, руководитель пресс-центра «Эксклюзив» ЦДТ

Лучшие

В новом формате

Читаем, общаемся, играем

В Центральной библиотеке 19 октября состоялся молодёжный квест «Библиохаос».

Команда юных читателей успешно прошла все испытания, подготовленные организаторами на игровых станциях: участники разгадали тайный код «Секретного бункера»,

попробовали себя в роли кулинаров на станции «Вкуснотеево стритфуд», выполнили задания по книгам жанров фантастики и фэнтези в «Лабиринте мистики и ужаса».

Справившись с заключительным заданием в «Тёмной таверне», ребята получили ключи от сундука с главным призом, а затем отпраздновали победу чаепитием.



Звёздочки

Горят талантом юные сердца

В преддверии Дня города и в рамках объявленного в России Года педагога и наставника во Дворце культуры «Визит» прошёл II открытый городской фестиваль молодёжного творчества «Юность».

Фестиваль организован при поддержке Администрации города Саяногорска и призван объединить талантливую молодёжь муниципалитета и всей республики, расширить и укрепить творческие контакты, выявить и поощрить новые дарования.

Во втором художественном смотре приняли участие коллективы и солисты из Саяногорска, посёлков Майна и Черёмушки, а также села Бея

и города Абакана. Участников поприветствовала заместитель руководителя Управления культуры, спорта и молодёжной политики города Саяногорска Оксана Самойлова.

Под дружные аплодисменты зрителей конкурсанты представили постановки в жанре современной и эстрадной хореографии, русский народный, восточный и индийский танцы, номера в номинациях народного и эстрадного вокала, художественное слово, инструментальные композиции, фаер-шоу и ряд выступлений в новой номинации «Мастер и ученик».

Елена ВАКАЛ, заведующая отделом культурно-массовых мероприятий ДК «Визит»

ГАСТРОЛИ Хакасского национального драматического театра им. А. М. Топанова

п. Черемушки, ДК «Энергетик»

КАПРИЗНАЯ МЫШКА МИМИ
МУЗИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ
14 ноября 10.30 | 13.00

ЖЕНИТЬБА
совершенно невероятное событие
14 ноября 18.30

Кассы и вопросы: 8 923 391 00 29 Сайт: www.hndt.ru
8 913 447 71 36 E-mail: hndt@r-19.ru

Программа телепередач с 30 октября по 5 ноября 9

Понедельник 30 октября

Первый канал	Россия-1	РОССИЯ 1	НТВ	НТВ	Пятый канал	5	Россия К	К	ОТР	ОТР
05.00 Доброе утро (0+)	05.00 Утро России (12+)		04.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)		04.00, 08.00, 12.00, 16.00 Известия (16+)		06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры (16+)		06.00, 10.25, 19.10 Календарь (12+)	
09.00 Новости	09.00 Вести. Местное время		06.30 Утро. Самое лучшее (16+)		04.25, 05.05, 05.50, 06.40, 07.35, 08.30, 09.00 Т/с «Наш спецназ» (12+)		06.30 Х/ф «Садья осенью» (16+)		08.30 М/ф «Возвращение с Олимпа», «Ежик в тумане» (12+)	
09.10 АнтиФейк (16+)	09.30 Утро России (12+)		08.00 Сегодня		07.55 Знание - сила (0+)		07.05 Невский ковчег. Теория невозможного (16+)		09.00 Х/ф «Менялы» (12+)	
09.55 Жить здорово! (16+)	09.55 О самом главном (12+)		08.25 Т/с «Пёс» (16+)		09.55, 10.50, 11.45, 12.30, 13.15, 14.10, 15.05 Т/с «Наш спецназ-2» (16+)		07.35 Чёрные дыры. Белые пятна (16+)		10.55 Коллеги (12+)	
10.40 Горячий лёд. Фигурное катание. Гран-при России 2023 г. Произвольная программа. Этап III (0+)	11.00 Вести		10.00 Сегодня		16.30, 17.20, 18.00, 18.45, 19.40, 01.40, 02.20 Т/с «След» (16+)		08.25 Жизнь и судьба (16+)		11.35 Песня остаётся с человеком (12+)	
12.15 Подкаст.Лаб (16+)	11.30 60 минут (12+)		10.35 Т/с «Пёс» (16+)		20.25, 23.30 Т/с «Великолепная пятёрка-5» (16+)		08.45 Х/ф «Предел возможного» (16+)		11.45, 03.25 За дело! (12+)	
13.00 Новости	14.00 Вести		13.00 Сегодня		21.20, 22.10, 00.15, 01.00 Т/с «Великолепная пятёрка-4» (16+)		10.15 Наблюдатель (16+)		12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 17.00, 18.00, 19.00, 22.00 Новости	
13.20 Подкаст.Лаб (16+)	14.30 Вести. Местное время		13.25 Чрезвычайное происшествие (16+)		23.00 Известия. Итоговый выпуск (16+)		11.10, 23.50 Д/ф «Борис Владимирович Асафьев» (16+)		12.35, 13.05, 13.35, 17.10, 18.05, 22.20 ОТражение	
14.50 Информационный канал (16+)	14.55 Наши (12+)		14.00 Место встречи (16+)		03.00 Т/с «Прокурорская проверка» (16+)		12.15 Д/ф «Забытое ремесло» (16+)		14.10 Родительское собрание (12+)	
16.00 Новости	16.00 Вести		16.00 Сегодня				12.45 Новости. Подробно. Арт (16+)		14.55 Х/ф «Опасные друзья» (16+)	
16.15 Давай поженимся! (16+)	16.30 Малахов (16+)		16.50 За гранью (16+)				13.00 Линия жизни (16+)		16.30 М/ф «Художник и хулиганы» (12+)	
17.05 Мужское / Женское (16+)	17.30 60 минут (12+)		17.55 ДНК (16+)				14.00 Х/ф «Дорога к морю» (12+)		16.45 Новости Совета Федерации (12+)	
18.00 Информационный канал (16+)	20.00 Вести		19.00 Сегодня				15.10, 23.15 Три минуты тишины (16+)		19.40 Х/ф «Петя по дороге в Царствие Небесное» (16+)	
19.55 Куклы наследника Тутти (16+)	21.05 Вести. Местное время		20.00 Т/с «Скорая помощь» (16+)				15.15 Д/ф «Слово о старшем друге. Политобозы» (16+)		21.15 Очень личное (12+)	
21.00 Время	21.20 Т/с «Зеркало лжи» (16+)		22.15 Т/с «Балабол» (16+)				17.15 Цвет времени (16+)		00.00 Т/с «Родные люди» (12+)	
21.45 Т/с «Бизон. Дело манекенщицы» (16+)	23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)		23.35 Сегодня				17.30, 00.45 Симфонические оркестры России (16+)		01.45, 05.05 Большая страна (12+)	
22.45 Большая игра (16+)	02.05 Т/с «Тайны следствия» (12+)		00.00 Т/с «Балабол» (16+)				18.55 Рассказы из русской истории (16+)		02.40 Воспоминать всё (12+)	
23.45 Подкаст.Лаб (16+)	03.45 Т/с «Морозова» (16+)		00.55 Т/с «Уцелевшие» (16+)				19.45 Главная роль (16+)		03.10 Д/ф «Хроники общественного быта» (6+)	
00.35 Подкаст.Лаб (16+)			03.25 Т/с «Свет и тень маяка» (16+)				20.05 Правила жизни (16+)		04.05 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки» (12+)	
01.25 Подкаст.Лаб (16+)							20.30 Спокойной ночи, малыши! Д/ф «Семейный альбом. Вырванные страницы» (16+)		04.35 Д/ф «Пешком в историю. Вода и золото. Три века фонтанам Петергофа» (0+)	
02.10 Подкаст.Лаб (16+)							21.35 Сати. Нескучная классика... (16+)			
02.55 Подкаст.Лаб (16+)							22.15 Х/ф «Солярис» (12+)			
03.00 Новости							23.20 Магистр игры (16+)			
03.05 Подкаст.Лаб (16+)							02.05 Д/ф «Головная боль господина Люмьера» (16+)			
03.50 Подкаст.Лаб (16+)										

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.

НТВ-Хит	ХИТ	ТВ 7	360°	360°	ТВ Центр	ЦЕНТР	РЕН ТВ	РЕН	Домашний	D	ТВ-3	ТВ 3
00.35, 01.35, 02.30 ПОД ПРИКРЫТИЕМ (16+)		05.00, 15.00 НОВОСТИ МО (16+)		03.00 Настроение (12+)		05.00, 18.00, 02.25 Самые шокирующие гипотезы (16+)		06.30 6 кадров (16+)		06.00, 09.15 Утренние гадания (16+)		
06.15, 07.10, 08.05, 09.05, 10.05 ШАМАН (16+)		06.00, 18.10 ПУБЛИЦИСТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА (12+)		05.15, 01.15 Актёрские судьбы. Тамара Макарова и Сергей Герасимов (16+)		06.00 С бодрым утром! (16+)		06.45, 05.45 По делам несовершеннолетних (16+)		06.15 Мультфильмы (0+)		
11.00, 14.55 ПЕРВОЕ ГОРОДСКОЕ «Четвёртая власть» (повтор от 28 октября) (16+)		06.30, 07.30, 11.30, 12.30, 18.30, 19.30, 21.00 Выходные на колёсах (6+)		05.50 Х/ф «Женская версия. Дедушкина внучка» (12+)		08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости (16+)		07.45 Давай разведёмся! (16+)		08.00 Хорошие новости с Василисой Володиной (16+)		
11.50, 12.35, 13.40, 15.45, 17.40, 18.40, 19.40, 21.20, 23.30 Новости (16+)		07.00, 12.00, 14.00, 19.00, 21.30, 00.00 NotaBene. Новости (16+)		07.55 Городское собрание (12+)		09.00 Военная тайна (16+)		08.45 Тест на отцовство (16+)		08.15, 08.45, 16.45, 17.15, 17.45 Д/с «Слепая» (16+)		
12.00, 12.40, 13.00, 13.45, 14.00, 15.55, 16.50, 17.50, 18.45, 19.50, 20.50, 21.25, 21.45, 22.40, 23.40 ШАМАН-2 (16+)		08.00, 09.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00 НОВОСТИ 360 (16+)		08.30, 11.30, 14.50, 19.00, 21.00 События (16+)		11.00 Как устроен мир (16+)		10.55, 23.15 Д/с «Понять. Простить» (16+)		09.30, 10.00, 10.45, 15.30, 16.15 Д/с «Гадалка» (16+)		
18.50 ПЕРВОЕ ГОРОДСКОЕ «Первые новости» (16+)		08.05 ВКУСНО 360 (12+)		08.50 Х/ф «Один день, одна ночь» (16+)		12.00, 16.00, 19.00 «112» (16+)		12.00, 00.25 Д/с «Порча» (16+)		11.15, 11.50 Д/с «Знаки судьбы» (16+)		
Матч ТВ		09.05, 11.05 ЧП 360 (16+)		10.40, 02.20 Мой герой. Наталия Гулькина (12+)		13.00 Загадки человечества (16+)		13.05, 01.15 Д/с «Знахарка» (16+)		12.20, 01.30 Мистические истории (16+)		
10.00, 18.25 Спортивный век (12+)		10.00 ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА (16+)		11.50 Город новостей (16+)		14.00 Невероятно интересные истории (16+)		13.40, 01.40 Д/с «Верну любимого» (16+)		13.30, 14.00 Охотники за привидениями (16+)		
10.30 Всё о главном (12+)		11.10 БЫСТРЫЕ ДЕНЬГИ (12+)		14.00 Фактор БЕЗ опасности (16+)		15.00 Засекреченные списки (16+)		14.15, 02.10 Д/с «Голоса ушедших душ» (16+)		14.30 Кадони шоу (16+)		
11.00, 14.00, 16.55, 18.55 Новости		13.00, 15.05, 16.05, 17.05, 18.05, 20.05, 03.05 ПОГОДА 360 (6+)		14.40, 21.30 Петровка, 38 (16+)		17.00, 03.10 Тайны Чапман (16+)		14.50, 02.35 Х/ф «Одно тёплое слово» (16+)		18.15, 19.30 Т/с «Стой! Не то мама будет гадать» (16+)		
11.05, 01.30, 04.45 Все на Матч! (12+)		13.05 ИНСПЕКТОР TRAVEL Д/ф (12+)		15.15 Х/ф «Некрасивая подружка. Палата № 13» (16+)		20.00 Х/ф «Заложница-3» (16+)		19.00 Х/ф «Дитя раздора» (16+)		20.45, 21.45 Т/с «Лесник» (16+)		
14.05 Лица страны. Владлена Бобровникова. Новая жизнь (12+)		13.35, 16.40, 17.10 ВНИМАНИЕ! ЕДА! (12+)		17.05 Х/ф «Некрасивая подружка. Ключ на дне озера» (16+)		22.05 Водить по-русски (16+)		00.30 Х/ф «Волна» (16+)		22.45 Х/ф «Ной» (16+)		
14.25 Кто кого? (12+)		14.30 Я тебя знаю (12+)		19.35 «Коридор затмений». Специальный репортаж (16+)		23.30 Документальный спецпроект (16+)				02.15, 03.00, 03.45, 04.30, 05.15 Сны (16+)		
15.25, 00.20 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура (6+)		15.10, 01.00 ГОРОД С ИСТОРИЕЙ (12+)		20.05 Знак качества (16+)								
16.35 Специальный репортаж (12+)		15.30, 16.10 ЗАГАДКИ ИСТОРИИ Д/ф (12+)		21.45 Тайная комната. Принцесса Диана (16+)								
17.00 Есть тема! (12+)		17.30 СУПЕРФЕРМА 360 (12+)		22.25 Д/ф «Фиктивные браки звезд» (16+)								
19.00 География спорта. Таджикистан (12+)		20.10 ДОКУМЕНТАЛЬНОЕ КИНО ЛЕОНИДА МЛЕЧИНА (16+)		23.05 Вторая мировая. Случайная война (12+)								
19.30 Смешанные единоборства. UFC. Ислам Махачев. Лучшее (16+)		22.30 ШЕСТОЕ ЧУВСТВО (12+)		01.40 Д/ф «Всеволод Санаев. Оптимистическая трагедия» (12+)								
20.40 Громко (12+)		00.30 Вне Зоны (16+)										
21.55 Хоккей. ОЛИМПБЕТ Чемпионат МХЛ. МХК «Спартак» (Москва) - МХК «Динамо» (Москва). Прямая трансляция		02.00 АТМОСФЕРНАЯ ИСТОРИЯ (12+)										
02.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Лацио» - «Фиорентина». Прямая трансляция		02.30 ТЕТ-А-ТЕТ С МАРУСЕЙ (16+)										
05.15 Смешанные единоборства. UFC. Хабиб Нурмагомедов против Конора Макгрегора. Трансляция из США (16+)		04.00 ПРОГУЛКА (12+)										
06.20 Новости (0+)												
06.25 Футбол. Чемпионат Германии. «Бавария» - «Дармштадт» (6+)												
08.25 Велоспорт. Трек. Лига чемпионов. Трансляция из Германии (0+)												
		ТНТ		СТС		СТС		Мир		Звезда		РТС
		07.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+)		06.00 Ералаш (0+)		06.55, 05.20 Мультфильмы (0+)		04.00 Х/ф «Моя любовь» (16+)		05.15 Т/с «СМЕРШ. Легенда для предателя» (16+)		06.00, 08.00, 11.33 Мультфильм (0+)
		07.50 Вызов (16+)		07.25 М/ф «Простоквашино» (0+)		07.40 М/ф «Ну, погоди! Каникулы» (6+)		04.30, 09.20 Т/с «Любопытная Варвара 2» (16+)		07.00 Сегодня утром (12+)		07.00, 10.00 «По факту» (16+)
		09.00 Новые Звёзды в Африке (16+)		08.00 100 мест, где поест (16+)		08.00 100 мест, где поест (16+)		09.00, 12.00, 15.00, 17.30, 01.30 Новости		09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня (16+)		07.20, 18.00 РТС Хабар (16+)
		11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30 Т/с «Интерны» (16+)		09.00 Шоу Уральские пельмени (16+)		09.00 Шоу Уральские пельмени (16+)		09.10 Белорусский стандарт (12+)		09.15, 21.00 Открытый эфир (16+)		07.30, 16.42, 19.45 Специальный репортаж (12+)
		15.00, 16.00, 17.00 Т/с «Полицейский с Рублёвки» (16+)		10.20, 19.00, 19.30 Т/с «Галья, у нас отмена!» (16+)		10.20, 19.00, 19.30 Т/с «Галья, у нас отмена!» (16+)		12.15, 13.10, 14.05, 15.15 Дела судебные (16+)		11.00, 23.15 Х/ф «В зоне особого внимания» (12+)		09.00, 15.00, 00.20 «Тема дня» (12+)
		18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с «Реальные пацаны» (16+)		20.00 Суперниндзя (16+)		20.00 Суперниндзя (16+)		16.35 Мировое соглашение (16+)		13.25, 15.05, 17.15, 03.15 Т/с «Власик. Тень Сталина» (16+)		10.20, 17.00, 18.50 Вопрос дня (16+)
		21.00, 21.30 Т/с «Два холма-2» (16+)		23.30 Полный блэкаут (16+)		23.30 Полный блэкаут (16+)		17.50 Игра в кино (16+)		18.00 Д/с «СВО: компоненты силы» (16+)		10.30 Дело ведёт Мур-р-р (6+)
		22.00 Однажды в России (16+)		01.00 Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком (18+)		01.00 Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком (18+)		20.40 Назад в будущее (16+)		18.50 Специальный репортаж (16+)		10.40, 13.10, 14.10 Т/с «Принцесса цирка» (16+)
		23.00 Комеди Клаб (16+)		02.00 Т/с «Филатов» (16+)		02.00 Т/с «Филатов» (16+)		21.30 Всемирные игры разума (16+)		19.55 По горячим следам (16+)		12.00 Т/с «Моя любовь и звёзды» (16+)
		00.00 Лига городов (16+)		05.10 6 кадров (16+)		05.10 6 кадров (16+)		22.05 Х/ф «Свой среди чужих, чужой среди своих» (16+)		20.10 Ищу своих (12+)		12.50 Обзор прессы (16+)
		01.35, 02.20 Импровизация. Команды (16+)		05.50 Ералаш (16+)		05.50 Ералаш (16+)		23.50 Наше кино. История большой любви (16+)		22.45 Между тем (12+)		13.00, 14.00, 16.00, 18.30, 20.00, 22.00, 00.00 РТС «Новости» (16+)
		03.10, 04.00, 04.45 Студия «Союз» (16+)						00.15 Х/ф «Антон Иванович сердится» (16+)		01.10 Х/ф «Женя, Женечка и «Катюша» (12+)		16.10, 20.20 Король гриля (12+)
		05.35, 06.20 Импровизация (16+)						01.45 [Не]Фантастика (12+)		02.35 Д/ф «Военный врач Александр Сахаров. Вера длиною в жизнь» (16+)		17.10 Тайны космоса (12+)
								01.55 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (12+)				18.10 Бренды СССР (12+)
												18.20 Галопом по тропам (12+)
												19.01 Ток-шоу «Ясно» (16+)
												19.30 Лера на спорте (16+)
												21.00 Т/с «Адьютанты любви» (12+)
												22.20 Х/ф «В семье не без священника» (16+)

Воскресенье 5 ноября

Первый канал	Россия-1	РОССИЯ 1	НТВ	НТВ	Пятый канал	5	Россия К	К	ОТР	ОТР
06.00 Новости	06.15 X/ф «Любовь не по правилам» (12+)		04.45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)		04.00, 04.35, 05.25, 06.20 Т/с «Временно недоступен»		06.30 М/ф «Кот Леопольд», «Мама для мамонтёнка» (16+)		06.00 X/ф «Возвращение Максима» (12+)	
06.10 Подкаст.Лаб (16+)	08.00 Местное время. Воскресенье		06.30 Центральное телевидение (16+)				06.50, 21.50 X/ф «Тихий Дон» (12+)		07.40 От прав к возможностям (12+)	
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)	08.35 Когда все дома (12+)		08.00 Сегодня				08.45 Д/ф «Первые в мире» (16+)		07.55, 16.05 Большая страна (12+)	
07.40 Часовой (12+)	09.25 Утренняя почта (12+)		08.20 У нас выигрывают! (12+)		07.15, 08.15, 09.15, 10.15 Т/с (12+)		09.00 X/ф «Простая история» (16+)		08.45 М/ф «Мартышко» (12+)	
08.10 Здоровье (16+)	10.10 Сто к одному (12+)		10.00 Сегодня				10.25 Неизвестные маршруты России (16+)		09.00, 13.45 Календарь (12+)	
09.20 Мечталлион. Национальная Лотерея (12+)	11.00 Вести		10.20 Первая передача (16+)				11.05 Игра в бисер (16+)		09.30 На приёме у главного врача (12+)	
09.40 Непутевые заметки (12+)	11.40 Большие перемены (12+)		11.00 Чудо техники (12+)		11.15, 12.10, 13.05, 13.55, (16+)		11.45 Открытие фестиваля «Москва встречает друзей» (16+)		10.25 Моя история (12+)	
10.00 Новости	12.40 Т/с «Всем по 50» (12+)		11.55 Дачный ответ (0+)		14.50, 15.45 Т/с		13.00, 23.45 Д/ф «Песни розового скворца» (16+)		11.05 Кино на все времена. Чарли Чаплин (12+)	
10.10 Наше всё (12+)	17.00 Вести		13.00 НашПотребНадзор (16+)				13.40 Рассказы из русской истории (16+)		12.05 М/ф «Муха-Цокотуха» (0+)	
11.05 Проют (0+)	17.50 Песни от всей души (12+)		14.05 Однажды... (16+)				14.30, 01.40 X/ф «Дело № 306. Рождение детектива» (16+)		12.15 Д/ф «Неженское дело» (12+)	
12.00 Новости	20.00 Вести недели		15.00 Своя игра (0+)				15.10, 00.25 X/ф «Дело № 306» (16+)		12.45 Специальный проект (12+)	
12.15 Империя. Пётр I (12+)	22.00 Москва. Кремль. Путин (12+)		16.00 Сегодня				16.25, 23.40 Три минуты тишины (16+)		13.00 Всё по-взрослому (12+)	
13.50 Империя. Анна Иоанновна (12+)	22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)		16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным (16+)		16.40, 17.35, 18.25, 19.20, (16+)		17.00 Картина мира с Михаилом Ковальчуком (16+)		14.10 Д/ф «Северный морской путь. Ледовая летопись» (12+)	
14.55 Т/с «Начальник разведки» (16+)	01.30 Т/с «Демон революции» (16+)		17.00 Следствие вели... (16+)		20.15, 21.10 Т/с «Наш спецназ» (12+)		17.10 Пешком... (16+)		14.45 Концерт «Bel Suono. 10 лет» (12+)	
18.00 Вечерние новости			18.00 Новые русские сенсации (16+)		22.05, 22.55 Т/с «Филин» (16+)		17.40 Линия жизни (16+)		15.35 Свет и тени (16+)	
18.20 Михаил Задорнов. Вся жизнь (16+)			19.00 Итоги недели		23.40, 00.30, 01.15, 01.55, (16+)		18.35 Д/ф «Остаться русскими! Русская гимназия в Париже» (16+)		17.00 Д/ф «Кто нас нарисовал?» (12+)	
19.15 «Эксклюзив» с Дмитрием Борисовым (16+)			20.20 Шоу Аватар (12+)		02.40, 03.20 Т/с «Тихая охота» (16+)		19.30, 19.45 Новости культуры (16+)		17.30 М/ф «Сничи» (16+)	
20.05 Кто хочет стать миллионером? (12+)			23.10 Звезды сошлись (16+)				20.25 Д/ф «Отцы и дети» (16+)		17.40, 04.40 X/ф «Один шанс из тысячи» (12+)	
21.00 Время			00.40 Основано на реальных событиях (16+)				20.55 Романтика романа (16+)		19.00, 23.00 Новости	
21.35 Т/с «Троцкий» (16+)			02.35 Т/с «Свет и тень маяка» (16+)				02.25 М/ф «Следствие ведут Колобки», «Все непонятливые» (16+)		19.05 Очень личное (12+)	
22.35 Большой. Сезон (12+)								19.45 X/ф «Два дня» (16+)	21.10, 23.05 X/ф «Контрибуция» (12+)	
00.35 Подкаст.Лаб (16+)								21.10, 23.05 X/ф «Контрибуция» (12+)	00.00 X/ф «Ночь на Земле» (18+)	
01.20 Подкаст.Лаб (16+)								02.05 X/ф «12» (16+)		
02.05 Подкаст.Лаб (16+)										
02.50 Подкаст.Лаб (16+)										
03.35 Подкаст.Лаб (16+)										
04.25 Подкаст.Лаб (16+)										
05.10 Подкаст.Лаб (16+)										

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.

НТВ-Хит	ХИТ	ТВ 7	360°	360°	ТВ Центр	ЦЕНТР	РЕН ТВ	РЕН	Домашний	Д	ТВ-3	ТВ 3
00.00, 01.00, 02.00, 02.55	05.00 БУДНИ (16+)		05.00 БУДНИ (16+)		01.30 X/ф «Шерлок Холмс и доктор Ватсон» (0+)		05.00, 03.50 Самые шокирующие гипотезы (16+)		06.30, 02.50 Д/ф «Эффект Матроны» (16+)		06.00, 05.15 Мультфильмы (0+)	
04.25, 05.15, 06.10, 07.05,	06.00 ПУБЛИЦИСТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА (12+)		06.00 ПУБЛИЦИСТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА (12+)		03.40 X/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (0+)		07.00 С бодрым утром! (16+)		06.45 X/ф «Тень прошлого» (16+)		07.45 Секреты здоровья (16+)	
08.05, 09.05, 10.05, 12.00,	06.30 Мультфильмы (0+)		06.30 Мультфильмы (0+)		07.15, 08.45, 23.55 X/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона. Собака Баскервилей» (0+)		08.30, 12.30 Новости (16+)		10.15 Уют за 15 минут (16+)		08.00 Вкусно с Ляйсан (16+)	
13.00, 13.55, 14.55, 15.55,	07.00 Вместе по России (12+)		07.00 Вместе по России (12+)		08.30, 19.00 События (16+)		09.00 Самая народная программа (16+)		10.30 X/ф «Слёзы осушит ветер» (16+)		08.30 Новый день (12+)	
16.55, 17.50, 18.50, 19.50,	07.30, 11.00, 20.00 NotA Bene. Новости (16+)		07.30, 11.00, 20.00 NotA Bene. Новости (16+)		10.35 X/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона. Сокровища Агры» (0+)		09.30 Знаете ли вы, что? (16+)		14.50 X/ф «Оставленное сердце» (16+)		09.00 Дороже денег (16+)	
20.45, 21.40, 22.40, 23.35	08.00, 10.50, 19.50, 20.50 ЮрФак (16+)		08.00, 10.50, 19.50, 20.50 ЮрФак (16+)		13.40 Назад в СССР. Юмор-дело серьёзное (16+)		11.30 Неизвестная история (16+)		19.00 X/ф «Яркое пламя» (16+)		10.00 Хорошие новости с Василисой Володиной (16+)	
ПОД ПРИКРЫТИЕМ (16+)	08.10 Сытная кухня (12+)		08.10 Сытная кухня (12+)		14.30 Наша смешная жизнь (16+)		13.00 X/ф «Призрак» (16+)		22.50 Твой Домашний доктор (16+)		10.30 Последний герой (16+)	
11.00 ПЕРВОЕ ГОРОДСКОЕ	08.30, 10.05 ВКУСНО 360 (12+)		08.30, 10.05 ВКУСНО 360 (12+)		15.20 X/ф «Судьба по книге перемен» (12+)		15.15 Т/с «Решение о ликвидации» (16+)		23.05 X/ф «Можешь мне верить» (16+)		12.00, 13.00, 14.15, 15.15,	
«Четвёртая власть»	09.35, 15.10 ВНИМАНИЕ! ЕДА! (12+)		09.35, 15.10 ВНИМАНИЕ! ЕДА! (12+)		19.15 X/ф «Свадебные хлопоты» (12+)		18.30 X/ф «Крым» (16+)		04.30 X/ф «Скарлетт» (16+)		16.15, 17.15, 18.15, 19.15,	
(повтор от 4 ноября)	10.30, 19.30 Сад и огород с Октябриной Ганичкиной (12+)		10.30, 19.30 Сад и огород с Октябриной Ганичкиной (12+)		22.25 Петровка, 38 (16+)		20.40 X/ф «Братство» (16+)		02.30 6 кадров (16+)		20.15, 21.15, 22.15 Т/с	
(16+)	11.30, 20.30 Саяногорск Главный (16+)		11.30, 20.30 Саяногорск Главный (16+)		22.35 10 самых... Звёздные врунишки (16+)		23.00 Итоговая программа (16+)		04.00, 04.45 Вокруг Света. Места Силы 2 (16+)		«Лесник» (16+)	
Матч ТВ	12.00, 17.00 НОВОСТИ 360 (16+)		12.00, 17.00 НОВОСТИ 360 (16+)		23.00 Д/ф «Слушай, Ленинград, я тебе спою...» (12+)		23.55 X/ф «Чернобыль» (12+)		02.30 6 кадров (16+)		01.45, 02.30, 03.15 Места Силы (16+)	
Матч ТВ	12.30 ТЕТ-А-ТЕТ С МАРУСЕИ (16+)		12.30 ТЕТ-А-ТЕТ С МАРУСЕИ (16+)		15.00 Погода на любой вкус (16+)		02.25 X/ф «Цой» (16+)		04.30 X/ф «Скарлетт» (16+)		04.00, 04.45 Вокруг Света. Места Силы 2 (16+)	
Матч ТВ	13.00 ПОЕЗДКА СО ВКУСОМ (12+)		13.00 ПОЕЗДКА СО ВКУСОМ (12+)		16.00, 04.00 ГОРОД С ИСТОРИЕЙ (12+)		18.30 X/ф «Крым» (16+)		06.00, 02.20 X/ф «Сказ про то, как царь Пётр арапа женил» (12+)		06.00, 08.00, 11.33, 13.50 Мультфильм (0+)	
Матч ТВ	13.30 МАРШРУТ ПОСТРОЕН (12+)		13.30 МАРШРУТ ПОСТРОЕН (12+)		17.05, 19.00 ДОКУМЕНТАЛЬНОЕ КИНО ЛЕОНИДА МЛЕЧИНА (16+)		20.40 X/ф «Братство» (16+)		08.00, 09.15 Т/с «Демидовы» (12+)		07.00, 10.00, 18.30, 20.00, 22.00, 00.00 «По факту» (16+)	
Матч ТВ	14.30 СУПЕРФЕРМА 360 (12+)		14.30 СУПЕРФЕРМА 360 (12+)		18.00 ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА (16+)		23.00 Итоговая программа (16+)		09.00, 13.00, 19.00 Новости дня (16+)		07.20 Солбан (16+)	
Матч ТВ	14.50 ИНСПЕКТОР TRAVEL Д/ф (12+)		14.50 ИНСПЕКТОР TRAVEL Д/ф (12+)		21.00 ПОБЕДА. ПЕСНИ. ЛЮБОВЬ (12+)		23.55 X/ф «Чернобыль» (12+)		11.40, 13.15 Д/с «Новороссия» (16+)		07.30 Д/ф «Карамзин. Проверка временем» (12+)	
Матч ТВ	15.00 НОВОСТИ МО (16+)		15.00 НОВОСТИ МО (16+)		22.10, 22.35, 23.05, 23.35, 00.05 ЗАГАДКИ ИСТОРИИ Д/ф (12+)		02.25 X/ф «Цой» (16+)		15.35 Д/с «История военной разведки» (16+)		09.00, 00.20 «Тема дня» (12+)	
Матч ТВ	15.05 ПОГОДА 360 (6+)		15.05 ПОГОДА 360 (6+)		00.35 ШЕСТОЕ ЧУВСТВО (12+)		02.30 X/ф «Цой» (16+)		19.15 Т/с «Операция «Горгона» (16+)		10.20 Вопрос дня (16+)	
Матч ТВ	15.30 ПОГОДА НА ЛЮБОЙ ВКУС (16+)		15.30 ПОГОДА НА ЛЮБОЙ ВКУС (16+)				04.30 X/ф «Скарлетт» (16+)		23.15 X/ф «Ожидание полковника Шалыгина» (12+)		10.30 Лера на спорте (16+)	
Матч ТВ	16.00, 04.00 ГОРОД С ИСТОРИЕЙ (12+)		16.00, 04.00 ГОРОД С ИСТОРИЕЙ (12+)				04.30 X/ф «Скарлетт» (16+)		00.55 X/ф «Табачный капитан» (12+)		10.45, 11.20 Бренды СССР (12+)	
Матч ТВ	17.05, 19.00 ДОКУМЕНТАЛЬНОЕ КИНО ЛЕОНИДА МЛЕЧИНА (16+)		17.05, 19.00 ДОКУМЕНТАЛЬНОЕ КИНО ЛЕОНИДА МЛЕЧИНА (16+)				06.00, 02.20 X/ф «Сказ про то, как царь Пётр арапа женил» (12+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		11.00 Ток-шоу «Ясно» (16+)	
Матч ТВ	18.00 ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА (16+)		18.00 ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА (16+)				08.00, 09.15 Т/с «Демидовы» (12+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		12.00 X/ф «Бриллианты для Джульетты» (12+)	
Матч ТВ	21.00 ПОБЕДА. ПЕСНИ. ЛЮБОВЬ (12+)		21.00 ПОБЕДА. ПЕСНИ. ЛЮБОВЬ (12+)				09.00, 13.00, 19.00 Новости дня (16+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		14.00 X/ф «Близко к сердцу» (12+)	
Матч ТВ	22.10, 22.35, 23.05, 23.35, 00.05 ЗАГАДКИ ИСТОРИИ Д/ф (12+)		22.10, 22.35, 23.05, 23.35, 00.05 ЗАГАДКИ ИСТОРИИ Д/ф (12+)				11.40, 13.15 Д/с «Новороссия» (16+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		15.00 X/ф «Чужое имя» (12+)	
Матч ТВ	00.35 ШЕСТОЕ ЧУВСТВО (12+)		00.35 ШЕСТОЕ ЧУВСТВО (12+)				15.35 Д/с «История военной разведки» (16+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		16.42 Концерт «Я люблю свою землю» 2 ч. (16+)	
Матч ТВ							19.15 Т/с «Операция «Горгона» (16+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		18.15 Специальный репортаж (12+)	
Матч ТВ							23.15 X/ф «Ожидание полковника Шалыгина» (12+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		18.50 Заповедники России (12+)	
Матч ТВ							00.55 X/ф «Табачный капитан» (12+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		20.23 X/ф «Ограбление по-бельгийски» (16+)	
Матч ТВ							04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		04.00 X/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)		22.20 X/ф «Болевой порог» (16+)	

Сила притяжения к наукам

Саяногорские преподаватели стали участниками «Осенней школы учителей физики и математики», прошедшей в Красноярске при поддержке компании РУСАЛ.

На базе Сибирского федерального университета с 13 по 15 октября развернулась серия мастер-классов, лекций и «круглых столов» под руководством преподавателей физического и механико-математического факультетов МГУ имени М.В. Ломоносова. В число 60 слушателей из Ачинска, Дивногорска, Железногорска и Красноярска вошли также 15 педагогов из Саяногорска.

Три дня интересных занятий по решению задач из различных разделов физики и математики, по подготовке к ЕГЭ и лабораторным демонстрациям стали отличным способом расширить методическую базу для эффективного обучения школьников фундаментально важным дисциплинам, освоить набор новых инструментов, которые позволят сделать образовательный процесс ещё более



вовлекающим и интересным.

- Мы остались под огромным впечатлением! Хоть я и веду другой предмет, участвовать в практических модулях по той же физике было очень увлекательно, - поделилась преподаватель математики школы № 6 Светлана Сабитова. - На две недели полностью погрузились в учёбу, но эта поездка зарядила нас, вдохнула новые силы. Теперь мы с лёгкостью можем связывать математику, физику и медицину, благодаря знаниям, которыми щедро поделились

замечательные лекторы. Я уже применяю этот подход на уроках - детям очень нравится. Думаем об открытии на базе нашей школы профильных классов.

По итогам обучения участники также получили сертификаты на бесплатное прохождение курсов в МГУ. В дальнейших планах у организаторов создание платформы для размещения информационных материалов, обмена опытом и налаживание профессиональной коммуникации между предметниками из различных регионов. Возможно,

Кадры для будущего

Верхом на мечте

Восторг полная тележка

Волонтёры РУСАЛа устроили для воспитанников школы № 8 катание на лошадях.

Встреча ребят с очаровательными лошадками Габриэлой и Мармеладкой из конного клуба «Грант» состоялась благодаря партнёрской помощи Центра досуга и самореализации «Атмосфера».

- Это очередное событие в рамках реализации проекта «Театральная студия «Сказка», выигравшего грант РУСАЛа в конкурсе волонтерских инициатив «Вдохновляй и действуй», - пояснила волонтер Аида Булатова. - Дети с удовольствием покатались верхом и в экипаже, пообщались с животными, угостили их яблоками и морковью. Сейчас мы планируем дальнейшие встречи с детьми, придумываем новые творческие ходы и начали подготовку к главному событию - постановке спектакля.

Текст и фото пресс-службы САЗа

Спорт

Красиво и уверенно

Самый быстрый бой финала и «золото» международного турнира у саяногорского боксёра Сергея Слободяна.



Наш боксёр одержал блестящую победу над сербом Лазером Лазаревичем в финале 66-го Международного турнира «Золотая перчатка», который проходил в Сербии. Сергей стал чемпионом в своей весовой категории 92 кг.

В общем итоге у сборной России семь золотых, четыре серебряных, одна бронзовая медаль и первое общекомандное место.

Победные поединки на татами

В Черногорске прошёл открытый турнир по дзюдо среди юношей и девочек 2011-2012 годов рождения на призы клуба дзюдо «Ах Барс», где успешно выступили саяногорские спортсмены.

За победу боролись более 270 дзюдоистов из Хакасии, Тывы и Красноярского края.

Саяногорск на состязаниях представляли воспитанники Ольги и Анатолия Красненковых. По результатам схваток Алина Метленко заняла первую ступень пьедестала почёта, Полина Логунова и Валентин Перепилица на третьем месте.

Будни молодёжи

Балом правит юности максимализм

Студенты Саянского техникума СТЭМИ заняли второе место в Межрегиональном конкурсе на лучший видеоблог.

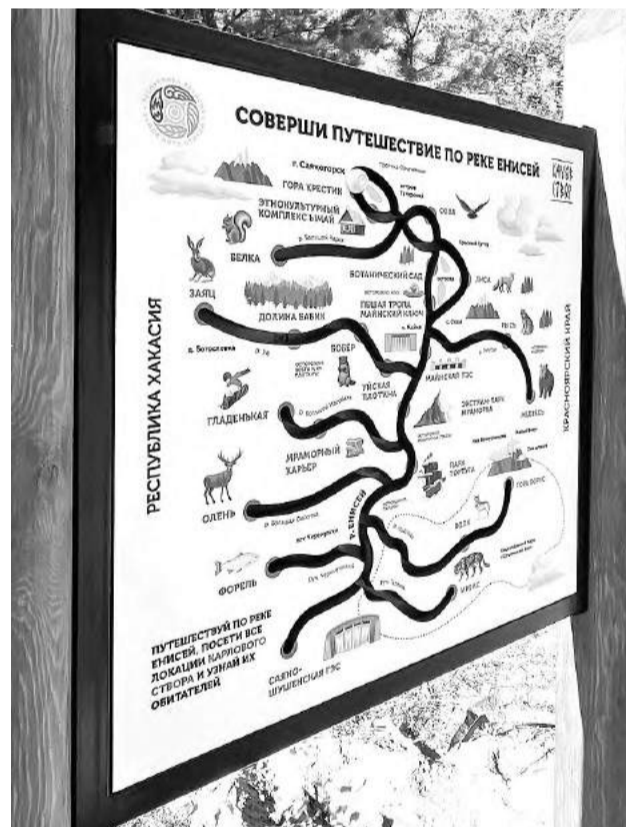
Творческий конкурс «Мы - команда СПО» был организован Информационно-библиотечным центром Барнаульского базового медицинского колледжа. Саяногорцы одержали победу в номинации «Мы - команда, и мы можем всё!», сняв ролик о том, как начинается и проходит их день.

- У нас очень дружная команда, и мы не в первый раз занимаемзовые места, - рассказала одна из участниц Юлия Зуева. - Придумали сценарий, набросали идеи, как подать наши будни и увлечения с юмором, а в процессе съёмки раскрепостились, шутили и веселились порой на грани беззаботного дурачества, так что получилось не просто видео, а действительно частичка нашей жизни!

Пресс-служба СТЭМИ

Занимательно

Путешествуй и играй



На экотропе «Майнский ключ» появились познавательные интерактивные стенды.

Вниманию любителей пеших прогулок представлен стенд-викторина с загадками и вопросами для детей и взрослых о местных природных объектах и достопримечательностях. С помощью расположенной тут же карты локаций туристской территории «Карлов Створ» жители и гости региона могут совершить виртуальное путешествие по Енисею, познакомиться с представителями местной флоры и фауны.

Тропа «Майнский ключ» проходит по линии бывших железнодорожных путей параллельно автодороге между посёлком Майна и Большим Карком. Маршрут популярен среди велосипедистов и бегунов, а теперь развивается и как объект пешего туризма: ранее здесь также были установлены скамейки, указатели, информационные стенды и туалет. Посещение тропы - бесплатное.

Медиагруппа «Юг Сибири»
(фото vk.com/khakassia.travel)

Ситуация в городе под контролем

Саяногорские полицейские подвели итоги работы за девять месяцев текущего года.

В отчётном заседании приняли участие врио заместителя министра - начальник Следственного управления МВД по Республике Хакасия Пётр Паникаровский, начальник ОМВД России по городу Саяногорску Павел Федотко, заместитель прокурора города Дмитрий Денисов, руководители подразделений и личный состав отделения МВД. Об оперативной обстановке на обслуживаемой территории доложил начальник штаба Александр Максимов.

Основной массив зарегистрированных противоправных деяний в городе традиционно составляют имущественные преступления (432), против личности (87), в сфере незаконного оборота наркотиков (62). Несмотря на системную работу по информированию граждан

о существующих способах дистанционных мошенничеств, увеличилось количество поставленных на учёт преступных деяний, совершённых с использованием информационно-телекоммуникационных технологий (на данный момент - 198; из них раскрыто 36 преступлений). При этом удалось предотвратить порядка 242 таких преступлений.

В сфере незаконного оборота наркотических средств зарегистрировано 62 преступления, из них большая часть - по фактам сбыта наркотических средств (47), в том числе бесконтактным способом (29). Выявлено девять фактов незаконного приобретения (хранения) наркотических средств и шесть фактов содержания наркопритонов.

Социально-криминальная характеристика преступности показала, что за отчётный период снизилось количество преступлений, совершённых несовершеннолетними и при

их соучастии (отмечается положительный эффект профилактической работы).

Также на территории Саяногорска зарегистрировано 30 дорожно-транспортных происшествий, в которых погибли два человека, а 37 участников дорожного движения получили телесные повреждения разной степени тяжести. В шести ДТП с участием несовершеннолетних пострадали шестеро детей.

В завершение мероприятия Пётр Паникаровский поблагодарил коллег за службу, отметил, что удалось не допустить осложнения оперативной обстановки на территории муниципалитета, а также обозначил приоритетные направления оперативно-служебной деятельности на предстоящий период.

Светлана СОЛОМЕИНА,
специалист по связям со СМИ
ОМВД России по г. Саяногорску

Отчёт о порядке



Выход на акваторию

Проверьте исправность вашего плавсредства

Осенью условия эксплуатации маломерных судов сильно усложняются: раньше наступает темное время суток, порывы ветра способствуют возникновению волнения, понижение температуры приводит к образованию туманов над водной поверхностью и образованию льда. Сотрудники Государственной инспекции по маломерным судам рекомендуют судоводителям быть внимательнее и тщательно соблюдать правила безопасности.

Перед выходом на воду необходимо тщательно подготовить маломерное судно к плаванию, проверить его исправность и наличие обязательных норм снабжения на борту, провести проверку всех средств связи, навигационных и радионавигационных приборов.

Напоминаем основные неисправности, при которых эксплуатация маломерного судна категорически запрещена:

- наличие свищей, пробоев элементов корпуса;
- разгерметизация отсеков, воздушных ящиков, баллонов;
- повреждение пера руля, привода деталей рулевого управления;

- подтекание топлива, вибрация и повышенный шум двигателя;
- отсутствие индивидуальных средств спасения на борту;
- неуккомплектованность судна в соответствии с нормами.

Помните, что даже при небольших заморозках возможно обледенение корпуса маломерного судна, что сказывается на его маневренности и плавучести.

Специалисты ГИМС напоминают очевидный факт - осенью опасность водоёмов существенно увеличивается за счёт снижения средней температуры воды. Если летом внезапное падение в воду, как правило, доставляет человеку лишь дискомфорт, то осенью такое событие очень часто приводит к гибели. Особенно это касается судоводителей и рыбаков, игнорирующих средства спасения. Инспекторы просят судоводителей не подвергать свои жизни и жизни пассажиров излишней опасности и всегда надевать спасательные жилеты, находясь на борту.

В случае происшествия на водоёме звоните на единый номер экстренных служб «112».

Текст и фото пресс-службы
ГУ МЧС России по Хакасии

Административная комиссия муниципального образования город Саяногорск объявляет о формировании комиссии в новом составе.

В соответствии с частью 1 статьи 4 Закона Республики Хакасия от 03.12.2008 г. № 77-ЗРХ «Об административных комиссиях в Республике Хакасия», административные комиссии формируются представительными органами муниципальных образований на основе предложений органов государственной власти Республики Хакасия, органов местного самоуправления соответствующих муниципальных образований Республики Хакасия, предприятий и организаций независимо от форм собственности, политических партий и общественных организаций.

При внесении предложений по формированию административных комиссий должны учитываться требования, предъявляемые к членам административных комиссий, установленные статьёй 7 вышеуказанного закона, а именно:

- членами административной комиссии могут быть назначены граждане Российской Федерации, достигшие возраста 25 лет, имеющие высшее или среднее профессиональное образование и стаж работы по специальности не менее трёх лет, давшие письменное согласие на осуществление полномочий члена административной комиссии в соответствующей административной комиссии;

- членами административной комиссии не могут быть лица, не имеющие гражданства Российской

К сведению



Фото etkul74.ru

Федерации; граждане Российской Федерации, признанные решением суда, вступившим в законную силу, недееспособными, ограниченно дееспособными; лица, имеющие неснятую и непогашенную судимость.

Заявления о включении в состав административной комиссии муниципального образования город Саяногорск принимаются до 10 ноября (до 9.00 по местному времени) в Администрации МО г. Саяногорск по адресу: Советский микрорайон, дом № 1, кабинет № 215 в рабочие дни с 8.00 до 17.00, обеденный перерыв с 12.00 до 13.00 по местному времени.

Игорь ДАНИЛОВ,
председатель административной комиссии МО г. Саяногорск

Городской человек не всегда может на вид и вкус отличить настоящее домашнее молоко от подделки, а многие вредные примеси можно определить только в лаборатории.

Чтобы не пожалеть о сделанной покупке, надо усвоить несколько простых правил:

- нельзя покупать молоко в местах, не отведённых для торговли, тем более, не спросив у продавца о наличии у него соответствующих ветеринарных документов;

- не покупайте молоко в пластиковых бутылках неизвестного происхождения, они не выдерживают термической обработки и часто плохо промываются;

- при покупке молока в свою тару обязательно её простерилизуйте, а придя домой, молоко прокипятите.

Согласно Правилам ветеринарно-санитарной экспертизы молока и молочных продуктов на рынках, к продаже допускают молоко и молочные продук-

Молоко коровье пейте на здоровье



ты, поступающие из хозяйств, благополучных по заразным болезням животных, что должно быть подтверждено справкой, выданной ветеринарным врачом (фельдшером) на срок не более одного месяца. В справке ветеринарный врач (фельдшер), обслу-

живающий хозяйство (населённый пункт), обязан указать дату исследования на субклинический мастит, прививки против сибирской язвы, исследования на туберкулёз, бруцеллёз и другие исследования, предусмотренные действующими инструкциями.

Помимо указанных справок у продавца домашнего молока при себе должен быть паспорт личного подсобного хозяйства, доказывающий, что молоко действительно домашнее, и что личное подсобное хозяйство находится под присмотром ветеринарных служб.

Необходимо также знать, что запрещается продажа молока, полученного от коровы в течение первых семи дней после отёла и последних семи дней до конца лактации. Молоко от привитых коров разрешается использовать без ограничений, кроме тех случаев, когда у животного повышается температура и появляются признаки заболевания.

На территории нашего муниципального образования домашнее молоко и молочные продукты, продаваемые на территории МУП «Торговый комплекс г. Саяногорска», в обязательном порядке подвергаются лабораторным исследованиям, чего нельзя

Покупайте правильно

сказать о такой же продукции, продаваемой в несанкционированных для торговли местах.

Кстати, в качестве информации для размышления: разная торговля (в том числе натуральными молочными продуктами) в Российской Федерации не запрещена, в отличие от торговли в неустановленных местах. Любители домашнего молока всегда могут заказать любимый продукт на жару и холоде, опасаясь штрафов за торговлю в неустановленных местах.

Остаётся только пожелать: заботьтесь о себе и своих близких, покупайте безопасные продукты!

Ирина ВЕДУНОК
главный специалист
ОЗиП Администрации
МО г. Саяногорск
(фото ru.freepik.com)

На территории села Боград Республики Хакасия у поголовья крупного рогатого скота обнаружен заразный узелковый дерматит, существует угроза его распространения.

Саяногорская ветстанция информирует владельцев восприимчивых животных в хозяйствах всех форм собственности, расположенных на территории муниципалитета, что в целях предотвращения заноса возбудителя на нашу территорию необходимо соблюдать следующие нормы и правила:

- покупать здоровых животных (с ветеринарными сопроводительными документами) и вводить в стадо после изолированного

Вирусная болезнь крупного рогатого скота

содержания в течение 30 дней;

- запрещаются подворный убой, реализация и переработка мяса без ветеринарного осмотра и ветсанэкспертизы продуктов убоя;
- предоставлять поголовье животных для диагностических исследований и других плановых ветеринарных обработок;

- владельцы животных обязаны незамедлительно информировать государственную ветеринарную службу обо всех чрезвычайных ситуациях, связанных с заболеванием или гибелью скота;

- владельцы личных подсобных хозяйств должны быть зарегистрированы на учёте в ГКУ РХ

«Саяногорская ветстанция» и в Администрации МО г. Саяногорск (в похозяйственной книге);

- все виды животных должны быть подвергнуты идентификации (чипированию);
- содержите животных в условиях, которые отвечают основным нормам гигиены, правильно обрабатывайте и храните кормовые запасы, проводите механическую уборку в стойке.

Правильный уход и содержание - важная составляющая благополучия скота. Гражданам, имеющим в личном хозяйстве крупный рогатый скот, рекомендуется ознакомиться с правилами содержания - Приказ Минсельхоза Россий-

ской Федерации от 21 октября 2020 года № 622 «Об утверждении Ветеринарных правил содержания крупного рогатого скота в целях его воспроизводства, выращивания и реализации».

Заразный узелковый дерматит - трансмиссивная контактная вирусная болезнь крупного рогатого скота, болеют и другие виды животных. Источником возбудителя являются больные восприимчивые животные. Передача возбудителя осуществляется контактным, трансмиссивным и половыми путями. Факторами передачи возбудителя являются продукты убоя, полученные от больных животных, секреты

Узелковый дерматит

и экскреты больных восприимчивых животных, кровососущие насекомые, являющиеся переносчиками возбудителя, возможна механическая передача возбудителя членистоногими различных видов, а также через навоз, инвентарь, одежду и корма.

По всем имеющимся вопросам обращаться в Саяногорскую ветеринарную станцию по адресу: ул. Индустриальная, 6, телефон: 5-01-71; рп. Майна, ул. Горького, 2, телефон: 4-22-97. Режим работы: понедельник - четверг с 8.00 до 17.00, пятница с 8.00 до 16.00, обед с 12.00 до 13.00.

Саяногорская ветстанция

На капустном балу не пусто никому

Закуска из солёной капусты разнообразит праздничный стол, восполнит недостаток витамина С, укрепит иммунитет и просто будет отличным дополнением в рационе.



«Капуста в соусе»

3 кг капусты; 2 кг помидоров; 500 г моркови; 500 г сладкого перца; 100 г чеснока; 1/2 ст. растительного масла; 10 ч.л. соли; 3/4 ст. сахара; 1/2 ст.л. 9% уксуса.

Морковь, сладкий перец, чеснок и помидоры очистите и пропустите через мясорубку, добавьте растительное масло, сахар, соль, уксус и доведите до кипения. Нашинкуйте капусту, опустите её в кипящий соус, перемешайте и варите 25 минут. Готовый салат разложите по стерилизованным банкам, закатайте и укутайте до полного остывания.

Капуста «по-грузински»

1 средний кочан свежей белокочанной капусты; 1 столовая свёкла; 1 красный жгучий перец; 4 зубчика чеснока; 100 г зелени сельдерея; уксус по вкусу; 1 ст. ложка соли на 1 литр воды.

Капусту нарезать крупными квадратиками, свёклу - тонкими ломтиками, сельдерея и перец измельчить. Всё уложить слоями, пересыпав измельчённым чесноком. Залить кипящим раствором из соли, воды и уксуса, который должен полностью покрыть овощи. Поставить на два дня в тёплое место, потом в холодильник. К сожалению, капуста, приготовленная по этому рецепту, не подлежит длительному хранению.

Капуста праздничная

4 кг капусты; 8-12 долек чеснока; 250-300 г свёклы. Для рассола на 1 литр воды: 2 ст.л. соли; 2 ст.л. сахара; 8 горошин чёрного перца; 4 лавровых листа; 1/2 ст. яблочного уксуса.

Капусту нарезать крупными кусками. Уложить в эмалированную кастрюлю, между кусочками капусты класть нарезанную кусочками сырую свёклу и тонко нарезанный чеснок. Из воды, соли, сахара, лаврового листа и перца вскипятить рассол. Снять с огня, добавить яблочный уксус. Залить рассолом капусту. Закрывать кастрюлю крышкой. Через 4-5 дней капуста готова.

Капуста быстрого приготовления

Нашинковать капусту тонкой соломкой или нарезать кусочками. Плотно уложить в 3-литровую банку. Залить холодной водой, растворив в ней 2 ст. ложки соли (воды 1-1,5 л). Оставить банку в тепле на два дня. Затем слить немного рассола и растворить в нём полстакана сахара, влить опять в капусту, оставить на один день, потом убрать в холодильник для хранения и употребления.

Капусту хорошо пересыпать морковью, натёртой на крупной тёрке. Верхними капустными листьями выстелить дно банки. Остальной кочан мелко шинковать, несколько листиков надо оставить целыми, они потом пригодятся. Нашинкованную капусту перетереть с солью, тёртой морковью, так чтобы она дала сок (это если для супа). Если солите для закуски - добавьте тмин, клюкву. Плотно затолкать в банку, укрыть оставленными капустными листьями, накрыть чистой тканевой салфеткой и сверху положить груз. Есть можно на второй-третий день.

Капуста хрустящая

На 3-литровую банку: 3,5 кг капусты; 4 моркови; 2 ст.л. соли; 1 ст.л. водки.

Капусту шинкуйте, посолите, помните руками. Добавьте натёртую на крупной тёрке морковь, перемешайте.

Подготовленную капусту с морковью переложите в банку, хорошо утрамбуйте до появления сока. Лишний сок слейте в отдельную посуду, храните в прохладном месте. Накройте банку капустным листом и оставьте на 3-4 дня при комнатной температуре для брожения.

Затем сделайте в капусте 2-3 прокола до самого дна банки для удаления газа, влейте оставленный капустный сок и водку. Закройте банку крышкой и поставьте в холодное место.

Капуста маринованная

1 кг капусты белокочанной; 500 мл воды; 1 морковь; 1 ст. уксуса столового (9%); 1 ст. масла растительного; 4 ст.л. соли; 10 лавровых листов; 1 ч.л. сухих зёрен укропа; 2 гвоздики; 10 горошин чёрного перца.

Капусту промываем, мелко шинкуем. Морковь очищаем, натираем на тёрке. Овощи смешиваем в эмалированной ёмкости, добавляем лавровый лист, перец, зёрна укропа.

Приготовим рассол. В кастрюле кипятим воду с добавлением соли, сахара, гвоздики, уксуса и масла. Подготовленным рассолом заливаем капусту, всё хорошо перемешиваем. Ёмкость закрываем крышкой, оставляем на сутки при комнатной температуре. На следующий день капусту раскладываем по банкам и помещаем в холодильник или сразу подаём к столу в качестве закуски. Если вы не торопитесь, то оставьте капусту в рассоле на 2-3 дня, так она приобретёт более насыщенный вкус и аромат.

Солянка

1,5 кг капусты белокочанной; 1,5 кг помидоров; 1 кг огурцов; 1 кг лука; 1 кг моркови; 1/2 кг перца болгарского; 1 ст. сахара; 1/2 ст. масла растительного; 1/2 ст. уксуса 6%; 2 ст.л. соли, лавровый лист, перец чёрный горошек.

Все овощи предварительно вымыть, обсушить и очистить. Капусту шинковать тонкой соломкой. Морковь натереть на крупной тёрке. Болгарский перец нарезать соломкой. Огурцы, помидоры и лук - кубиками. Все овощи сложить в большую эмалированную кастрюлю, добавить уксус, масло, соль и сахар, специи.

Овощную солянку довести до кипения и варить на медленном огне в течение часа. Готовую солянку разложить в простерилизованные банки и закатать. Банки перевернуть вверх дном и оставить до полного остывания. Хранить в прохладном месте.

Салат «Молодчик»

2 кг цветной капусты; 1,8 кг моркови; 3 кг сладкого перца; 400 г сахара; 300 г соли; 800 мл 6% уксуса.

Цветную капусту разделить на соцветия, ошпарить кипятком. Перец нарезать кубиками, морковь в виде звёздочек. Все овощи уложить в кастрюлю, пересыпать солью и сахаром, оставить на 24 часа. Выделившийся сок смешать с уксусом и растительным маслом. Овощную смесь разложить по банкам, заливку погреть и вылить в банки. Банки стерилизовать 12 минут.

Оладьи из капусты

Капуста 450 г; нежирная сметана 40-50 мл; масло растительное 50 мл; чеснок сушёный по вкусу; яйца куриные 2 шт.; лук зелёный 5 перьев; мука пшеничная 70-80 г; укроп по вкусу; соль по вкусу; перец чёрный молотый 2 щепотки.

Капусту шинкуйте очень мелко. Сложите её в глубокую миску, залейте кипятком. Оставьте на 7-10 минут.

Лук и укроп мелко нарежьте. Бланшированную капусту отожмите от воды и смешайте с зеленью. Посолите, приправьте сушёным чесноком и молотым перцем. Далее добавьте в овощную массу два яйца и сметану.

Всё перемешайте, постепенно начните вводить муку. Её может понадобиться чуть больше или меньше - зависит от сочности капусты. Как только масса станет податливой, оладьи можно обжаривать.

Стейки из молодой капусты

Капуста молодая 1 небольшой кочан; масло сливочное 50-70 г; паприка 0,5 ч.л.; перец чёрный молотый 0,5 ч.л.; соль по вкусу.

Очистите кочан от верхних листьев. Нарежьте его на круглые стейки шириной от 1,5 до 2 см.

Подходящий по размеру противень застелите пергаментом для выпечки. Разместите на нём капустные стейки. Смажьте каждый из них мягким сливочным маслом. Посолите, посыпьте паприкой и чёрным молотым перцем. Переверните. Со второй стороны сделайте ту же операцию. Накройте противень фольгой, поставьте стейки в разогретую до 180°C духовку на 30 минут. Снимите фольгу. Запекайте до появления яркой румяной корочки.

Перед подачей на стол посыпьте мелко нарезанным зелёным луком, можете подать капустные стейки с разными соусами, полить растительным маслом или посыпать кунжутом.

Быстро и вкусно

Капуста с рисом на ужин

Капуста 850 г; масло растительное 75-85 мл; морковь 1 шт.; паста томатная 200 г; рис 200 г; сок лимонный 20-25 мл; сахар 1 ст.л.; лук репчатый 180-200 г; вода 650-700 мл; паприка сладкая сушёная по вкусу; соль по вкусу; петрушка 2-3 веточки.

Капусту нарежьте соломкой. Очищенную морковь натрите на тёрке. Лук помойте в прохладной воде, нарежьте полукольцами.

В сотейник или глубокую сковороду налейте масло. Когда оно разогреется, положите лук. На среднем огне обжаривайте его пять минут. Далее добавьте морковь и капусту.

Перемешайте, убавьте нагрев до минимума. Под крышкой тушите овощи семь минут. После этого к ним можно добавить томатную пасту, паприку, сок лимона, столовую ложку сахара и хорошо промытый в холодной воде рис.

Ещё раз всё перемешайте, влейте воду. Сделайте нагрев интенсивнее, чтобы блюдо быстрее закипело. Затем снова уменьшите огонь, тушите овощи с рисом 25 минут.

Перед подачей на стол украсьте петрушкой.

Горные лыжи по-саянски

(Продолжение. Начало в №№ 39-41)

8. ОТКРОВЕНИЕ ВОСЬМОЕ (КРАЕВЕДЧЕСКОЕ)

Во, смотри, смотри! Да что ты на завод уставился? Завод как завод. Мы про горы. Вся панорама открылась! Значит, так: слева пять вершин - это хребет Борус. Высота главной вершины - 2318 метров над уровнем моря. По нашему климату это очень даже прилично... Где там катаются? Да, в принципе, почти везде, где есть фирн или целичок. Что такое фирн и целичок? Ну, знаешь ли... Впрочем, просим прощения. Ты же про это ещё не проходил...

Да, в конце-концов, пора и представиться. Нас зовут Татьяна и Виктор. Мы супруги. А фамилии разные. Из-за этого происходит некоторая путаница. Поэтому ближайшие друзья уже сорок лет зовут нас Зондером и Зондершей. Если прочитаешь книгу до последней странички, то поймёшь, откуда такое странное прозвище появилось.

А теперь глянь-ка правее. Гладенькая не пиком торчит, а вроде массива такого, с седловинкой посередине. Видишь? Ну и отлично. Гладенькая пониже Боруса. Макушка на 1804, а верхняя станция канатки на 1736. Последнее снежное поле там держится до середины июня. Мы смолоду мечтаем поставить там маленький подъёмничек, чтобы сладенькое не упускать...

А вот и Енисей! Он вырывается на равнину как раз посередине между двух этих гор. И ГЭС там, в глубине ущелья. Обязательно надо будет съездить на экскурсию. Только не просто поглазеть, а так, чтобы хоть кто-то маленько порассказывал. Потому что есть про что рассказать и про что послушать. Худо-бедно - одна из крупнейших в мире.

Когда начинали строить, вообще считалась крупнейшей. А сейчас есть побольше, в Америке на экваториальных реках, или в Китае на Янцзы с Хуанхэ. Ну, как было с ними тягаться, если по Амазонке или Паране воды прёт вдесятеро против Енисея? Зато уж мы тут такую плотину забрабахали, что мощность станции получили почти вровень с американскими. Двести сорок метров высоты. Не слабо, а?

А вот и наш Саяногорск. Сколько населения? Точно не знаем, но, наверное, тысяч семьдесят будет. Правда, город не весь в степи расположен. Есть ещё два гэсовских посёлка, дальше по ущелью. Майна и Черёмушки. Чего хмыкаешь? Думаешь, плагиат? Отнюдь! На месте Черёмушек раньше заимка была, то есть крохотное таёжное поселение. И оно аж с позапрошлого века называлось Черёмушка! Тут от этой черёмухи в мае продыху нет! Честно!

У нас с топонимикой вообще весело. Скоро свернём в долину реки Уй. Не-не, только две буквы! А рядом речки Сизая и Голубая. На Сизой, кстати, знаменитый олимпийский чемпион Иван Ярыгин родился. И почти всё его братовьё до сих пор живёт. Вон, слева на холме церковь белая, видишь? Люди говорят, что Ярыгины за свой счёт её построили. В память о Ване и о матери.

Между прочим - первый православный храм во всей округе...

А вот и ГЭС. Только это ещё не Саяно-Шушенская, а её маленький придаток - Майнский контррегулятор. Живопырка... Правда, ещё как сказать: эта «живопырка» мощностью почти как у Днепрогэса! Что такое контррегулятор? Сейчас попробуем объяснить. Большая ГЭС никогда не работает равномерно - она следит за состоянием энергосистемы и «затыкает дыры», если где-то вдруг возникает дефицит энергии. Это, вообще-то, главное достоинство любой ГЭС. Тем более столь мощной, как Саяно-Шушенская. Но при такой работе воды в реке ниже станции бывает то густо, то пусто. И рыба с ума сойдёт, и рыбаки, и речной флот. Поэтому контррегулятор залповые выбросы воды потихонечку сглаживает.

Ну всё, свернули на Уй. Теперь - вверх, вверх и вверх. Надо подняться на тысячу метров по вертикали. Обрати внимание, как начинает меняться природа. Березняк



остался внизу... потом и сосна кончится... Под самой макушкой кедрочки пойдут. А вершинное плато - самая что ни на есть тундра. Кстати, о кедрочках. Ты «Анастасию» читал? Так вот, к кедре и у нас отношение трепетное. Только зря тот парень, что книгу написал, кедр-матушку в мужской род обратил. Орех даёт только материнское дерево...

Так, стоп! Этот шлагбаум - въезд на территорию мраморного карьера. Проблем здесь нет, но порядок есть порядок. Номер машины запишут, сотню целковых возьмут за поддержание дороги в приличном виде и пропуск выдадут. Чтобы мы отсюда мрамор не воровали. Шутка, конечно. Мрамор тут не своруешь без подъёмного крана. Видел, навстречу трейлер катился с целеной глыбой? Такие глыбы от массива не взрывами отрывают, а отпиливают специальными тросовыми пилами. А вот троса пильного мы тут действительно когда-то наворовали тыщу километров. И без всяких машин - на себе утаскивали через курума. Как - куда утаскивали? Ясное дело - дальше на Гору! Из чего, как ты думаешь, мы там свои первые канатки делали? Вот из этого трёхжильного троса! Кстинич специально научился его срывать...

А если серьёзно, то это тоже интереснейшее место. Каким-то образом половина Горы оказалась мраморной, а половина гранитной. А на стыке - самоцветы. Только зимой до них не докопаешься - надо летом погулять, да в камушках поковыряться...

И вот ещё что: у мрамора обалденная энергетика. Говорят, жутко полезная порода. Тут многие держат куски мрамора под кроватями. Что значит: «Для чего?». Для того самого! На потенцию влияет очень даже великолепно... Авторитетно заявляем!

Во, посмотри, как здорово Борус открылся! Там альпинистский район. Есть вполне приличные маршруты, даже гималайская экспедиция на них тренировалась перед выездом в Тибет. Трое наших ребят с этой экспедицией на Эверест ходили. А один из них, Гриша Семиколонов, дошёл до самой макушки мира.

Ну, вот и Гора. Ты чего побледнел-то? Что? Откуда здесь спускаются? С самого верха! Да не переживай. У нас с этим просто. Не можешь - научим. Не хочешь - заставим... И вообще, утро вечера мудренее.

9. ПОЭТИЧЕСКОЕ ОТКРОВЕНИЕ

*Я здесь как будто Робинзон.
Но остров обитаем:
Два лыжника, открыв сезон,
К канатке пролетают.
И мне не терпится наверх
Сквозь ветер и пургу,
Где заскрипит под лыжей снег,
Нарисовав дугу.
Щека обмёрзла... И рука
Почти околела...*

*Но греться некогда... Пока
Есть снег щемящая белый!
Пока улыбка до ушей,
Пока душа поёт -
Мир состоит из двух вещей:
Канатка и полёт!
А вечером пойду звонить -
Ведь доложить пора,
Что трудно Робинзоном быть,
Когда пуста Гора!
Что без друзей здесь скучно жить,
Что мне нужны их лица,
Что им пора канты точить
И вместе вниз катиться!*

10. А ЭТО ОТКРОВЕНИЕ НАЗЫВАЕТСЯ ПРОСТО: «НУ, ПОЕХАЛИ!»

Ещё раз повторяем: наши советы на олимпийский пьедестал не приведут. Но если мы с тобой переживём нынешний день, то эти упражнения станут фундаментом для всего дальнейшего. Ибо горные лыжи сконструированы удивительно логично, и эта логика в принципе одинакова что для новичков, что для чемпионов. А суть её в одном-единственном правиле: самый простой и надёжный поворот всегда выполняется только на одной лыже! Той, которая внешняя. То есть влево - на правой лыже, а вправо - на левой. А вторая лыжа при этом просто присутствует.

Стоп! Мы давненько убедились в том, что при первом занятии большинство мужчин и абсолютно все женщины начисто забывают, где находится правая лыжа, а где левая. Поэтому в дополнение к сказанному в предыдущем абзаце хотим посоветовать вот что: представь себе, что ты отгораживаешься лыжей от того места, куда не хочешь ехать. Не хочешь направо - отгораживайся правой лыжей. Не хочешь влево - левой. И всё будет путём. А чтобы это было легче осуществить, ноги поставь шире плеч, носки лыж сведи вместе, а пятки растопырь как можно шире. И всё время не давай им сходиться.

Для начала давай проедем по склону наискосок. Обрати внимание: как только грузишь верхнюю лыжу, так начинаешь заворачивать вниз, и движение ускоряется. Перенеси вес тела на нижнюю лыжу - начнёшь заворачивать вверх и остановишься, потому что лыжи ездить вверх не умеют. Это называется «поворот к склону». Поезди так туда-сюда до полной остановки. Разворачиваться между этими поездками можно стоя на месте. А если страшновато - хоть лёжа. Да какие тут шутки!.. Хочешь научиться кататься - никого и ничего не стесняйся на склоне. И не комплексуй! Никто по-другому катанию не учился. Через эту фазу прошли все. Понял?

Стоп! Халтуришь! Обычная ошибка начинающих: тебе, чтобы не укатиться вниз, надо давить на снег нижней лыжей. А ты висишь на верхней, и она норовит завернуть тебя как раз туда, куда ты не хочешь. Эй! Куда тебя понесло? Стой! Стой! Падай!!! Э-э-э... Да разве ж можно

на задницу плюхаться?! Оно, конечно, на первый взгляд, вроде бы даже логично. Ведь «мускулос глутеус максимус» - самое мягкое место у человека. Но после падения на этот мускулос лыжник становится абсолютно неуправляем. А его лыжи, задрав носы, устремляются вниз со страшным ускорением.

Дальше выбор небогатый. Либо лыжи разойдутся в стороны, и тогда дело может обернуться травмами суставов или паха, либо лыжи дружноенько воткнутся в первое встретившееся препятствие. Да так, что травма паха покажется благодатью... Ну ладно, давай успокоимся. Отряхнём снег с попочки, высморкаемся... и повторим упражнение. А падать, если уж приспичит, надо только на бок. Ну-ка, порепетируем! Стоп! После падения никогда не торопись вскакивать как попало. Разберишься с лыжами, перебрось их вниз, положи горизонтально - чтобы не покатались без твоего желания ни вперёд, ни назад. Обопришь на обе палки и вставай. Молодец!

Ну что же, если это начало получаться, давай попробуем «поворот от склона». Первый раз его желательнее сделать на минимальном уклоне и в широком месте. Послушай внимательно: для того, чтобы начать такой поворот, надо упереться в снег верхней лыжей. Мой инструкторский опыт говорит, что первая фаза - вход в поворот - получается почти у всех. То есть верхняя лыжа реагирует правильно и начинает движение по дуге. Самый ответственный момент наступает тогда, когда носок этой лыжи нацелится строго вниз. Ещё миг - и она, продолжая поворот, пойдёт на торможение. Поверь, она сделает это! К сожалению, большинство новичков талантливо делают всё, чтобы помешать умным лыжам. Типичная ошибка заключается в том, что лыжник, испугавшись возросшей скорости, прекращает давить на нужную (внешнюю!) лыжу и пытается «спастись», срочно переваливаясь на внутреннюю. А уж та послушно устремляет бедолагу прямоком в бездну...

Что можно сказать на этот счёт? «Поворот от склона» - это водораздел, по одну сторону которого оказываются счастливицы, а по другую те, кому ни в жизнь не услышать желанное: «Здорово, чайник!». Поэтому бери себя в руки и железно верь, что внешняя лыжа обязательно закончит дугу!

Некоторые эстеты ворчат, что мы учим своих друзей по слишком примитивной методике. Мол, кто же в наше время поворачивает «плугом»? Но какой же это плуг? При плуге лыжи гребут снег поперёк себя, а твоя наружная лыжа покатила почти по чистой дуге! Точно так же она катится и у мастера спорта. Только всё остальное у тебя пока телепается, извинаясь, как у раздолбанного «Запорожца». Но движение опорной лыжи у тебя уже правильное! А прочее - вопрос только времени. Катайся, катайся и катайся! И если будешь делать это с умом и без преждевременного лихачества, то всякие ненужные движения сами собой куда-то исчезнут...

Ясное дело, что одним поворотом на нашей Горе не обойдёшься. Как только поймёшь, что первый поворот свершился и движение замедляется почти до полной остановки, опять выставляй впереди себя верхнюю ногу и начни упираться ею в снег, перенеси на неё всю тяжесть своего тела. И опять - она пойдёт в поворот, а ты стой на ней до полного гашения скорости! При среднестатистической смелости и ловкости уже в первый день занятий ты освоишь это изумительное переваливание с ноги на ногу, сопровождающееся спокойным и плавным изменением направления движения... и потянешь инструктора к канатно-буксировочной дорожке. Но мы бы всё-таки посоветовали отложить знакомство с нею на следующий день. А вечером поштудируем «Правила горнолыжного движения». Без них тут кататься весьма чревато...

Виктор КИРИЧЕНКО

в соавторстве
с Татьяной ХЛЕБЦЕВИЧ
(продолжение следует)

(фото из архива семьи Кириченко)

Современные подходы к вакцинопрофилактике

Полиомиелит - это инфекционная болезнь, поражающая нервную систему, которая способна вызвать паралич и летальный исход.

В группе риска дети до 10 лет, причём 60-80% случаев заболевания приходится на ребят старше в возрасте до четырёх лет. В одном из 200 случаев инфицирования развивается необратимый паралич (обычно нижних конечностей), 5-10% из числа таких пациентов умирают из-за наступившего паралича дыхательных мышц.

Источником инфекции является больной человек или бессимптомный носитель. Пути передачи - бытовой, водный, пищевой. Инкубационный период продолжается в среднем 5-12 дней.

В начале заболевания симптомы полиомиелита могут быть схожи с симптомами гриппа: лихорадка, головная боль, рвота, усталость, боли в конечностях, ригидность мышц шеи. Далее развивается паралич - самый тяжёлый симптом, связанный с полиомиелитом.

Полиомиелит неизлечим, но его можно предотвратить. Снижения заболеваемости полиомиелитом удалось достичь после введения массовой имму-

низации против этой инфекции во всём мире. Сохраняется риск завоза из неблагополучных территорий, поэтому прививку против полиомиелита должен получить каждый ребёнок.

Профилактические прививки против полиомиелита проводятся детям, не имеющим медицинских противопоказаний, в соответствии с Национальным календарём профилактических прививок. Существует два типа вакцины: живая полиомиелитная вакцина - ОПВ (применяемая через рот) и инактивированная полиомиелитная вакцина - ИПВ. Вакцинация проводится детям с трёхмесячного возраста и состоит из трёх прививок с интервалом в 1,5 месяца. Первая ревакцинация проводится в 18 месяцев (или через год после завершения вакцинации), вторая ревакцинация - в 20 месяцев, третья - в 14 лет. Эффективность прививки высокая: более 95% детей являются защищёнными уже после первой вакцинации.

Реакция на вакцинацию практически отсутствует. В крайне редких случаях возможно временное повышение температуры тела на 5-14 день после прививки. Риск, связанный с побочным действием вакцины, в десятки тысяч раз меньше риска заболевания полиомиелитом.

Факторы риска развития остеопороза

Ежегодно 20 октября отмечается Всемирный день борьбы с остеопорозом.

Остеопороз - метаболическое заболевание скелета, характеризующееся снижением костной массы, нарушением плотности и качества костной ткани и, как следствие, переломами при минимальной травме.

В России среди лиц в возрасте 50 лет и старше остеопороз выявляется у 34% женщин и 27% мужчин. Частота остеопороза увеличивается с возрастом. В целом остеопорозом страдают около 14 млн человек и ещё 20 млн людей имеют снижение минеральной плотности кости.

Одно из самых известных последствий остеопороза - перелом шейки бедра (высокая смертность, инвалидность). Безусловно, в данном случае, как и при любом переломе, очень многое зависит от обстоятельств, при которых была получена травма. Здесь играет роль многое: сама причина травмы (удар, падение), сила травмирующего фактора, состояние и тонус мышечных тканей, ну и, конечно, прочность костных тканей. Последний из обозначенных факторов указывает на то, что перелом шейки бедра, да и другие переломы чаще проис-

ходят у людей пожилого возраста: чем старше человек, тем больше вероятность травмы.

Есть две основных группы факторов, оказывающих влияние на развитие остеопороза у человека: неуправляемые (естественные процессы старения организма, генетическая предрасположенность, причём больше к ней склонны женщины в ранний постменопаузальный период вследствие резких гормональных изменений в организме; приём определённых медикаментозных препаратов; долгая иммобилизация конечностей, а также ряд эндокринных заболеваний). Ко второй группе относят нарушение и несбалансированность питания, низкую массу тела и недостаточную физическую активность.

Важно! Соль, курение, алкоголь и кофеин приводят к вымыванию кальция и ряда других важных веществ. Их нужно свести к абсолютному минимуму.

Профилактика патологии должна начинаться с юности и длиться всю жизнь. Она заключается в полноценном питании, употреблении пищи, богатой кальцием, занятиям посильной физической активностью, ограничении употребления спиртных напитков, кофе и курения.

Употребляйте в пищу



продукты, богатые кальцием: молочные (сыр, творог, молоко), рыбу (сардины, лосось, форель), зелёные овощи (капуста, шпинат, брокколи, зелёный горошек), орехи (миндаль), семена кунжута, фрукты (финики, чернослив, апельсины).

Любимому возрасту нужно вовремя выявлять факторы риска остеопороза и, если нужно, принимать добавки с кальцием, витамин Д. Помимо прогулки под неярким солнцем важно включать добавки из пищевых источников витамина Д - это яичные желтки, печень трески, жирная рыба, обогащённое молоко. Необходимо включить в рацион источники витаминов А, С, К, а также группы В и фолиевую кислоту.

Софья КОЛЯЧКИНА, врач по медицинской профилактике ГКУЗ РХ «Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики» (фото ru.freepik.com)

Правила здоровых глаз

Хорошее зрение - мечта любого человека. К сожалению, в нашем окружении много факторов, которые негативно влияют на зрительную функцию (работа с компьютером, чтение в некомфортных местах, запущенные патологические процессы). Они способствуют ухудшению зрения и появлению серьёзных офтальмологических заболеваний.

Сохранению зрения в нормальном состоянии поможет регулярная профилактика заболеваний органов зрения. Её основа - правильный образ жизни. Работая с гаджетами, соблюдайте необходимое расстояние от уровня глаз (30-40 см) до монитора компьютера, планшета, сотового телефона и так далее. При длительной работе с гаджетами важно делать перерывы по 15 минут каждый час.

Оптимальная поза при чтении книг - это положение тела сидя, а расстояние наилучшего зрения должно быть равно 30 см от уровня глаз до поверхности страниц.

Смотреть телепередачи рекомендуется не более трёх часов подряд. Чем дальше телевизор расположен от уровня глаз, тем меньше нарушается зрительная функция.

Негативно воздействует на слизистую глаза никотиновый дым, который вызывает развитие офтальмологических заболеваний. Снижает остроту зрения и алкоголь.

Правильный уход за глазами - своевременное очищение и увлажнение слизистой. При ношении линз или очков необ-



ходимо всегда следить за чистотой и целостностью средств для коррекции зрения.

Обеспечьте организм правильным и полноценным питанием, наполненным минеральным и витаминизированным комплексом. Витамин А - регулятор зрительной функции. Он содержится в абрикосах, свежей и отварной моркови, авокадо, болгарском сладком перце. Витамин С отвечает за защиту кровеносных сосудов. В большом объёме он имеется в свежих ягодах черники, смородины. Витамин Е - активный антиоксидант, который защищает зрительный аппарат от образования злокачественной опухоли, предотвращает процесс преждевременного старения структуры органов зрения. Содержится в злаковых пророщенных культурах, любых орехах.

Для профилактики всех глазных заболеваний полезно употреблять продукты, содержащие минеральные вещества -

это цинк, кальций, магний, сера, медь, натрий.

Гимнастику для глаз рекомендуется выполнять ежедневно по два-три раза в течение суток. Если глаза перенапряжены и устали, то гимнастика поможет эффективно снять дискомфорт с органов зрения.

Пассивный отдых - отличная профилактика нарушения зрения. После выполнения монотонной работы рекомендовано на пару минут прикрыть веки, расслабиться и подумать о чём-то приятном - это поможет восстановить активность зрительной функции и улучшить кровоснабжение сосудов, что положительно повлияет на остроту зрения.

Тамара КРЫЛЫСОВА,
врач-методист
ГКУЗ РХ «Республиканский
центр общественного
здоровья и медицинской
профилактики»
(фото ru.freepik.com)

Ознакомьтесь

Следует знать

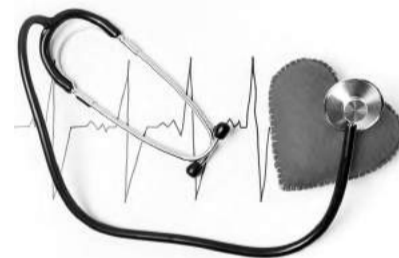
Первая помощь при остром инфаркте миокарда

Инфаркт миокарда - это некроз участка мышцы сердца в результате нарушения кровоснабжения определённой области.

Классическое начало инфаркта миокарда - боль за грудной сжимающего или давящего характера, интенсивная, продолжительная и не снимается после приёма нитроглицерина. Может отдавать в левую руку, лопатку, ключицу и нижнюю челюсть. Сопровождается слабостью, холодным потом. Как правило, боль возникает при физической нагрузке или стрессе, но в отличие от приступа стенокардии она не проходит после исчезновения стрессового фактора.

Факторы риска развития инфаркта: курение, повышенный уровень холестерина более 5 ммоль/л, артериальное давление, сахарный диабет, низкая физическая активность, постоянный эмоциональный стресс, ожирение, злоупотребление алкоголем, генетическая предрасположенность.

При возникновении боли в области сердца немедленно прекратите работу, расслабьтесь, удобно сядьте в кресло или на диван, расстегните ворот рубашки, чтобы обеспечить доступ воздуха. Примите таблетку нитроглицерина под язык или используйте спрей («Изокет»). Приём нитроглицерина можно повторять два и даже три раза с интервалом в пять минут. Каждые пять минут по возможности измеряйте артериальное давление и частоту пульса. Если систолическое артериальное давление ниже 100 мм рт.ст., то



очередной приём нитроглицерина пропустить. Необходимо срочно вызвать бригаду скорой медицинской помощи, успокоиться и ждать их приезда.

Для профилактики развития острого инфаркта миокарда контролируйте артериальное давление (норма для взрослого человека - 120/80 мм рт.ст.). Уровень сахара в крови не должен превышать 6,0 ммоль/л.

Откажитесь от курения. Никотин вызывает спазм сосудов - в том числе и тех, что питают сердце. Откажитесь от алкогольных напитков. Исключите из рациона жирное мясо, солёные, копчёные продукты. Отдайте предпочтение овощам, фруктам, зелени, нежирному мясу домашних птиц, рыбе, орехам, крупам, растительным маслам. Контролируйте массу тела, будьте физически активными, избегайте стрессов или научитесь справляться с ними. Регулярно проходите диспансеризацию и медицинские осмотры.

Лариса ЛЕБЕДЕВА,
врач-методист ГКУЗ РХ
«Республиканский центр
общественного здоровья
и медицинской профилактики»
(фото ru.freepik.com)

Как подготовить печи к холодам

Для устранения пожарной опасности рекомендовано принять ключевые меры в доме:

- не допускать топки неисправных печей. С осени по весну дымоход необходимо чистить не менее раза в месяц;
- проводить своевременный ремонт печи (исправить все прогоревшие места, заделайте трещины, укрепите расшатавшиеся печные приборы);
- перед топкой необходимо обязательно настелить несгораемый лист размером 50x70 см, чтобы случайно выпавшие угли не спровоцировали пожар;
- подготовить место для золы и шлака, которое должно располагаться не менее 15-ти метров от зданий и сооружений;
- не оставлять топящуюся печь без надзора и на попечение детям;
- не хранить вблизи печи дрова, бумагу, мусор и другие легковозгораемые предметы; не сушить на печи одежду и обувь.

При пожаре незамедлительно звоните по номеру «101».

101 рекомендует

Управление по делам ГО и ЧС Администрации МО г. Саяногорск

Довёз курьера прямиком в полицию

Саяногорский студент, забирая у очередной старушки деньги, чтобы перевести мошенникам и заработать на чужом несчастье, не задумывался, что рано или поздно его преступной деятельности настанет конец.

Получив по телефону наставления от аферистов, 18-летний парень вызвал такси для поездки в соседнее село. По указанному адресу пробыл недолго,

вышел оттуда со свёртком в руках и сказал ехать обратно в Саяногорск.

Именно это и насторожило таксиста. Задав парню несколько вопросов, он понял, что везёт курьера от мошенников, и принял единственно верное решение - подъехал прямо к отделу городской полиции. Однако злоумышленник, инструктируемый аферистами, выскочил из машины и убежал.

Долго бегать не пришлось, его задержали сотрудники уголовного розыска

ОМВД России по г. Саяногорску совместно с коллегами из отделения МВД России по Бейскому району. В настоящее время известно о четырёх эпизодах преступной деятельности обвиняемого. Его жертвами стали пенсионеры из Саяногорска, Майны и села Новоенисейка. Общая сумма причинённого ущерба составила более 600 тысяч рублей.

По факту мошенничества заведено уголовное дело, молодой человек находится под арестом.

Вот это правильно!

Проштрафились

Охрана труда подвела

Прокуратура провела проверку одного из городских учреждений на предмет исполнения требований трудового законодательства.



Установлено, что работник, который занимал должность младшего воспитателя, получил тяжёлую производственную травму.

В нарушение требований законодательства в сфере охраны труда с работником не проводились обучение и проверка знаний по охране труда, что послужило причиной несчастного случая. Кроме того, извещение о произошедшем направлено в прокуратуру города Саяногорска спустя пять дней после случившегося.

Ввиду выявленных нарушений директором прокуратурой города внесено представление, которое рассмотрено, должностное лицо привлечено к дисциплинарной ответственности.

По постановлению прокурора к административной ответственности за допуск работника к исполнению им трудовых обязанностей без прохождения в установленном порядке обучения и проверки знаний требований охраны труда должностному лицу назначен штраф в размере 15 000 рублей, юридическому лицу вынесено предупреждение.

Пресс-служба прокуратуры города

Бросил монетку в колодец желаний

Подобно Буратино, закопавшему золотые монеты на поле чудес, саяногорцы готовы вкладывать крупные суммы, ожидая лёгкую и быструю прибыль.

Так, 21-летний саяногорец, ища дополнительный заработок, зарегистрировался в Интернете на биржевой платформе, которая предлагала приличный доход от

инвестиций. Вложив 30 тысяч рублей, горожанин получил дивиденды и твёрдо уверовал, что платформа работает.

Менеджер, с которым он общался, обещал: чем больше взнос, тем выше доход. Саяногорец оформил кредит и внёс ещё 900 тысяч. Увидев, как кривая прибыли поползла вверх, он захотел вывести деньги, однако сделать этого не смог. Оказалось, что для этого необходи-

мо оплатить страховку в сумме 440 тысяч рублей, после чего средства вернутся на карту с процентами.

«Страховку» молодой биржевой игрок оплатил, но денег не дождался и обратился с заявлением в полицию.

Установлено, что номера, с которых звонили «менеджеры», зарегистрированы на Кипре. По факту мошенничества возбуждено уголовное дело.

Наивный

Банк спас от кредитной кабалы

На телефон 62-летнему мужчине позвонил «сотрудник банка» и ошарашил тем, что кто-то пытается оформить на его имя кредит на крупную сумму.

Далее доброжелательный голос посоветовал, что нужно сделать, чтобы

опередить мошенников. Ему предложили самому взять кредит и перевести средства на зеркальный счёт, уверив, что эти действия уберегут мужчину от потери денег.

Забыв о профилактических беседах с полицейскими, которые проводили с ним лично в рамках поквартальных обходов, а также на предприятии, где

он работает, саяногорец оформил кредит. Следуя рекомендациям афериста, мужчина попытался снять всю сумму, но банк заблокировал подозрительную операцию.

Осознав, что чуть не стал жертвой мошенников, он написал заявление в полицию. К слову, саяногорец мог лишиться 322 тысяч заёмных денег.

Шаг до беды

Под покровом ночи вершил злодеяние

Сотрудники уголовного розыска ОМВД России по г. Саяногорску по горячим следам раскрыли кражу.

В полицию обратился 27-летний горожанин с заявлением о хищении

из гаража различного инструмента и проводов. Ущерб собственник оценил в 22 тысячи рублей.

Полицейские установили, что в гараж проник ранее судимый, неработающий 39-летний житель города. Ночью он взломал замок, отогнул дверь и похи-

тил чужое имущество. Инструменты, которые посчитал ненужными, выкинул, а что-то оставил себе. Провода обжёл и сдал в пункт приёма металла. Вырученные деньги потратил.

Рецдивисту грозит лишение свободы сроком до пяти лет.

Кража

Чужое добро ребром выпрет

Забывчивому горожанину барсетку с документами и деньгами вернули полицейские.

На автобусной остановке 73-летний саяногорец случайно оставил сумочку,

в которой были документы и 15 000 рублей. Обнаружив пропажу, он написал заявление в полицию.

Правоохранители установили, что на сумочку польстился 44-летний житель деревни Будёновка Бейского района.

Полицейские изъяли у него документы пенсионера и 10 000 рублей, пять тысяч он успел потратить на себя.

Любителю погулять за чужой счёт грозит до пяти лет лишения свободы.

Подмечено

Мошенники на выдумку горазды

Жительница Саяногорска, не подозревая, что аккаунт её мужа взломали, перевела 23 тысячи злоумышленникам.

Ей пришло сообщение в соцсети «ВКонтакте» от супруга, который находится в командировке, в кото-

ром он попросил перевести денежные средства и указал номер карты. Так как связь с мужем она осуществляет только посредством сети Интернет и редко, просьба её не насторожила. Через некоторое время ей позвонили родственники и сообщили, что им приходят сообщения от имени её мужа

с просьбой одолжить крупную сумму.

Поняв, что аккаунт мужа взломали, а от его имени действуют мошенники, она предупредила об этом родных и знакомых, после чего обратилась в полицию.

Возбуждено уголовное дело. Ведётся следствие.

Да уж...

Знакомство с криминальным душком

Для молодого саяногорца знакомство с девушкой обернулось уголовным делом.

Житель села Бея обратился в районную полицию с заявлением о том, что мошенники обманули его 80-летнюю маму под предлогом «ваш родственник попал в ДТП» и забрали

с курьером 80 тысяч рублей.

Оперативники уголовного розыска отделения МВД России по Бейскому району установили, что к совершению преступления причастен 19-летний саяногорец. Парня задержали. Сотрудникам полиции он пояснил, что в мессенджере «Телеграм» познакомился с девушкой, которая предложила

ему подзаработать курьером. Зная, что бизнес незаконный, молодой человек не отказался от лёгких денег. Жертвами злоумышленника стали две пенсионерки из Беи и Саяногорска

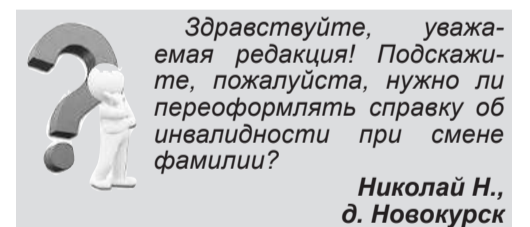
Следственным подразделением в отношении посыльного мошенников возбуждено уголовное дело, ему грозит лишение свободы на срок до пяти лет.

Нравы

Светлана СОЛОМЕИНА, специалист по связям со СМИ ОМВД России по г. Саяногорску

Спрашивали? Отвечаем

Поменял фамилию, обнови документы



Здравствуйте, уважаемая редакция! Подскажите, пожалуйста, нужно ли переоформлять справку об инвалидности при смене фамилии?

Николай Н., д. Новокурск

Уважаемый Николай, на ваш вопрос разъяснение даёт старший помощник прокурора Бейского района Н.Ю. Костина:

- Без справки об инвалидности нельзя оформить повышенную пенсию, дополнительные социальные выплаты и пользоваться многими льготами. Кроме того, для каждого человека с инвалидностью устанавливается индивидуальная программа реабилитации или абилитации (ИПРА). Она тоже представляет собой документ.

Если вы сменили фамилию, справку и ИПРА тоже нужно поменять. Для этого подайте заявление о замене документа. Как это сделать? Лично в бюро медико-социальной экспертизы по месту жительства (новая ИПРА выдаётся только по заявлению в бюро МСЭ) или онлайн на портале Госуслуг.

К заявлению приложите старую справку, новый паспорт, документ, подтверждающий смену фамилии (например, свидетельство о заключении брака).

Повторную экспертизу по установлению инвалидности проходить не нужно.

Поздравляем

Совет депутатов муниципального образования город Саяногорск поздравляет с Днём рождения Анатолия Потаповича Глазырина и Владимира Викторовича Павлова!

От всей души желаем крепкого здоровья, неиссякаемой энергии, благополучия. Пусть вам всегда сопутствуют удача, понимание и поддержка в кругу родных, близких и друзей!

В.В. Ситников,
Председатель Совета депутатов МО город Саяногорск

Двадцать девятого октября отмечается 105-я годовщина ВЛКСМ. Дорогие комсомольцы, примите искренние поздравления и слова сердечной благодарности!

Комсомол - эпоха великих свершений и дел! Все масштабные стройки страны проходили при участии комсомольской молодёжи. Горячо откликаясь на зов Родины, комсомольцы во всём были первыми: шли в бой, осваивали целину, прокладывали дороги, строили города. И наш любимый Саяногорск построен благодаря Всесоюзным ударным комсомольским стройкам: Саяно-Шушенской ГЭС и Саянского алюминиевого завода.

По всем городам и тысячам сёл
Трубите, ветры осенние:
Слава тебе, родной комсомол,
В день твоего рождения!

Н.К. Харламова,
председатель совета ветеранов Красноярскгэсстрой

Совет ветеранов и пенсионеров здравоохранения города Саяногорска поздравляет с 85-летием Светлану Викторовну Осипову; с 75-летием Валентину Георгиевну Осипенко, Тамару Ивановну Ивченко; с 70-летним юбилеем Ольгу Андреевну Долгову!

Не беда, что года пролетают стрелой,
Не беда, что ушли не спросившись порой.
Лишь бы сердце в груди билось в ритме всегда,
А душа бы была молодой!

С.В. Бронникова, председатель

Коллектив клуба «Непоседы» поздравляет с юбилеем Любовь Петровну Заборскую!

В этот день мы от души желаем
Всех благ земных и добра!
С юбилеем сердечно поздравляем,
Счастья, радости, здоровья и тепла!

Н.А. Айкина, руководитель

Клуб «Мудрость» поздравляет с юбилеем Тамару Николаевну Мошевитину!

Юбилей превосходная дата,
Пожелания она принесла:
Процветания, счастья, достатка,
От любимых улыбок тепла!
Пусть удачи ещё больше будет,
А душа молодая поёт,
И встречаются добрые люди,
Впереди только лучшее ждёт!

А.В. Стёпина, руководитель

Благодарим

Хвала друзьям и соратникам!

От лица всех участников клуба «Мария» выражаю сердечную признательность библиотекарям Саяногорской централизованной системы Ирине Александровне Венгеровой, Галине Петровне Чумак и Ларисе Николаевне Никонович за подборку материалов и проведение презентации в честь 20-летия клуба, Олегу Владимировичу Чунчелю за оказание спонсорской помощи, Сергею Алексеевичу Ряшенцеву за оказание помощи в проведении праздника, а также куратору клубных формирований Общественной палаты МО г. Саяногорск Людмиле Сергеевне Кухаревой за неоценимую помощь в организации и проведении юбилейного вечера.

Благодарим единомышленников по клубу - отзывчивых людей с большим добрым сердцем и активной жизненной позицией: Анну Александровну Семейкину, Людмилу Дмитриевну Шелехову, Нину Ивановну Воронину, Екатерину Семёновну Басову, Валентину Алексеевну Скольникова, Валентину Григорьевну Екимову, Веру Николаевну Чайкину, Нину Васильевну Бакулину, Майю Ивановну Лепихину, Людмилу Александровну Федоренко, Алексея Николаевича Адова и Александра Яковлевича Попова.

Друзья, желаем вам и вашим близким здоровья и благополучия на долгие годы!

Галина МИТРОФАНОВА,
руководитель клуба «Мария»

Реализуем уголь

Черногорский, Балахтинский, Чалпанский
(продажа через весы)



ул. Индустриальная, 23щ
(около столовой «КрасноярскГЭСстрой»)

Реклама

Возможен наличный и безналичный расчёт.

8-923-594-0493, 8-983-191-1011

График приёма граждан депутатами Совета депутатов МО г. Саяногорск в Местной общественной приёмной (г. Саяногорск, Советский м-он, д. 41, офис «Единой России»)

Фамилия, имя, отчество депутата	Дата приёма
Бурлюк Галина Николаевна	26 октября

Время приёма: с 18.00 до 19.00.
Запись по телефону: 8-923-398-7439.

Подписка-2024

Продолжается подписка на газету «Саянские ведомости» на первое полугодие 2024 года

По желанию заказчика редакция готова разместить не только рекламные модули, но и подготовить рекламную информацию, статью, интервью. На страницах газеты можно дать объявления частного характера: о вакансиях, поздравления, соболезнования, а также на тему «КУПЛЮ-ПРОДАМ».

Стоимость подписки с доставкой на дом - 230 руб.

Стоимость подписки с получением в редакции - 200 руб.

Приложение к газете «Саянские ведомости» (документы администрации МО г. Саяногорск, ДАГН, решения Совета депутатов МО г. Саяногорск и пр.) - 130 руб.

Подписаться на газету можно в редакции по адресу: Заводской м-он, дом № 31, либо у почтальонов редакции, телефон: 6-09-10.

Реклама

Объявления

у собственника за наличные.
Т. 8-983-378-9040

КВАРТИРЫ

ПРОДАМ

3-комнатную квартиру в посёлке Майна (ул. Дивногорская, 6), 2-й этаж, 50 кв. м, рядом с домом ж/б гараж. Т. 4-26-11

1-комнатную квартиру, 7 м-он, окна + балкон ПВХ. Т. 8-983-378-9040

1-комнатную квартиру ГЭС, 3-й этаж, с балконом (застеклён). Т. 8-983-378-9040

1-комнатную квартиру улучшенной планировки, 10 м-он, 1-й этаж, с балконом (застеклён). Т. 8-983-378-9040

3-комнатную квартиру ГЭС, 5 м-он, 5-й этаж, окна + балкон ПВХ. Т. 8-983-378-9040

3-комнатную квартиру ГЭС, 5 м-он, 1-й этаж, окна + балкон ПВХ. Т. 8-983-378-9040

4-комнатную квартиру улучшенной планировки, 10 м-он, 7-й этаж, ремонт. Т. 8-983-378-9040

КУПЛЮ

1,2-комнатную квартиру в посёлке Майна, в центре, за наличные. Т. 8-983-378-9040

2,3-комнатную квартиру

СДАМ

2-комнатную квартиру 9-4, 2-й этаж, собственник. Т. 8-983-370-3536

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАМ

дачу в Большом Караке, 6 соток, летний дом 24 кв. м, плодоносящий сад - 220 т.р., собственник. Т. 8-916-393-9443, Сергей

участок ИЖС 2-я очередь Ай-Дая, улица Тенистая, контейнер, ёмкость, трубы, сад. Т. 8-913-545-8797

дачу хорошую, общество «Ветеран», 6 соток, дом, сад. Т. 8-953-258-5611

участок земельный в д. Калы, ИЖС, 20 соток, улица Садовая. Т. 8-953-258-5611

гараж, район 5-й столовой (Южный м-он), свет, смотровая яма. Т. 8-913-442-6413

дом в посёлке Майна, ул. Репина, 3 комнаты + кухня, благоустроенный. Т. 8-983-378-9040

КУПЛЮ

гараж в посёлке Майна по ул. Короленко. Т. 8-913-547-6426

Внимание

Департамент архитектуры, градостроительства и недвижимости города Саяногорска напоминает о необходимости своевременной оплаты за аренду земельных участков за 2023 год по условиям договоров аренды.

За информацией обращаться в ДАГН г. Саяногорска с 8.00 до 17.00 по адресу: Заводской микрорайон, д. 58, кабинеты №№ 7, 8. Телефоны для справок: 6-45-14, 6-04-07.

Осенний призыв

В период призыва до 31 декабря (понедельник - пятница с 8.00 до 17.00) приём устных и письменных обращений по вопросам, связанным с призывом на военную службу, проводится по адресу военного комиссариата города Саяногорска и Бейского района Республики Хакасия: г. Саяногорск, ул. Дорожная, д. 5, а также работает «горячая линия» по номеру телефона: 8 (39042) 5-02-11.

Обращения принимают и на звонки отвечают военный комиссар Владимир Николаевич Журавлев, начальник отделения подготовки и призыва граждан на военную службу Анатолий Александрович Глазунов, старший помощник военного комиссара (по правовой работе) Виталий Георгиевич Парфентьев, старший помощник начальника отделения подготовки и призыва граждан на военную службу Александр Владимирович Александров.

Реклама

РИТУАЛ-СЕРВИС

Вам стоит позвонить нам, и Ваши заботы лягут на наши плечи!

Полный перечень ритуально-похоронных услуг. Участникам и инвалидам Великой Отечественной войны, ветеранам военной службы МО, МВД, МЧС гарантированный перечень ритуальных услуг БЕСПЛАТНО

Время работы: г. Саяногорск, ул. Metallургов, 2и
Пн-Пт: 8.00 - 16.00 тел.: 7-87-66
Сб-Вс: 9.00 - 16.00 Офис: 8-923-214-0298, 8-983-196-7310

ПРОЧЕЕ

ПРОДАМ

пуховик женский, раз. 46; куртку женскую удлиненную (осень-весна), раз. 44-46; меховые воротники - всё недорого. Т. 8-913-053-8771

в связи с отъездом продам много вещей, мебели, стройматериала. Т. 8-923-595-0447

инвалидное кресло, производство Германия. Т. 8-983-194-8882

пару шуб (норка), раз. 48, 50; дубленку крытую мужскую, раз. 52, недорого. Т. 2-17-54

ОТДАМ

отдам бесплатно приставку караоке к телевизору. Т. 8-983-370-3443

ЖИВОТНЫЕ

ОТДАМ

отдам в добрые руки котика, 1,5 мес., окрас голубой, к лотку приучен. Т. 8-983-273-368

РАЗНОЕ

ищу женщину для совместного проживания, мне 65 лет. Т. 8-923-595-0447

ищу компаньона/ку. Т. 8-983-263-5645

Продам гараж в черте города: 3-уровневый, свет, отопление. Т. 8-913-544-2314

Реклама **Грузоперевозки.**
Т. 8-983-256-0053

КУПЛЮ

электродвигатели,
кабели,
трансформаторы,
сварочный аппарат,
редукторы,
свёрла

Т. 8-923-214-0299,
Николай



Реклама

В любом количестве

К сведению

Департамент архитектуры, градостроительства и недвижимости города Саяногорска приобретает жилые помещения (в виде квартиры) площадью не менее 20 кв. м и не более 40 кв. м.

Жилое помещение должно быть благоустроенное, без самовольной перепланировки и переустройства, отвечающее требованиям технического и сантехнического состояния, не требующего ремонта. В жилом помещении должно быть наличие кухни, коридора, санузла, ванной комнаты, наличие исправных приборов учёта потребления электроэнергии, холодной и горячей воды.

Информация размещена на официальном сайте www.zakupki.gov.ru. Справки по телефонам: 8 (39042) 6-45-51, 6-78-39.

В юридическую службу Администрации МО г. Саяногорск требуется главный специалист.
Обращаться по телефону: 2-18-55.

Саяногорская библиотечная система приглашает на работу главного инженера-программиста и ведущего библиографа. Телефон для справок: 6-09-11

Утерянный аттестат серия АН № 105031, выданный в 1983 году средней общеобразовательной школой № 1 города Саяногорска Томашовой Ирине Ивановне, считать недействительным

Продам мёд 2023 года - гречишный и разнотравье (таёжное, степное) со своей пасеки. Литр - 500 руб. В наличии имеется вся пчелопродукция. Т. 8-950-306-1523, 8-952-794-5109

КУПЛЮ

холодильники, стиральные машины, ванны, батареи, электродвигатели в неисправном состоянии, автомобили «Москвич», аккумуляторы, свинец, любой металлолом.
Реклама Т. 8-983-153-4980

ХАКАССКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ КРАЕВЕДЧЕСКИЙ МУЗЕЙ ИМ. Л.Р. КЫЗЛАСОВА

САЯНОГОРСКИЙ КРАЕВЕДЧЕСКИЙ МУЗЕЙ

ФОТОВЫСТАВКА 07-28/10

ПЕРВОЗДАННАЯ РОССИЯ

г. Саяногорск, Енисейский мкр., 31
Тел.: (39042) 6-06-90, 6-44-33

Реклама

ВОДИТЕЛЬ АВТОБУСА - ЭТО ГОРДОСТЬ АВТОХОЗЯЙСТВА СЕМЕНОВА

ПРЕМИЯ-ОТПУСКНЫЕ:

Первый год - 100 тыс. руб.

Второй год - 150 тыс. руб.

Зарплата в месяц в среднем 100 тыс. руб.

Если категории «Д» на автобус нет, то это не беда, у вас есть возможность обучиться.

Организация оплатит обучение в автошколе, если у вас есть категория «В» или «С».

Также при трудоустройстве налоги за вас оплачивает организация.

Работа в городе Абакане. Жильё предоставляется.

Телефоны: 8-983-191-3335, 21-33-35

Реклама

Департамент архитектуры градостроительства и недвижимости города Саяногорска (далее по тексту - ДАГН г. Саяногорска) информирует, что в соответствии со статьёй 69.1 Федерального закона от 13.07.2015 г. № 218-ФЗ «О государственной регистрации недвижимости», осуществляет мероприятия по выявлению правообладателей ранее учтённых объектов недвижимости - земельных участков, зданий, строений, сооружений, объектов незавершенного строительства, помещений, расположенных на территории муниципального образования город Саяногорск, в отношении которых права в Едином государственном реестре недвижимости не зарегистрированы.

Правообладатели ранее учтённых объектов недвижимости (их уполномоченные представители) либо иные лица, права и законные интересы которых могут быть затронуты, могут предоставить в ДАГН г. Саяногорска заявление об учёте прав на объект недвижимости.

К заявлению прилагаются (могут прилагаться) документы (копии документов), удостоверяющих личность заявителя, удостоверяющих личность правообладателя ранее учтённого объекта недвижимости, а также подтверждающие права на ранее учтённые объекты недвижимости и (или) имеющие значение при выявлении правообладателя ранее учтённого объекта недвижимости.

ДАГН информирует

В случае имеющихся сведений о правообладателях ранее учтённых объектов недвижимости, такие правообладатели и любые заинтересованные лица могут обратиться в ДАГН г. Саяногорска лично или направить на адрес электронной почты: dagn@sayan-adm.ru информацию о почтовом адресе и (или) адресе электронной почты правообладателя ранее учтённого объекта недвижимости для связи с ними.

При предоставлении заинтересованными лицами сведений о почтовом адресе и (или) адресе электронной почты в ДАГН г. Саяногорска одновременно должны быть представлены реквизиты документа, удостоверяющего личность, а также сведения о страховом номере индивидуального лицевого счёта в системе обязательного пенсионного страхования, если такой номер присвоен в установленном порядке.

По возникшим вопросам вы можете обратиться в ДАГН г. Саяногорска по адресу: 655603, Республика Хакасия, г. Саяногорск, Заводской микрорайон, дом 58, земельный отдел, кабинеты №№ 1, 5 (приёмные дни: вторник, среда с 10.00 до 12.00 и с 13.00 до 17.00), либо по телефонам: 8 (39042) 6-45-47, 6-79-76; отдел градостроительства, кабинеты №№ 4А, 6 (приёмные дни: вторник, среда с 8.00 до 12.00 и с 13.00 до 17.00), либо по телефонам: 8 (39042) 2-28-77, 2-37-88.

НОВОСИБИРСКИЙ МЕДЦЕНТР
«ИНСАЙТ»
ПОМОЩЬ ПРИ
ЗЛУПОТРЕБЛЕНИИ АЛКОГОЛЕМ
ТАБАКОКУРЕНИИ
ИЗБЫТОЧНОМ ВЕСЕ
в г. Саяногорске
18 ноября

Лиц. № ЛО-54-01-005284 от 05.02.2019 г. Реклама. ООО клиника "Инсайт" ОГРН 1025401913756. ИНН 5406022983, юр. адрес 630102, Новосибирская обл., г. Новосибирск, ул. Бориса Богаткова, 24-18б

www.clinica.nsk.ru **8-913-050-2838**
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

28 ОКТЯБРЯ
18:00

БОЛЬШОЙ КВАРТИРНИК-2
2023

16+

ПУШКИНСКАЯ КАРТА

КАВЕР-ГРУППА «АРТЕФАКТЫ»
«ПЛИТКА КАФЕЛЬ 3x3» «ИОН» «NO SMOKING»
ЦЕНА БИЛЕТА: 300-400 РУБ.

Реклама

ГАСТРОЛИ

Хакасского национального драматического театра им. А. М. Толанова

г. Саяногорск, ДК «Визит»

САБИР И САБИРА
МУЗЫКАЛЬНАЯ КОМЕДИЯ
16 ноября 18.30

САБИР И САБИРА

Кассы и вопросы: Сайт: www.hndt.ru
8 983 585 30 43 E-mail: hndt@r-19.ru

Купи билет О СПЕКТАКЛЕ

Реклама



Четверг 26 октября	Пятница 27 октября	Суббота 28 октября	Воскресенье 29 октября	Понедельник 30 октября	Вторник 31 октября	Среда 1 ноября
+12...+16 Пасмурно	+3...+4 Снегопад	0...+2 Небольшой снег	0...+1 Облачно с прояснениями	-1...0 Пасмурно	-1...-2 Снег	+3...+5 Пасмурно
Ночь: +8...+9	Ночь: -3...-1	Ночь: -7...-5	Ночь: -6...-5	Ночь: -3...-2	Ночь: -2...-1	Ночь: -1...-2

Прогноз синоптиков

Ноябрь зиме дорогу прокладывает

Средняя месячная температура воздуха ожидается около **-6°**, что на 1° больше средних многолетних значений.

Месячное количество осадков составит около 5 мм, что меньше среднего многолетнего количества.

Первая декада

Температура воздуха ночью в первой половине декады -1,-6°, днём 0,+5°, во второй половине декады понижение ночью до -12,-17°, днём до -4,-9°.

Небольшие осадки в

виде мокрого снега и снега ожидаются в большинстве дней декады.

Вторая декада

Ночью -5,-10°, днём 0,-5°, в конце декады понижение ночью до -12,-17°, днём до -5,-10°.

Небольшие осадки в виде мокрого снега и снега в отдельные дни декады.

Третья декада

Ночью -10,-15°, днём -2,-7°.

Слабый снег в отдельные дни декады.

Хакссский гидрометцентр

«Хорошие» и «плохие» дни ноября

Благоприятные дни: 1, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 26, 28-30

Неблагоприятные дни: 2, 3, 6, 9, 12, 13, 16-18, 23, 24 и 27

РУСАЛ ФЕСТИВАЛЬ #НАУКА

■ нейротехнологии
■ бионические роботы
■ виртуальная реальность
■ научные шоу

28 ОКТЯБРЯ

9:30 – 18:00

ДК ВИЗИТ

Заводской мкр., д. 6А

ВХОД СВОБОДНЫЙ 0+

РУСАЛ

ГОРОСКОП С 30 октября по 5 ноября



Овны

Неделя принесёт известия, которые помогут вам найти ответы на вопросы, вызывавшие немало споров. Вы определитесь с планами, решите, что сделаете сейчас, а что оставите на потом.



Тельцы

Неделя потребует настойчивости. Если вы проявите её, то добьётесь успеха даже там, где ситуация казалась почти безнадёжной. Иногда придётся рисковать, но интуиция обязательно подскажет, стоит ли это делать.



Близнецы

Некоторые Близнецы получат очень заманчивые деловые предложения, смогут упрочить свои позиции или подняться по карьерной лестнице. Но интересоваться вы будете не только собственными делами.



Раки

Эта неделя потребует терпения. Добиться успеха будет гораздо проще, если вы никуда не станете торопиться, не будете принимать решения на ходу, постараетесь обдумать каждый шаг.



Львы

Избегайте ложной скромности. Чем больше людей узнает о ваших успехах, тем лучше. Не уходите в тень: гораздо полезнее будет оставаться на виду. Кто-то вам, возможно, позавидует, но вредить едва ли станет.



Девы

Непросто будет собраться с мыслями в начале недели. Вы предпочли бы спокойно заниматься действительно важными делами, но это едва ли удастся. Всё время будет происходить что-то неожиданное.



Весы

Многие важные вопросы можно будет обсудить в неформальной обстановке, благодаря которой их решение найдётся быстро. В конце недели лучше избегать переутомления и стрессовых ситуаций.



Скорпионы

Вы не станете торопиться, будете настойчивы и обязательно доведёте начатое до конца. Заманчивые перспективы вскоре откроются перед Скорпионами, которые на этой неделе начнут учиться чему-то новому.



Стрельцы

Неделя будет очень благоприятной для общения. Хорошо пройдут и деловые, и личные встречи. Окружающих вы будете понимать без труда, быстро догадаетесь, чего они хотят на самом деле и о чём мечтают.



Козероги

Неделя будет плодотворной, подходящей для полезных дел. Трудности могут возникнуть, но не напугают вас, да и перед преградами, которые могут появиться на пути, вы не остановитесь.



Водолеи

Неделя будет благоприятной для делового общения. Вам с кем угодно удастся договориться. Возможно, что получится найти сильных союзников. Они охотно примут участие в осуществлении ваших самых масштабных планов.



Рыбы

Личные отношения не всегда будут складываться легко и ровно. Не исключены моменты недопонимания в общении с близкими. Влюблённые Рыбы порой будут особенно подозрительны, причём без всяких на то оснований.

Вид жирафов	Источник восточного света в комнате	Дочь королевской семьи	«Тихо» в музыке	Похвальба товара	Форма Италии на карте	Любимое дитя	Пустоватый щеголь	Государственный сбор
→		→	Литературный язык древней Индии	Медицинский работник	→			
Достоинство купюры	Положение розданных карт	→				Древняя книга	Рукоделие из узлов	Притягательная сила
→				Наследник предка	→			
Безбилетный пассажир	Реклама предстоящих зрелищ	9-я ступень гаммы	→	Миндальное молоко		Большая катапульта	→	
→			Туман из выхлопных примесей	→		Сильное физическое страдание	Огородное растение	Источник тепла в семье
Любитель махать юлаками	Домашний питомец		Вид грузового транспорта		Моряк	→		
→				Яркое эстрадное представление	→		Мужчина супер	→
Что обычно суют в чужие дела?			Куст у реки	→		Многолетний режим погоды	→	
Начало состязания				Река в Африке	→		Беззаботная жизнь	→

Макаме. Налог. Очар. Красота.
По вертикали: Очар. Анонс. Кот. Принцесса. ПIANO. Санскрит. Реклама. Оршад. Сапор. Чадо. Мука. Тора. Пикон. Тмин.
По горизонтали: Окляпи. Санитар. Расклад. Номинал. Потомок. Нона. Онагр. Заяц. Смор. Кар. Матрос. Боксёр. Шоу. Мано.
Ответы на сканворд:

Саянские ведомости

Городская газета

ИЗДАТЕЛЬ: муниципальное автономное учреждение муниципального образования г. Саяногорск "Редакция городской газеты "Саянские ведомости"

УЧРЕДИТЕЛЬ: Администрация МО г. Саяногорск (655600, Республика Хакасия, г. Саяногорск, Советский м-он, д. 1)

Телефоны редакции: главный редактор - 6-77-33; главный бухгалтер - 6-36-50; ответственный секретарь, корреспонденты - 6-09-10.

Главный редактор
Л.Ф. Шмакова

E-mail: Sayanskie@gmail.com Sayanskie@rambler.ru

АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ: 655603, Республика Хакасия, г. Саяногорск, Заводской м-он, д. 31

Газета зарегистрирована Министерством Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовой коммуникации Средне-Сибирского межрегионального территориального управления МПТР РФ 15 февраля 2002г. Регистрационный номер ПИ №16-0187

ПРИ ПЕРЕПЕЧАТКЕ ОБЯЗАТЕЛЬНА ССЫЛКА НА ГАЗЕТУ «САЯНСКИЕ ВЕДОМОСТИ»

Мнение авторов не всегда совпадает с мнением редакции. За всю рекламу, приведенную в номере, ответственность несет рекламодатель

Подписной индекс издания: 00003

Цена свободная

ОТПЕЧАТАНО в ООО «ИПП «Журналист» 655017, Республика Хакасия, г. Абакан, ул. Советская, 71

Заказ: 1468 Тираж: 3100