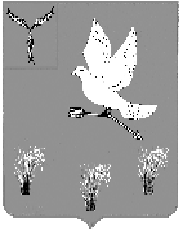


Михайловские Новости



№41 (954) 20 октября 2023 года (пятница)

Выходит с ноября 2004 года

Свободная цена

Владимир Путин назвал ситуацию в российской экономике устойчивой

Президент России Владимир Путин заявил, что ситуация в отечественной экономике устойчивая, он прогнозирует рост ВВП по итогам года около 3%.

«В России укрепляются базовые, фундаментальные условия для развития наших отношений (со странами СНГ). Я имею в виду прежде всего состояние российской экономики на сегодняшний день, надеюсь, так оно и будет, мы боремся за это, хотели бы, конечно, еще большего, но в целом ситуация у нас достаточно устойчивая», — сказал российский лидер на заседании глав государств СНГ в узком составе.

«В этом году будет близко к 3% роста ВВП», — отметил Путин.

Источник: ТАСС.

По информации Объясняем.РФ



АНОНС НОМЕРА



стр. 5



**События
недели**

стр. 6



**Культура
и искусство**

стр. 12



**Спортивные
новости**

Прокурор разъясняет

О защите персональных данных при их обработке

В связи с учащением случаев незаконного распространения персональных данных Роскомнадзором 08.08.2023 опубликованы рекомендации по их обработке.

В частности, ведомство советует операторам:

- минимизировать список персональных данных для сбора и обработки. Лучше использовать только те сведения, которые реально нужны;
- отдельно хранить личные сведения клиентов, работников, соискателей;
- не накапливать личную информацию на всякий случай и не формировать профили клиентов, если это не жизненно важно оператору;
- хранить идентификаторы человека (Ф.И.О., электронную почту, телефон, адрес) и данные о взаимодействии с ним (информацию об оказании услуг и продаже товаров, переписку, договоры и пр.) в базах данных, которые напрямую не связаны друг с другом.

Прокурор района советник юстиции А.С. Исаев

Объявление



Реализуем любой объект недвижимости. В краткие сроки. Минимальная комиссия.

Полное сопровождение сделки. Работаем с любыми сертификатами. В продаже имеются объекты недвижимости, расположенные в Краснопартизанском районе п. Горный.

Телефон: 89272250444

(Реклама)

Телепрограмма с 23 по 29 октября

Саратовская область: в стремлении к лидерству

Для расчистки областных дорог от снега подготовили почти 1000 единиц техники

Подготовка транспортно-дорожной отрасли к предстоящей зиме стала темой совещания, которое провел губернатор Роман Бусаргин.



Глава области обозначил вопросы, которым необходимо уделить пристальное внимание, чтобы минимизировать последствия снегопадов и неудобства для населения при очистке улиц.

Губернатор отметил, что в отдаленных районах уже начались заморозки. Нужно пристально следить за состоянием мостов, так как там наледь образовывается быстрее всего.

Министр транспорта и дорожного хозяйства Саратовской области Алексей Петаев сообщил, что региональные трассы будут убирать силами 42 предприятий, где есть 975 единиц техники. Обработать дороги будут песко-соляной смесью, на сегодняшний день ее запас составляет 59 тысяч тонн.

— До 1 ноября всё должно быть готово. И техника, и запасы смеси противогололедной, решены кадровые вопросы, если они есть, — резюмировал губернатор.

Роман Бусаргин подчеркнул, что необходимо продумать варианты временного складирования снега в пределах городов, чтобы оперативнее расчищать улицы, а не тратить время в поездках на полигоны.

— Чтобы выехать за город, технике понадобится минимум час. К примеру, днем сгрузили снег в места временного хранения, ночью его оттуда увезли уже на полигон, — высказался глава региона.

Губернатор также отметил, что уже сейчас должно быть понимание, где будут брать дополнительную технику на случай сильных снегопадов.

Роман Бусаргин: Меры поддержки являются ключевым фактором для молодых специалистов

Служебное жилье и повышение заработной платы — основные вопросы, которые интересуют молодых специалистов-медиков.

На встрече со студентами и выпускниками СГМУ, обучающимися по целевому направлению, Роман Бусаргин обсудил меры поддержки и стимулирования начинающих врачей с точки зрения карьерного роста, организации их дополнительного обучения.

С начала года в регионе трудоустроены 869 молодых специалистов, в том числе 453 врача и 416 человек среднего медперсонала.

Те, кто уже начал работать, рассказали о трудностях, с которыми им пришлось столкнуться. Так, девушка из Чувашии трудится ревматологом в балаковской поликлинике. Однако ей до сих пор не предоставили служебное жилье. Специалист временно живет у родственников. Губернатор поручил министерству здравоохранения разобраться в ситуации и предоставить девушке служебное жилье, которое будет оплачено за бюджетный счет.



— Сделаем такую меру поддержки молодых специалистов обязательной для всех медучреждений. Этим должны заниматься главврачи, потому что они в первую очередь заинтересованы в решении кадрового вопроса, — подчеркнул глава области.

Органы соцзащиты будут назначать меру поддержки, которой пользуются более 60 тысяч семей

С 1 января 2024 года субсидия на оплату жилого помещения и коммунальных услуг будет назначаться учреждениями социальной поддержки населения, подведомственными министерству труда и социальной защиты области.

До 31 декабря она по-прежнему будет назначаться администрациями муниципальных районов. В министерстве труда и социальной защиты сообщили, что в среднем в год за получением субсидий обращаются до 65 тысяч семей.

Эта мера социальной поддержки не зависит от наличия льготного статуса. Она представляет собой возврат части денежных средств, потраченных на оплату жилого помещения и

коммунальных услуг тем жителям региона, у которых оплата за коммунальные услуги превышает 22% от совокупного дохода семьи.

Губернатор отметил, что задача профильного министерства — сделать так, чтобы переход прошел плавно и люди не почувствовали никаких неудобств.

Заявление на назначение субсидии жители региона смогут подавать как и прежде: обратившись в МФЦ, через сайт «Гос услуги» или лично, но уже в органы социальной защиты.

Телефоны горячей линии:
8(8452)39-33-45,
39-33-45, 49-91-37.



Поменял виртуальность на реальность: программист из Саратова решил отправиться на СВО

Программист Даниил Баграмян выбрал для себя службу по контракту в воздушно-десантных войсках.

Он принял такое решение, так как считает, что это долг перед Родиной, которую мы обязаны защищать.

– Это другая сфера деятельности, нужно к ней привыкать. Но, я думаю, мы со всем справимся. Если мы не будем идти – кто это будет делать? И во мне сыграл патриотизм, – отметил молодой человек.

Служба по контракту предполагает высокое денежное довольствие, льготы и социальные гарантии.

Узнать подробнее можно:

- на горячей линии 117; в пунктах отбора (по месту жительства);
- в областном пункте отбора по контракту по адресу: г. Саратов, ул. Буровая, 36, телефон: 8 (8452) 38-19-20;
- на сайте службাপоконтракту.рф;
- через сервис «Поступление на военную службу по контракту или добровольцем» на портале «Госуслуги».

Служебное жилье можно приватизировать за один процент от его стоимости

Медики, работники сферы культуры и аграрного сектора Ровенского района уже скоро получают новое жилье.



Для них по программе комплексного развития сельских территорий построили 17 домов. Это первый опыт реализации проекта в Саратовской области.

Активно продвигает его Министерство сельского хозяйства РФ во главе с Дмитрием Патрушевым.

Дома будут предоставлены по договору соцнайма. Через 5 лет их можно будет выкупить за 10% от стоимости, а через 10 лет – всего за 1%. Это отличный механизм поддержки как молодых, так и уже опытных специалистов.

– На следующий год от нашего региона также были поданы заявки на участие в этом проекте. Предварительно отобрано два района – Ровенский и Федоровский. Такие программы, инициированные президентом России Владимиром Путиным, помогут привлечь в небольшие населенные пункты новых жителей и специалистов, – отметил Роман Бусаргин.

В Саратовской области снимаются все энтеровирусные ограничения

С 17 октября в регионе полностью отменяются ограничения, введенные из-за распространения энтеровирусных инфекций. Соответствующий документ подписал губернатор Роман Бусаргин.

Так, возобновляется работа бассейнов в школах и детских садах, разрешается посещение спортивных мероприятий болельщиками до 17 лет.

Ранее также вновь стали доступны занятия в учреждениях дополнительного образования, полноценная культурно-досуговая, физкультурно-спортивная деятельность для детей в государственных и муниципальных учреждениях, организациях иных форм собственности.

В Саратове более 600 вывесок привели в соответствие с дизайн-кодом

В правительстве региона состоялось совещание по вопросу разработки дизайн-кода центральных улиц в крупных городах региона.

Губернатор Роман Бусаргин обсудил с главами муниципалитетов приведение в порядок рекламных вывесок и билбордов, фасадов зданий.

Планируется разработать визуальное оформление элементов городского пространства (вывесок, наружной рекламы на фасадах, табличек) в единообразном стиле. В Саратове работа в этом направлении ведется с 2019 года. За это время в соответствии приведено больше 6000 вывесок.

– В будущем все районные центры должны быть приведены в единое соответствие с точки зрения современного облика города. Эта работа должна проводиться повсеместно. На это есть запрос у жителей. Горожане хотят видеть современные и благоустроенные пространства, – подчеркнул губернатор и поставил задачу до Нового года привести в порядок всю законодательную базу, связанную с дизайн-кодом.

Еще одно направление благоустройства, которое было затронуто на совещании, касалось нестационарных торговых объектов, которые вызывают много нареканий жителей. Зачастую эти ларьки находятся в ненадлежащем состоянии и портят вид города.

Регион 64. Информационное агентство

Саратовским бойцам СВО доставят квадрокоптеры и буржуйки



Саратовская область в ближайшие дни отправит очередную партию помощи для военнослужащих-участников СВО. Об этом сообщил глава региона Роман Бусаргин.

В этот раз груз будет доставлен бойцам 94-го полка.

Для них закупили технические средства, которые помогут в выполнении боевых задач: дневные и ночные квадрокоптеры, ноутбук, тепловизор, оргтехника, детекторы БПЛА, радиостанции и ретрансляторы.

Впервые бойцам отправят детекторы БПЛА. Эти устройства позволяют выявить вражеский дрон на дальнем расстоянии.

Также саратовские военнослужащие получают буржуйки и различные медикаменты, среди них – обезболивающие, противовирусные и жаропонижающее средства, бинты.

“Спасибо всем, кто помогает формировать посылки и доставлять их в зону специальной военной операции. Эта поддержка из дома, из тыла, нашим бойцам очень важна. Доброй и спокойной дороги волонтерам”, – поблагодарил губернатор области.

По информации тг-канала “Время Саратовское”

Достижения. РФ

«Укек» - одно из самых массовых культурных мероприятий в Саратовской области

За один день фестиваль собирает более 60 тысяч человек. На окраине Саратова 140 лет ведутся раскопки золотоордынского города Укек. Яркие результаты исследований дополняются историей об исконно мирном проживании на этой территории представителей различных народов и религий.

Эта идея транслируется через фестиваль археологии и реконструкции «Укек», который с 2012 года ежегодно проводится рядом с археологическим памятником и собирает более 60 тыс. гостей за один день. Это одно из самых массовых культурных мероприятий в Саратовской области. Его посетителями становятся местные жители и гости из соседних регионов.

При участии реконструкторов воссоздают жизнь средневекового Укека. На археологической площадке проводят раскопки и популярно рассказывают о современных методах археологических исследований. На сцене проходит этно-фолк-фестиваль. Главная идея мероприятия - показать, что наша земля исконно многонациональна, здесь с уважением относятся к представителям различных религий. Проект дважды занимал призовые места на Всероссийской ярмарке событийного туризма.

Жители региона могут поддержать местные достижения и проголосовать за них, чтобы продемонстрировать гордость за свой край на Достижения.РФ



В Правительстве назвали приоритетные отрасли для подготовки кадров

Михаил Мишустин провел стратегическую сессию по развитию системы образования для рынка труда. Глава Правительства отметил, что вопрос профессиональной подготовки кадров стал особенно важен после ухода с рынка иностранных компаний, когда отечественные предприятия занимают освободившиеся ниши, расширяют производство, организуют выпуск собственной продукции, сообщает официальный канал Правительства РФ.



Президентом поставлена задача по укреплению технологического суверенитета и достижению опережающего роста обрабатывающих отраслей. Для ее выполнения, а также для проведения структурной адаптации экономики Правительство определило проекты по ряду приоритетных направлений, среди которых:

- авиационная, медицинская, химическая и станкоинструментальная промышленность;
- железнодорожное и сельскохозяйственное машиностроение;
- радиоэлектроника и энергетика;
- развитие беспилотных авиасистем.

В регионах наибольший спрос на работников сложился в машиностроении, химическом секторе, строительстве и в области транспорта. В ближайшие несколько лет он будет расти в сфере науки, здравоохранения и информационных технологий. В связи с этим системе образования нужны качественные изменения, чтобы выпускники выходили на рынок труда востребованными и конкурентоспособными.

«Важно продолжать создание прочной научной и технологической базы, обеспечивать квалифицированными специалистами, и учеными, и мастерами, наши производства. Вообще вся система профессиональной подготовки кадров должна быть сконцентрирована на выполнении этой задачи», — подчеркнул Михаил Мишустин.

По информации Объясняем.РФ

АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ П. МИХАЙЛОВСКИЙ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

РАСПОРЯЖЕНИЕ

от 17 октября 2023 года № 280

О создании комиссии по обследованию малых архитектурных форм на территории муниципального образования поселок Михайловский Саратовской области

Руководствуясь Уставом муниципального образования поселка Михайловский Саратовской области в целях обеспечения безопасности эксплуатации малых архитектурных форм:

1. Создать комиссию по обследованию малых архитектурных форм на территории муниципального образования поселка Михайловский Саратовской области согласно приложения №1 к настоящему распоряжению.
2. Настоящее распоряжение подлежит официальному опубликованию.
3. Контроль за исполнением настоящего распоряжения возложить на первого заместителя главы администрации муниципального образования п. Михайловский Саратовской области Курсакова А.А.

Глава муниципального образования
п. Михайловский Саратовской области
А.М.Романов

Приложение к распоряжению администрации муниципального образования п. Михайловский Саратовской области № 280 от 17 октября 2023 года

СОСТАВ

комиссии по обследованию малых архитектурных форм на территории муниципального образования поселка Михайловский Саратовской области

Председатель комиссии:

Курсаков А.А. – первый заместитель главы администрации муниципального образования п. Михайловский Саратовской области.

Заместитель председателя комиссии:

Ермолаев А.С. – начальник отдела капитального строительства, транспорта и ЖКХ администрации муниципального образования п. Михайловский Саратовской области.

Члены комиссии:

Косолапов Г.П. – директор МУП «Водоресурс» муниципального образования п. Михайловский Саратовской области;
Лишков С.А. – главный инженер МУП «Водоресурс» муниципального образования п. Михайловский Саратовской области;

Маслов С.П. – начальник участка по обслуживанию жилого фонда МУП «Водоресурс» муниципального образования п. Михайловский Саратовской области;

Доркина И.В. – Директор МУ «ЕДДС – 112 МО Михайловский Саратовской области».

#Своих не бросаем

Волонтеры михайловской школы поздравили с прекрасным юбилеем маму участника СВО, Коржау Айжан Капизалиевну! Ей исполнилось 75 лет! Здоровья Вам и долголетия, мама героя!



Подготовка к зимнему сезону

На сегодняшний день все котельные, отапливающие объекты социальной сферы муниципального образования поселок Михайловский, вошли в отопительный сезон. Ежедневно ведётся мониторинг температурного режима.

Глава МО п. Михайловский А.М. Романов проверил начало отопительного сезона в социальных учреждениях. Алексей Михайлович посетил детский сад “Сказка” (температура в группах +22°), школу (температура соответствует во всех классах, актовом и спортивном залах нормам СанПиНа).



Напоминаем, в администрации муниципального образования посёлок Михайловский Саратовской области организована работа “горячей линии” по вопросам отопления в учреждениях социальной сферы (в том числе с круглосуточным пребыванием людей).

Телефон ЕДДС:
8 845-77 2-11-44

Н. Егорова.
Фото автора

В муниципальном образовании поселок Михайловский выполнены работы по ремонту наружного освещения вблизи пешеходного перехода от остановки “Школа” к поликлинике ФГБУЗ СМЦ ФМБА России.



Новости медицины

В п. Михайловский прием жителей провели врачи филиала ФГБУЗ СМЦ ФМБА России медсанчасть №1 города Шиханы.

18 октября во врачебной амбулатории п. Михайловский вели прием врачи ФГБУЗ СМЦ ФМБА России медсанчасть №1 г. Шиханы: педиатр, хирург, офтальмолог, оториноларинголог, стоматолог.

Врачи, которых так не хватает в поселке, бесплатно провели обследование состояния здоровья жителей поселка Михайловский. Это их четвертый приезд за период с середины сентября по сегодняшний день.

Все доктора были внимательные к каждому пациенту! И это оценили все те, кто прошел медицинское обследование. Всем пришедшим на приём дали конкретные рекомендации по диагностике и лечению заболеваний.

Подобные выездные бригады врачей нам очень нужны! На сегодняшний день важность и полезность такого проекта подтверждены многочисленными отзывами пациентов. «Замечательно, что к нам приезжают врачи. Ведь не у всех есть возможность выехать на прием к специалистам в город».

Жители поселка выражают благодарность всему коллективу врачей за заботу и внимательное отношение к здоровью каждого жителя, обратившегося на прием. «Мы всегда рады их приезду. Приезжайте еще, мы вас ждем!».

Е. Слюнина
Фото автора



Продолжаются встречи главы муниципального образования с трудовыми коллективами

18 октября глава МО п. Михайловский Алексей Михайлович Романов встретился с сотрудниками поликлиники ФГБУЗ СМЦ ФМБА России. В ходе встречи обсудили социально-экономическое развитие муниципального образования, реализацию национальных проектов на территории посёлка, проблемные вопросы по здравоохранению: это нехватка узких специалистов (педиатр, терапевт), ремонт фасада здания.

«Все обращения и просьбы взяты на контроль, буду работать с руководством ФГБУЗ СМЦ ФМБА России», - прокомментировал Алексей Михайлович.

Н. Егорова
Фото автора



Культура и искусство

Сотрудники Дома культуры приняли участие во Всероссийском флешмобе #ВВАЛЕНКАХПОРОССИИ, в рамках фестиваля «Наследие Лидии Руслановой».



Секреты манипуляции



17 октября в Доме культуры состоялось профилактическое мероприятие «Секреты манипуляции», проводимое в рамках противодействия распространению и употреблению среди подростков и молодежи наркотических, алкогольных и табачных изделий и направленное на популяризацию здорового образа жизни.

Благодаря программе «Пушкинская карта» мероприятие посетили учащиеся михайловской школы и школы п. Горный, а также студенты Краснопартизанского политехнического лицея.

Перед ребятами выступила заместитель главы – руководитель аппарата администрации МО п. Михайловский, председатель комиссии по делам несовершеннолетних О.А. Урубкова. Ольга Александровна обратила внимание детей на то, что наркотические, алкогольные и табачные изделия наносят серьезный вред здоровью человека, в корне ломают его жизнь и призвала вести здоровый образ жизни. Заместитель прокурора Краснопартизанского района, младший советник юстиции Владимир Андреевич Куприн рассказал об уголовной ответственности за хранение и распространение наркотиков. Инспектор ПДН Пункта Полиции №6 в составе МУ МВД России «Балаковское» Саратовской области капитан полиции Оксана Сергеевна Жажигина предостерегла подростков от желания в будущем заработать на продаже наркотических веществ.

Для лучшего восприятия материала состоялся показ документального ролика «Секреты манипуляции». В фильме ёмко и доступно был показан весь механизм втягивания человека в употребление наркотиков. Тема вызвала большой интерес у ребят. После просмотра фильма они активно участвовали в дискуссии. Участники художественной самодеятельности Дома культуры представили зрителям театральную постановку «Отказаться можно только один раз. Первый!».

В ходе профилактического мероприятия ребята получили много новой информации и исчерпывающие ответы на интересующие вопросы. Главный вывод, который они сделали – надо жить интересно, получая удовольствие от здорового образа жизни, общения друг с другом, тогда и потребности в искусственных заменителях счастья не будет.

Наш долг - предупредить подрастающее поколение о последствиях такого асоциального явления, как наркомания.

Н. Егорова. Фото автора

«Посвящаю тебе, мой поселок!»



Сегодня в рамках фотоконкурса «Посвящаю тебе, мой поселок!» предлагаем вашему вниманию фотоработы Марины Сергеевны Крутелевой в номинации «Это было недавно – это было давно».

Момент, запечатленный на фотографии сверху - это 2007 год. В настоящее время (2023 год) на пустыре возле школы - современная хоккейная коробка.



На территории Саратовской области с 16 по 27 октября 2023 года пройдет второй этап Общероссийской акции «Сообщи, где торгуют смертью».

Акция призвана привлечь граждан к участию в противодействии незаконному обороту наркотиков и профилактике их немедицинского потребления.

О фактах распространения и употребления наркотических средств, психотропных и новых потенциально опасных психоактивных веществ граждане могут незамедлительно сообщать по «телефонам доверия».

Кроме того, все желающие по телефону 75-14-00 могут получить консультации и квалифицированную помощь в вопросах лечения наркомании и реабилитации наркозависимых лиц.

По телефонам дежурных частей ГУ МВД России по Саратовской области (102, 74-13-33) граждане могут сообщать о незаконном обороте запрещенных веществ.

В то же время возможно принять участие в проводимых ГУ МВД России по Саратовской области и Правительством Саратовской области профилактических мероприятиях в рамках акции.

ГУ МВД России по Саратовской области

20 октября - День повара

У этой профессии запах особый

Приведя своего ребенка в детский сад, родителей волнует, прежде всего вопрос о правильном и качественном питании. Да, секрет здоровья заключается в правильном питании. А правильное питание – это заслуга повара. Повар в детском саду – это очень важная и нужная профессия.

Дайте повару продукты,
Мясо птицы, сухофрукты,
Рис, картофель... И тогда
Ждет вас вкусная еда.

Знакомьтесь, Елена Николаевна Слепышева-Садовникова - повар МДОУ детского сада №1 «Сказка» п.Михайловский.

Елена Николаевна в должности повара работает сравнительно недавно, до этого времени она трудилась помощником воспитателя в этом же детском саду. Не случайно Елена Николаевна выбрала профессию повара. Ее мама тоже очень любила готовить.

– Можно сказать, мечтала поваром стать с детства, – рассказывает Елена Николаевна. Мы с сестрой помогали маме готовить. Все первые уроки и кулинарные хитрости от неё.

– Как начинается Ваш рабочий день?

– Каждый день рано утром, когда многие из вас еще спят, я прихожу в детский сад. Нужно все успеть! У меня очень ответственная работа - я отвечаю за питание ребят. Приготовление пищи напоминает мне сказку с чудесами.

– Что Вы делаете перед тем, как начать работу?

– Работа повара требует чистоты во всем. Нельзя приступать к приготовлению еды в грязной одежде, с немывыми



руками, с непокрытой головой. Я перед работой обязательно мою руки с мылом, хорошенько споласкиваю их водой и насухо вытираю полотенцем. Во время приготовления пищи всегда слежу за чистотой своих рук. Для этого на кухне есть кран с холодной и горячей водой, лежит мыло, висит полотенце. У повара есть специальная одежда. Это халат. Он тоже должен быть чистым. Вот мой колпак. Его я обязательно надеваю и слежу, чтобы все волосы были убраны.

– Есть ли какой-то секрет в приготовлении вкусных блюд в саду?

– Нужно любить, прежде всего, свою работу. Работать на конечный результат.

И никогда не забывать, кому мы готовим. Детям готовим. Как приготовили бы своему ребенку, так и здесь надо, в саду. Надо с душой стараться, чтобы это было вкусно, красиво.

– Скажите, а что Вы сегодня готовите для ребят?

– На завтрак у нас готовится молочная каша «Дружба», бутерброд со сливочным маслом и кофейный напиток.

На обед – вермишелевый суп, на второе блюдо – гороховое пюре с мясной подливкой, его ребята очень любят. А на полдник – любимая запеканка со ступенчатым молоком!

– Какое Ваше любимое блюдо в детском саду?

– В детском саду у нас очень разнообразное меню: молочные каши разные, есть даже кукурузная, мы называем ее «Солнышко». Маленьким гурманам очень нравится выпечка, которую мы готовим: булочки-расстегаи с рыбой, ватрушка с творогом. Очень любят ребята блинчики, с удовольствием их уплетают. Готовим «ленивые вареники», многие дети просят мам, чтобы они приготовили им такое блюдо, они так и просят: «сделай так, как в садике!». Разнообразные мясные блюда: курица, мясные котлеты, тефтели, пельмени. Из рыбы у нас вкусные тефтели с творогом и рыбные котлеты.

– Вы целый день готовите пищу на работе. Скажите, а дома отдыхаете от кухни?

– Нет, дома я снова готовлю еду. Но уже для себя и своих близких. Дома у меня тоже есть кухня, но не такая большая. Пеку часто. Пирожки, оладьи своему внуку. Что-то в Интернете увижу красивое, стараюсь повторить. Люблю печь рогалики. Моя дочь их обожает, еще она любит, когда я мариную курицу. А в детском саду я люблю готовить все.

– Елена Николаевна, большое Вам спасибо за интересное интервью, за непростой и такой необходимый труд.

Е. Слюнина
Фото автора

Варим. Парим. Жарим.

Котлеты “Ласточкино гнездо”

Что нужно: фарш мясной - 0,5 кг, хлеб (батон) - 3 ломт., чеснок - 3 зуб., укроп, соль, перец черный, яйцо куриное - 2 шт., майонез, кетчуп, лук репчатый - 1 шт., помидор (большой) - 1 шт., сыр твердый - 100 г., перец болгарский - 1 шт.

Как делать. К фаршу добавить соль, перец, приправы к мясу, мелко нарезанные чеснок и укроп, замоченный в молоке или воде и перекрученный на мясорубке батон, 2 яйца, хорошо вымесить и сформировать лепешки (у меня выходит 12 штук).

Выложить их на смазанный растительным маслом противень.

Нарезать сыр, лук, помидор, перец (у меня сегодня его не было) тонкими ломтиками (кружочками).

На мясную лепешку выкладываем: кетчуп - лук - майонез - помидор - майонез - сыр. Кружочек перца вдавливаем вокруг начинки и саму начинку тоже легонько внутрь примять. В разогретую духовку – 180С на 30 мин.

Тонкие ажурные дрожжевые блины с ветчиной

Что нужно: молоко (300 мл для теста, 80 мл опара) - 380 мл., дрожжи (быстродействующие) - 1 ч. л., яйцо куриное

- 1 шт., мука пшеничная - 200 г., сахар - 1,5 ст. л., соль - 0,25 ч. л., масло растительное (можно заменить сливочным) - 1 ст. л., ветчина - 4 ломт., масло сливочное - 4 ч. л.

Как делать. Делаем тесто. Разводим дрожжи в 80 мл теплого молока, добавляем сахар 0,5 ст. л, перемешиваем и оставляем в теплом месте. Ждем, чтобы дрожжи начали пузыриться. Замешиваем тесто. Просеиваем муку, добавляем к ней сахар, яйцо, вливаем теплое молоко 300 мл. Венчиком соединяем и добавляем разведенные дрожжи. Соединяем до однородной массы. Наливаем масло подсолнечное и опять соединяем. Масло подсолнечное можно заменить на растопленное сливочное. Тесто накрываем и ставим в теплое место, чтобы оно подошло. Греем духовку до t 50 С. Тесто должно подходить примерно 1,5-2 часа и за это время его нужно раза три перемешать. Тесто будет подниматься и ёмкость для него нужно взять побольше.

Для начинки использовать ветчину в нарезке из 100% мяса индейки, разрезав каждый ломтик пополам. В упаковке 4 ломтика (8 кусочков).

Жарим блины. Нагреваем её и подмазываем для первого блина немного. Тонким слоем разливаем тесто по сковороде. Тесто схватится и покроется бесчисленными дырочками. Когда блин жарится

с одной стороны, переворачиваем его и на 1/4 часть выкладываем кусок ветчины. Блин перегибаем пополам. Обжариваем до красивого цвета половинку, переворачиваем и складываем ещё пополам. Обжариваем блин с обеих сторон до желаемой румяности. Выкладываем блин на тарелку и сразу же промазываем его верх кусочком сливочного масла для немедленной подачи. Пока обжариваем все блины, накрываем их колпаком, чтобы они быстро не остыли.

Подаём на завтрак. Конечно эти блины требуют времени для их приготовления. Их можно приготовить с вечера, а утром просто подогреть и промазать маслом. Так вы сократите время приготовления блинов и побалуете своих детей и не только их вкуснейшим завтраком. Оставшиеся блины можно уложить в ланч-бокс с собой для перекуса. Они вкусные и остывшие. У дрожжевых блинов совершенно другой вкус и аромат. Попробуйте.

Утренний приём пищи должен заряжать детей энергией на активный день. Поэтому на завтрак им нужны блюда со сложными углеводами в сочетании с легкими белками. Помимо белка в мясе индейки, дополним завтрак яйцом и сыром, порежем хотя бы огурец. Утро будет добрым и день продуктивным!

<https://tv-soft.com/EditProfile.aspx>

Понедельник, 23 октября

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе Утро 0+
10.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости
10.20 АнтиФейк 16+
11.00 Жить здорово! 16+
11.50, 13.15, 18.00, 19.30
Информационный канал 16+
16.15 Давай поженимся! 16+
17.05 Мужское / Женское 16+
19.00 Вечерние Новости
20.55 Куклы наследника Тутти 16+
22.00 Время
23.00 Т/с “Бизон. Дело манекенщицы” 16+
00.00 Большая игра 16+
01.00, 01.45, 02.30, 03.05, 03.20, 04.05 Подкаст.Лаб 16+
РОССИЯ 1 (Саратов)
05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Саратов
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 Т/с “Зеркало лжи” 16+
23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
02.05 Т/с “Тайны следствия” 12+
03.50 Т/с “Морозова” 16+
РЕН-ТВ (+1)
06.00, 19.00, 03.15 Самые шокирующие гипотезы 16+
07.00, 09.30, 13.30, 17.30, 20.30, 00.00 Новости 16+
07.05 С бодрым утром! 16+
10.00 Военная тайна 16+
12.00 Как устроен мир 16+
13.00, 17.00, 20.00 112 16+
14.00 Загадки человечества 16+
15.00 Невероятно интересные истории 16+
16.00 Засекреченные списки 16+
18.00, 04.05 Тайны Чапман 16+
21.00 Х/ф “Хищник-2” 16+
23.05 Водить по-русски 16+
00.30 Документальный спецпроект 16+
01.30 Х/ф “Курьер” 18+
НТВ (+1)
04.50 Т/с “Улицы разбитых фонарей” 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с “Пёс” 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с “Скорая помощь” 16+
22.15, 00.00 Т/с “Балабол” 16+
00.55 Т/с “Дело чести” 16+
СТС
07.00, 06.50 Ералаш 0+

07.55, 06.20 Мультфильмы 0+
08.25 М/с “Простоквашино” 0+
08.40 М/с “Ну, погоди! Каникулы” 6+
09.00 100 мест, где поесть 16+
10.00 Уральские пельмени. Смехbook 16+
10.20 Уральские пельмени 16+
13.35, 20.00, 20.30 Т/с “Галя, у нас отмена!” 16+
21.00 Суперниндзя 16+
00.55 Кино в деталях 18+
02.00 Х/ф “Обитель зла в 3D. Жизнь после смерти” 18+
03.35 Т/с “Последний из Магикян” 12+
06.20 6 кадров 16+
ТНТ (+1)
08.00 Однажды в России. Спецдайджесты- 2023 г 16+
09.00 Вызов 16+
10.00 Новые Звёзды в Африке 16+
12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00 Т/с “Интерны” 16+
15.30 Х/ф “Валериян и город тысячи планет” 12+
18.20 Х/ф “Пятый элемент” 16+
21.00, 21.30 Т/с “Реальные пацаны” 16+
22.00, 22.30 Т/с “Два холма-2” 16+
23.00 Однажды в России 16+
00.00 Комеди Клуб 16+
01.00 Лига городов 16+
02.35, 03.20 Импровизация. Команды 16+
04.10, 05.00, 05.45 Шоу “Студия Союз” 16+
06.35, 07.20 Импровизация 16+
ТВЦ
07.00 Настроение 12+
09.15 Д/с “Большое кино” 12+
09.45 Х/ф “Таёжный детектив. Охота на мамонта” 12+
11.45, 16.05, 01.30 Петровка, 38 16+
11.55 Городское собрание 12+
12.30, 15.30, 18.50, 23.00 События 16+
12.50 Т/с “С небес на землю” 12+
14.40, 06.20 Мой герой 12+
15.50 Город новостей 16+
16.15, 04.10 Х/ф “Сельский детектив. Днём с огнём” 12+
18.15, 19.10 Х/ф “Некрасивая подружка” 12+
23.35 Специальный репортаж 16+
00.05 Знак качества 16+
01.00 События 16+
01.45 Хроники московского быта 12+
02.25 Д/ф “Заморский принц. Страшная сказка” 16+
03.05 Д/ф “Вторая мировая. Случайная война” 12+
03.45 Д/с “Истории спасения” 16+
05.40 Короли эпизода 16+

Вторник, 24 октября

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе Утро 0+
10.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости
10.20 АнтиФейк 16+
11.00 Жить здорово! 16+
11.50, 13.15, 18.00, 19.30
Информационный канал 16+
16.15 Давай поженимся! 16+
17.05 Мужское / Женское 16+
19.00 Вечерние Новости
20.55 Куклы наследника Тутти 16+
22.00 Время
23.00 Т/с “Бизон. Дело манекенщицы” 16+
00.00 Большая игра 16+
01.00, 01.45, 02.30, 03.05, 03.20, 04.05 Подкаст.Лаб 16+
РОССИЯ 1 (Саратов)
05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Саратов
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 Т/с “Зеркало лжи” 16+
23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
02.05 Т/с “Тайны следствия” 12+
03.50 Т/с “Морозова” 16+
РЕН-ТВ (+1)
06.00, 19.00, 03.30 Самые шокирующие гипотезы 16+
07.00 С бодрым утром! 16+
09.30, 13.30, 17.30, 20.30, 00.00 Новости 16+
10.00 Военная тайна 16+
11.00 Совбез 16+
12.00 Как устроен мир 16+
13.00, 17.00, 20.00 112 16+
14.00 Загадки человечества 16+
15.00 Невероятно интересные истории 16+
16.00 Засекреченные списки 16+
18.00, 04.15 Тайны Чапман 16+
21.00 Х/ф “Два ствола” 16+
23.05 Водить по-русски 16+
00.30 Знаете ли вы, что? 16+
01.30 Х/ф “Заложник” 16+
НТВ (+1)
04.50 Т/с “Улицы разбитых фонарей” 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с “Пёс” 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с “Скорая помощь” 16+
22.15, 00.00 Т/с “Балабол” 16+
00.55 Т/с “Дело чести” 16+
СТС
07.00, 06.50 Ералаш 0+
07.55, 06.20 Мультфильмы 0+
08.25 М/с “Простоквашино” 0+
08.40 М/с “Ну, погоди!”

09.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с “Галя, у нас отмена!” 16+
10.05 Уральские пельмени. Смехbook 16+
10.10 М/ф “Белка и Стрелка. Карибская тайна” 6+
12.00 М/с “Маленький вампир” 6+
13.40 М/с “Академия монстров” 6+
15.20 Х/ф “Бесконечная история. Альбион” 12+
17.35 Х/ф “Хроники Спайдервика” 12+
21.00 Полный блэкаут 16+
22.10 Х/ф “Человек-муравей и Оса” 16+
00.35 Х/ф “Семья” 18+
03.35 Т/с “Последний из Магикян” 12+
ТНТ (+1)
08.00, 09.00 Однажды в России. Спецдайджесты- 2023 г 16+
10.00 Салон 16+
10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с “Интерны” 16+
17.00, 18.00, 19.00 Х/ф “Полицейский с рублевки” 16+
20.00, 20.30, 21.00, 21.30 Т/с “Реальные пацаны” 16+
22.00, 22.30 Т/с “Два холма-2” 16+
23.00 Однажды в России 16+
00.00 Х/ф “Рыцарь теней” 6+
02.05 Х/ф “Младенец на \$30 000 000” 12+
04.10, 05.00 Импровизация. Команды. Дайджест 16+
05.45, 06.30 Шоу “Студия Союз” 16+
07.20 Импровизация 16+
ТВЦ
07.00 Настроение 12+
09.10 Доктор И... 16+
09.50 Х/ф “Таёжный детектив. Охота на мамонта” 12+
11.40, 05.40 Д/ф “Ералаш”. Всё серьезно! 12+
12.30, 15.30, 18.50, 23.00 События 16+
12.50 Т/с “С небес на землю” 12+
14.40, 06.20 Мой герой 12+
15.50 Город новостей 16+
16.00, 04.15 Х/ф “Сельский детектив. Днём с огнём” 12+
17.55 Д/ф “Актёрские драмы. Бьёт-значит любит?” 12+
19.10 Х/ф “Некрасивая подружка. Чёрный кот” 12+
21.00 Х/ф “Некрасивая подружка. Дело о четырёх блондинках” 12+
23.35 Закон и порядок 16+
00.05 Д/ф “Фиктивные браки звёзд” 16+
01.00 События 16+
01.30 Петровка, 38 16+
01.45 Д/ф “Русские тайны. Мировая закулиса” 16+
02.25 Д/ф “Актёрские драмы. Смерть на сцене” 12+
03.05 Д/ф “Вторая мировая. Случайная война” 12+
03.45 Д/с “Истории спасения” 16+

Среда, 25 октября

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе Утро 0+
 10.00, 13.00, 16.00, 03.00 Новости
 10.20 АнтиФейк 16+
 11.00 Жить здорово! 16+
 11.50, 13.15, 18.00, 19.30 Информационный канал 16+
 16.15 Давай поженимся! 16+
 17.05 Мужское / Женское 16+
 19.00 Вечерние Новости
 20.55 Куклы наследника Тутти 16+
 22.00 Время
 23.00 Т/с “Бизон. Дело манекенщицы” 16+
 00.00 Большая игра 16+
 01.00, 01.45, 02.30, 03.05, 03.20, 04.05 Подкаст.Лаб 16+
РОССИЯ 1 (Саратов)
 05.00, 09.30 Утро России 12+
 09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Саратов
 09.55 О самом главном 12+
 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
 11.30, 17.30 60 минут 12+
 14.55 Наши 12+
 16.30 Малахов 16+
 21.20 Т/с “Зеркало лжи” 16+
 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
 02.05 Т/с “Тайны следствия” 12+
 03.50 Т/с “Морозова” 16+
РЕН-ТВ (+1)
 06.00, 19.00, 03.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
 07.00 С бодрым утром! 16+
 09.30, 13.30, 17.30, 20.30, 00.00 Новости 16+
 10.00 Документальный проект 16+
 11.00, 16.00 Засекреченные списки 16+
 12.00 Как устроен мир 16+
 13.00, 17.00, 20.00 112 16+
 14.00, 00.30 Загадки человечества 16+
 15.00 Невероятно интересные истории 16+
 18.00, 03.55 Тайны Чапман 16+
 21.00 Х/ф “Пороховой коктейль” 16+
 23.15 Смотреть всем! 16+
 01.30 Х/ф “Эверли” 18+
НТВ (+1)
 04.50 Т/с “Улицы разбитых фонарей” 16+
 06.30 Утро. Самое лучшее 16+
 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
 08.25, 10.35 Т/с “Пёс” 16+
 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
 14.00 Место встречи 16+
 16.45 За гранью 16+
 17.50 ДНК 16+
 20.00 Т/с “Скорая помощь” 16+
 22.15, 00.00 Т/с “Балабол” 16+
 00.55 Т/с “Дело чести” 16+
СТС
 07.00, 06.50 Ералаш 0+
 07.55, 06.20 Мультфильмы 0+

08.25 М/с “Простоквашино” 0+
 08.40 М/с “Ну, погоди! Каникулы” 6+
 09.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с “Гая, у нас отмена!” 16+
 10.05 Уральские пельмени. Смехbook 16+
 11.35 Х/ф “Секрет. Осмелься мечтать” 12+
 13.40 М/ф “Кот под прикрытием” 6+
 15.45, 23.00 Х/ф “Патрик” 12+
 17.40 Х/ф “Пёс под прикрытием” 12+
 21.00 Х/ф “Киллеры” 16+
 01.15 Х/ф “С любовью, Розы” 16+
 03.10 Т/с “Последний из Магикян” 12+
 06.15 6 кадров 16+
ТНТ (+1)
 08.00, 09.00 Однажды в России. Спецдайджесты- 2023 г 16+
 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с “Интерны” 16+
 17.00, 18.00 Х/ф “Полицейский с рублевки” 16+
 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30 Т/с “Реальные пацаны” 16+
 22.00, 22.30 Т/с “Два холма-2” 16+
 23.00 Однажды в России 16+
 00.00 Х/ф “Пятый элемент” 16+
 02.30, 03.40 Импровизация. Команды 16+
 04.30, 05.15, 06.00 Шоу “Студия Союз” 16+
 06.50, 07.35 Импровизация 16+
ТВЦ
 07.00 Настроение 12+
 09.10 Доктор И... 16+
 09.50 Х/ф “Таёжный детектив. Живая вода” 12+
 11.40, 05.45 Д/ф “Проклятые сокровища” 16+
 12.30, 15.30, 18.50, 23.00 События 16+
 12.50 Т/с “Неразрезанные страницы” 16+
 14.40, 06.20 Мой герой 12+
 15.50 Город новостей 16+
 16.00, 04.15 Х/ф “Сельский детектив. Чем сердце успокоится” 12+
 17.55 Д/ф “Актерские драмы. Ранняя слава” 16+
 19.10 Х/ф “Некрасивая подружка. Любовный квадрат” 12+
 21.00 Х/ф “Некрасивая подружка. Тайна Белоснежки” 12+
 23.35 Хватит слухов! 16+
 00.05 Д/ф “90-е. Предсказание для Кремля и народа” 16+
 01.00 События 16+
 01.30 Петровка, 38 16+
 01.45 Д/ф “Дорогие товарищи. Сочинская мафия” 16+
 02.25 Знак качества 16+
 03.05 Д/ф “Вторая мировая. Случайная война” 12+
 03.50 Д/с “Истории спасения”

Четверг, 26 октября

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе Утро 0+
 10.00, 13.00, 16.00, 03.00 Новости
 10.20 АнтиФейк 16+
 11.00 Жить здорово! 16+
 11.50, 13.15, 18.00, 19.30 Информационный канал 16+
 16.15 Давай поженимся! 16+
 17.05 Мужское / Женское 16+
 19.00 Вечерние Новости
 20.55 Куклы наследника Тутти 16+
 22.00 Время
 23.00 Т/с “Бизон. Дело манекенщицы” 16+
 00.00 Большая игра 16+
 01.00, 01.45, 02.30, 03.05, 03.20, 04.05 Подкаст.Лаб 16+
РОССИЯ 1 (Саратов)
 05.00, 09.30 Утро России 12+
 09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Саратов
 09.55 О самом главном 12+
 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
 11.30, 17.30 60 минут 12+
 14.55 Наши 12+
 16.30 Малахов 16+
 21.20 Т/с “Зеркало лжи” 16+
 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
 02.05 Т/с “Тайны следствия” 12+
 03.50 Т/с “Морозова” 16+
РЕН-ТВ (+1)
 06.00, 19.00, 03.05 Самые шокирующие гипотезы 16+
 07.00 С бодрым утром! 16+
 09.30, 13.30, 17.30, 20.30, 00.00 Новости 16+
 10.00 Документальный проект 16+
 11.00 Засекреченные списки 16+
 12.00 Как устроен мир 16+
 13.00, 17.00, 20.00 112 16+
 14.00, 00.30 Загадки человечества 16+
 15.00 Невероятно интересные истории 16+
 16.00 Неизвестная история 16+
 18.00, 03.50 Тайны Чапман 16+
 21.00 Х/ф “Кодекс киллера” 16+
 23.00 Смотреть всем! 16+
 01.30 Х/ф “Кровный отец” 18+
НТВ (+1)
 04.50 Т/с “Улицы разбитых фонарей” 16+
 06.30 Утро. Самое лучшее 16+
 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
 08.25, 10.35 Т/с “Пёс” 16+
 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
 14.00 Место встречи 16+
 16.45 За гранью 16+
 17.50 ДНК 16+
 20.00 Т/с “Скорая помощь” 16+
 22.15, 00.00 Т/с “Балабол” 16+
 00.55 Поздняков 16+
 01.10 Мы и наука. Наука и мы 12+
 01.55 Т/с “Дело чести” 16+
 04.35 Д/с “Военно-исторические маршруты” 16+
СТС
 07.00, 06.50 Ералаш 0+
 07.55, 06.20 Мультфильмы 0+

08.40 М/с “Ну, погоди! Каникулы” 6+
 09.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с “Гая, у нас отмена!” 16+
 10.05 М/ф “Три кота и море приключений” 6+
 11.35 М/с “Академия монстров” 6+
 13.15 М/с “Бесконечная история. Альбион” 12+
 15.25 Х/ф “Агент под прикрытием” 12+
 17.20 Х/ф “Киллеры” 16+
 21.00 Х/ф “Ип Ман-3” 16+
 23.10 Х/ф “Ип Ман-4” 16+
 01.20 Х/ф “Декретный отрыв” 12+
 03.25 Т/с “Последний из Магикян” 12+
 06.05 6 кадров 16+
ТНТ (+1)
 08.00, 09.00 Однажды в России. Спецдайджесты- 2023 г 16+
 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с “Интерны” 16+
 17.00, 18.00 Х/ф “Полицейский с рублевки” 16+
 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30 Т/с “Реальные пацаны” 16+
 22.00, 22.30 Т/с “Два холма-2” 16+
 23.00 Однажды в России 16+
 00.00 Х/ф “Валериян и город тысячи планет” 12+
 02.25, 02.55 Импровизация. Команды 16+
 03.45, 04.35, 05.25 Шоу “Студия Союз” 16+
 06.10, 07.00, 07.45 Импровизация 16+
ТВЦ
 07.00 Настроение 12+
 09.10 Доктор И... 16+
 09.45 Х/ф “Таёжный детектив. Живая вода” 12+
 11.40 Д/ф “Список Андропова” 16+
 12.30, 15.30, 18.50, 23.00 События 16+
 12.50 Т/с “Неразрезанные страницы” 16+
 14.40, 06.20 Мой герой 12+
 15.50 Город новостей 16+
 16.05, 04.15 Х/ф “Сельский детектив. Чем сердце успокоится” 12+
 17.55 Д/ф “Актерские драмы. Талант не пропьешь?” 16+
 19.10 Х/ф “Некрасивая подружка. Шоколадное убийство” 12+
 21.00 Х/ф “Некрасивая подружка. Эффект бабочки” 12+
 23.35 10 самых... 16+
 00.05 Д/ф “Актерские драмы. Звезды на весах” 16+
 01.00 События 16+
 01.30 Петровка, 38 16+
 01.45 Д/ф “Охота на маньяка. Дело Лесного Зверя” 16+
 02.25 Прощание 16+
 03.05 Д/ф “Вторая мировая. Случайная война” 12+
 03.50 Д/с “Истории спасения” 16+
 05.40 Короли эпизода 12+

Пятница, 27 октября

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе Утро 0+
10.00, 13.00, 15.00 Новости
10.20 АнтиФейк 16+
11.00 Жить здорово! 16+
11.50, 13.15, 16.10, 18.40 Информационный канал 16+
14.10 Давай поженимся! 16+
15.15 Мужское / Женское 16+
17.00 Человек и закон 16+
18.00 Вечерние Новости
19.45 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.45 Фантастика. Следующий уровень 12+
23.40 Фантастика. Заглядываем внутрь 12+
00.45, 01.30, 02.15, 03.00, 03.45, 04.20, 04.55, 05.30 Подкаст.Лаб 16+
РОССИЯ 1 (Саратов)
05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.15 Местное время. Вести-Саратов
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
16.30 Прямой эфир 16+
21.30 Ну-ка, все вместе! 12+
23.55 Истории Большой Страны 12+
00.55 X/ф “Ключи” 12+
РЕН-ТВ (+1)
06.00, 03.05 Самые шокирующие гипотезы 16+
07.00 С бодрым утром! 16+
09.30, 13.30, 17.30, 20.30 Новости 16+
10.00 Военная тайна 16+
11.00 Совбез 16+
12.00, 15.00, 16.00, 18.00, 19.00 Документальный спецпроект 16+
13.00, 17.00, 20.00 112 16+
14.00 Засекреченные списки 16+
21.00 X/ф “Обет молчания” 16+
22.25 X/ф “Нокаут” 16+
00.00 X/ф “Девять жизней” 16+
01.35 X/ф “Эверли” 18+
НТВ (+1)
04.50 Т/с “Улицы разбитых фонарей” 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
08.25 Д/с “Мои университеты. Будущее за настоящим” 6+
09.25, 10.35 Т/с “Пёс” 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 ДНК 16+
17.55 Жди меня 12+
20.00 Т/с “Скорая помощь” 16+
22.15 Т/с “Балабол” 16+
00.00 Своя правда 16+
01.45 Квартирный вопрос 0+
02.40 Т/с “Отстегните ремни” 16+

СТС

07.00, 06.50 Ералаш 0+
07.55, 06.20 Мультфильмы 0+
08.25 М/с “Простоквашино” 0+
08.40 М/с “Ну, погоди! Каникулы” 6+
09.00 Т/с “Галя, у нас отмена!” 16+
10.05 Уральские пельмени. Смехbook 16+
14.05 Уральские умельцы 12+
14.40, 22.30 Уральские пельмени 16+
21.00 Уральские пельмени. География пельменей 16+
00.00, 01.05 Импровизаторы. 2 сезон 16+
02.10 Большой побег 16+
03.15 Т/с “Последний из Магикян” 12+
06.00 6 кадров 16+
ТНТ (+1)
08.00, 09.00 Однажды в России. Спецдайджесты- 2023 г 16+
10.00, 11.00, 12.00 X/ф “Полицейский с рублевки” 16+
13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00 Т/с “Полицейский с рублевки” 16+
21.00, 22.00, 23.00 Комеди Клуб 16+
00.00 StandUp 18+
01.00, 01.30, 02.00, 02.30 Т/с “Бородач” 16+
02.55, 03.40 Импровизация. Команды 16+
04.30, 05.20 Шоу “Студия Союз” 16+
06.05, 06.50, 07.40 Импровизация 16+
ТВЦ
07.00 Настроение 12+
09.20 “Был такой случай”. Юмористический концерт 12+
10.15 X/ф “Некрасивая подружка. Любовный квадрат” 12+
12.15, 12.50 X/ф “Некрасивая подружка. Тайна Белоснежки” 12+
12.30, 15.30, 18.50 События 16+
14.20, 16.05 X/ф “Некрасивая подружка. Шоколадное убийство” 12+
15.50 Город новостей 16+
16.50 X/ф “Некрасивая подружка. Эффект бабочки” 12+
19.10 X/ф “Некрасивая подружка. Сердце зверя” 12+
21.00 X/ф “Некрасивая подружка. Страшная, страшная сказка” 12+
23.00 В центре событий 16+
00.00 Приют комедиантов 12+
01.25 X/ф “Ночное происшествие” 12+
02.55 Петровка, 38 16+
03.10 X/ф “Рассвет на Санторини” 16+
04.40 X/ф “Фанфан-Тюльпан” 12+
06.15 Д/с “Большое кино” 12+

Суббота, 28 октября

ПЕРВЫЙ

06.00 Доброе утро. Суббота 12+
09.00 Умницы и умники 12+
09.45 Слово пастыря 0+
10.00, 12.00 Новости
10.15 Наше всё 12+
11.05 ПроУют 0+
12.15 Поехали! 12+
13.10 X/ф “Старший сын” 12+
15.45 Горячий лёд. Фигурное катание. Гран-при России 2023 г. Короткая программа. Этап III. Прямой эфир
16.55 Михаил Задорнов. Вся жизнь 16+
17.50 Вечерние Новости
18.05 “Эксклюзив” с Дмитрием Борисовым 16+
18.55 Кто хочет стать миллионером? 12+
19.45 Что? Где? Когда? 16+
21.00 Время
21.35 Сегодня вечером 16+
23.10 Мир на грани. Уроки Карибского кризиса 16+
00.15 Лига Ставок. Вечер профессионального бокса. Алексей Папин-Сослан Асбаров. Бой в тяжелом весе. Прямой эфир
01.15 Д/ф “Мир глазами группы Radiohead” 16+
02.25, 03.10, 03.50, 04.25, 05.00 Подкаст.Лаб 16+
РОССИЯ 1 (Саратов)
05.00 Утро России. Суббота 12+
08.00 Местное время. Вести-Саратов
08.20 Местное время. Суббота
08.35 По секрету всему свету 12+
09.00 Формула еды 12+
09.25 Пятро на одного 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.50 В кругу друзей 12+
12.50 Доктор Мясников 12+
14.50 Юморина 16+
17.50 Привет, Андрей! 12+
21.00 X/ф “Квартирка” 16+
01.00 X/ф “Цветочное танго” 12+
04.25 X/ф “Ожерелье” 12+
РЕН-ТВ (+1)
06.00, 05.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
07.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. Суперсериал. Вячеслав Дацик - Петр Романкевич. Прямая трансляция 16+
08.30 С бодрым утром! 16+
09.30, 13.30, 17.30 Новости 16+
10.00 Минтранс 16+
11.00 Самая полезная программа 16+
12.00, 14.00 Военная тайна 16+
16.00 Совбез 16+
18.00 Документальный спецпроект 16+
19.00 Засекреченные списки 16+
20.00 X/ф “Заложница-2” 16+
21.45 X/ф “Заложница-3” 16+
00.00 X/ф “Прогулка среди могил” 18+
02.15 X/ф “Адреналин-2” 18+
03.45 X/ф “Кровный отец” 18+
НТВ (+1)
04.55 Т/с “Улицы разбитых фонарей” 16+
07.30 Смотр 0+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 Поедем, поедим! 16+
09.20 Едим дома 0+
10.20 Главная дорога 16+
11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым 12+

13.10 Попутчик 16+
14.20 Игры разумов 0+
15.00 Своя игра 0+
16.20 ЧП. Расследование 16+
17.00 Следствие вели... 16+
19.00 Центральное телевидение 16+
20.20 Ты не поверишь! 16+
21.20 Секрет на миллион 16+
23.25 Международная пилорама 18+
00.15 Захар Прилепин. Уроки русского 12+
00.45 Квартирник НТВ у Маргулиса 16+
02.05 Дачный ответ 0+
03.00 Т/с “Отстегните ремни” 16+
04.35 Д/с “Военно-исторические маршруты” 16+
СТС
07.00, 06.50 Ералаш 0+
08.00 М/с “Три кота” 0+
08.30 М/ф “Детектив Финник” 0+
09.00, 12.00 Уральские пельмени 16+
10.00, 10.30 ПроСТО кухня 12+
11.00 100 мест, где поесть 16+
12.25 Супериндзя 16+
16.20 М/ф “Большой кошачий побег” 12+
18.05 М/ф “Angry Birds в кино” 6+
20.05 М/ф “Angry Birds-кино” 6+
22.00 X/ф “Дэдпул” 16+
00.00 X/ф “Ип Ман-3” 16+
02.10 X/ф “Ип Ман-4” 16+
04.00 Т/с “Последний из Магикян” 12+
06.00 6 кадров 16+
06.20 Мультфильмы 0+
ТНТ (+1)
08.00, 09.00 Однажды в России. Спецдайджесты- 2023 г 16+
10.00 Салон 16+
10.30, 12.00, 13.30, 16.00 Битва экстрасенсов 16+
15.00 Вызов 16+
17.00, 19.30 Экстрасенсы. Битва сильнейших 16+
22.00 Ярче Звезд 16+
00.00 Женский Стендап 18+
01.00 X/ф “Рыцарь теней” 6+
03.00, 03.50 Импровизация. Команды 16+
04.40, 05.25 Шоу “Студия Союз” 16+
06.10, 07.00, 07.40 Импровизация 16+
ТВЦ
06.40 X/ф “Петрович” 12+
08.25 Православная энциклопедия 6+
09.50 X/ф “Тень Саламандры” 12+
12.30, 15.30, 00.20 События 16+
12.50 Смешите меня семеро 16+
14.00, 15.50 X/ф “Тайна Спящей дамы” 12+
18.15 X/ф “Семь минус один” 12+
22.00 Постскриптум 16+
23.05 Право знать! 16+
00.30 Д/ф “Тайная комната. Принцесса Диана” 16+
01.10 Д/ф “90-е. Комсомольцы” 16+
01.55 Специальный репортаж 16+
02.20 Хватит слухов! 16+
02.45 Д/ф “Актёрские драмы. Бьёт-значит любит?” 12+
03.25 Д/ф “Актёрские драмы. Ранняя слава” 16+
04.05 Д/ф “Актёрские драмы. Талант не пропьёшь?” 16+
04.45 Д/ф “Актёрские драмы. Смерть на сцене” 12+
05.25 Д/ф “Список Андропова” 16+
06.05 Петровка, 38 16+

Воскресенье, 29 октября
ПЕРВЫЙ
 06.00, 10.00, 12.00 Новости
 06.10, 14.30, 00.45, 01.30, 02.15, 03.00, 03.35, 04.10
 Подкаст.Лаб 16+
 06.55 Играй, гармонь любимая! 12+
 07.40 Часовой 12+
 08.10 Здоровье 16+
 09.20 Мечталлион. Национальная Лотерея 12+
 09.40 Непутевые заметки 12+
 10.10 Жизнь своих 12+
 11.05 Повара на колесах 12+
 12.15 Видели видео? 0+
 15.20 Горячий лед. Фигурное катание. Гран-при России 2023 г. Произвольная программа. Этап III. Прямой эфир
 17.05 Специальный репортаж. "Украина. Дети на продажу" 16+
 18.00 Вечерние Новости
 19.00 Перепой звезду 12+
 21.00 Время
 23.00 Кислород. Вверх за пределы себя 12+
РОССИЯ 1 (Саратов)
 06.10, 01.30 X/ф "Нелёгкое счастье" 12+
 08.00 Местное время. Воскресенье
 08.35 Когда все дома 12+
 09.25 Утренняя почта 12+
 10.10 Сто к одному 12+
 11.00, 17.00 Вести
 12.00 Большие перемены 12+
 13.00 X/ф "Свадебный марш" 16+
 17.50 Песни от всей души 12+
 20.00 Вести недели
 22.00 Москва. Кремль. Путин 12+
 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
РЕН-ТВ (+1)
 06.00, 00.55 Самые шокирующие гипотезы 16+
 08.00 С бодрым утром! 16+
 09.30, 13.30 Новости 16+
 10.00 Самая народная программа 16+
 10.30 Знаете ли вы, что? 16+
 11.30 Наука и техника 16+
 12.30 Неизвестная история 16+
 13.45 X/ф "Обет молчания" 16+
 15.30 X/ф "Сила стихии" 16+
 17.25 X/ф "Разлом" 16+
 19.30 X/ф "Пылающее море" 16+
 21.30 X/ф "Гренландия" 16+
 00.00 Итоговая программа 16+
НТВ (+1)
 04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
 06.30 Центральное телевидение 16+
 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
 08.20 У нас выигрывают! 12+
 10.20 Первая передача 16+
 11.00 Чудо техники 12+
 11.55 Дачный ответ 0+
 13.00 НашПотребНадзор 16+
 14.05 Однажды... 16+
 15.00 Своя игра 0+
 16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным 16+
 17.00 Следствие вели... 16+
 18.00 Новые русские сенсации

16+
 19.00 Итоги недели
 20.20 Ты супер! Суперсезон. Финал 6+
 23.35 Звезды сошлись 16+
 01.10 Основано на реальных событиях 16+
 02.30 Т/с "Отстегните ремни" 16+
СТС
 07.00, 06.50 Ералаш 0+
 08.00 М/с "У овечек" 0+
 08.30 М/ф "Детектив Финник" 0+
 09.00, 11.00 Уральские пельмени 16+
 10.00 Рогов в деле 16+
 11.30 Уральские умельцы 12+
 12.05 Т/с "Галя, у нас отмена!" 16+
 14.15 М/ф "Angry Birds в кино" 6+
 16.10 М/ф "Angry Birds-кино" 6+
 18.05 X/ф "Доктор Стрэндж" 16+
 20.25 X/ф "Дэдпул" 16+
 22.30 X/ф "Дэдпул 2" 16+
 00.55 X/ф "Гонка со временем" 16+
 02.35 Т/с "Последний из Магикян" 12+
 06.15 6 кадров 16+
 06.20 Мультфильмы 0+
ТНТ (+1)
 08.00, 09.00 Однажды в России. Спецдайджесты- 2023 г 16+
 10.00, 10.30 Битва пикников 16+
 11.00 Экстрасенсы ведут расследование 16+
 12.00, 14.30, 17.00 Экстрасенсы. Битва сильнейших 16+
 19.30 Новые Звёзды в Африке 16+
 22.00 Лига городов 16+
 00.00 Шоу Воли 16+
 01.10 Ярче Звёзд 16+
 03.00, 03.50 Я тебе не верю 16+
 04.35, 05.25 Импровизация. Команды 16+
 06.10 Шоу "Студия Союз" 16+
 07.00, 07.45 Импровизация 16+
ТВЦ
 06.45 X/ф "Фанфан-Тюльпан" 12+
 08.20 X/ф "Рассвет на Санторини" 16+
 10.10 Здоровый смысл 16+
 10.40 Д/ф "Королевы комедий" 16+
 11.35 Д/ф "Легенды эстрады. Любовь, комсомол и весна" 16+
 12.30, 01.15 События 16+
 12.45 Наша смешная жизнь 16+
 13.35 X/ф "Ночное происшествие" 12+
 15.30 Московская Неделя 16+
 16.00 Д/ф "Дорогие товарищи. Гибель Машерова" 16+
 16.50 Д/ф "Следствие ведёт КГБ. Блондинки за углом" 16+
 17.40 X/ф "Петрович" 12+
 19.50 X/ф "Разлучница" 16+
 23.35, 01.30 X/ф "Призраки Замоскворечья" 12+
 03.00 Петровка, 38 16+
 03.10 X/ф "Тайна Спящей дамы" 12+
 06.05 Москва резиновая 16+
 06.30 Московская Неделя 12+

Гороскоп с 23 по 29 октября

ОВЕН (21.03-20.04).

Все складывается не так, как Вам хотелось бы. Настроение праздничное, а дела с работы не пускают. Зато начальство Вас заметит и оценит. А в выходные можно и в лес, на природу.

ТЕЛЕЦ (21.04-21.05).

Вам осталось доделать несколько важных дел и простых, и не очень. Будет за что себя похвалить, и, по крайней мере, настроение в сравнении с прошлой неделей улучшится.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05-21.06).

Достаточно беспокойная неделя, прежде всего из-за работы. Заработать на этой неделе не получится, а с деньгами туго. Близкие тоже доставят немало хлопот.

РАК (22.06-23.07).

Неплохо бы взять тайм-аут. Займитесь в начале недели спортом, в середине - хобби и гостями, в выходные купите себе что-нибудь нужное. Родственники помогут поднять настроение.

ЛЕВ (24.07-23.08).

Вы все в любви. И практически ничем, кроме этого, не интересуетесь. В понедельник - романтический ужин, во вторник - походы по магазинам. В конце недели вспомните о работе или она Вам о себе напомнит.

ДЕВА (24.08-23.09).

Вспахивать на этой неделе не придется, будете только пожинать плоды. В начале недели блеснет повышение в должности. В середине недели можно просить добавки к жалованью. В выходные навестите родителей.

ВЕСЫ (24.09-23.10).

Неделя обещает быть активной: спорт, активный отдых с семьей и много прогулок на свежем воздухе (возможно, по магазинам). Родные помогут избавиться от недомогания.

СКОРПИОН (24.10-22.11).

Семейные проблемы накроют Вас с головой. Кто-то из домашних крепко обидится в начале недели. Дети не порадуют. Чтобы объединить семейство, организуйте семейный обед в выходные.

СТРЕЛЕЦ (23.11-21.12).

Вас ожидает масса мелких дел, несколько крупных встреч, нуднейший, но хорошо оплачиваемый проект, который нужно завершить к концу недели. К выходным будьте готовы - нагрянут гости.

КОЗЕРОГ (22.12-20.01).

Работа, дом, семья, карьера - все на "отлично". И со здоровьем все в порядке. Так распорядитесь этим добром с пользой для себя и других. В выходные купите вкусностей и проведите это время с детьми.

ВОДОЛЕЙ (21.01-19.02).

Главные проблемы решены, но еще нужно покрутиться, чтобы разрулить ситуацию. Доходы появятся где-то к среде. Конец недели проведете в хлопотах по дому.

РЫБЫ (20.02-20.03).

Очень хорошая неделя. На работе все дела завершатся очень хорошо, и дома все вечера будут приятными и тихими. И денег прибавится, что окажется очень кстати. Конец недели будет шумным и веселым.

Спортивные новости

Футбольная команда Михайловского дома-интерната вернулась домой с победой



В Адлере завершились Всероссийские соревнования по мини-футболу «Кубок Федерации спорта ЛИН 2023 года». Организатором выступила Всероссийская федерация спорта лиц с интеллектуальными нарушениями при информационной поддержке Департамента физической культуры и спорта администрации города Сочи.

Команда Михайловского дома-интерната для граждан, имеющих психические расстройства, представляет Саратовскую область в престижных соревнованиях не первый год. В соревнованиях принимали участие команды из 4 регионов Российской Федерации: Кировской области, Саратовская область, Республика Татарстан, Республика Коми. Стоит отметить, что команда из Кировской области была из коррекционной школы, что усложняло борьбу за призовые места.

По итогам серии игр саратовские футболисты завоевали серебряную медаль, уступив первенство команде из коррекционной школы Кировской области. А игрок Малянов Иван признан лучшим игроком турнира.

Команда Михайловского дома-интерната награждена дипломом 2 степени от президента Федерации ЛИН Сергея Евсеева, призовым кубком за второе место и серебряными медалями. Подопечный Малянов Иван получил грамоту как лучший игрок.

Игры проводились в целях популяризации и развития спорта лиц с интеллектуальными нарушениями в Российской Федерации.

В свободное от игр время команда посетила игру континентальной хоккейной лиги, которая проходила на хоккейной арене Олимпийского парка, а теплое море и солнце поддерживали спортивный дух игроков.

Тренируют спортсменов специалисты по реабилитации Тремасов Юрий и Чекулаева Надежда. От всей души поздравляем команду и тренерский состав с победой и желаем новых успехов!

Заведующая социальным отделом Д. Шаяхметова

В социальных сетях доступно мини-приложение «Госуслуги»

В целях повышения уровня доступности государственных услуг в социальной сети «ВКонтакте» (<https://clck.ru/e54kQ>) появилось мини-приложение «Госуслуги». С его помощью пользователи могут разрешить социально значимые вопросы.

Сейчас мини-приложение содержит подразделы «Здоровье», «Образование» и «Авто». Через них заявитель может записаться к врачу, на кружки или секции, предъявить водительские права, получить выписку из реестра транспортных средств и другое.

Оказание госуслуг осуществляется по тому же принципу, что и в федеральной государственной информационной системе «Единый портал государственных и муниципальных услуг».

По информации Минфина Саратовской области

Простуда на губах, или вирус простого герпеса

«Простуда» на губах знакома многим. Выделяют несколько типов вируса герпеса. Вместе с тем чаще всего болезнь вызывают вирусы простого герпеса – I и II типа. Именно первый тип и вызывает ту самую пресловутую «простуду на губах».

Вирус простого герпеса I типа. При благоприятных для него условиях, например, при ослаблении иммунитета, вирус активизируется. Вирус простого герпеса I типа вызывает поражения кожи, слизистых оболочек и обычно проявляется поражением полости рта, губ, кожи на носу и область вокруг.

Герпетический дерматит. Как происходит заражение.

Источником инфекции является только человек. Период выделения вируса составляет 3-10 дней (в острый период заболевания), а при обострении инфекции длительность выделения возрастает до нескольких недель. Чаще всего заражение происходит воздушно-капельным путем. Кроме того, вирус может проникнуть в организм со слюной через совместное использование бытовых предметов.

Развитие вируса происходит следующим образом. Заболевание характеризуется появлением высыпаний, состоящих из пузырьков диаметром 1-3 мм на фоне эритемы и отека кожи. За 1-2 дня до этого возможен так называемый продромальный период, который проявляется жжением, покалыванием, зудом, небольшими болями. Через несколько часов появляются болезненные пузырьки, заполненные прозрачной, а затем мутной жидкостью. После того как пузырек лопнет (из него вытекает бесцветная жидкость, которое содержит миллиарды вирусных частиц), образуется эрозия, а затем – корочка буровато-желтого цвета. После ее отпадения на коже остается небольшое покраснение или легкая нестойкая пигментация. Выздоровление наступает на 10-14 день. Типичной локализацией простого герпеса I типа является кожа лица: вокруг рта, красная кайма губ, крылья носа. Реже поражаются кожа щек, ушных раковин, лба, век. В первые дни болезни, особенно при первичном инфицировании, внешним проявлениям инфекции могут предшествовать признаки общей интоксикации: повышение температуры тела, недомогание, мышечные, суставные и головные боли. При локализованном поражении кожи симптомов интоксикации, как правило, нет, температура тела остается нормальной, болезнь протекает в виде локализованного процесса. При распространенной форме, которая чаще наблюдается у детей раннего возраста, начало заболевания острое, с повышением температуры до 38-40 градусов, с ознобом, головной болью, слабостью, болью в мышцах, суставах.

В остром периоде возможна тошнота, рвота и фебрильные судороги, увеличение регионарных лимфоузлов. К концу первых суток, реже на 2-3-й день болезни, одновременно на различных участках тела – на лице, конечностях, туловище появляются пузырьки, которые собираются в группы, с характерными признаками сыпи. Выздоровление наступает на 3-6-й неделе.

Самые частые причины, которые способствуют активизации вируса герпеса, следующие: стресс или эмоциональное расстройство, ОРВИ, другие острые инфекционные заболевания, обострение хронических заболеваний, отравление или интоксикация, переохлаждение или перегревание, переутомление и т.д.

Одним из наиболее эффективных лекарственных средств для этих целей является ацикловир и подобные препараты нового поколения. Противогерпетические лекарственные средства должны применяться только после консультации врача. Начинать использовать противогерпетические препараты необходимо с первых симптомов заболевания. Вирус простого герпеса I типа нечувствителен к антибиотикам.

Как таковой профилактики против вируса герпеса нет. Если придерживаться следующих правил, можно избежать частых рецидивов заболевания. Соблюдайте правила гигиены. Тщательно мойте руки и предметы, к которым прикасаетесь. Избегайте физического или эмоционального переутомления. Находясь на солнце, морозе или ветре, следует защищать губы кремом или гигиенической помадой с SPF. Старайтесь избегать стресса. Если этого не получается, обратитесь к специалисту, который, в случае необходимости, назначит терапию.

Материалы носят информационный характер и предназначены для образовательных целей. Информация не должна использоваться в качестве медицинских рекомендаций. Ставит диагноз и назначает лечение только ваш лечащий врач.

<https://tv-soft.com/EditProfile.aspx>

Название издания - «Михайловские новости».

Учредитель муниципального учреждения «Редакция газеты «Михайловские новости» муниципального образования поселок Михайловский Саратовской области - администрация муниципального образования поселок Михайловский Саратовской области.

Главный редактор Слюнина Е.А.

Газета набрана, сверстана и отпечатана в муниципальном учреждении «Редакция газеты «Михайловские новости» муниципального образования поселок Михайловский Саратовской области.

Время подписания газеты, установленное по графику-14.00 ч., 19.10.2023 г., фактическое - 14.00 ч., 19.10.2023 г.

Тираж 286

Адрес редакции и издателя: 413540, Саратовская область, пос. Михайловский, ул. Михайловская, дом 35, тел./факс 8(845 77) 2-10-13. Email: smitmi@yandex.ru

Редакция не несет ответственности за содержание рекламы и объявлений.

Мнение авторов публикаций не обязательно отражает позицию редакции. Авторы несут ответственность за предлагаемую информацию. Письма и материалы, не заказанные редакцией, не рецензируются и не возвращаются.