

ИнфоМАРКЕТ

№ 24 (374) 21 июня 2023 года

16+

ЗЛАТОУСТ МИАСС САТКА ЧЕБАРКУЛЬ БАКАЛ КУСА

www.gazetaplus.ru

ФИЛЬТРЫ ДЛЯ ВОДЫ

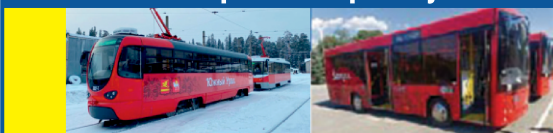
ПОДБОР ФИЛЬТРОВ от жёсткости и железа
ХИМИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ВОДЫ

Продажа | Установка | Замена

г.Златоуст, пр.Мира, 20 А
30 лет Победы, д.10а «Аква-Сервис»
8-922-744-50-07 Filtr-zlat.ru

МУП «АВТОХОЗЯЙСТВО АДМИНИСТРАЦИИ ЗГО»

примет на работу:



-СЛЕСАРЯ-ЭЛЕКТРИКА
-МОНТЁРА ПУТИ
-ДИСПЕТЧЕРА
-ВОДИТЕЛЕЙ АВТОБУСА
-ВОДИТЕЛЕЙ ТРАМВАЯ

Льготный стаж,полный соц.пакет.
Обучение за счёт предприятия.

8 982 332 1021

3/плата 40 000 - 60 000 руб. 8 (3513) 66-61-55

«ДОБРЫЙ СТОМАТОЛОГ»

ЛЕЧЕНИЕ, ПРОТЕЗИРОВАНИЕ,
ИСПРАВЛЕНИЕ ПРИКУСА

СТОМАТОЛОГИЯ

г.Миасс, бульвар Мира, 3

тел.(3513) 55-00-43

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ЗАВОД СПЕЦАГРЕГАТ

-Официальное трудоустройство,
-Доставка служебным транспортом,
-Бесплатное питание.

В связи с выполнением Гособорнзаказа ООО «Завод СпецАгрегат»
примет на работу следующих специалистов:

- | | |
|--|----------------------------------|
| ■ Менеджер по снабжению - 42.500руб. | ■ Токарь -расточник - 69.000руб. |
| ■ Инженер-конструктор - от 46.000руб. | ■ Оператор ЧПУ - от 34.500руб.* |
| ■ Бухгалтер - 34.900руб. | ■ Маляр - от 46.000руб.* |
| ■ Энергетик - 57.500руб. | ■ Сварщик - от 49.000руб.* |
| ■ Технолог - 47.000руб. | ■ Автоэлектрик - 56.000руб. |
| ■ Уборщик производственных помещений - 25.000руб. | ■ Агрегатчик - 40.000руб. |
| ■ Слесарь МСР - от 46.000руб.* | ■ Токарь - 50.000руб. |
| ■ Контролер - охранник /посменный график/
(наличие прав категории В) - 31.000руб. | ■ Фрезеровщик - 43.700руб. |
| ■ Водитель - испытатель - 37.500руб. | ■ Шлифовщик - 62.400руб. |

*Зарботная плата зависит от разрядности выполненных работ и квалификации

г. Миасс, Обьездная дорога, 2/18 ☎8 (351) 326-50-05 – отдел кадров
с понедельника по пятницу с 10 до 17 часов

Резюме можно присылать на электрон. почту: resume@zavodsa.ru

Оргсервис

РЕМОНТ

ЖК-телевизоров
мониторов
компьютеров
ноутбуков
принтеров

Заправка
картриджей

Доставка по городу

тел. (3513) 67-15-07
ул. Горького д. 3, офис 14

ООО «Русская стратегия» приглашает на работу:

- Менеджер отдела продаж (Миасс)
- Инженер КИП и А
- Инженер-конструктор
- Электрогазосварщик
- Инженер по качеству
- Производитель работ (монтаж металлоконструкций)
- Слесарь-ремонтник
- Электромонтер по ремонту и обслуживанию оборудования
- Подсобный рабочий

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:

Достойный заработок
Постоянный объём работы
Полный соцпакет
Удобное расположение места работы

Телефон для справок: 8-952-516-36-88

Адрес: г.Миасс, пр.Макеева, 38



ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИЛЕР:



КРЕПС



ГКЛ. ГВЛ. ОСВ. СУХИЕ СТРОИТЕЛЬНЫЕ СМЕСИ.
ФАНЕРА. МЕТАЛЛОКАРКАС. ТЕПЛОИЗОЛЯЦИЯ.
КЕРАМОГРАНИТ. САНТЕХНИКА и многое другое

АНТИКРИЗИСНЫЕ ЦЕНЫ

г.Златоуст: ул. 30 лет Победы, 14 тел: 8 (3513) 65-89-88
ул.Радищева, 3 тел: 8 (3513) 66-07-07

г.Миасс: ул. Романенко, 9 тел: 8 (3513) 555-000
ул. Севастопольская, КПД тел: 8 (3513) 240-777

г.Чебаркуль: ул. Дзержинского, 3 тел: 8 (35168) 20-373



ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ
ОВОЩЕВОДОВ
ВАХТОВЫМ МЕТОДОМ
СТАНЬ ЧАСТЬЮ НАШЕЙ КОМАНДЫ:

- ⚙ РАБОТА НА СОВРЕМЕННОМ ТЕПЛИЧНОМ КОМБИНАТЕ
- 💰 ДОСТОЙНАЯ СТАБИЛЬНАЯ ЗАРПЛАТА
- 🚚 КОРПОРАТИВНЫЙ ТРАНСПОРТ
- 🍲 ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ

8 (982) 270-04-62

г. Усть-Катав,
пос. Малый Бердяш,
ул. Луговая, д. 15



26 июня
ПонедельникНочью +8
Днём +14

5.00 "Доброе утро" (16+)
9.00 Новости (16+)
9.05 "АнтиФейк" (16+)
9.45 "Жить здорово!" (16+)
10.35 "Подкаст.лаб" (16+)
11.00 Новости (с с/т) (16+)
11.20 "Подкаст.лаб" (16+)
12.50 Информационный канал (16+)
14.00 Новости (с с/т) (16+)
14.15 Информационный канал (16+)
17.00 Новости (с с/т) (16+)
17.15 "Мужское / Женское" (16+)
18.10 Информационный канал (16+)
19.50 "Куклы наследника Тутти" (16+)
21.00 "Время" (16+)
21.45 "Великая". Т/с (12+)
22.45 Информационный канал (16+)
00.25 "Подкаст.лаб". "Обязательно к прочтению" (16+)
01.05 "Подкаст.лаб". "АстроУмные" (16+)
01.45 "Подкаст.лаб". "Антропология" (16+)

27 июня
ВторникНочью +8
Днём +18

5.00 "Доброе утро" (16+)
9.00 Новости (16+)
9.05 "АнтиФейк" (16+)
9.45 "Жить здорово!" (16+)
10.35 Информационный канал (16+)
11.00 Новости (с с/т) (16+)
11.20 Информационный канал (16+)
14.00 Новости (с с/т) (16+)
14.15 Информационный канал (16+)
17.00 Новости (с с/т) (16+)
17.15 "Мужское / Женское" (16+)
18.10 Информационный канал (16+)
19.50 "Куклы наследника Тутти" (16+)
21.00 "Время" (16+)
21.45 "Великая". Т/с (12+)
22.45 Информационный канал (16+)
00.25 "Подкаст.лаб". "Легкие деньги" (16+)
01.05 "Подкаст.лаб". "Все хотят летать" (16+)
01.45 "Подкаст.лаб". "Кот Шрёдингера" (16+)

28 июня
СредаНочью +10
Днём +20

5.00 "Доброе утро" (16+)
9.00 Новости (16+)
9.05 "Жить здорово!" (16+)
10.00 Информационный канал (16+)
11.00 Новости (с с/т) (16+)
11.20 "Курбан-Байрам". Трансляция из Уфимской соборной мечети (16+)
12.00 Информационный канал (16+)
14.00 Новости (с с/т) (16+)
14.15 Информационный канал (16+)
17.00 Новости (с с/т) (16+)
17.15 "Мужское / Женское" (16+)
18.10 Информационный канал (16+)
19.50 "Куклы наследника Тутти" (16+)
21.00 "Время" (16+)
21.45 "Великая". Т/с (12+)
22.45 Информационный канал (16+)
00.25 "Подкаст.лаб". "Психика" (16+)
01.05 "Подкаст.лаб". "Письма" (16+)
01.45 "Подкаст.лаб". "Обязательно к прочтению" (16+)

02.25 "Подкаст.лаб". "Не лыком шиты" (16+)
03.00 Новости (16+)

РОССИЯ 1



5.00 "Утро России" (16+)
5.07, 6.07, 7.07, 8.07 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.40 "Утро России" (16+)
9.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
9.30 "Утро России". "Южный Урал" (Ч) (16+)
9.55 "О самом главном" (12+)
11.00 "Вести" (16+)
11.30 "60 минут" (12+)
14.00 "Вести" (16+)
14.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
14.55 "Кто против?" (12+)
16.00 "Вести" (16+)
16.30 "Малахов" (16+)
17.30 "60 минут" (12+)
20.00 "Вести" (16+)
21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
21.20 "Всё как у людей. Продолжение". Т/с (16+)
23.25 "Вечер с Владимиром Соловьёвым" (12+)
02.05 "Рая знает всё!" Т/с (12+)
03.55 "Семейный детектив". Т/с (16+)



4.55 "Москва. Центральный округ". Т/с (16+)
6.30 "Утро. Самое лучшее"
8.00 "Сегодня" (16+)
8.25 "Лесник". Т/с (16+)
10.00 "Сегодня" (16+)
13.25 "ЧП" (16+)
14.00 "Место встречи" (16+)
16.00 "Сегодня" (16+)
16.40 "Зимородок". Т/с (16+)
19.00 "Сегодня" (16+)
20.00 "Феникс". Т/с (16+)
22.15 "Медиатор". Т/с (16+)
23.35 "Сегодня" (16+)
00.00 "Медиатор". Т/с (16+)
00.45 "Терминал". Т/с (16+)

СТС

6.00 "Ералаш" (0+)
6.30 "Простоквашино". М/с (0+)
7.15 "Ну, погоди! Каникулы" М/с (6+)
8.00 "Взрослым не понять" (12+)
9.00 "Приключения мышонка Переса". Х/ф (0+)
10.55 "Приключения мышонка Переса-2". Х/ф (0+)
12.40 "Охотники за привидениями". Х/ф (0+)
14.45 "Охотники за привидениями-2". Х/ф (0+)

16.55 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
20.00 "Белоснежка. Месть гномов". Х/ф (12+)
22.05 "Лемони Сникет. 33 несчастья". Х/ф (12+)
00.05 "Кино в деталях" (18+)
01.10 "Спенсер". Х/ф (16+)
03.05 "Два отца и два сына". Т/с (16+)



7.00 "Однажды в России. Спецдайджесты" (16+)
9.00 "Выжить в Дубае" (16+)
11.00 "Звезды в Африке" (16+)
20.00 "Вика-ураган". Т/с (16+)
21.00 "Почка". Т/с (18+)
22.00 "Три тысячи лет желаний". Х/ф (16+)
00.05 "Такое кино!" (16+)
00.40 "Импровизация. Команды". Финал (16+)
02.00 "Импровизация. Команды" (16+)
02.50 Шоу "Студия Союз" (16+)
04.20 "Импровизация" (16+)



5.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
6.00 "С бодрым утром!" (16+)
8.30 Новости (16+)
9.00 "Военная тайна" (16+)
11.00 "Как устроен мир" (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 "Загадки человечества" (16+)

14.00 "Невероятно интересные истории" (16+)
15.00 "Засекреченные списки" (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 "Тайны Чапман" (16+)
18.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 "Мидуэй". Х/ф (16+)
22.40 "Водить по-русски" (16+)
23.00 Новости (16+)
23.30 Документальный спецпроект (16+)
00.30 "Шальная карта". Х/ф (18+)
02.10 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
03.00 "Тайны Чапман" (16+)



6.00 "Дорожные войны". Лучшее (16+)
7.15 "Дорожные войны" (16+)
9.00 "Улетное видео" (16+)
10.30 "Солдаты". Т/с (12+)
16.30 "Улетное видео" (16+)
20.00 "Решала" (16+)
23.00 "Опасные связи" (18+)
02.50 "Решала" (16+)



4.45 "Итоги. Время новостей" (16+)
5.30 "Ученые люди" (12+)
5.55 "Посмотри" (16+)
6.05 Мультфильмы (6+)

6.15 "Итоги. Время новостей" (16+)
7.00 "Наше утро" (16+)
7.30 "Время новостей" (16+)
7.35 "Наше утро" (16+)
8.30 "Время новостей" (16+)
8.35 "Наше утро" (16+)
9.30 "Итоги. Время новостей" (16+)
10.15 "Учитель в ДНК". Специальный репортаж (16+)
10.30 "Практика". Т/с (12+)
11.30 "Так любила, что убийца". Специальный репортаж (16+)
12.00 "Исчезнувшая". Т/с (16+)
13.45 "Наука Шерлока Холмса" (12+)
14.15 "Полиция Южного Урала" (16+)
14.30 "О здоровье" (16+)
15.00 "Время новостей" (16+)
15.15 "Не покидай меня". Т/с (12+)
17.10 "Дипломатическая миссия". День защиты детей (12+)
17.40 "Время новостей" (16+)
18.00 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
19.00 "Время новостей" (16+)
19.45 "Есть вопрос" (16+)
20.00 "Хлеба и зрелищ" (12+)
20.30 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
21.30 "Время новостей" (16+)
22.15 "Есть вопрос" (16+)
22.30 "Не покидай меня". Т/с (12+)
00.10 "Время новостей" (16+)
00.40 "Есть вопрос" (16+)
01.00 "Хочу к Пухову!" Кастинг (16+)

02.25 "Подкаст.лаб". "20 лет спустя" (16+)
03.00 Новости (16+)

РОССИЯ 1



5.00 "Утро России" (16+)
5.07, 6.07, 7.07, 8.07 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.40 "Утро России" (16+)
9.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
9.30 "Утро России". "Южный Урал" (Ч) (16+)
9.55 "О самом главном" (12+)
11.00 "Вести" (16+)
11.30 "60 минут" (12+)
14.00 "Вести" (16+)
14.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
14.55 "Кто против?" (12+)
16.00 "Вести" (16+)
16.30 "Малахов" (16+)
17.30 "60 минут" (16+) (12+)
20.00 "Вести"
21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
21.20 "Всё как у людей. Продолжение". Т/с (16+)
23.25 "Вечер с Владимиром Соловьёвым" (12+)
02.05 "Рая знает всё!" Т/с (12+)
03.55 "Семейный детектив". Т/с (16+)



5.00 "Москва. Центральный округ". Т/с (16+)
6.30 "Утро. Самое лучшее"
8.00 "Сегодня" (16+)
8.25 "Лесник". Т/с (16+)
10.00 "Сегодня" (16+)
13.25 "ЧП" (16+)
14.00 "Место встречи" (16+)
16.00 "Сегодня" (16+)
16.40 "Зимородок". Т/с (16+)
19.00 "Сегодня" (16+)
20.00 "Феникс". Т/с (16+)
22.15 "Медиатор". Т/с (16+)
23.35 "Сегодня" (16+)
00.00 "Медиатор". Т/с (16+)
00.45 "Терминал". Т/с (16+)
04.45 "Военно-исторические маршруты" (16+)

СТС

6.00 "Ералаш" (0+)
6.30 "Простоквашино". М/с (0+)
7.20 "Ну, погоди! Каникулы" М/с (6+)
8.05 "ОКнутые люди" (16+)
9.20 "Обратимая реальность". Х/ф (12+)
11.00 "Лемони Сникет. 33 несчастья". Х/ф (12+)
13.05 "Джунгли зовут!" Х/ф (12+)
15.15 "Питомец Юрского периода". Х/ф (12+)

17.00 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
20.00 "Месть пушистых". Х/ф (12+)
21.50 "Спасти панду". Х/ф (12+)
00.05 "Спасатели Малибу". Х/ф (16+)
02.15 "Два отца и два сына". Т/с (16+)
04.40 "6 кадров" (16+)
05.00 Мультфильмы (0+)
05.50 "Ералаш" (0+)



7.00 "Однажды в России. Спецдайджесты" (16+)
9.00 "Универ. Новая общага". Т/с (16+)
14.00 "Иванько". Т/с (16+)
19.30 "Вика-ураган". Т/с (16+)
21.00 "Почка". Т/с (18+)
22.00 "Очень плохая училка". Х/ф (16+)
23.40 "Ангелы Чарли". Х/ф (12+)
01.35 "Импровизация. Команды" (16+)
03.10 Шоу "Студия Союз" (16+)
04.45 "Импровизация" (16+)



5.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
6.00 "С бодрым утром!" (16+)
8.30 Новости (16+)
9.00 "Военная тайна" (16+)
10.00 "Совбез" (16+)
11.00 "Как устроен мир" (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 "Загадки человечества" (16+)

14.00 "Невероятно интересные истории" (16+)
15.00 "Засекреченные списки" (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 "Тайны Чапман" (16+)
18.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 "Аферистка". Х/ф (16+)
22.15 "Водить по-русски" (16+)
23.00 Новости (16+)
23.30 "Знаете ли вы, что?" (16+)
00.30 "Защитник". Х/ф (16+)
02.10 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
03.00 "Тайны Чапман" (16+)



6.00 "Идеальный ужин" (16+)
6.30 "Дорожные войны". Лучшее (16+)
7.15 "Дорожные войны" (16+)
9.00 "Улетное видео" (16+)
10.30 "Солдаты". Т/с (12+)
16.30 "Улетное видео" (16+)
20.00 "Решала" (16+)
23.00 "Опасные связи" (18+)
02.50 "Решала" (16+)
05.00 "Идеальный ужин" (16+)



5.10 "Время новостей" (16+)
5.40 "Ученые люди" (12+)

6.05 Мультфильмы (6+)
6.30 "Время новостей" (16+)
7.00 "Наше утро" (16+)
7.30 "Время новостей" (16+)
7.35 "Наше утро" (16+)
8.30 "Время новостей" (16+)
8.35 "Наше утро" (16+)
9.30 "Время новостей" (16+)
10.00 "О здоровье" (16+)
10.30 "Практика". Т/с (12+)
11.30 "Время новостей" (16+)
12.00 "Исчезнувшая". Т/с (16+)
13.45 "Наука Шерлока Холмса" (12+)
14.15 "Обмани Дарвина" (12+)
14.30 "Хорошие песни" (12+)
15.00 "Время новостей" (16+)
15.15 "Не покидай меня". Т/с (12+)
17.05 "Посмотри" (16+)
17.10 "Экология" (12+)
17.40 "Время новостей" (16+)
18.00 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
19.00 "Время новостей" (16+)
19.45 "Есть вопрос" (16+)
20.00 "Зеленая передача" (12+)
20.30 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
21.30 "Время новостей" (16+)
22.15 "Есть вопрос" (16+)
22.30 "Не покидай меня". Т/с (12+)
00.10 "Время новостей" (16+)
00.40 "Есть вопрос" (16+)
01.00 "Хочу к Пухову!" Кастинг (16+)

02.25 "Подкаст.лаб". "Легкие деньги" (16+)
03.00 Новости (16+)

РОССИЯ 1



5.00 "Утро России" (16+)
5.07, 6.07, 7.07, 8.07 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.40 "Утро России" (16+)
9.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
9.30 "Утро России". "Южный Урал" (Ч) (16+)
9.55 "О самом главном" (12+)
10.30 "Вести" (16+)
11.00 Праздник Курбан-Байрам. Прямая трансляция из Московской Соборной мечети (16+)
11.55 "60 минут" (12+)
14.00 "Вести" (16+)
14.55 "Кто против?" (12+)
16.00 "Вести" (16+)
16.30 "Малахов" (16+)
17.30 "60 минут" (12+)
20.00 "Вести" (16+)
21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
21.20 "Всё как у людей. Продолжение". Т/с (16+)
23.25 "Вечер с Владимиром Соловьёвым" (12+)
02.05 "Рая знает всё!" Т/с (12+)
03.55 "Семейный детектив". Т/с (16+)



5.00 "Москва. Центральный округ". Т/с (16+)
6.30 "Утро. Самое лучшее"
8.00 "Сегодня" (16+)
8.25 "Лесник". Т/с (16+)
10.00 "Сегодня" (16+)
13.25 "ЧП" (16+)
14.00 "Место встречи" (16+)
16.00 "Сегодня" (16+)
16.40 "Зимородок". Т/с (16+)
19.00 "Сегодня" (16+)
20.00 "Феникс". Т/с (16+)
22.15 "Медиатор". Т/с (16+)
23.35 "Сегодня" (16+)
00.00 "Медиатор". Т/с (16+)
00.45 "Терминал". Т/с (16+)
04.45 "Военно-исторические маршруты" (16+)

СТС

6.00 "Ералаш" (0+)
6.30 "Простоквашино". М/с (0+)
7.20 "Ну, погоди! Каникулы" М/с (6+)
8.00 "Уральские пельмени. Смехbook" (16+)
8.55 "Джунгли зовут! В поисках Марсупиалами". Х/ф (12+)
11.00 "Питомец Юрского периода". Х/ф (12+)
12.45 "Спасти панду". Х/ф (12+)

15.05 "Месть пушистых". Х/ф (12+)
16.55 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
20.00 "Красотка на всю голову". Х/ф (16+)
22.10 "Агент под прикрытием". Х/ф (12+)
00.05 "Месть Земли". Х/ф (16+)
02.15 "Два отца и два сына". Т/с (16+)
04.35 "6 кадров" (16+)
05.00 Мультфильмы (0+)
05.50 "Ералаш" (0+)



7.00 "Однажды в России. Спецдайджесты" (16+)
9.00 "Универ. Новая общага". Т/с (16+)
14.00 "Иванько". Т/с (16+)
19.30 "Вика-ураган". Т/с (16+)
21.00 "Почка". Т/с (18+)
22.00 "Колдовство: Новый ритуал". Х/ф (16+)
23.45 "Ангелы Чарли-2: Только вперед". Х/ф (12+)
01.45 "Импровизация. Команды" (16+)
03.20 Шоу "Студия Союз" (16+)
04.55 "Импровизация" (16+)



5.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
6.00 "С бодрым утром!" (16+)
8.30 Новости (16+)
9.00 "Засекреченные списки" (16+)
11.00 "Как устроен мир" (16+)
12.30 Новости (16+)

13.00 "Загадки человечества" (16+)
14.00 "Невероятно интересные истории" (16+)
15.00 "Засекреченные списки" (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 "Тайны Чапман" (16+)
18.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 "Перекресток". Х/ф (16+)
22.00 "Смотреть всем!" (16+)
23.00 Новости (16+)
23.30 "Загадки человечества" (16+)
00.30 "Звездный рубеж". Х/ф (16+)
02.10 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
03.00 "Тайны Чапман" (16+)



6.00 "Идеальный ужин" (16+)
6.40 "Дорожные войны". Лучшее (16+)
7.15 "Дорожные войны" (16+)
9.00 "Улетное видео" (16+)
10.30 "Солдаты". Т/с (12+)
16.30 "Улетное видео" (16+)
20.00 "Решала" (16+)
23.00 "Опасные связи" (18+)
02.50 "Решала" (16+)



5.10 "Время новостей" (16+)
5.40 "Ученые люди" (12+)

6.05 Мультфильмы (6+)
6.30 "Время новостей" (16+)
7.00 "Наше утро" (16+)
7.30 "Время новостей" (16+)
7.35 "Наше утро" (16+)
8.30 "Время новостей" (16+)
8.35 "Наше утро" (16+)
9.30 "Время новостей" (16+)
10.00 "Уральцы" (12+)
10.15 "Зона особого внимания" (16+)
10.30 "Практика". Т/с (12+)
11.30 "Время новостей" (16+)
12.00 "Можно мне тебя обнять". Т/с (16+)
13.45 "Наука Шерлока Холмса" (12+)
14.15 "Учитель в ДНК". Специальный репортаж (16+)
14.30 "Зеленая передача" (12+)
15.00 "Время новостей" (16+)
15.15 "С любимыми не расстаются". Т/с (12+)
17.10 "О здоровье" (16+)
17.40 "Время новостей" (16+)
18.00 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
19.00 "Время новостей" (16+)
19.45 "Большая студия" (16+)
20.30 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
21.30 "Время новостей" (16+)
22.15 "Есть вопрос" (16+)
22.30 "С любимыми не расстаются". Т/с (12+)
00.10 "Время новостей" (16+)
00.40 "Есть вопрос" (16+)

ВЫБИРАЕМ ПРОЧНЫЙ И НАДЕЖНЫЙ ДОМИК ДЛЯ ОВОЩЕЙ

Грядки с овощами притягивают дачников сильнее, чем подростков компьютерные игры. Азарт подстегивает к экспериментам: хочется испытать новые сорта морковки, расширить плантации с земляникой, проверить на прочность виноград. Если стойкие кабачки и патиссоны не боятся суровых ливней и палящего солнца и радуют хозяев огромным урожаем, то капризные перцы и баклажаны на открытом воздухе плодоносят плохо, просятся в укрытие.

Поэтому в преддверии очередной весны перед заядлыми садоводами наряду с поиском семян и определением сроков посадки встает насущный вопрос: как разобраться в таком изобилии предложений тепличного рынка, и выбрать себе в помощники теплицу – надежную, практичную и удобную, в общем, самую лучшую.

И сегодня все о теплицах нам поведают **Сергей Алексеевич ЕГОРОВ, коммерческий директор фирмы ООО «СПК-Урал»**, занимающейся реализацией теплиц для садоводов.

– С незапамятных времен люди выращивают растения, и если раньше это был вопрос выживания, то сейчас растениеводство на приусадебном участке в большой мере является формой активного отдыха. Порой приходится поражаться, как в условиях северного климата и при отсутствии плодородных почв огородники выращивают прекрасные урожаи южных теплолюбивых фруктов или цветов. Про килограммы и ящики привычных огурцов и помидоров, баклажанов и перцев можно даже и не говорить.

История современной теплицы начинается где-то в XVI веке, когда первые европейские корабли стали возвращаться домой после заморских плаваний. Они привозили из далеких стран диковинные южные растения, овощи и фрукты, которые не росли в климатических условиях Европы.

Напрашивался естественный, но далеко не очевидный вывод о создании искусственных условий для роста теплолюбивых растений, чтобы иметь возможность выращивать их круглый год. Одними из первых, кто придумал, как реализовать на практике такие идеи, были голландцы, и по сей день славящиеся своей предприимчивостью и склонностью к различного рода нетривиальным решениям.

С тех пор теплицы и наука о них активно развиваются, делая значительные прорывы в совершенствовании конструкции и урожайности с появлением новых строительных материалов.

Какие же процессы происходят в теплице, от чего зависит ее эффективность? Эти важные вопросы, с которых следует начать знакомство с тепличным хозяйством, прямо упираются в физическую науку. Но в ее дебри мы углубляться не станем, а затронем лишь основные принципиальные вопросы, которые позволят правильно вести дело, выбрать конструкцию и материалы для теплицы.

В основе работы теплицы лежит принцип удержания солнечного тепла и света в заданном пространстве, где вы собираетесь устроить грядки с овощами или цветами. Как известно, солнечная энергия имеет волновую природу в виде невидимого ультрафиолетового, видимого светового и теплового (инфракрасного) излучений.

Ультрафиолетовое излучение вредно и для

человека и для растений. Исследования показали, что только длинноволновая часть ультрафиолетового излучения, безвредна для растений, но доля его в солнечном излучении очень мала.

Основную роль в фотосинтезе растений играют видимое и инфракрасное излучения. Поэтому необходимо обеспечить проникновение сквозь покрытие теплицы как можно более широкого спектра солнечных лучей и удержать внутри нее максимальное количество тепла, сократив его потери до минимума.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что для нашего региона определяющими факторами при выборе теплицы являются каркас и его покрытие.

Материал, из которого изготовлен каркас, должен быть прочным, что немаловажно при наших снежных зимах, долговечным и, по возможности, дешевым.

Покрытие теплицы, наряду с требованиями, аналогичными требованиям к каркасу, должно пропускать как можно больше солнечного света, и работать в широком диапазоне температур.

На рынке теплиц сегодня представлены разнообразные конструктивные решения каркасов из различных материалов и с различными покрытиями.

Конструктивно каркасы могут быть шатровыми и арочными. Шатровые конструкции имеют явно выраженные вертикальные стенки и кровлю (односкатную, двускатную, арочную). Арочные конструкции имеют кровельную часть в виде полукруглости, плавно сопрягаемой с небольшими вертикальными стенками (или без них). С точки зрения сохранения тепла и простоты и прочности конструкции арочные теплицы значительно выигрывают у шатровых. Да и покрытие проще укладывать на арочную конструкцию.

Таким образом, каркас теплицы лучше выбирать арочный.

По материалу изготовления каркасы могут быть деревянными, пластиковыми и металлическими.

Деревянные дешевы, но имеют короткий срок службы из-за гниения дерева. Высокая влажность в сочетании с высокой температурой летом, с ее значительными колебаниями в течение суток весной и осенью, быстро приводит в негодность даже стальные детали, не говоря уже о деревянном каркасе. Для продления срока его службы требуется специальная антисептическая обработка, а это дорогое удовольствие. Да и арочную конструкцию сложно изготовить.

Пластиковые каркасы дешевы, не гниют. Но каркасы из полипропиленовых труб, при простоте их сборки, не выдерживают снеговых нагрузок. А теплица из ПВХ профиля (евроокна) будет слишком дорогой и только со скатной кровлей.

Наиболее полно требованиям к каркасам теплиц отвечают металлические конструкции. Их можно разделить на алюминиевые и стальные. Алюминиевые каркасы могут позволить себе только состоятельные люди, они стоят сотни тысяч. Стальные каркасы изготавливаются из уголков, профильной трубы или специальных оцинкованных профилей. Уголки отмечаем, так как за основу мы выбрали арочный каркас. Каркасы из профильной трубы относительно дешевы и прочны, но требуют сварочных работ и периодической окраски быстро ржавеющего в условиях высокой влажности металла.



И полимерное покрытие не спасает. Поэтому остаются только оцинкованные металлические конструкции, которые в наибольшей степени соответствуют требованиям к каркасу теплиц.

Мы предлагаем широкий выбор сборных каркасов из оцинкованного профиля, изготовленного в заводских условиях, упакованных в картонные коробки для удобной транспортировки, с полным набором метизов и фурнитуры. Причем наши теплицы не требуют дорогостоящего фундамента, их можно вкапывать в землю с помощью специальных грунтозацепов, что позволяет, при необходимости, перенести теплицу на другое место. Сборка теплиц не представляет большого труда, нужно лишь внимательно читать инструкцию по сборке, имеющуюся в каждом комплекте, и строго следовать рекомендациям по эксплуатации теплиц в зимний период. И тогда каркас прослужит вам долгие годы.

Теперь о покрытиях теплиц. Наиболее широко распространены силикатное стекло, полиэтиленовые пленки и в последнее время бурное распространение получил сотовый поликарбонат.

Стекло тяжелое, что создает значительные нагрузки на каркас, хрупкое, травмоопасное, да и довольно дорогое. Под стеклом растения могут сгорать при прямых солнечных лучах.

Полиэтиленовые пленки хоть и дешевы, но недолговечны, так как быстро разрушаются под воздействием ультрафиолетового излучения солнца.

Сотовый поликарбонат имеет очень хорошую прозрачность до 82% и, благодаря его структуре, хорошо удерживает тепло, поскольку внутри сот находится очень эффективный теплоизолятор – обычный воздух.

В сравнении со стеклом сотовый поликарбонат в 16 раз легче и в 200 раз прочнее. Благодаря сотовой структуре солнечный свет, проникая через поликарбонат, рассеивается, в результате чего происходит равномерное освещение растений, что исключает их ожоги. Поликарбонат устойчив к перепадам температур, гнется в холодном состоянии (рабочий диапазон температур от -50 до +120°С).

Сейчас на рынке теплиц бум, теплицы предлагают на каждом углу, причем цена их довольно заманчивая. Но многие разочаровываются из-за того, что поликарбонат, спустя год-два, желтеет, мутнеет, трескается, пробивается не только градом, но и пальцем. Нам очень жаль разочаровавшихся в таком прекрасном материале людей, поскольку они попадают «на удочку» недобросовестных продавцов, имеющих целью лишь заработать деньги. Иногда покупатели из-за цены на 100-200 рублей ниже, чем у нас, идут покупать поликарбонат на строительные рынки, что наводит на мысль о качестве предлагаемого им товара. Но даже, если вы и купите на рынке такой же поликарбонат, что и у нас, то он будет на 5-10% дороже, поскольку многие «рыночники» покупают у нас поликарбонат оптом для перепродажи.

Поэтому я кратко попытаюсь объяснить, как правильно выбрать сотовый поликарбонат.

Причин помутнения сотового поликарбоната, появления трещин и изломов, в основном, две:

1. Вы купили некачественный дешевый поликарбонат, который не содержит в себе ультрафиолетовых стабилизаторов, защищающих лист от губительного воздействия ультрафиолетового излучения солнца и может быть изготовлен как из вторичного сырья, так и с

применением добавок полиэтилена и полипропилена. Вам могут сказать, что стабилизатор есть в массе листа, но этого недостаточно. Необходим защитный слой на поверхности листа.

2. Даже если вы купили качественный лист поликарбоната, причиной его разрушения является неправильный монтаж – защитным слоем внутрь теплицы.

Чтобы избежать напрасной траты денег, не экономьте их, покупая листы сомнительного качества на рынках или в магазинах. Приобретайте листы поликарбоната у официальных представителей заводов – производителей. Требуйте у продавцов сертификаты качества на листы.

При этом вы должны знать основные признаки качественного и некачественного сотового поликарбоната.

ПРИЗНАКИ КАЧЕСТВЕННОГО ПОЛИКАРБОНАТА:

- листы производятся, как правило, на линиях европейского и американского производства из высококачественного сырья европейских и отечественных производителей без добавления вторичного сырья;

- наличие на листе маркировки с информацией о производителе, двухсторонней защитной пленки, наличие технических условий и сертификатов, а также гарантии на листы;

- соответствие заявленной и фактической плотности листа;

- наличие двойной УФ-защиты: объемной (в массе листа) и поверхностной (как правило, на одной стороне листа);

- наличие информации о толщине материала и УФ защите на боковине листа;

- завальцованные боковины листа;

- листы не имеют замутнений, пузырьков воздуха, инородных вкраплений.

ПРИЗНАКИ НЕКАЧЕСТВЕННОГО ПОЛИКАРБОНАТА:

- листы производятся, как правило, на линиях китайского производства из неизвестного или низкогокачественного сырья с добавлением вторичного сырья;

- отсутствие на листе маркировки с информацией о производителе, двухсторонней защитной пленки, технических условий и сертификатов, а также гарантии на листы;

- несоответствие заявленной и фактической плотности листа;

- наличие только объемной (в массе листа) УФ-защиты;

- отсутствие информации о толщине материала и УФ защите на боковине листа;

- незавальцованные боковины листа;

- листы имеют замутнения, пузырьки воздуха, инородные вкрапления.

Наша компания является официальным представителем научно-производственной компании Kropos, производящей листы сотового поликарбоната, завоевывающие все большую популярность, благодаря их высокому качеству. Все листы имеют сертификаты качества и заводскую гарантию 5 или 10 лет.

Мы рады видеть вас

в нашем офисе по адресу:

г.Челябинск, ул. Пети Калмыкова, д. 9.

ТЕЛ: +7 (351) 25-000-48,

+7 (351) 25-000-49

Посетите наш сайт www.ural-umc.ru



Либерти 8-982-320-01-64 Олеся
8-982-360-15-04 Екатерина Вахта 60/30

На предприятия России требуются:

СТРОИТЕЛЬНЫЕ ОБЪЕКТЫ: - Разнорабочие - Сварщики - Бетонщики - Стропальщики - Монтажники ЖБК - Арматурщики	ПИЩЕВОЕ ПРОИЗВОДСТВО: - Грузчики - Упаковщики
ПРОМЫШЛЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО: Операторы-сборщики	

3/п от 51 000 р./мес. 3/п от 45 000 р./мес.

БЕСПЛАТНО ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ: жилье, проезд, горячие обеды, спецодежда, медкомиссия.
Авансирование 2 раза в месяц по 6 000 руб.

МУП «АВТОХОЗЯЙСТВО АДМИНИСТРАЦИИ ЗГО»
примет на работу:



**-СЛЕСАРЯ-ЭЛЕКТРИКА
-МОНТЁРА ПУТИ
-ДИСПЕТЧЕРА
-ВОДИТЕЛЕЙ АВТОБУСА
-ВОДИТЕЛЕЙ ТРАМВАЯ**

Льготный стаж,полный соц.пакет.
Обучение за счёт предприятия. 8 982 332 1021
3/плата 40 000 - 60 000 руб. 8 (3513) 66-61-55

кондитерская фабрика
"КРЕМЕНКУЛЬСКАЯ"
приглашает на постоянную работу
ФАСОВЩИКОВ
ВАХТОВЫМ МЕТОДОМ

- з/п 35000 — 50000 руб.;
- дневные и ночные смены по 12 часов;
- медкомиссия за счет предприятия;
- оплата проезда, компенсация питания;
- бесплатно предоставляется жилье, спецодежда;
- продукция предприятия по льготным ценам.

Сосновский район, пос. Новый Кременкуль
телефоны: 8 (351) 210-09-67, 8 922 700 07 80

ООО «Русская стратегия» приглашает на работу:

- Менеджер отдела продаж (Миасс)
- Инженер КИП и А
- Инженер-конструктор
- Электрогазосварщик
- Инженер по качеству
- Производитель работ (монтаж металлоконструкций)
- Слесарь-ремонтник
- Электромонтер по ремонту и обслуживанию оборудования
- Подсобный рабочий

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:

Достойный заработок
Постоянный объем работы
Полный соцпакет
Удобное расположение места работы



Телефон для справок: 8-952-516-36-88
Адрес: г.Миасс, пр.Макеева, 38

Охранная организация примет на работу охранников:



- Без опыта работы;
- График работы: сутки через трое;
- Зарплата своевременно;
- Возможность подработки;
- Карьерный рост

8-906-892-88-10, 8-919-348-30-44
8-919-348-18-23

ТРЕБУЮТСЯ

- Разнорабочие
- Садовники
- Сортировщики (сортировщицы)

(проживание+питание)
МЕСТО РАБОТЫ Челябинская область, г.Копейск
Зарплата от 20.000 руб/месяц
8 9000 84 83 62

ТРЕБУЕТСЯ ОБМОТЧИЦА

электро-
двигателей
в г.Чебаркуль
и в г.Миасс

8-908-063-93-74



- Официальное трудоустройство,
- Доставка служебным транспортом,
- Бесплатное питание.

В связи с выполнением Гособорнзаказа ООО «Завод СпецАгрегат»
примет на работу следующих специалистов:

- | | |
|---|----------------------------------|
| ■ Менеджер по снабжению - 42.500руб. | ■ Токарь -расточник - 69.000руб. |
| ■ Инженер-конструктор - от 46.000руб. | ■ Оператор ЧПУ - от 34.500руб.* |
| ■ Бухгалтер - 34.900руб. | ■ Маляр - от 46.000руб.* |
| ■ Энергетик - 57.500руб. | ■ Сварщик - от 49.000руб.* |
| ■ Технолог - 47.000руб. | ■ Автоэлектрик - 56.000руб. |
| ■ Уборщик производственных помещений - 25.000руб. | ■ Агрегатчик - 40.000руб. |
| ■ Слесарь МСР - от 46.000руб.* | ■ Токарь - 50.000руб. |
| ■ Контролер - охранник /посменный график/ (наличие прав категории В) - 31.000руб. | ■ Фрезеровщик - 43.700руб. |
| ■ Водитель - испытатель - 37.500руб. | ■ Шлифовщик - 62.400руб. |
- *Зарботная плата зависит от разрядности выполненных работ и квалификации

г. Миасс, Обьездная дорога, 2/18 ☎8 (351) 326-50-05 – отдел кадров
с понедельника по пятницу с 10 до 17 часов

Резюме можно присылать на электрон. почту: resume@zavodsa.ru

Поздравляю Кушпелёву Валентину Витальевну! С Днем рождения тебя!

Оставайся всегда такой же солнечной, душевной, мудрой,
будь любима и люби сама,
и пусть в твоём доме всегда присутствуют уют и теплота.
Пусть наполнен будет каждый день яркими красками,
великолепным настроением.

Чтобы исполнялось все, что ты наметила,
и тогда, когда хочется именно тебе.
Здоровья, удачи и невероятной любви!
с уважением Татьяна

С Днём
рождения!



МАЯК

ГИПЕРМАРКЕТ НИЗКИХ ЦЕН

ЭКОНОМЬ ПО-КРУПНОМУ!

Форель с/м	449,00 Р
Минтай б/г вес.	116,90 Р
Кофе JACOBS VELOUR 95г. с/б	221,00 Р
Кофе Ле КАФЕ Мокка 175 г, ст/б	329,90 Р
Язык свиной с/м в/у	319,00 Р
Шашлык Сливочный из свинины в/у заморож 1кг	249,50 Р
Сосиски Домашние Ариант, кг	225,00 Р
Сосиски "Фестики" Таврия кг	251,50 Р
Фунчоза SanBonsai 120 гр	106,90 Р
Эскимо "Вечерняя столица" 60 гр. СЗМЖ	21,50 Р
Шоколад "Ritter Sport" 100гр	89,90 Р
Чай черный МК Суприма гран., индийский 250 гр	118,90 Р
Чай чёрный листовай, Байдже ОПА, 250г.	155,00 Р
Квас Домашний нефильтрованный 1,5л	64,50 Р
Квас хлебный сухой 500 гр.	39,50 Р

Эмаль глянцевая ПФ 115, 0,8кг, ДАРАД	143,00 Р
Эконом smart №150 влажная туалетная бумага	89,90 Р
Шампунь CLEAR MEN 200мл	127,90 Р
Шорты мужские с шнурком и карманами р.98 140	291,00 Р
Шланг поливочный саморастягивающийся 22,5м	470,00 Р
Туалетная бумага с теснением 3сл, 8шт, 17м"	135,50 Р
Антибактериальные прокладки Molped Antibac Normal 8 шт	109,00 Р
СМС ViMax 100 пятен Автомат 6кг м/у	665,90 Р
Бесфосфатный стиральный порошок Sunday 3кг	299,00 Р
Набор одноразовой посуды "Пикник" (10 персон)	49,90 Р
Сет.фильтр ЭРА с заземл, с выкл, 5Гн, 3М (черн.,бел)	346,00 Р
Сидушка туристическая РОМБ, ЭВА (25x35x0.08)	208,00 Р
Сетка от насекомых для двери 100*210 см на магнитах	149,00 Р
Веник сорго 2х прошивной 70 75см	120,00 Р
Домик для животных "Палатка УШАСТАЯ" войлок	346,00 Р

г.Златоуст, пр. Мира 22 В
(рядом с Гостиным двором)

Цена действительна с 21.06.2023г по 27.06.2023г Предоставляет ООО "Ритейлсервис 42"

29 июня
ЧетвергНочью +10
Днём +21

5.00 "Доброе утро" (16+)
9.00 Новости (16+)
9.05 "АнтиФейк" (16+)
9.45 "Жить здорово!" (16+)
10.35 Информационный канал (16+)
11.00 Новости (с с/т) (16+)
11.20 Информационный канал (16+)
14.00 Новости (с с/т) (16+)
14.15 Информационный канал (16+)
17.00 Новости (с с/т) (16+)
17.15 "Мужское / Женское" (16+)
18.10 Информационный канал (16+)
19.50 "Куклы наследника Тутти" (16+)
21.00 "Время" (16+)
21.45 "Великая". Т/с (12+)
22.45 Информационный канал (16+)
00.25 "Подкаст.лаб". "Космические истории" (16+)
01.05 "Подкаст.лаб". "Кот Шрёдингера" (16+)
01.45 "Подкаст.лаб". "Собрались с мыслями" (16+)

30 июня
ПятницаНочью +9
Днём +22

5.00 "Доброе утро" (16+)
9.00 Новости (16+)
9.05 "АнтиФейк" (16+)
9.45 "Жить здорово!" (16+)
10.35 Информационный канал (16+)
11.00 Новости (с с/т) (16+)
11.20 Информационный канал (16+)
14.00 Новости (с с/т) (16+)
14.15 Информационный канал (16+)
17.00 "Мужское / Женское" (16+)
18.00 Вечерние новости (16+)
18.35 "Человек и закон" (16+)
19.45 "Поле чудес" (16+)
21.00 "Время" (16+)
21.45 "Фабрика звезд". 20 лет спустя" (12+)
00.50 "Подкаст.лаб". "20 лет спустя" (16+)
01.30 "Подкаст.лаб". "Мелодии моей жизни" (16+)
02.15 "Подкаст.лаб". "Антропология" (16+)
02.55 "Подкаст.лаб". "АстроУмные" (16+)

01 июля
СубботаНочью +14
Днём +25

6.00 "Доброе утро. Суббота" (16+)
9.45 "Слово пастыря" (0+)
10.00 Новости (16+)
10.15 "Поехали!" (12+)
11.05 "ПрोУют" (0+)
12.00 Новости (с с/т) (16+)
12.15 Поединки. "Король нелегалов" (12+)
14.20 "Возвращение резидента". Х/ф (12+)
17.05 "Абракадабра!" (16+)
18.00 "Вечерние новости" (с с/т) (16+)
18.20 "Абракадабра!" (16+)
19.55 "Кто хочет стать миллионером?" (12+)
21.00 "Время" (16+)
21.35 "Сегодня вечером" (16+)
23.20 Фильм "Три билборда на границе Эббинга, Миссури" (16+)
01.25 "Подкаст.лаб". "Психика" (16+)
02.10 "Подкаст.лаб". "Кот Шрёдингера" (16+)
02.50 "Подкаст.лаб". "Обязательно к прочтению" (16+)

02.25 "Подкаст.лаб". "Жизнь замечательных" (16+)
03.00 Новости (16+)

РОССИЯ 1



5.00 "Утро России" (16+)
5.07, 6.07, 7.07, 8.07 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.40 "Утро России" (16+)
9.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
9.30 "Утро России". "Южный Урал" (Ч) (16+)
9.55 "О самом главном" (12+)
11.00 "Вести" (16+)
11.30 "60 минут" (12+)
14.00 "Вести" (16+)
14.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
14.55 "Кто против?" (12+)
16.00 "Вести" (16+)
16.30 "Малахов" (16+)
17.30 "60 минут" (12+)
20.00 "Вести" (16+)
21.05 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
21.20 "Всё как у людей. Продолжение". Т/с (16+)
23.25 "Вечер с Владимиром Соловьёвым" (12+)
02.05 "Рая знает всё!" Т/с (12+)
03.55 "Семейный детектив". Т/с (16+)

03.30 "Подкаст.лаб". "Письма" (16+)
04.05 "Подкаст.лаб". "Психика" (16+)
04.40 "Подкаст.лаб". "Обязательно к прочтению" (16+)
05.15 "Подкаст.лаб". "Космические истории" (16+)

РОССИЯ 1



5.00 "Утро России" (16+)
5.07, 6.07, 7.07, 8.07 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал". Утро (Ч) (16+)
5.40 "Утро России" (16+)
9.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
9.30 "Утро России". "Южный Урал" (Ч) (16+)
9.55 "О самом главном" (12+)
11.00 "Вести" (16+)
11.30 "60 минут" (12+)
14.00 "Вести" (16+)
14.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
14.55 "Кто против?" (12+)
16.00 "Вести" (16+)
16.30 "Прямой эфир" (16+)
17.30 "60 минут" (12+)
20.00 "Вести" (16+)
21.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Вести" - Южный Урал" (Ч) (16+)
21.30 "Удивительные люди. Лучшее" (12+)

03.25 "Подкаст.лаб". "20 лет спустя" (16+)
04.00 "Подкаст.лаб". "АстроУмные" (16+)
04.40 "Подкаст.лаб". "Не лыком шиты" (16+)
05.15 "Подкаст.лаб". "Креативные индустрии" (16+)

РОССИЯ 1



5.00 "Утро России. Суббота" (16+)
8.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. "Магистраль" (Ч) (16+)
8.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СУББОТА. "Утро России". (Ч) (16+)
8.35 "По секрету всему свету" (16+)
9.00 "Формула еды" (12+)
9.25 "Пятеро на одного" (16+)
10.10 "Сто к одному" (16+)
11.00 "Вести" (16+)
11.40 "Доктор Мясников" (12+)
12.45 "Стенограмма судьбы". Т/с (16+)
17.00 "Вести" (16+)
17.50 "Привет, Андрей!". Вечернее шоу (16+)
20.00 "Вести" (16+)
21.00 "Крайняя необходимость". Х/ф (12+)
00.40 "Любовь без лишних слов". Х/ф (16+)
04.05 "Маша". Х/ф (12+)



5.00 "Береговая охрана". Т/с (16+)



5.00 "Береговая охрана". Т/с (16+)
6.30 "Утро. Самое лучшее"
8.00 "Сегодня" (16+)
8.25 "Лесник". Т/с (16+)
10.00 "Сегодня" (16+)
13.25 "ЧП" (16+)
14.00 "Место встречи" (16+)
16.00 "Сегодня" (16+)
16.40 "Зимородок". Т/с (16+)
19.00 "Сегодня" (16+)
20.00 "Феникс". Т/с (16+)
22.15 "Медиатор". Т/с (16+)
23.35 "Сегодня" (16+)
00.00 "Медиатор". Т/с (16+)
00.40 "Поздняков" (16+)
00.55 "Мы и наука. Наука и мы" (12+)
01.55 "Терминал". Т/с (16+)

СТС

6.00 "Ералаш" (0+)
6.30 "Простоквашино". М/с (0+)
7.00 "Приключения мышонка Переса". Х/ф (0+)
8.55 "Приключения мышонка Переса-2". Х/ф (0+)
10.35 "Красотка на всю голову". Х/ф (16+)
12.50 "Агент под прикрытием". Х/ф (12+)
14.45 "Белоснежка. Мстят гномов". Х/ф (12+)
16.55 Шоу "Уральских пельменей" (16+)

23.40 "Стрельцов". Х/ф (6+)
01.30 "Любка". Х/ф (16+)

5.00 "Береговая охрана". Т/с (16+)
6.30 "Утро. Самое лучшее"
8.00 "Сегодня" (16+)
8.25 "Лесник". Т/с (16+)
10.00 "Сегодня" (16+)
13.25 "ЧП" (16+)
14.00 "Место встречи" (16+)
16.00 "Сегодня" (16+)
16.40 "Зимородок". Т/с (16+)
19.00 "Сегодня" (16+)
20.00 "Феникс". Т/с (16+)
22.10 "Во тьме". Х/ф (12+)
00.00 "Своя правда" (16+)
02.15 "Захар Прилепин. Уроки русского" (12+)
02.40 "Квартирный вопрос" (0+)

СТС

6.00 "Ералаш" (0+)
6.30 "Простоквашино". М/с (0+)
7.15 "Ну, погоди! Каникулы" М/с (6+)
8.00 "Взрослым не понять" (12+)
9.00 "Стать шефом" (16+)
11.05 "Везучий случай". Х/ф (12+)
13.05 "Уральские пельмени. Смехbook" (16+)

6.40 "Русская Америка. Прощание с континентом" (12+)
8.00 "Сегодня" (16+)
8.20 "Поедем, поедим!" (12+)
9.20 "Едим дома!" (0+)
10.00 "Сегодня" (16+)
10.20 "Главная дорога" (16+)
11.00 "Живая еда с Сергеем Малозёмовым" (12+)
12.00 "Квартирный вопрос" (0+)
13.00 "Модный vs народный" (12+)
14.20 "Своя игра" (0+)
15.20 "Игры разумов" (0+)
16.00 "Сегодня" (16+)
16.20 "Зимородок". Т/с (16+)
19.00 "Центральное телевидение" (16+)
20.20 "Секрет на миллион" (16+)
22.25 "Просто праздник!" (12+)
00.00 "Международная пилорама" (18+)
00.50 "Квартирник НТВ у Маргулиса". ЮТА (16+)
02.00 "Дачный ответ" (0+)
02.50 "Терминал". Т/с (16+)

СТС

6.00 "Ералаш" (0+)
7.00 "Три кота". М/с (0+)
7.30 "Отель "У овечек". М/с (0+)
7.40 "Уральские пельмени. Смехbook" (16+)
9.00 "ПроСТО кухня" (12+)

20.00 "Везучий случай". Х/ф (12+)
21.55 "Гуляй, Вася!" Х/ф (16+)
23.55 "Спенсер". Х/ф (16+)
02.10 "Два отца и два сына". Т/с (16+)
04.55 "6 кадров" (16+)
05.00 Мультфильмы (0+)
05.50 "Ералаш" (0+)



7.00 "Однажды в России. Спецдайджесты" (16+)
8.30 "Битва пикников" (16+)
9.00 "Универ. Новая общага". Т/с (16+)
15.00 "Вика-ураган". Т/с (16+)
21.00 "Почка". Т/с (18+)
22.00 "Начни сначала". Х/ф (16+)
00.00 "Любцов, свидания, Нью-Йорк". Х/ф (16+)
02.20 "Импровизация. Команды" (18+)
03.55 Шоу "Студия Союз" (16+)
05.30 "Импровизация" (16+)



5.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
6.00 "С бодрым утром!" (16+)
8.30 Новости (16+)
9.00 "Засекреченные списки" (16+)
11.00 "Как устроен мир" (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 "Загадки человечества" (16+)
14.00 "Невероятно интересные истории" (16+)

13.40 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
23.00 "КликКлак шоу" (16+)
00.00 "Обратный отсчёт" (16+)
02.00 "КликКлак шоу" (16+)
02.50 "Два отца и два сына". Т/с (16+)
04.45 "6 кадров" (16+)
05.00 Мультфильмы (0+)
05.50 "Ералаш" (0+)



7.00 "Однажды в России. Спецдайджесты" (16+)
9.00 "СашаТаня". Т/с (16+)
14.00 "Начни сначала". Х/ф (16+)
16.10 "Колдовство: Новый ритуал". Х/ф (16+)
17.55 "Три тысячи лет желаний". Х/ф (16+)
20.00 "Комеди Клуб" (16+)
23.00 "Галустян плюс" (16+)
00.00 "Stand up" (18+)
01.00 "Время патриотов". Х/ф (12+)
02.40 "Импровизация. Команды" (18+)
04.15 Шоу "Студия Союз" (16+)
05.50 "Импровизация" (16+)



5.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
6.00 "С бодрым утром!" (16+)
8.30 Новости (16+)
9.00 "Украина: кто наши враги?" (16+)

10.00 "День Независимости". Х/ф (12+)
13.00 "День Независимости. Возрождение". Х/ф (12+)
15.20 "Кунг-фу панда". М/ф (0+)
17.05 "Кунг-фу панда-2". М/ф (0+)
18.55 "Монстр-траки". Х/ф (6+)
21.00 "Бамблби". Х/ф (12+)
23.20 "Робот по имени Чаплин". Х/ф (18+)
01.40 "Гуляй, Вася!" Х/ф (16+)
03.15 "Два отца и два сына". Т/с (16+)
04.50 "6 кадров" (16+)
05.00 Мультфильмы (0+)
05.50 "Ералаш" (0+)



7.00 "Однажды в России. Спецдайджесты" (16+)
9.00 "Экстрасенсы. Битва сильнейших" (16+)
10.30 "Битва экстрасенсов" (16+)
18.00 "Экстрасенсы. Битва сильнейших" (16+)
21.00 "Музыкальная интуиция" (16+)
23.00 "Женский стендап" (18+)
00.00 "Первая любовь". Х/ф (16+)
01.50 "Импровизация. Команды" (18+)
03.20 Шоу "Студия Союз" (16+)
04.55 "Импровизация" (16+)



15.00 "Неизвестная история" (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 "Тайны Чапман" (16+)
18.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 "Крейсер". Х/ф (16+)
22.30 "Смотреть всем!" (16+)
23.00 Новости (16+)
23.30 "Загадки человечества" (16+)
00.30 "Волк с Уолл-Стрит". Х/ф (18+)
03.35 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
04.20 "Тайны Чапман" (16+)



6.00 "Идеальный ужин" (16+)
6.40 "Дорожные войны". Лучшее (16+)
7.15 "Дорожные войны" (16+)
9.00 "Улетное видео" (16+)
10.30 "Солдаты". Т/с (12+)
16.30 "Улетное видео" (16+)
20.00 "Решала" (16+)
23.00 "Опасные связи" (18+)
02.45 "Решала" (16+)



5.10 "Время новостей" (16+)
5.40 "Ученые люди" (12+)
6.05 "Посмотри" (16+)
6.10 Мультфильмы (6+)

12.30 Новости (16+)
13.00 "Украина: кто наши враги?" (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 "Украина: кто наши враги?" (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 "Возвращение героя". Х/ф (16+)
22.00 "Чистая кожа". Х/ф (16+)
00.00 "Новый сезон музыкального проекта Соль" (16+)
01.00 "Оверлорд". Х/ф (18+)
02.55 "Призраки войны". Х/ф (16+)
04.20 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)



6.00 "Идеальный ужин" (16+)
6.30 "Дорожные войны". Лучшее (16+)
7.15 "Дорожные войны" (16+)
9.00 "Улетное видео" (16+)
10.30 "Солдаты". Т/с (12+)
16.30 "Утилизатор" (16+)
19.00 "Улетное видео" (16+)
22.00 "Шамшера". Х/ф (16+)
01.30 "+100500" (18+)
02.45 "Решала" (16+)



5.10 "Время новостей" (16+)
5.40 "Наукограды" (12+)
6.05 Мультфильмы (6+)

5.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
7.00 "С бодрым утром!" (16+)
8.30 Новости (16+)
9.00 "Минтранс" (16+)
10.00 "Самая полезная программа" (16+)
11.00 "Военная тайна" (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 "Военная тайна" (16+)
15.00 "Совбез" (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 Документальный спецпроект (16+)
18.00 "Засекреченные списки" (16+)
19.00 "Призрачный гонщик". Х/ф (16+)
21.00 "Судья Дредд 3D". Х/ф (16+)
23.00 "Хищник-2". Х/ф (16+)
01.10 "Тайна в их глазах". Х/ф (16+)
03.05 "Выстрел в пустоту". Х/ф (16+)



6.00 "Утилизатор" (12+)
6.15 "Утилизатор" (16+)
7.10 "Утилизатор" (12+)
7.40 "Утилизатор" (16+)
8.00 "Утилизатор" (16+)
8.40 "Утилизатор" (16+)
9.30 "Солдаты". Т/с (12+)
20.30 "+100500" (16+)
23.00 "+100500" (18+)
23.30 "Клуб обаятельных животных" (16+)

6.30 "Время новостей" (16+)
7.00 "Наше утро" (16+)
7.30 "Время новостей" (16+)
7.35 "Наше утро" (16+)
8.30 "Время новостей" (16+)
8.35 "Наше утро" (16+)
9.30 "Время новостей" (16+)
10.00 "Зеленая передача" (12+)
10.30 "Практика". Т/с (12+)
11.30 "Время новостей" (16+)
12.00 "Можно мне тебя обнять". Т/с (16+)
13.45 "Наука Шерлока Холмса" (12+)
14.15 "Большая студия" (16+)
15.00 "Время новостей" (16+)
15.15 "С любимыми не расстаются". Т/с (12+)
17.10 "Хлеба и зрелищ" (12+)
17.40 "Время новостей" (16+)
18.00 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
19.00 "Время новостей" (16+)
19.45 "Есть вопрос" (16+)
20.00 "Обмани Дарвина" (12+)
20.15 "Наш парламент" (16+)
20.30 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
21.30 "Время новостей" (16+)
22.15 "Страна РосАтом" (0+)
22.30 "С любимыми не расстаются". Т/с (12+)

00.15 "Время новостей" (16+)
00.45 "Есть вопрос" (16+)
01.00 "Хочу к Пухову!" Кастинг (16+)

6.30 "Время новостей" (16+)
7.00 "Наше утро" (16+)
7.30 "Время новостей" (16+)
7.35 "Наше утро" (16+)
8.30 "Время новостей" (16+)
8.35 "Наше утро" (16+)
9.30 "Время новостей" (16+)
10.00 "Экологика" (12+)
10.30 "Практика". Т/с (12+)
11.30 "Время новостей" (16+)
12.00 "Соседи по разводу". Х/ф (12+)
13.45 "Забывтое ремесло" (12+)
14.15 "Суперстар" (12+)
14.30 "Хорошие песни" (12+)
15.00 "Время новостей" (16+)
15.15 "Вальс Бостон". Х/ф (12+)
16.55 "Гид FOR SPEED" (12+)
17.25 "Уралым" (12+)
17.40 "Время новостей" (16+)
18.00 "Диктор Советского Союза". Д/ф (12+)
18.45 "В поисках самоцветов" (12+)
19.00 "Время новостей" (16+)
19.45 "Последний шанс". Х/ф (12+)
21.30 "Время новостей" (16+)
22.15 "Соседи по разводу". Х/ф (12+)
00.00 "Время новостей" (16+)
00.30 "Происшествия за неделю" (16+)
00.45 "Хочу к Пухову!" Кастинг (16+)
01.40 "Вальс Бостон". Х/ф (12+)

00.30 "Топчик 2" (16+)
01.30 "Топчик" (16+)
02.10 "+100500" (18+)
03.20 "Супершеф" (16+)
04.50 "Утилизатор" (12+)
05.20 "Утилизатор" (16+)



4.00 "Время новостей" (16+)
4.30 "Ученые люди" (12+)
5.20 "Практика". Т/с (12+)
6.55 Мультфильмы (6+)
8.00 "Время новостей" (16+)
8.30 "Есть вопрос" (16+)
8.45 "Преображение" (12+)
9.00 "Хорошие песни" (12+)
9.30 "О здоровье" (16+)
10.00 "Зеленая передача" (12+)
10.30 "Большая студия" (16+)
11.15 "Происшествия за неделю" (16+)
11.30 "Обмани Дарвина" (12+)
11.45 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
15.15 "Хочу к Пухову!" Кастинг (16+)
18.15 "Не покидай меня". Т/с (12+)
21.30 "Итоги. Время новостей" (16+)
22.15 "Последний шанс". Х/ф (12+)
23.50 "Неделя УрФО" (16+)
00.35 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
03.50 "Забывтое ремесло" (12+)

02 июля
Воскресенье



Ночью +13
Днём +23

1

6.00 Новости (16+)
6.10 "Подкаст.лаб". "Космические истории" (16+)
6.55 "Играй, гармонь любимая!" (12+)
7.40 "Часовой" (12+)
8.10 "Здоровье" (16+)
9.20 "Менталион". Национальная Лотерея (12+)
9.40 "Непутевые заметки" (12+)
10.00 Новости (16+)
10.10 "Жизнь своих" (12+)
11.05 "Повара на колесах" (12+)
12.00 Новости (с с/т) (16+)
12.15 "Гостя из будущего". Т/с (16+)
18.00 "Вечерние новости" (с с/т) (16+)
19.00 "Две звезды. Отцы и дети". Новый сезон (12+)
21.00 "Время" (16+)
22.35 "Серебряный волк". Т/с (16+)
23.35 "Подкаст.лаб". "Гори огнем" (16+)

00.15 "Подкаст.лаб". "Триггеры" (16+)
00.55 "Подкаст.лаб". "20 лет спустя" (16+)
01.40 "Подкаст.лаб". "Собрались с мыслями" (16+)
02.20 "Подкаст.лаб". "Антропология" (16+)
02.55 "Подкаст.лаб". "Письма" (16+)
03.30 "Подкаст.лаб". "Жизнь замечательных" (16+)
04.10 "Подкаст.лаб". "Мелодии моей жизни" (16+)

РОССИЯ 1

6.10 "Тариф "Счастливая семья". Х/ф (12+)
8.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ. Итоговая программа (4) (16+)
8.35 "Когда все дома с Тимуром Кизяковым" (16+)
9.25 "Утренняя почта с Николаем Басковым" (16+)
10.10 "Сто к одному" (16+)
11.00 "Вести" (16+)
11.40 "Большие перемены" (16+)
12.45 "Стенограмма судьбы". Т/с (16+)
17.00 "Вести" (16+)
17.50 "Песни от всей души" (12+)
20.00 "Вести недели" (16+)
22.00 Москва. Кремль. Путин (16+)
22.40 "Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым" (12+)
01.30 "Тариф "Счастливая семья". Х/ф (12+)

НТВ
4.55 "Береговая охрана". Т/с (16+)
6.35 "Центральное телевидение" (16+)
8.00 "Сегодня" (16+)
8.20 "У нас выигрывают!" (12+)
10.00 "Сегодня" (16+)
10.20 "Первая передача" (16+)
11.00 "Чудо техники" (12+)
11.50 "Дачный ответ" (0+)
13.00 "Нашпотребнадзор" (16+)
14.00 "Однажды..." (16+)
15.00 "Своя игра" (0+)
16.00 "Сегодня" (16+)
16.20 "Следствие вели..." (16+)
19.00 "Итоги недели" (16+)
20.20 "Близнец". Х/ф (12+)
23.55 "Маска" (12+)
03.40 "Терминал". Т/с (16+)

СТС

6.00 "Ералаш" (0+)
7.00 "Уральские пельмени. Смехbook" (16+)
7.25 "Охотники за привидениями". Х/ф (0+)
9.25 "Охотники за привидениями-2". Х/ф (0+)
11.35 "Форт Боярд" (16+)
17.00 "Окнутые люди" (16+)

18.05 "Бахубали. Начало". Х/ф (16+)
21.20 "Бахубали. Рождение легенды". Х/ф (16+)
00.45 "Французский вестник. Приложение к газете "Либерти. Канзас Ивнинг Сан". Х/ф (18+)
02.40 "Два отца и два сына". Т/с (16+)
04.40 "6 кадров" (16+)
05.00 Мультфильмы (0+)
05.50 "Ералаш" (0+)

ТНТ

7.00 "Однажды в России. Спецдайджесты" (16+)
9.00 "Битва пикников" (16+)
9.30 "Экстрасенсы ведут расследование" (16+)
10.00 "Битва экстрасенсов" (16+)
19.00 "Выжить в Дубае" (16+)
21.00 "Шоу Воли" (16+)
22.10 "Доспехи Бога: В поисках сокровищ". Х/ф (12+)
00.15 "Проклятие Артура". Х/ф (18+)
02.00 "Я тебе не верю" (16+)
03.35 "Импровизация. Команды" (18+)
05.10 Шоу "Студия Союз" (16+)
06.45 "Импровизация" (16+)

РЕН

5.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
7.00 "С бодрым утром!" (16+)

8.30 Новости (16+)
9.00 "Самая народная программа" (16+)
9.30 "Знаете ли вы, что?" (16+)
10.30 "Наука и техника" (16+)
11.30 "Неизвестная история" (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 "Смертный приговор". Х/ф (16+)
15.00 "Падение ангела". Х/ф (16+)
17.20 "Заложница". Х/ф (16+)
19.00 "Заложница-2". Х/ф (16+)
21.00 "Заложница-3". Х/ф (16+)
23.00 "Итоговая программа с Петром Марченко" (16+)
23.55 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)

Че! телеканал

6.00 "Утилизатор" (16+)
7.00 "Утилизатор" (12+)
8.00 "Утилизатор" (16+)
8.30 "Утилизатор" (12+)
9.00 "Утилизатор" (16+)
9.30 "Солдаты". Т/с (12+)
20.30 "+100500" (16+)
23.00 "+100500" (18+)
23.30 "Клуб обаятельных животных" (16+)
00.30 "Топчик 2" (16+)
01.25 "Топчик" (16+)
02.00 "+100500" (18+)

03.00 "Супершеф" (16+)
04.40 "Дорожные войны". Лучшее (16+)

ОТВ

5.05 "Ученые люди" (12+)
5.30 "Люди РФ" (12+)
5.55 "Практика". Т/с (12+)
8.20 Мультфильмы (6+)
8.45 "Хилял" (12+)
9.00 "Уралым" (12+)
9.15 "Эволюция будущего" (12+)
10.00 "Итоги. Время новостей" (16+)
10.45 "В поисках самоцветов" (12+)
11.00 "Хорошие песни" (12+)
11.30 "Экологика" (12+)
12.00 "Она не могла иначе". Т/с (12+)
15.30 "Хочу к Пухову!" Кастинг (16+)
17.35 "С любимыми не расстаются". Т/с (12+)
20.55 Фильм "Сын" (6+)
21.00 "Есть вопрос" (16+)
21.15 "Учитель в ДНК". Специальный репортаж (16+)
21.30 "Итоги. Время новостей" (16+)
22.15 "Происшествия за неделю" (16+)
22.30 "Соседи по разводу". Х/ф (12+)
00.05 "Вальс Бостон". Х/ф (12+)
01.35 "Наука Шерлока Холмса" (12+)
03.20 "Люди РФ" (12+)

Самое распространенное нарушение зрения — миопия, которой страдают, по разным оценкам, половина взрослого населения. В быту это заболевание часто называют близорукостью.



О том, как часто стоит проводить проверку зрения рассказывает оптометрист Центра здоровья Окунев Данил Петрович.

— Как часто стоит проверять свое зрение, и на что обращать внимание?

Большинство офтальмологических заболеваний сопровождаются снижением остроты зрения: катаракта, глаукома, заболевания сетчатки, помутнения роговицы и стекловидного тела. Большинство пациентов, заметив снижение зрения, самостоятельно обращаются к офтальмологу. Другие, напротив, мало чувствительны к снижению зрения, в особенности, если острота зрения снижена на одном глазу.

После 40 лет однозначно нужно проходить ежегодный осмотр: контролировать внутриглазное давление, для раннего выявления глаукомы. Глаукома длитель-

ное время протекает бессимптомно (в начале заболевания острота зрения может быть нормальной). Без раннего назначения лечения глаукома неизменно ведет к необратимому снижению зрения, в тяжелых случаях - к слепоте.

Поскольку многие болезни могут проходить бессимптомно, крайне важно регулярное посещение специалиста.

— По статистике Минздрава, у каждого седьмого россиянина есть проблемы со зрением. Еще пятнадцать лет назад таких людей было в полтора раза меньше, почему?

— Это связано в первую очередь с тем, что у нас поменялся образ жизни. Девяносто процентов времени мы проводим, глядя на экран смартфона, за счет чего глаза напрягаются, и это приводит к возникновению патологии органа зрения.

— Кстати, в Интернете можно увидеть много советов, как сохранить зрение: гимнастика, упражнения. Насколько все это работает?

— Если вы сталкиваетесь с большими зрительными нагрузками, то, действительно, нужно выполнять рекомендованные врачом упражнения. Это поможет снизить нагрузку на цилиарную мышцу, но только при параллельном выполнении обязательного условия: соблюдении режима зрительной нагрузки.

Всем своим пациентам я рекомендую делать перерывы при работе за компьютером. Час поработали — хотя бы 10-15 минут отдохните. Только не в телефоне, а

посмотрите куда-нибудь вдаль, в окно.

- Расскажите, а как проверяют зрение в Центре здоровья?

- Первый прибор, на котором мы проверяем зрение — авторефрактометр. Пациент видит в небольшом окошечке размытое цветное изображение воздушного шара, который становится более четким. Авторефрактометр позволяет получить данные о рефракции глаза — его оптических свойствах. На этом этапе могут быть диагностированы такие патологии, как гиперметропия, миопия или астигматизм.

Затем проводится бесконтактное измерение внутриглазного давления - через веко. Этот вид исследования необходим для профилактики глаукомы. Пациенту на руки выдается индивидуальная офтальмологическая карта. С ней, в случае необходимости, можно обратиться в поликлинику по месту жительства.

Хочу заметить, что обследование в Центре здоровья бесплатное, нужно только иметь страховой полис и паспорт. Обследование у нас комплексное — помимо исследования зрительной системы, проводится скрининг сердечно-сосудистой системы, определяется риски развития сахарного диабета и ишемической болезни сердца, состояние дыхательной системы.

Для того, чтобы проверить свое здоровье нужно записаться по телефону 8 (3513) 66-10-33 или 89518140080 в Центр здоровья Врачебно-физкультурного диспансера

Учредитель:
ИП «Мельчина Татьяна Федоровна»
Главный редактор
Мельчина Татьяна Федоровна

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ И РЕДАКЦИИ:
456209, Челябинская область, г. Златоуст, пр. Мира, д.1
тел: 8 (3513) 66-51-66, 8-904-817-36-85
e-mail: infomarket74@mail.ru

Газета «ИнфоМАРКЕТ плюс» зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Челябинской области.
Рег.номер ПИ №ТУ-74-01216 от 25.11.2015
Периодичность выхода: каждую среду. Выходит со 2 декабря 2015 года.
Распространяется бесплатно.
Подписано к печати 20 июня 2023г. По графику в 20:00, фактически в 18:00 часов.
Редакция не несет ответственности за содержание объявлений и достоверность рекламы.
Товары подлежат обязательной сертификации, услуги лицензированию.

Отпечатано с готовых оригинал-макетов заказчика.
Издатель, типография
ООО « Индустриальный Парк»
454007, Челябинская область, г.Челябинск,
ул.40-летия Октября, д.33; оф. 21Б
тел: +7(950)742-12-10
E-mail: ind-park74@yandex.ru
Заказ №23375 Тираж 50 000 экз.

СОТОВЫЙ ПОЛИКАРБОНАТ

прозрачный, цветной (пр-во Казань)
от 2500 руб/лист р-р 6м x 2,1м

ПОЛОСЫ ДЛЯ ГРЯДОК

(толщина 8мм, 10мм)
размер (1500 x 300 мм); (3000 x 300 мм)

ШИФЕР ПЛОСКИЙ (6,8,10 мм)

ШИФЕР ВОЛНОВЫЙ

ПРОФИЛЬНЫЙ ЛИСТ прозрачный

Тел. (3513) 66-53-23, 8-902-895-90-32
г.Златоуст, ул.Шоссейная, 7

цена действительна до 30 июня 2023г Предоставляет ИП Спирин Г.С.



КУПЛЮ ПРОДАМ

ЭЛЕКТРОДЫ СВАРОЧНЫЕ

ОК-46, ОЗС-4, ОЗЛ-6,
ЦЛ-11, УОНИ-13/55,
Т-590 И ДРУГИЕ

всех диаметров

Куплю проволоку
сварочную.
Круги отрезные

8-919-333-61-32

ХХ САНТЕХНИКА

ШИРОКИЙ АССОРТИМЕНТ ИНЖЕНЕРНОЙ САНТЕХНИКИ

СТАРТУЕТ ДАЧНЫЙ СЕЗОН!

В наличии на складе:
полный ассортимент насосного оборудования
водонагреватели, трубы и фитинги
дачные унитазы и многое другое

СКИДКИ ПО ДИСКОНТНЫМ КАРТАМ

Весь ассортимент на сайте
www.santehnika-satka.ru



г.Сатка, ул. 40 лет Победы, 3Б тел.: 8-912-322-63-54
г.Сатка, ул. 50 лет ВЛКСМ, 25 тел.: (35161) 3-32-61

АРМАТУРА СТЕКЛОПЛАСТИКОВАЯ

Собственное производство в г.Миасс

8-902-613-20-04 КОМПОЗИТНАЯАРМАТУРА.РФ



Parts Point
АВТОЗАПЧАСТИ

Огромный выбор
АВТОЗАПЧАСТЕЙ

с доставкой в течение

2-х часов

г. Златоуст, ул. 30 лет Победы, 8

partspoint.su

Тел: +7 (999) 482-14-31

ПРОФНАСТИЛ

РАБОТАЕМ БОЛЕЕ 20 ЛЕТ



- ПРОФЛИСТ
- ЧЕРЕПИЦА
- ДОБОРНЫЕ
- ПРОФТРУБА
- ЕВРОШТАКЕТНИК

по индивидуальным размерам в день заказа!
г.Сатка, 1-й квартал, д.2 ост. Челябинск (возле химчистки)

8 (35161) 4-08-85, 8-982-31-595-28

г. Сатка, ул. Бакальская, 1
тел. 8-964-244-26-30

магазин

АНКЕР

ВХОДНЫЕ ДВЕРИ
«БУЛЬДОРС»

- ЛАМИНАТ
- САЙДИНГ
- СТЕНОВЫЕ ПАНЕЛИ
- ВОДООТЛИВЫ
- СУХИЕ СМЕСИ
- ПЕНА
- ГЕРМЕТИКИ
- КРАСКИ
- МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ
- СЕЙФ-ДВЕРИ
- ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
- МЕТИЗЫ
- КРЕПЕЖ

ЭЛЕКТРО + плюс

ПРОМЫШЛЕННОЕ И БЫТОВОЕ ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЕ

тепловые пушки, ТЭНы,
тепловые полы, кабель, автоматы,
УЗО, защита от импульсных
перенапряжений и т.д.

КОНДЕНСАТОРЫ ЭЛЕКТРОСЧЁТЧИКИ

наличный и безналичный расчёт

г.Чебаркуль, ул.Дзержинского, 3

тел. 8-912-806-93-17;

8-951-816-62-35



Должник прав
Защита должников
по кредитам

ЮРИДИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА ПРАВ ДОЛЖНИКОВ

- КОНСУЛЬТАЦИИ БЕСПЛАТНО
- БАНКРОТСТВО ФИЗ.ЛИЦ
- УМЕНЬШЕНИЕ СУММЫ ДОЛГА
- ОТМЕНА СУДЕБНЫХ ПРИКАЗОВ И
ОБЖАЛОВАНИЕ СУДЕБНЫХ
РЕШЕНИЙ
- ЗАЩИТА ОТ КОЛЛЕКТОРОВ
- ПОСИЛЬНЫЕ ПЛАТЕЖИ
- РАБОТА С ФЕДЕРАЛЬНОЙ
СЛУЖБОЙ СУДЕБНЫХ ПРИСТАВОВ

г. Златоуст,
пр. Мира, 28-А, 2 этаж, офис 7
8-962-487-01-52

ПоСтройка

товары и услуги для строительства и ремонта!

- металлоконструкции холодной ковки;
- мангалы, беседки, теплицы;
- услуги трубогиба; заборы под ключ;
- профнастил; поликарбонат;
- садовый инвентарь
- шифер, кафель, ламинат, линолеум, сухие смеси, цемент;
- тротуарная плитка, бетоносмесители,
- сетка кладочная, сетка рабица;
- панели ПВХ и МДФ, пенопласт, OSB, краски, антисептики

г.Миасс, пр.Макееева, 90

Будни: 8:00-19:00 СБ: 8:00-18:00, ВС: 8:00-16:00

тел: +7 951 440 01 05



МАНГАЛЫ



БЕСЕДКИ



ТЕПЛИЦЫ

В НАЛИЧИИ
И ПОД ЗАКАЗ
Наличный
и безналичный расчёт
ДОСТАВКА
(грузовой автомобиль,
манипулятор)