

Краевая независимая газета

Выходит в Тимашевском, Калининском, Брюховецком районах КК

За законность и справедливость!

АНТИСПРУТ

16+

антиспрут.рф

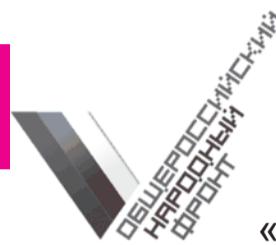
20 мая 2021 года №19 (1434)

anti-sprut@yandex.ru

Цена свободная

Выходит с 15 января 1991 года.

г. Краснодар,
ул. Октябрьская, 78



Региональное отделение Общероссийского общественного движения
«НАРОДНЫЙ ФРОНТ «ЗА РОССИЮ» в Краснодарском крае

«ФРОНТОВЫЕ» БУДНИ: ДОВЕРЯЙ, НО ПРОВЕРЯЙ

«О национальных и стратегических задачах развития Российской Федерации...»

Региональное отделение Общероссийского народного фронта в Краснодарском крае проводило мониторинг объектов социальной значимости, которые были построены и сданы в эксплуатацию, или реконструированы в 2020 году в Краснодарском крае.



ПРОТОКОЛОМ заседания Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 24 октября 2019 года №1 Общероссийскому народному фронту поручено обеспечить мониторинг хода выполнения Указа Президента РФ от 7 мая 2018 г. №204 «О национальных и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года», в том числе в части влияния на качество жизни граждан изменений, достигнутых в ходе реализации национальных проектов.

В том числе, на совещании глава администрации Краснодарского края В.И. Кондратьев обратился к активистам ОНФ с просьбой оказать содействие в рамках общественного контроля – осуществить контрольные выезды представителей ОНФ на объекты социальной значимости для прове-



дения оценки удовлетворенности населения Краснодарского края результатами реализации национальных проектов.

Всего на Кубани в 2020 году построены и сданы в эксплуатацию, или реконструированы более 450

объектов социальной значимости. В их числе шесть – в Тимашевском районе, из них – два в рамках регионального проекта «Современная школа». В городской средней школе №1 обновлена материально-техническая база для кабинета физики. Комментирует ученица 7 «б» класса Анастасия Кукова (на снимке-2):

– Мне предмет очень нравится. Знания предмета черпаем из учебника. Помощь учителя и – очень важно – современное оборудование, которое получила школа – способствуют познанию физических явлений, физических законов.

Комментирует ученик 7 «б» класса Данил Шелёма (на снимке-3):

– Знание формул, лабораторное оборудование, которое мы используем на сегодняшней лабораторной работе – помогают успешно усваивать урок.

В результате контрольных выездов для проверки других объектов в Тимашевском районе стало известно, что

нального конкурса Наталия Сергеевна Испалова. В городской средней школе №11 обновлена материально-техническая база для кабинета физики. Комментирует ученица 7 «б» класса Анастасия Кукова (на снимке-2):

– Мне предмет очень нравится. Знания предмета черпаем из учебника. Помощь учителя и – очень важно – современное оборудование, которое получила школа – способствуют познанию физических явлений, физических законов.

Комментирует ученик 7 «б» класса Данил Шелёма (на снимке-3):

– Знание формул, лабораторное оборудование, которое мы используем на сегодняшней лабораторной работе – помогают успешно усваивать урок.

В результате контрольных выездов для проверки других объектов в Тимашевском районе стало известно, что

все они успешно функционируют – за исключением одного – это фельдшерско-акушерский пункт в хуторе Мирный. Как сообщила главврач Тимашевской центральной больницы Ольга Хомякова, ФАП готов

к работе: документы переданы в лицензионный отдел, персонал подобран, ждёт выдачу лицензии. По предварительным данным, выдача лицензии состоится и, соответственно, открытие ФАПа – до конца этого месяца. Тогда хуторянам не нужно будет ехать в райцентре для получения первичной медико-санитарной помощи.

Впереди, как известно, тимашевцам предстоит проголосовать за социальные объекты в городе в рамках проекта «Формирование комфортной городской среды». Но это уже другая история, к которой «Антиспрут» планирует вернуться в скором времени. Кого интересует «этот история», читайте нашу газету за 22 апреля с.г., статья под заголовком «Красота за счет федеральных средств: думаем, голосуем, делаем».

Л. КРЕЧЕТ.

Сколько можно съесть шашлыка?

Какое мясо полезнее?



Читайте на 6 стр.

Изоляция – временная, контроль – постоянный, общественный

В РАМКАХ акции «Гражданский мониторинг» член общественно-го совета, действующего при отделе МВД России по Тимашевскому району Александр Николаевич Волошин проверил работу изолятора временного содержания (ИВС) отдела МВД России по Тимашевскому району (на снимках). В ходе проверки были осмотрены помещения изолятора и прилегающая к нему территория, актуальность размещенной информации на стенах ИВС. Кроме того, была проверена служебная документация, регламентирующая содержание лиц, находящихся в ИВС. Жалоб со стороны доставленных в адрес сотрудников полиции не поступило. Каких-либо нарушений со стороны сотрудников полиции выявлено не было.



В ДЕЖУРНУЮ часть отдела МВД России по Тимашевскому району с сообщением о нападении обратилась сотрудница продуктового магазина. Заявительница пояснила полицейским, что в торговый зал вошел неизвестный мужчина и, угрожая ножом, потребовал выдать все имеющиеся денежные средства. Похитив из кассы наличность в сумме около 17 000 рублей, злоумышленник сорвал с шеи потерпевшей золотую цепочку с подвесками, ударил женщину по голове пакетом с тяжелым камнем, который принес с собой, и скрылся. Общая сумма ущерба составила более 35 000 рублей.

В результате проведения оперативно-розыскных мероприятий сотрудники уголовного розыска установили личность и местонахождение подозреваемого. 44-летнего ранее судимого местного жителя правоохранители задержали на одной из улиц города Тимашевска и доставили в отдел полиции для дальнейшего разбирательства.

Установлено, что часть похищенных денежных средств злоумышленник потратил, ювелирные изделия спрятал.

Санкции статьи за данное преступление предусматривают наказание в виде лишения свободы на срок до десяти лет.

А. КЛИМЕНКО,
специалист направления по связям со СМИ отдела МВД России
по Тимашевскому району, ст. лейтенант внутренней службы.

Государственная инспекция безопасности дорожного движения по Тимашевскому району призывает:

«Цените, берегите жизнь и помните, что каждый должен возвращаться туда, где его ждут близкие, любящие люди».

Хроника ДТП за четыре месяца 2021 года: рост погибших и раненых на дорогах Тимашевского района. Это не может не беспокоить всех нас, в том числе участников дорожного движения. И начать каждый должен с самого себя...

ЗА ЧЕТЫРЕ месяца текущего года на территории Тимашевского района зарегистрировано 384 дорожно-транспортных происшествия (+138 по сравнению с прошлым годом), из них 30 дорожно-транспортных происшествий (+8 в сравнении с прошлым годом), в которых 7 человек погибли (+6 в сравнении с прошлым годом) и 30 человек получили телесные повреждения различной степени тяжести (+3 в сравнении с прошлым годом). Из них:

с участием детей произошло 5 дорожно-транспортных происшествий (+4 в сравнении с прошлым годом), в которых получили ранения 5 несовершеннолетних (+4 в сравнении с прошлым годом) и 1 несовершеннолетний погиб (+1 в сравнении с прошлым годом);

по вине водителей, управляющих транспортными средствами в состоянии алкогольного опьянения или отказавшихся пройти медицинское освидетельствование зарегистрировано 3 (-1 в сравнении с прошлым годом), в которых 3 человека получили ранения (-6 в сравнении с прошлым годом);

по вине пешеходов зарегистрировано 4 дорожно-транспортных происшествия (+2 в сравнении с прошлым годом), в которых пострадали 3 человека (+1 в сравнении с прошлым годом), и 1 человек погиб (+1 в сравнении с прошлым годом);

по причине выезда на сторону проезжей части дороги в местах, где это запрещено: зарегистрировано 2 дорожно-транспортных происшествия (+2 в сравнении с прошлым годом), в которых 2 человека получили ранения (+2 в сравнении с прошлым годом);

по причине нарушения правил проезда пешеходного перехода зарегистрировано 6 дорожно-транспортных происшествий (+5 в сравнении с прошлым годом), в которых 5 человек получили ранения (+5 в сравнении с прошлым годом);

по вине водителей транспортных средств, принадлежащих юридическим лицам, зарегистрировано 3 дорожно-транспортных происшествия (+3 в сравнении с прошлым годом), в которых 1 человек погиб (+1 в срав-



Роман Викторович ЗИНЧЕНКО – главный Государственный инспектор безопасности дорожного движения по Тимашевскому району, подполковник полиции.

нении с прошлым годом), и 6 человек получили ранения (+6 в сравнении с прошлым годом).

ОСНОВНАЯ ПРИЧИНА ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНЫХ ПРОИСШЕСТВИЙ: нарушение правил проезда пешеходного перехода – 6 ДТП (20 % от общего числа ДТП).

ОСНОВНОЙ ВИД ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНЫХ ПРОИСШЕСТВИЙ: наезд на пешехода 11 ДТП (36,7 % от общего числа ДТП).

НАИБОЛЕЕ АВАРИЙНОЕ ВРЕМЯ СУТОК: с 11.00 до 13.00 – 4 ДТП (13,3 % от общего числа ДТП).

НАИБОЛЕЕ АВАРИЙНЫЙ ДЕНЬ НЕДЕЛИ: пятница – 7 ДТП (23,3 % от общего числа ДТП).

Уважаемые участники дорожного движения! Прежде всего, необходимо научиться соблюдать дорожную этику, научиться вежливости по отношению к другим участникам дорожного движения. А начать каждый должен с самого себя. Сегодня в силах каждого гражданина максимально защитить себя и своих близких и других участников дорожного движения: соблюдать скоростной режим, пристегнуться ремнем безопас-

ности, надеть мотошлем, посадить ребёнка в специальное удерживающее устройство. Начав с себя, мы сделаем шаг к нашей общей безопасности.

Помните, что, являясь водителем, вы управляете источником повышенной опасности, а состояние алкогольного опьянения, пусть даже в легкой степени, затормаживает реакцию. Кроме вас, в автомобиле могут находиться родные, близкие и друзья, которые полностью доверили вам свои жизни. Если вы не цените свою жизнь и не можете преодолеть желание употребить спиртное, то подумайте о тех людях, которые не виноваты в ваших слабостях! Необходимо быть предельно внимательными при движении в населенных пунктах и вблизи их, так как в данных местах большая вероятность появления пешеходов на проезжей части.

Цените, берегите жизнь и помните, что каждый должен возвращаться туда, где его ждут близкие, любящие люди.

Обращение к мотоцилистам

В СВЯЗИ с улучшением погодных условий на дорогах Тимашевского района появилось множество мотоциклистов. В связи с этим Госавтоинспекция Тимашевского района обращается к этой категории участников дорожного движения с просьбой быть как можно более внимательными на дороге.

Ежегодно с открытием сезона число аварий с участием мотоциклистов резко возрастает, причем нередко такие происшествия заканчиваются смертью байкеров, которые, понятно, наименее защищены от травм, чем водители автомобилей.

Как правило, в подобных ДТП в равной степени виноваты, как сами мотоциклисты, так и водители автомобилей. Первые за долгую зиму отвыкли от скорости, от дороги, под забыли правила, поэтому нередко превышают скорость, резко перестраиваются, выезжают на полосу встречного движения транспортных средств. С другой стороны, для многих водителей автотранспорта резкое появление большого числа мотоциклистов в транспортном потоке также становится неожиданностью. Совокупность всех

этых факторов и приводит к трагедиям.

Хотелось бы напомнить мотоциклистам основные правила безопасного вождения. Во-первых, мотоцикл должен быть зарегистрирован в органах ГИБДД, а у водителя в правах должна быть открыта соответствующая категория. Управлять мотоциклом необходимо в мотошлеме, а под верхнюю одежду желательно надеть специальную мотозащиту.

Во-вторых, перед тем, как выезжать на дорогу, следует проверить техническое состояние мотоцикла, устранить все неисправности. На дороге нужно неукоснительно соблюдать все нормы ПДД – не превышать скорость, соблюдать боковой интервал и дистанцию с другими транспортными средствами, не выезжать на полосу встречного движения, не пытаться проехать между близко едущими машинами в плотном потоке. Кроме того, не забывайте обязательно включать сигнал поворота при перестроениях, чтобы проинформировать заранее других участников движения о планируемом маневре и не допустить аварийной ситуации.

ПАМЯТИ КОЛЛЕГИ

Три года назад ушла из жизни Антонида Новикова – секретарь первичной организации СЖ при газете «Антиспрут».

Журналистский талант Антониды раскрылся, когда она работала в тимашевской телекомпании «Ти-ЭФ». После того как телекомпания перестала существовать, сотрудничала с независимой газетой «Антиспрут».



Повтор публикации от 16 марта 2017 года

ТИМАШЕВСКАЯ история начинается с 1794 года, когда запорожские казаки пришли в пограничный кубанский край крепко сколоченной общиной и образовали Тимошиевский курень. Вероятным его создателем архивариусы считают Тимошу Федоровича. Именно так в списке казачьего войска значится его имя в пешем полку.

Первоначально, Тимошиевский курень располагался в 15 верстах от головного Екатеринодарского укрепления. Затем, по распоряжению кошевого атамана Чепиги, места поселений куреней определились путем жеребьевки. В результате Тимошиевский курень переселился на правый берег реки Кирпили на расстоянии 73 верст от Екатеринодара, где находится и по настоящее время.

В конце XVIII века была проведена первая перепись казаков-переселенцев Черноморского войска. 28 октября 1793 года Зиновий Чепига поручил ее проведение полковому есаулу армии. В исторических документах государственного архива Краснодарского края отражено, что первая перепись казаков-переселенцев на Кубань прошла по всем сорока куреням. На тот момент на кубанской земле насчи-

ВЗГЛЯД В ИСТОРИЮ

В архиве Тимашёвского района хранятся тысячи исторических документов, отражающие кубанскую историю. В связи с празднованием знаменательных дат: 80-летие образования Краснодарского края, 90-летие Тимашевского района и 225-летие освоения казаками кубанских земель – с помощью архивных документов можно заглянуть в далекое прошлое.

тывался 18171 житель: 12645 людей мужского пола и 5526 женского. В их числе были 260 мальчиков и 192 девочки. Армейские чины имели 236 казаков.

А теперь давайте заглянем в Тимошиевский курень. Завершенная 21 марта 1794 года первая перепись показала в составе куреня 308 человек, в том числе 84 женщины, 48 казаков и старшин с семьями и работниками. Отчет о проделанной работе был подан в рапорте войсковому правительству 21 марта 1794 года. Так, 225 лет назад, население Тимошиевского куреня первоначально было немногочисленным. В его составе находилось 100 сабель, то есть 100 ка-

заков, пригодных к военной службе.

Первым атаманом Тимошиевского куреня был Шмалько. Куренные службы тогда располагались в Атамани. Часть казаков охраняла границу на Каракубанском и Черноморском кордонах. Другие – организовали куреной рыболовный завод при Ахтанизовском лимане. Семейные казаки оседали на жительство в различных местах войсковой земли. И только после жеребьевки новых мест размещения куренных поселений тимашевцам выпало селиться «по над рекою Кубанью». Но набеги черкесов заставили тимашевских казаков ходатайствовать о на-

правлении их в более безопасное место. Так, 9 декабря 1807 года генерал-губернатор Новороссии де Ришелье дал разрешение жителям Тимошиевского куреного селения переселиться на реку Кирпили.

В 1809-1811 годах количество людей в селении уже достигло 1808 человек, и оно стало одним из самых крупных в Черномории. В архивных исторических документах подробно описаны и другие интересные факты: чем болели люди, какие потери понесли казаки, сколько новых переселенцев прибыло из Черниговской губернии в Тимошиевский курень. Наиболее выдающимся выходцем из Тимошиевского ку-

реня 28 августа 1819 года стал Иван Диомидович Попка (Попко) – автор трудов о черноморских казаках.

Ярким на исторические события был и 1876 год. В юрте уже Тимашевской станицы офицерам-участникам Кавказской войны тогда было выделено 15 земельных участков в частную собственность. В их числе известные на Кубани фамилии – Алексея Рашиля, Ивана и Константина Лисевицких, трех братьев Шкурапатских.

В исторических материалах первой переписи казаков Тимошиевского куреня говорится и о строительстве Кубанско-Черноморской железной дороги, и о том, что к 1916 году Тимашевская стала богатейшей станицей. В ее 1161-м дворе проживало 6159 жителей казачьего сословия и 1231 иногородний. Но подробнее об этом наши читатели смогут узнать, побывав в самом тимашевском архиве. Газетный вариант о первой переписи казаков-переселенцев на Кубань в конце XVIII века подготовлен только по историческим документам государственного архива Краснодарского края.

А. НОВИКОВА.

ПАМЯТИ РОДНОГО ЧЕЛОВЕКА ЯРОВОГО Виталия Владимировича посвящается...

20 мая исполнится два года, как ушел из жизни родной и дорогой нам человек, бесконечно любимый мною пapa – Яровой Виталий Владимирович.

Отчетливо помним тот момент, когда его не стало, но боль утраты не прошла. Напротив, только сейчас мы поняли, насколько удивительным и значимым он был для нас.

Отец долго болел, и только эта причина вынудила его в 77 лет выйти на пенсию после огромного трудового стажа. Но, даже отойдя от профессиональной деятельности, он старался каждый день наполнять свою жизнь смыслом и занятиями. Изо всех сил, до последнего дня...

Он с удовольствием рыбачил и копался в огороде, трепетно возился с цветами в своей теплице, ухаживал за роскошными лимоном и инжиром. С нескрываемой любовью делал маме милые сюрпризы. До сих пор удивляемся его силе воли.

Важно, что пapa не просто был, а до сих пор остается для нас эталоном мужчины и человека. Мужественный, заботливый, крепкий трудоголик и неиссякаемый жизнелюб...

Таким запечатлела его память.

ОТЕЦ родился в предвоенном 1939-м, в Украине, городе Кобеляки Полтавской области. С мамой и бабушкой перенес военную оккупацию. После школы с отличием закончил ПТУ. Три года служил в артиллерийских войсках в Германии. По окончанию службы, в 1962 году по комсомольской путевке был направлен на ударную стройку страны – Беловскую ГРЭС, в трестэнергомонтаж.

О том, как служил и работал пapa, говорят многочисленные грамоты и награды. Трудовой стаж отца вместе со службой в армии более 55 лет. Более 42 лет он проработал газоэлектросварщиком на родном комбинате «Прогресс». Почти ежегодно, 20 лет его фото было на Доске почета. Отец неоднократно отстаивал честь предприятия и подтверждал свой профессионализм на краевых и зональных соревнованиях. Это были дипломы I и II степеней.

В нашем небольшом городе и районе его знают многие. «Тепло», устроенное папиными руками, «хра-

нится» во многих домах.

Но самая ответственная работа в жизни мужчины – быть хорошим отцом. Отец вместе с мамой дали нам самое главное счастье в жизни – детство. Жизнь, наполненную впечатлениями, сюрпризами, путешествиями. Ведь мы с сестрой и братом были желанными и невероятно любимыми детьми. Общаясь с нами, отец всегда был настоящим. Он мог поругать и пожалеть, словом согреть сердце и учил никогда не держать зла. Отец очень помог становлению наших семей. В памяти трех внуков и трех правнуков он остался примером для подражания. Сильный и смелый, на все руки мастер.

Еще совсем недавно, несмотря на годы, мы были детьми, потому что были мама и Он. Наш самый-самый Папа. А теперь мы дети наполовину. Так бывает со всеми. Обычная суета, работа, дом, друзья... Только уже без него, оказывается, это страшно. И как, кажется сейчас, мало было времени, проведенного вместе. Хочется вернуть годы немного назад – поболтать, пошутить, досказать, дослушать, доделать, долюбить... Но лишь воспоминания о нем греют душу.

Для всей семьи это большая утрата.
Тот день, когда твой свет погас
И перестало сердце биться,
Стал самым страшным днем для нас,
И мы не можем с тем смириться.
Ты был примером нам всегда,
Как человек с душою чистой.
И память о тебе живя
В сердцах людей, родных и близких.
Ты жизнь свою прожил достойно,
Оставил память нам навек.
В безмолвном мире спи спокойно,
Любимый нами человек.
Родной наш, в этой жизни ты
Для нас был светочем семейным
И маяком, который с твоим уходом неожиданно угас.
Вечно любим, помним, скорбим.
Просим всех, кто знал его и помнит, вспомнить еще раз этого замечательного человека с большой буквы – ЯРОВОГО Виталия Владимировича.

Твои: жена, дети, внуки и правнуки.



О депутатской... прикосновенности



ДЕПУТАТ Государственной Думы Российской Федерации от Краснодарского края Светлана Бессараб была избрана по партийному списку. В течение последних лет бывала неоднократно в Тимашевском районе. В прошлом году благодаря усилиям С.В. Бессараб в Тимашевске отремонтировали многострадальные железнодорожные переезды. История была с продолжением. В августе прошедшего года Светлана Бессараб вместе с сенатором от Краснодарского края Алексеем Кондратенко в Тимашевске провели прием местных жителей, один из которых пожаловался на многокилометровые автомобильные пробки в городе, одна из причин заторов – это плохое состояние дорог на железнодорожных переездах. Парламентарии направили обращение в «Российские железные дороги» с просьбой привести переезды в порядок. Через месяц железнодорожники рапортовали, что в Тимашевске произведён ремонт дорожного покрытия на железнодорожных переездах, на асфальт нанесена дорожная разметка.

Как это часто у нас бывает. Получили ответ, тем более положительный – поставили галочку и забыли. Ну, может, еще по добрую душевной поблагодарили исполнителей.

С.В. Бессараб тоже человек добрый, даже, скажу, душевный. Но в депутатской деятельности отличается от некоторых других народных избранников. У неё другие подходы к депутатской деятельности, которые она для себя определила еще будучи депутатом Законодательного Собрания Краснодарского края. Поэтому со благодарностью спешить не стала, несмотря на занятость другими, казалось бы, куда более важными законотворческими делами, организовала оттуда, из Москвы, проверку. И, как оказалось не зря. Мягко говоря, железнодорожники погорячились с ответом – никакого ремонта на переездах в этот период не делали. Это хорошо было видно из представленного фотоотчета. Как тогда отметила депутат Государственной Думы Светлана Бессараб: «мы находимся в постоянном контакте с жителями, и поэтому ответ РЖД о выполненнем ремонта переездов нас весьма удивил. Возможно, что руководство РЖД также, как и нас, попытались ввести в заблуждение, нужно разобраться». Ситуация находится на контроле». Направила повторный запрос в «Российские железные дороги» с требованием привести переезды в порядок. На этот раз реакция последовала немедленно – переезды в Тимашевске были дей-

ствительно отремонтированы. Не на бумаге...

Тем самым острота проблемы транспортных заторов несколько спала. Полностью проблема разрешится, когда будет построен автомобильный обход, работы по возведению которого в настоящее время уже идут.

Кстати, Светлана Бессараб не осталась безучастной и в этом вопросе. Она была одним из со-председателей регионального



НА СНИМКЕ: на трибуне Государственной Думы ФС РФ депутат Государственной Думы, член штаба регионального отделения ОНФ в Краснодарском крае Светлана БЕССАРАБ.
Фото – скриншот трансляции ТВ.



НА СНИМКАХ: на трибуне Светлана Бессараб перед активом Тимашевского района в городском Доме культуры (микрорайон Индустриальный).

Фото из архива «Антиспрута».

отделения Общероссийского народного фронта (ОНФ) в Краснодарском крае. Не вдаваясь в подробности, скажу, в том, что долгожданный тимашевцами многомиллиардный объект у нас сейчас строится, есть большая доля участия и Светланы Викторовны Бессараб – несмотря на то, что решение проблемы на контроль в краевой администрации взяли после обращения к губернатору автора этих строк.

КРОМЕ законотворческой деятельности, у С.В. Бессараб по-прежнему солидный «фронт» работы в региональном штабе ОНФ. Наша газета неоднократно об этом рассказывала.

А еще Светлана Викторовна – председатель Краснодарского краевого профобъединения. Настоящий лидер профсоюзного движения на Кубани. В ходе рабочей поездки в Тимашевский район провела прием граждан по вопросам трудового законодательства. Ответила на личные обращения жителей района, которые в основном касались трудовых отношений, охраны труда на предприятиях, заработной платы, социальных пособий. Разъяснила положения об опла-

те труда педагогическим работникам государственных и муниципальных образовательных организаций края, досрочному назначению и выплате пенсий, компенсации расходов (электроэнергия, Интернет) при переходе на удаленную работу, мерах поддержки семей с детьми, детском оздоровлении.

Светлана Бессараб заверила, что техническая инспекция Краснодарского краевого профобъединения при необходимости окажет содействие в проверке условий труда, где условия труда не улучшены, а класс вредности снижен. Обратила внимание на необходимость защитить права работников на гарантированные государством компенсационные меры (дополнительный оплачиваемый отпуск, повышенные размеры оплаты труда, сокращенная продолжительность рабочего времени и, как следствие, права на досрочную пенсию).

ПОЛАГАЮ, сейчас уместно будет назвать обращения и внесенные законопроекты депутатом Госдумы Светланой Бес-

сараб. Только некоторые из последних обращений и законопроектов за апрель-май. То, что принято называть рутинной работой законодателей, от которой, между тем, во многом зависит качество повседневной жизни не только кубанских избирателей, но и всех россиян. С.В. Бессараб внесла в парламент законопроект, предусматривающий внесение изменений в ФЗ «О рыболовстве и сохранении водных биологических ресурсов». Совместно с другим депутатом, Ириной Гусевой, зарегистрировали в парламенте законопроект, повышающий ответственность за незаконные врезки в ливневые канализации. А также депутат ГД С.В. Бессараб направила обращение главе Правительства РФ Михаилу Мишустину с просьбой о защите бизнеса, расположенного в жилых индивидуальных домах. В 2020 году Минэкономразвития РФ утвердил классификатор видов разрешенного использования земельных участков, который исключает возможность осуществ-

ления коммерческой деятельности на земельном участке под ИЖС. При этом в отдаленных и малонаселенных пунктах, зачастую, это единственная возможность размещения торговых точек. По понятным причинам, крупные торговые сети туда идут неохотно. Между тем, подобные запреты Минэкономразвития РФ на ведение коммерческой деятельности на земельных участках под ИЖС препятствуют развитию малого, семейного бизнеса.

СЕГОДНЯ, 20 мая – в день, которым датирован этот номер газеты (кстати, 20 мая отмечается День пчелы...) хочется поздравить неутомимую труженицу Светлану Викторовну Бессараб и в её лице тех парламентариев, работу которых без увеличения можно назвать колоссальной – с **Днем российского парламентаризма!** (Постфактум – этот день отмечался несколько раньше. Тем не менее...). Новых Вам успехов в законотворческой деятельности во благо Кубани и всей России.

Виталий ЛЕБЕДЕВ.



Газета «Антиспрут» – официальный информационный партнер «Российской Газеты»

Ирина НЕВИННАЯ, «РГ».

Зачем проверять антитела и как делать это правильно

Сейчас многие тестируются на антитела к «короне»: кто-то хочет знать, не переболел ли он бессимптомно, кто-то – оценить состояние после прививки. Лаборатории предлагают разные тесты – и наши, и зарубежные. Как не запутаться и сдать именно тот анализ, какой нужен? На вопросы «РГ-Неделе» ответил глава НЦ молекулярно-генетических исследований ДНКОМ Андрей Исаев.

– Для чего сдают тесты на антитела?

– Тесты выполняются на наличие антител (иммуноглобулинов IgA, IgM и IgG).

Антитела IgA первыми вырабатываются нашей иммунной системой в ответ на вторжение вируса – если тест на них положительный, значит, человек находится в острой фазе заболевания (даже если у него нет симптомов).

Антитела IgM начинают вырабатываться позже, где-то на 3-4-й день после возникновения симптомов – этот тип антител также является маркером первичной инфекции. Обычно исследование на антитела IgM используется как вспомогательное – для уточнения фазы инфекционного процесса.

Антитела IgG начинают вырабатываться примерно через 10-14 дней после появления симптомов. Их появление указывает на то, что у человека сформировался долговременный иммунитет. То есть речь идет либо о поздней фазе заболевания, когда больной уже выздоравливает, либо о том, что человек переболел COVID-19 раньше.

– Какой тест можно сделать перед прививкой?

– Сейчас тесты на антитела IgG чаще всего выполняют люди, которые собираются пройти вакцинацию, чтобы убедиться, что они не перенесли COVID-19 раньше бессимптомно и у них нет иммунитета, полученного естествен-



ным путем. Если тест показывает положительный титр антител IgG, вакцинацию можно отложить.

– А если человек хочет проверить уровень антител после прививки? Сейчас многие сравнивают свои показатели.

– Надо понимать, что тесты, которые используют в лабораториях, разные и шкалы у них используются тоже разные. Поэтому если пытаешься сравнивать результаты (хотя большого смысла в этом нет), то надо по меньшей мере быть уверенным, что вы выполняли тестирование одним и тем же тестом.

– Что такое «коэффициент позитивности»?

– Для определения уровня антител после прививки в большинстве случаев используются количественные тесты. Они не показывают точное количество образовавшихся антител. Но с их помощью можно оценить интенсивность иммунного ответа – по яркости свечения образца, если тест проводится методом иммуноферментного анализа (ИФА).

Тесты разных производителей имеют разную шкалу. В большинстве случаев в государственных лабораториях используют тест-системы «Вектор-бест», и у них уровень отсечки равен 1. То есть если показатель ниже – антител нет. От 1 до 1,1 – так называемая серая зона. Если же результат выше 1,1 – значит, мы имеем яр-

кую положительную реакцию иммунной системы.

«Коэффициент позитивности» показывает, во сколько раз уровень антител в пробе превышает пороговый уровень их распознавания. Так что, например, показатель 15, о котором недавно сказал президент, – это хороший результат. Примерно такой же и даже больше коэффициент позитивности иммунного ответа имеют большинство привитых «Спутником V» или «КовиВаком».

При этом еще раз отмечу, что у других производителей тестов шкала может быть другой и показатели, соответственно, тоже. При этом, получая результат теста в лаборатории, вы всегда можете увидеть на бланке референсные значения и сравнить результат с ними.

– Каким тестом можно проверить поствакцинальный иммунитет?

– Такой тест называется «Количественное определение антител к RBD домену S1 белка коронавируса (антитела IgG)» (выполняется методом хемилилюминесцентного иммуноанализа сыворотки и плазмы крови, Abbot).

Это количественный анализ на IgG-антитела. Он поможет оценить иммунный ответ и в случае заражения (или перенесенного COVID-19), и для контроля поствакцинального иммунитета.

Когда делать:

– на текущую или перенесен-

ную инфекцию не ранее чем через три недели после появления симптомов или получения положительного результата ПЦР-теста;

– для оценки поствакцинального иммунитета через три недели после второй дозы вакцины.

О чём говорят результаты:
< 50.0 AU/mL отрицательно:
антитела к патогену отсутствуют или на очень низком уровне.

Это может быть период ранней инфекции или у пациента не исключены нарушения функций иммунной системы.

> 50.0 AU/mL положительно:
есть иммунный ответ на инфекцию либо сформировался поствакцинальный ответ.

– Нужны ли повторные исследования?

– Со временем напряженность иммунитета и в случае перенесенного заболевания, и после вакцинации уменьшается. По мнению инфекционистов, чем выше уровень антител, тем ниже риск повторного заражения, а также вероятность тяжелого течения и осложнений при COVID-19.

При этом делать повторный тест, чтобы оценить, как падает уровень антител, рекомендуется не чаще чем раз в полгода.

– Есть тесты на антитела, которые не показывают поствакцинальный иммунитет?

– Да. Это, например, тест на «Антитела к нуклеокапсидному белку (N) коронавируса IgG» (выполняется методом хемилилюминесцентного иммуноанализа сыворотки и плазмы крови, Abbot).

Этот тест не используется для оценки иммунного статуса после прививки. Дело в том, что антитела к нуклеокапсидному белку (N) вируса SARS-CoV-2 вырабатываются только после перенесенного заболевания. Вакцинация выработку этих антител не стимулирует, поэтому этот тест бесполезен и не применяется для оценки поствакцинального иммунитета.

Этот тест назначают:

✓ для оценки предполагаемого иммунного статуса пациента после перенесенного или на поздней фазе (выздоровление) заболевания COVID-19;

✓ для оценки иммунного статуса пациента, в качестве вспомогательного метода диагностики

коронавирусной инфекции, совместно с результатами других лабораторных исследований и клинических данных о пациенте.

О чём говорят результаты:
отрицательно < 1,4 – negative (антитела не обнаружены);
положительно > 1,4 – positive (антитела обнаружены).

– Для чего нужно сдавать ПЦР-тест на COVID-19?

– Этот тест сдается, чтобы проверить, болен ли человек или, возможно, является носителем вируса (даже если у него нет никаких симптомов нездоровья), выделяет ли он в настоящий момент вирус из верхних дыхательных путей, то есть является источником инфекции для окружающих.

То единственный и ставший уже стандартным тест для туристов: при въезде практически все страны требуют предъявить справку о teste, сданном перед отездом. После возвращения из поездки тест придется сдать еще дважды и результат загрузить на портал госуслуг.

Кроме того, можно сдать ПЦР-тест, чтобы убедиться, что вы здоровы, то есть исключить бессимптомное течение заболевания. Это может понадобиться, если, например, вам предстоит встреча с пожилыми родственниками и вы не хотите рисковать их здоровьем. Кроме того, с помощью такого тестирования можно проверить, не заразились ли вы коронавирусом, если вы точно знаете, что контактировали с заболевшим.

Как правильно сдавать тесты?
Для теста ПЦР: берется мазок биоматериала со слизистой носоглотки. Анализ сдается натощак либо через три часа (или позже) после еды. За три часа до взятия мазка нельзя чистить зубы, полоскать рот, пить, жевать жевательную резинку, применять антисептические таблетки, полоскания и спреи.

Для теста на антитела: берется кровь из вены. Сдавать кровь нужно натощак утром или днем не менее чем через четыре часа после последнего приема пищи.

Как справиться с постковидным синдромом

Чем больше людей выздоравливают после COVID-19, тем больше загадок предподносит коронавирус. Одна из них – постковидный синдром, на который жалуются 30-60% пациентов. Это не просто одышка, слабость, утомляемость, состояние тревоги, которые нередко сохраняются и спустя полгода после перенесенной инфекции. Бывают и более тяжелые последствия, и важно их не пропустить. На что обращать внимание выздоравливающим, как обследоваться, и о том, что очень важно реабилитация, «РГ» – Неделе» рассказала Любовь Дулова, заведующая терапевтическим отделением КДЦ «Измайловский» Пироговского центра.

– Как часто вы сталкиваетесь с постковидным синдромом у ваших пациентов?

Любовь Дулова: Лишь у меня на прием приходят от 3 до 10 таких пациентов в неделю. Возраст – любой: постковидный синдром мы отмечаем как у молодых пациент-

тов, так и среднего, и пожилого возраста. В нашем центре разработана программа обследования и наблюдения за такими пациентами, объем которой зависит от имеющихся жалоб, тяжести состояния, давности перенесенного заболевания и результатов предварительного обследования. Безусловно, учтываем и исходно имевшиеся хронические заболевания.

– Как он проявляется и как это связано с тяжестью течения COVID-19?

Любовь Дулова: Постковидный синдром может проявляться по-разному, но почти всегда пациенты жалуются на слабость, астению, тревожность. Конечно, у имевших фоновые заболевания коронавирус может провоцировать ухудшение в их течении, и тогда возникает необходимость скорректировать базисную ежедневную терапию.

Легкое течение коронавирусной инфекции не гарантирует, что последствий не

будет: некоторые пациенты, которые перенесли ее «на ногах» и узнали, что переболели коронавирусной инфекцией только по результатам анализа крови на антитела, также отмечают изменения в самочувствии – это может произойти и по прошествии нескольких месяцев. Жалуются на боли и ломоту в мышцах и суставах, нарушения кожной чувствительности.

Я наблюдала двух молодых пациентов, у которых за четыре и семь месяцев после того, как они переболели в легкой форме, все еще не восстановилось обоняние. И мы, к слову, всё еще не знаем, как с этим эффективно бороться.

Многие пациенты, которые во время заболевания имели нормальные показатели оксигенации, говорят, что ощущают «нехватку воздуха», «затянутость за грудной», «спазм в груди». У некоторых сохранился затяжной кашель до 2-3 месяцев после клинического выздоровления.

После тяжелого течения COVID-19, долгой гипоксии пациенты замечают ухудшение интеллектуальных функций, памяти, у них нередко нарушается мозговое кровообращение, усугубляется течение артериальной гипертензии даже на фоне ранее подобранных лекарств.

– То есть болевшие тяжело всегда восстанавливаются медленнее?

Любовь Дулова: Хорошая новость: некоторые пациенты, даже пожилые, хорошо восстанавливаются после 50-70% поражения легких, особенно если они начали свой путь в реабилитации еще в стационаре, а затем дисциплинированно принимали рекомендованные после выписки препараты и соблюдали режим нагрузок, выполняли дыхательную гимнастику. Конечно, для быстрейшего выздоровления важна и своевременная госпитализация.

(Окончание на 6 странице)

Газета «Антиспрут» – официальный информационный партнер «Российской Газеты»

Как справиться с постковидным синдромом

(Окончание. Начало на 5 стр.)

Если восстановление после COVID-19 идет хорошо, при обследовании не выявлено поражения сердца, кишечника, суставов, нет спровоцированных аутоиммунных заболеваний, например, тиреоидита, неврологических осложнений, психических нарушений (тревоги, депрессии) – тогда можно наблюдать у терапевта. Если же обнаружились специфические осложнения (например, пневмофиброз, тиреоидит, миокардит и так далее) или осложнения после его лечения (лекарственный гепатит, псевдомембранный колит и антибиотикассоциированная диарея, нарушения иммунного статуса и другое) – тогда терапевт направляет пациента к узким специалистам, чтобы, работая в команде, помочь пациенту наилучшим образом.

– В рекомендациях Минздрава предусмотрены реабилитационные программы для переболевших. Что входит в такую программу?

Любовь Дулова: Насколько мне известно, в работающих с коронавирусной инфекцией стационарах должна быть организована ранняя активизация пациентов.

Для больных с легким течением проводятся занятия лечебной физкультурой, их обучают дыхательной гимнастике с учетом степени поражения легких и общего состояния. Поликлиники организуют и телемедицинские консультации.

После окончания лечения, когда самочувствие станет лучше, уменьшится одышка, пациенты могут обратиться в амбулаторные центры для динамического наблюдения. Доктор назначит анализы для контроля, проверит функциональное состояние систем организма. Важно исключить осложнения после COVID-19 и побочные проявления в результате применения препаратов.

После того, как будут готовы результаты, понадобится повторный прием терапевта с анализом полученных данных, на основе которых доктор дает индивидуальные рекомендации по образу жизни, режиму, диете, лечебной физкультуре. При необходимости назначаются физиотерапевтические процедуры, групповая лечебная физкультура. Могут понадобиться и консультации специалистов – в зависимости от выявленной патологии.

Совет

На что нужно обратить внимание после COVID-19

В первую очередь, желательен самоконтроль уровня кислорода в крови, в том числе и при бытовых нагрузках (ходьба, работа по дому). Думаю, пульсоксиметр скоро появится в очень многих домах, во всяком случае у меня и моих родных он уже есть. Кроме того, важно совместно с врачом оценить риск тромбозов. Если у вас, например, варикоз вен ног или ожирение (даже невысокой 1-й степени), риск возникновения тромбов повышается. Кроме того, фактор риска – если женщина принимает гормональные контрацептивы, то есть речь идет о молодых женщинах. Обратить внимание нужно и на наличие тромбоза ранее, сердечно-сосудистые заболевания, атеросклероз и некоторые другие факторы. Кроме того, важно следить за сердечным ритмом: перебои в работе сердца, сильное учащение пульса могут быть признаками грозного осложнения – миокардита. Это заболевание

требует ограничения физических нагрузок и наблюдения у кардиолога.

И последний совет – будьте к себе внимательнее: оцените, как быстро и в полном ли объеме вы возвращаетесь к исходному «доковидному» самочувствию и активности. Если восстановление идет тяжело, необходимо вместе с врачом выяснить, почему, и, конечно, принять меры.

Полезно знать

Какие анализы и обследования могут понадобиться

Первичное обследование на приеме у врача-терапевта, анализ выписного эпикриза из стационара, электрокардиография, анализы крови и мочи, исследование свертываемости крови, определение маркеров воспаления, рентгенография органов грудной клетки или компьютерная томография (при наличии показаний), исследование функции внешнего дыхания (спирография).

Татьяна КАРАБУТ, «РГ».

Тимур АЛИМОВ, «РГ».

НЕ НАДО ПОРОТЬ ДИЧЬ

Диетолог развеяла мифы о мясе

В ГОВЯДИНЕ – лучший состав незаменимых аминокислот. А индейка вовсе ничем не лучше обычной курицы. Кому-то противопоказано есть печень, а для других она кладезь витамина А.

Из всех разновидностей мяса наилучшими показателями по аминокислотному составу обладает говядина, считает врач-терапевт, диетолог, кандидат медицинских наук, заведующая консультативно-диагностическим центром «Здоровое и спортивное питание» ФИЦ питания и биотехнологии Екатерина Бурляева. В говядине содержится максимально разнообразный состав аминокислот, из которых многие наш организм не синтезирует сам – например, BCAA (branched-chain amino acids), хорошо известные спортсменам и содержащиеся в специализированных продуктах. Дефицит аминокислот может приводить к ослаблению памяти и умственных способностей, снижению иммунитета.

Также говядина больше, чем какое-либо другое мясо, содержит витамина B12. Он участвует в процессе кроветворения, и его дефицит может приводить к анемии.

Единственный недостаток говядины – большое количество пуриновых оснований, к которым в том числе относится мочевая кислота. Их употребление противопоказано людям, страдающим подагрой, то есть уже с повышенной мочевой кислотой в крови. Пуриновые основания как раз и повинны в том, что соли мочевой кислоты откладываются в суставах, поясняет врач.

А вот индейка, которая считается более диетическим мясом в сравнении с курицей, находится «не в самой выигрышной ситуации», считает Екатерина Бурляева. По ее словам, по белкам, жирам, углеводам разницы между курицей и индейкой нет никакой. Из всей птицы

наиболее жирными являются утка и гусь.

Считается диетической крольчатина. По белкам, жирам, углеводам она ближе к птице, чем к свинине или говядине.

Свинина и баранина – более жирное мясо. При этом баранина даже жирнее свинины. Но это не всегда плохо. Жиры тоже нужны организму. Просто мы получаем их и из других продуктов, и сейчас в нашем рационе насыщенных жиров содержится избыточное количество. А по витаминному составу у свинины, как и свиного языка, есть преимущество перед говядиной – свиное мясо содержит больше витамина В.

Людям с повышенным холестерином диетологи запрещают есть субпродукты. Они содержат большое количество холестерина и пуриновых оснований. Но, например, в любой печени много витамина А. В нашем рационе его мало, а это мощный антиоксидант.

Людям с избыточной массой тела следует отказаться от тех частей мяса, которые содержат кожу, – например, крыльев. Они более калорийны за счет жирового компонента. Но не случится никакой катастрофы, если съесть пару крылышек. Главное, чтобы это правильно вписывалось в общую структуру рациона – тогда нужно убрать жиры и за счет других продуктов, говорит Бурляева.



Фото из архива «Антиспрута».

Приготовленное на огне мясо – не самый полезный продукт и злоупотреблять им не стоит, а некоторым следует и вовсе лучше воздержаться от такой еды, рассказал диетолог Филипп Кузьменко. По его словам, без вреда для здоровья можно съедать не более 70-100 граммов красного мяса в день.

– Доказано, что красное мясо и любые полуфабрикаты из мяса, если их очень много есть, повышают риск колоректального рака, поэтому все хорошо в меру. Если вы следите за фигурой, то чтобы не переесть, предварительно заполните желудок чем-то другим,ательно овощами и простой водой, – цитирует врача радио Sputnik.

Перегружать желудок и пытаться съесть весь шашлык за один день «чтобы не пропал» не нужно – хорошо при-

готовленное мясо хранится довольно долго.

– Зависит от того, насколько сильно вы прожарили шашлык, что за мясо, как долго оно пролежало не в холодильнике. Если сразу убрали, неделю мясо вряд ли простоят, но от трех до пяти дней – может. А оставили на сутки на солнце, лучше не рисковать. Перед употреблением мяса убедитесь, что нет посторонних запахов, – отметил Кузьменко.

Предпочесть шашлык, например, из рыбы свиному лучше пожилым, людям с высоким уровнем холестерина в крови или болезнями сердца. Кроме того, свинина требует тщательной термической обработки из-за риска присутствия паразитов. Говядину же можно потреблять и хорошо прожаренной и с кровью, в зависимости от собственных пищевых привычек, добавил диетолог.

Советуем обратить внимание на диетическое мясо и яйца перепёлки. Почему? Читайте на 8 странице.



с 24 мая по 30 мая 2021 года

24 мая

ПОНЕДЕЛЬНИК

НТВ



ПЕРВЫЙ



05.00, 9.25 "Доброе утро".
09.00, 3.00 Новости.
09.50 Жить здорово! (16+).
10.55 Модный приговор. (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15, 1.15, 3.05 Время покажет. (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00, 3.35 Мужское / Женское. (16+).
18.00 Новости (с субтитрами).
18.40 На самом деле. (16+).
19.45 Пусть говорят. (16+).
21.00 Время.
21.30 Т/с "Анатомия сердца". (16+).
23.30 Вечерний Ургант. (16+).
00.10 Познер. (16+).

РОССИЯ



05.00, 9.30 Утро России.
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
09.55 "О самом главном". (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 "Судьба человека". (12+).
12.40, 18.40 "60 минут". (12+).
14.55 Т/с "Рая знает всё!" (12+).
17.15 "Прямой эфир". (16+).
21.20 Т/с "Несмотря ни на что". (12+).
23.35 "Вечер с В. Соловьевым". (12+).
02.20 Т/с "Тайны следствия". (12+).
04.05 Т/с "Право на правду". (16+).

НТВ



04.50 Т/с "Лесник". (16+).
06.30 Утро. Самое лучшее. (16+).
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.30 Сегодниа.
08.25, 10.25 Т/с "Морские дьяволы. Смерч". (16+).
13.25 ЧП.
14.00 Место встречи.
16.25 ДНК. (16+).
18.30, 19.40 Т/с "Ментовские войны". (16+).
21.15 Т/с "Случайный кадр". (16+).
23.45 Т/с "Чернов". (16+).
03.00 Их нравы. (0+).
03.15 Т/с "Пятницкий. Глава четвертая". (16+).

ТВ-Центр



06.00 "Настроение".
08.15 Х/ф "Не хочу жениться!" (16+).
10.00 Д/ф "Евгений Весник. Обмануть судьбу". (12+).
10.55 Городское собрание. (12+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с "Мисс Марпл Агаты Кристи". (12+).
13.40, 5.20 "Мой герой". (12+).
14.55 Город новостей.
15.10, 3.20 Т/с "Такая работа-2". (16+).
16.55 Д/ф "Шоу-бизнес без правил". (16+).
18.15 Х/ф "Женская версия. Ловцы душ". (12+).
20.00 Х/ф "Женская версия. Такси зелёный огонек". (12+).
22.35 Специальный репортаж. (16+).
23.05, 1.35 "Знак качества". (16+).
00.00 События. 25-й час.
00.35 Петровка, 38. (16+).
00.55 Д/ф "В плenу измен". (16+).
02.15 Д/ф "Ф. Дзержинский. Нет имени страшнее моего". (12+).
02.55 "Осторожно, мошенники!". (16+).
04.40 Д/с "Короли эпизода". (12+).

25 мая

ВТОРНИК

ПЕРВЫЙ



05.00, 9.25 "Доброе утро".
09.00, 3.00 Новости.
09.50 Жить здорово! (16+).
10.55 Модный приговор. (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15, 1.10, 3.05 Время покажет. (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00, 3.30 Мужское / Женское. (16+).
18.00 Новости (с субтитрами).
18.40 На самом деле. (16+).
19.45 Пусть говорят. (16+).
21.00 Время.
21.30 Т/с "Анатомия сердца". (16+).
23.30 "Док-ток". (16+).
00.10 Д/ф "Плохой хороший человек". К 80-летию О. Даля. (12+).

РОССИЯ



05.00, 9.30 Утро России.
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
09.55 "О самом главном". (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 "Судьба человека". (12+).
12.40, 18.40 "60 минут". (12+).
14.55 Т/с "Рая знает всё!" (16+).
17.15 "Прямой эфир". (16+).
21.20 Т/с "Несмотря ни на что". (12+).
23.35 "Вечер с В. Соловьевым". (12+).
02.20 Т/с "Тайны следствия". (12+).
04.05 Т/с "Право на правду". (16+).

НТВ



04.50 Т/с "Лесник". (16+).
06.30 Утро. Самое лучшее. (16+).
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.30 Сегодниа.
08.25, 10.25 Т/с "Морские дьяволы. Смерч". (16+).
13.25 ЧП.
14.00 Место встречи.
16.25 ДНК. (16+).
18.30, 19.40 Т/с "Ментовские войны". (16+).
21.15 Т/с "Случайный кадр". (16+).
23.45 Т/с "Чернов". (16+).
03.20 Т/с "Пятницкий". (16+).

ТВ-Центр



06.00 "Настроение".
08.10 "Доктор И...". (16+).
08.40 Х/ф "Золотая мина". (0+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с "Мисс Марпл Агаты Кристи". (12+).
13.40, 5.20 "Мой герой". (12+).
14.55 Город новостей.
15.10, 3.20 Т/с "Такая работа-2". (16+).
16.55 Д/ф "Шоу-бизнес без правил". (16+).
18.15 Х/ф "Женская версия. Ловцы душ". (12+).
20.00 Х/ф "Женская версия. Такси зелёный огонек". (12+).
22.35 Специальный репортаж. (16+).
23.35 "Знак качества". (16+).
00.00 События. 25-й час.
00.35 Петровка, 38. (16+).
00.55 Д/ф "В плenу измен". (16+).
02.15 Д/ф "Ф. Дзержинский. Нет имени страшнее моего". (12+).
02.55 "Осторожно, мошенники!". (16+).
04.40 Д/с "Короли эпизода". (12+).

26 мая

СРЕДА

ПЕРВЫЙ



05.00, 9.25 "Доброе утро".
09.00, 3.00 Новости.
09.50 Жить здорово! (16+).
10.55 Модный приговор. (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15, 1.10, 3.05 Время покажет. (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00, 3.25 Мужское / Женское. (16+).
18.00 Новости (с субтитрами).
18.40 На самом деле. (16+).
19.45 Пусть говорят. (16+).
21.00 Время.
21.30 Т/с "Анатомия сердца". (16+).
23.30 "Док-ток". (16+).
00.10 Д/ф "Все ходы записаны". К 70-летию А. Карпова. (12+).

РОССИЯ



05.00, 9.30 Утро России.
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
09.55 "О самом главном". (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 "Судьба человека". (12+).
12.40, 18.40 "60 минут". (12+).
14.55 Т/с "Рая знает всё!" (12+).
17.15 "Прямой эфир". (16+).
21.20 Т/с "Несмотря ни на что". (12+).
23.35 "Вечер с В. Соловьевым". (12+).
02.20 Т/с "Тайны следствия". (12+).
04.05 Т/с "Право на правду". (16+).

НТВ



04.50 Т/с "Лесник". (16+).
06.30 Утро. Самое лучшее. (16+).
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.30 Сегодниа.
08.25, 10.25 Т/с "Морские дьяволы. Смерч". (16+).
13.25 ЧП.
14.00 Место встречи.
16.25 ДНК. (16+).
18.30, 19.40 Т/с "Ментовские войны". (16+).
21.15 Т/с "Случайный кадр". (16+).
23.45 Т/с "Чернов". (16+).
03.20 Т/с "Пятницкий". (16+).

ТВ-Центр



06.00 "Настроение".
08.15 "Доктор И...". (16+).
08.50 Х/ф "Нежданно-негаданно". (12+).
10.40 Д/ф "Украденная жизнь". (12+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с "Мисс Марпл Агаты Кристи". (12+).
13.40, 5.20 "Мой герой". (12+).
14.55 Город новостей.
15.10, 3.25 Т/с "Такая работа-2". (16+).
16.55 Д/ф "Кровные враги". (16+).
18.00 Х/ф "Знак совы". (16+).
22.35 "Хватит слухов!". (16+).
00.00 События. 25-й час.
00.35 Петровка, 38. (16+).
00.55 Д/ф "Знак совы". (16+).
02.35 "Хватит слухов!". (16+).
03.20 Т/с "Пятницкий". (16+).

27 мая

ЧЕТВЕРГ

ПЕРВЫЙ



05.00, 9.25 "Доброе утро".
09.00, 3.00 Новости.
09.50 Жить здорово! (16+).
10.55 Модный приговор. (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15, 1.10, 3.05 Время покажет. (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00, 3.30 Мужское / Женское. (16+).
18.00 Новости (с субтитрами).
18.40 На самом деле. (16+).
19.45 Пусть говорят. (16+).
21.00 Время.
21.30 Т/с "Анатомия сердца". (16+).
23.30 "Чернов". (16+).
03.20 Т/с "Пятницкий". (16+).

НТВ



06.00 "Настроение".
08.10, 11.50 Х/ф "Как извести любовницу за семь дней". (12+).
11.30, 14.30, 17.50 События.
12.25, 15.05 Х/ф "Исправленному верить. Паутина". (12+).
14.50 Город новостей.
16.55 Д/ф "Актёрские драмы. Сыграть вождя". (12+).
18.10 Х/ф "Новый сосед". (12+).
20.00 Х/ф "Жизнь под чужим солнцем". (12+).
22.00 "В центре событий".
23.10 "Приют комедиантов". (12+).
01.05 Д/ф "Ростислав Плятт. Интелигентный хулиган". (12+).
01.45 Петровка, 38. (16+).
02.00 Х/ф "Байкер". (16+).
03.25 Х/ф "Женская версия. Такси зелёный огонек". (12+).
04.50 Д/с "Короли эпизода". (12+).

ТВ-Центр



06.00 "Настроение".
08.20 Х/ф "Верьте мне, люди!". (12+).
10.35 Д/ф "Человек, который был самим собой". (12+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Т/с "Мисс Марпл Агаты Кристи". (12+).
13.40, 5.25 "Мой герой". (12+).
14.55 Город новостей.
15.05, 3.20 Т/с "Такая работа-2". (16+).
16.55 Д/ф "90-е. Звёзды на час". (16+).
18.10 Х/ф "Мышеловка". (12+).
22.35 "10 самых..." (16+).
23.05 Д/ф "Актёрские драмы". (12+).
00.00 События. 25-й час.
00.35 Петровка, 38. (16+).
00.55 "Приговор". (16+).
01.35 "Прошение". (16+).
02.15 Д/ф "Сталин против Троцкого". (16+).
02.55 "Осторожно, мошенники!". (16+).
04.45 Д/с "Короли эпизода". (12+).

28 мая

ПЯТНИЦА

ПЕРВЫЙ



05.00, 9.25 "Доброе утро".
09.00 Новости.
09.50 Жить здорово! (16+).
10.55, 3.05 Модный приговор. (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15, 3.55 Давай поженимся! (16+).
16.00, 4.35 Мужское / Женское. (16+).
18.00 Новости (с субтитрами).
18.40 "Чел

ЦЕННЕЙШИЙ ДИЕТИЧЕСКИЙ ПРОДУКТ

ПЕРЕПЕЛИНЫЕ яйца – ценнейший диетический продукт, об эффективности применения которых еще 300 лет тому назад в медицинском трактате упоминал китайский фармаколог Ли Ши Чень. Он утверждал, что они лечат заболевания сердца, легких, печени, желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой и нервной систем. Это кладовая витаминов, микроэлементов, незаменимых аминокислот. В них по сравнению с куриными яйцами содержится в 2,5 раза больше витамина А, в 2,8 раза – В1, в 2,2 раза – В2, в 5 раз выше уровень фосфора и калия, в 4,5 раза – железа, значительно больше меди и кобальта. В желтке есть фтор, который, как доказал А.Н. Книжников (Институт биофизики России), понижает содержание радиоактивных стронция в организме человека. Лецитин и холестерин в желтках перепелиных яиц находятся в соотношении 5:1, что улучшает обмен холестерина в организме человека, сдерживая атеросклероз.

Повышенное содержание в яйцах перепелов лизоцима препятствует развитию неожелательной микрофлоры. Белок усваивается организмом человека медленнее из-за присутствия антитриптизы, которая понижает активность фермента трипсина. Это свойство используется для понижения выделения фермента поджелудочной железы при язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Присутствие в перепелиных яйцах серосодержащих аминокислот и лецитина благотворно действует на нервную систему. Перепелиные яйца усваиваются в организме человека на 97 %. Доказано также положительное действие их на потенцию у мужчин.

Употребление перепелиных яиц снижает риск возникновения инфаркта и тромбоза, дает положительный эффект при расстройстве нервной системы, малокровии, гипертонической болезни, бронхиальной астме, сахарном диабете.

Япония всегда славилась умением из малого извлекать большую пользу. Людовик к перепелиным яйцам японцы переняли у Китая, где они активно использовались в народной медицине. Но японцы, как водится, пошли дальше, сделав употребление перепелиных яиц частью своей государственной политики, возведя в ранг основных законов. Причиной этому стала национальная трагедия – атомная бомбардировка Хиросимы и Нагасаки в 1945 году. Японские врачи занялись поиском продуктов, способствующих эффективному выведению из организма радионуклидов. Одним из таких продуктов оказалась перепелиные яйца. В Японии перепелиные яйца – обязательный продукт питания для детей дошкольного и школьного возрастов.

Перепелиные яйца, в отличие от куриных, не вызывают аллергии. Если у вашего ребенка диатез, перепелиные яйца – то, что вам нужно. Кроме того дети меньше устают, становятся более подвижными, у них нет проблем с приготовлением уроков. Ребенок, съедающий в день два перепелиных яйца, обладает лучшей памятью, крепкой нервной системой, останется здоровым, лучше развивается и меньше болеет.

Состав скорлупы перепелиных яиц состоит на 90% из карбоната кальция, легко усваивается организмом, и вдобавок содержит все необходимые для организма микроэлементы, в том числе медь, фтор, серу, кремний, цинк и другие (всего 27 элементов). Состав яичной скорлупы перепелиных яиц поразительно совпадает с составом костей и зубов человека, и более того, стимулирует кроветворную функцию костного мозга. Скорлупа перепелиных яиц особенно полезна детям, ведь в их организме процессы образования костной ткани идут наиболее интенсивно и требуют бесперебойного поступления кальция. Применение скорлупы взрослыми и пожилыми людьми положительно оказывается при ломкости ногтей и волос, кровотечении из десен, бессоннице, а также способствует быстрому срастанию костей при переломах.

Тирозин, входящий в состав перепелиного яйца, позволяет поддерживать здоровый цвет лица. Поэтому в европейской парфюмерной индустрии во многие дорогостоящие марки кремов и шампуней включены компоненты перепелиных яиц.

ЯЙЦО?.. Перепелиное яйцо!
Польза перепелиных яиц.
НЕ ПРОСТОЕ, А ЗОЛОТОЕ!



И, наконец, самое главное отличие от медикаментов, которые, как известно, «одно лечат, другое калечат»: от употребления перепелиных яиц НЕ «СТРАДАЕТ» ни один орган человека.

ГДЕ КУПИТЬ СВЕЖЕЕ ЯЙЦО И ПЕРЕПЕЛИНЫЕ ТУШКИ?

По адресу: г. Тимашевск,
ул. Профильная, 12
(бывшая ферма откормсовхоза).
Тел.: 8-918-456-62-48,
8(86130)4-15-07

С Днём рождения!

19 мая отметила свой день рождения – Людмила Григорьевна БИРЮКОВА!

ЖЕЛАЕМ всегда быть в приятном окружении, чувствовать себя прекрасно, не расстраиваться и думать о хорошем. Пусть для прекрасной женщины будет и жизнь прекрасна, позади останутся обиды. Пусть присутствуют всегда мудрость и терпение, душевная безмягкость и тепло.

Антиспрутцы.



С юбилеем!

Любимую мамочку
Зинаиду
Владимировну
КОЛОМИЕЦ



Чувства не выразить словами, Пожеланий всех не перечесть, Я хочу сказать любимой маме: Хорошо, что ты на свете есть! Будь всегда счастливой, дорогая, Всей душой, и жизнь любя. Главное, прошу тебя, родная, Будь здорова, береги себя!

Сын.

Погода (по сводкам из Интернета)

Четверг, 20 мая, днем +25°, ночью +14°, ясно.
Пятница, 21 мая, днем +28°, ночью +16°, малооблачно.
Суб., 22 мая, днем +25°, ночью +17°, пасмурно.
Воскр., 23 мая, днем +27°, ночью +17°, первом. облачн.
Пон., 24 мая, днем +26°, ночью +17°, первом. облачн.
Вторник, 25 мая, днем +26°, ночью +17°, первом. облачн.
Среда, 26 мая, днем +27°, ночью +17°, малооблачно.



АНТИСПРУТ

Гл. редактор
В.В. ЛЕБЕДЕВ

Учредитель и издатель В.В. ЛЕБЕДЕВ.
Адрес редакции/издателя: 352700, г. Тимашевск, ул. Ковалева, 165.
Тел./факс 8(86130)4-76-72.
Адреса электронной почты:
anti-sprut@yandex.ru

Газета зарегистрирована в Южном окружном межрегиональном территориальном управлении Министерства Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ №10-4021. Газета отпечатана в ООО «КубаньАгитПечать». 350059 Краснодар, ул. Уральская, 98/2. Заказ № 1217. Печать офсетная. Объем 2 печ. листа. Подписана в печать по графику: 8.00, фактически 8.00

СЕТЬ МЕБЕЛЬНЫХ МАГАЗИНОВ



ВЕСЕННИЕ СКИДКИ!
РАСПРОДАЖА!

Рады видеть вас
в ТОРГОВОМ ЦЕНТРЕ
«МЕБЕЛЬ ЛЮКС»
ежедневно с 8.00 до 17.00.
Вы легко найдете нас по адресу:
г. Тимашевск, ул. 50 лет Октября, 100.



Обращаться по телефонам: мебель 4-35-14, мебель на заказ 4-59-67.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПРОДАЮ

ЗЕМ. УЧАСТИ

ЗЕМЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК в СОТ «Строитель», 21 линия, №574. Тел. 8-918-328-83-62.

ДВА ЗЕМЕЛЬНЫХ УЧАСТКА в ст. Новокорсунской по 8 соток. Газ, вода, свет. Тел. 8-918-95-17-339 (звонить в любое время).

ЗЕМЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК, 42 сотки в с. Малинино, ул. Октябрьская, 19. Тел. 5-29-94.

РАЗНОЕ

АВТОЗАПЧАСТИ оригинальные (Германия) к автомобилю «Ауди»: новый в упаковке радиатор системы охлаждения (арт.код 893121253A, р-р 660x320 мм). Черные колесные диски (4 шт., маркировка 5 1/2J14H2, 4 болтовых отверстия крепления диаметром 14 мм., расстояние между их центрами: противоположных 110 мм, а соседних по окружности 77 мм). Цена договорная, выгодная покупателю. Обр.: тел. 8-918-381-55-92.

ФЕРМЕРСКОЕ ХОЗЯЙСТВО РЕАЛИЗУЕТ

курочек-молодок 3 мес., 5 мес., 8 мес.: «Ломан Браун», серебристые, минорки, «Кубань». Доставка по району бесплатно.

Тел.: 8-989-808-50-04.

ПРОДАЮ дом в поселке Индустриальный или МЕНЯЮ на благоустроенный, но меньшего размера с доплатой. Отапливаемая площадь 102,5 кв.м., кухня, гараж, подвал. Обр.: тел. 8-918-953-35-87, 5-53-49.

За достоверность информации в объявлениях, а также качество, потребительские свойства товаров и услуг, рекламируемых в газете «Антиспрут», ответственность несет рекламодатель.

Индекс 52220

- За содержание рекламы ответственность несет рекламодатель.
- Материалы со знаком публикуются за плату.
- Мнение редакции может не совпадать с позицией авторов публикаций.
- Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

ТИРАЖ 3000