

Требуется менеджер (16+)
по работе с клиентами
Оформление
по ТК РФ.
График 5/2.
Тел.: 28-66-16

ИМПЕРИЯ ОКОН
Немецкие окна
по цене российских
Теплые пластиковые лоджии
по цене холодного алюминия
7700 р. 11200 р. 13100 р. 17500 р.
Срок изготовления 3 дня
бесплатный замер
заключение договоров на дому

33-55-55
Ленинградский пр-т, 70
ТЦ «Лотос», 3 этаж

REHAU VEGA KBE MONTBLANC деревянные окна

КЛИК МАРКЕТ
16+
ПЕРВЫЙ
ОНЛАЙН-ТОРГОВЫЙ
ЦЕНТР ЯРОСЛАВЛЯ
Заходи и покупай!
kmarket76.ru

**ЖДЕМ ВАШИХ
СООБЩЕНИЙ**

Звоните по телефону
33-84-79, 28-66-20,
или добавляйте
новость на сайте
progorod76.ru

Ярославль. Бесплатная газета новостей | Рекламно-информационное издание

➤ Конкурс от «Pro Города»: получи подарок за фото в купальнике

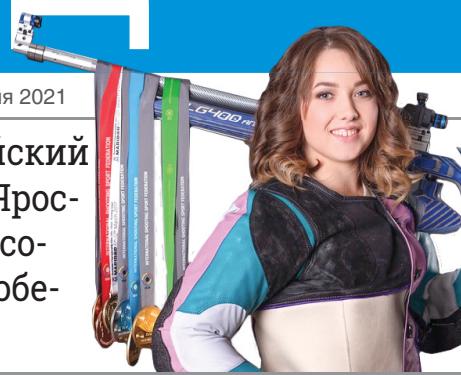


(16+) стр. 3

газета PRO ГОРОД

(16+)

№30 (407) | 31 июля 2021



➤ Ищешь работу? Список вакансий города Ярославля (16+) стр. 6-7

➤ Советы экспертов: какие товары надо купить до роста цен (16+) стр. 5

➤ Шокирующая статистика по клещам. Что изменилось (16+) стр. 2

➤ Мамы детей с опасным заболеванием обратились к губернатору (16+) стр. 3

«Никогда не смотрите прогнозы на неделю!»: синоптики раскрыли «кухню» Гидрометцентра



На фото сотрудница центра Марина Шильцева рядом с прибором для измерения ветра

Что помогает метеорологам определять погоду, и почему их часто обвиняют во лжи

стр. 2

+7 (4852) 72-15-12
г. Ярославль,
ул. Свободы, 46
<https://ivsitzcy.ru>

КИДБУРГ
ВСЁ НАЧИНАЕТСЯ С ИГРЫ



ПРЕДЛОЖЕНИЕ
Действительно
до 01.08.2022.
Хотите узнать больше? Позвоните нам:
+7 (4852) 66-01-02
г. Ярославль,
пос. Нагорный, ул. Дорожная, 6а.
ТРК «Ярославский Вернисаж»

*В ограниченном режиме и по предварительной записи. Подробности на сайте yaroslavl.kidburg.ru

**действует на определенные программы

Каменный мастер
Памятники из гранита и мрамора.
Благоустройство захоронений.
Выполняем все работы
качественно и в срок.
Акции*. Скидки 20%*
Рассрочка. **
Бесплатное хранение
Ленинградский пр-т, д.54, кор.2, **предоставляет
тел.: 90-81-92, www.Masteryar.ru ИП Дубкова С. С.
до 31.12.2021 г., подробности по тел.

**окна
балконы
отделка
т.946-000**
ОКНА ПВХ, АЛ,
ВНУТРЕННЯЯ И НАРУЖНАЯ
ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ,
РАСШИРЕНИЕ, УСТРОЙСТВО КРЫШ
**натяжные
потолки**
УСТАНОВКА ЛЮСТРЫ
ОБХОД УГЛОВ
ОБХОД ТРУБ
БЕСПЛАТНО!*
ул. Лисицына, д.3А

ОКНА ПВХ
ТРИА завод оконных конструкций
до 31.08.21 подробности по тел.
13 500 р. окно+дверь
8000 р. окно
11 500 р. окно
15 000 р. лоджия 3 м
27 000 р. лоджия 6 м
БАЛКОН + САЙДИНГ
28 000 р.
**СКИДКИ
ДО 55%***
ПРИ ЗАКАЗЕ
ДВУХ ОКОН
НАТЯЖНОЙ ПОТОЛОК
В ПОДАРОК*
**заключаем договоры с физ. и юр. лицами

8(980)655-80-80. www.TRIAOKNA.RU

ЯрРитуал Сервис
Ритуальные услуги:
▪ Круглосуточный выезд
▪ Достойно
▪ Профессионально
т.л. 94-44-49
Круглосуточно
ул.Салтыкова-Щедрина, 3
сайт: yarritualservice.ru

*ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛ. ДО 31.08.21 Г. **ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ООО Профиль Строй

Сообщи новость
тел. 33-84-79
e-mail: red@pg76.ru
Сообщайте нам новости
НОВОСТИ
progorod76.ru

Олимпийская медаль в Ярославле

Ярославская спортсменка Анастасия Галашина принесла первую медаль российской олимпийской сборной, она завоевала серебро в стрельбе из пневматической винтовки на 10 метров. Сразу после победы она рассказала, какой ценой ей она досталась:

- Сначала мне было не очень понятно, что такое стрельба. У нас был очень старый тир. Не знаю, есть ли еще где-нибудь такие. Там были бумажные, а не электронные мишени. Я делала несколько выстрелов, шла к мишени, забирала ее, вешала новую.
- Сейчас в школе олимпийского резерва №3, где занимается Анастасия Галашина, есть 3 тира, приспособленных для стрельбы из пневматического и мелкокалиберного оружия, - сообщают в правительстве. - Буквально месяц назад на улице Дорохотова после реконструкции открыт новый тир, который соответствует современным требованиям. Анастасия Галашина сможет заниматься в этом тире.



В Ярославле каждый третий клещ боррелиозный

Инфекционисты поразили результатами исследований клещей.

Более шести тысяч ярославцев сдали клещей в лаборатории. Результаты огорчают: по данным Роспотребнадзора от 15 июля, 0,18% клещей заражены энцефалитом, 33,9% заражены боррелиями, 3,75% - эрлихиуми, 0,26% - анаплазмой. Каждый пятый пострадавший от укуса клеща - ребенок. Всего в этом году в лаборатории обратились более шести тысяч ярославцев. Из исследований прошлых лет следует, что клещей много в Заволжском районе.



• На фото Денис Криворотов.
Фото «Pro Города»

К 90-ЛЕТИЮ ПОЭТА Шри Чинмой (1931-2007)

Наш современник Шри Чинмой является автором сотен вдохновляющих стихов, эссе, пьес и философских работ. Его книги переведены и изданы в десятках стран мира. Шри Чинмой регулярно проводил встречи, посвященные миру, в штаб-квартире ООН, встречался со многими главами государств и давал концерты Мира в разных странах. Он являлся автором и основателем многочисленных миротворческих и гуманистических программ. В России его имя стало широко известно благодаря международной факельной эстафете «Бег Мира», которая много раз проходила и по нашей Ярославской области.

Узнать больше
и посетить бесплатный
музыкально-поэтический
вечер



Вход свободный
<https://heartyoga.tilda.ws/concert>

*С творчеством Шри Чинмоя мы продолжим вас знакомить в следующих выпусках.

«Нам часто говорят: «Вы врёте!»: синоптики показали свою «кухню»

Что стоит за привычным прогнозом погоды

Кристина Куракина

Редакция «ПроГорода» побывала в офисе Ярославского гидрометцентра и на метеорологической станции. Да, это два разных места. А синоптик и метеоролог – это два разных специалиста. Простыми словами: метеорологи мониторят погоду в режиме реального времени, а синоптики на основе их данных составляют прогнозы. Офис Гидрометцентра находится на улице Кирова. Нас встречает милая начальница Наталья Енушева:

- Мы наблюдаем качество воздуха, воды, почвы - у нас широкий спектр деятельности. Всего в области 16 метеостанций. Информация на станциях собирается каждые три часа. Мы смотрим, что творится в Европе, над Атлантическим океаном, от той погоды зависит то, что придет к нам.

Сто процентных прогнозов не бывает.

Многие процессы в атмосфере еще изучены не до конца. Никто не может сказать на 100% точно, что будет завтра, - уточняет Наталья Енушева.

Заволжском районе. Небольшой частный трехэтажный дом, огороженный забором. Внутри бегают собаки. «Для безопасности, иногда приходится выходить ночью» - пояснили нам позже. Нас встречает техник-метеоролог Марина Шильцева.

Внутри не-

1 Марина Шильцева с мерзлотометром, который проверяет промерзание почвы.
2 Эти приборы измеряют показания почвы.

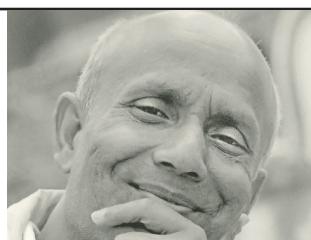
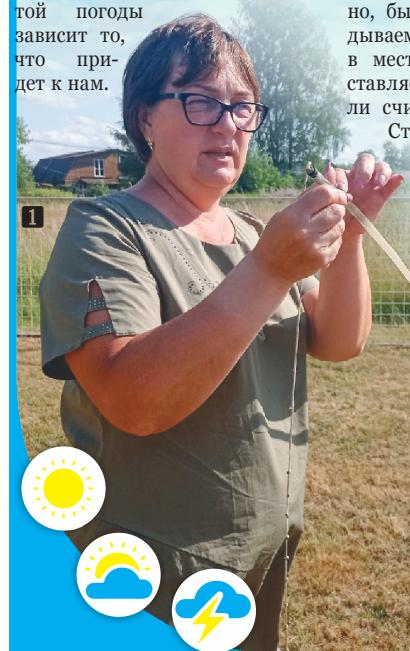
• Фото Pro Города

сколько письменных столов, которые заставлены странными приборами, мониторами. Поверхность застилают листки с таблицами, цифрами, карандашными заметками. Ярким пятном среди белых листов лежит потрепанная зеленая книга «Психрометрические таблицы». По первому ощущению кабинет метеоролога ничем не отличается от штаб-квартиры шпионов из-за обилия шифров, цифр и надписей.

25 явлений. Например, дождь, роса, туман. Выглядит всё это как квадратная, огороженная забором площадка с приборами. Смотрятся они необычно, и без пояснений специалиста вряд ли можно разобраться.

• Все приборы находятся в точной последовательности. Это, например, психрометр. Он состоит из двух термометров: сухой и влажный. Они дают максимальную температуру на день и минимальную на ночь. Все данные с приборов, которые здесь находятся, автоматически передаются в базу данных. Вот, например, прибор, по которому можно определить начальные изморози или инея. Чем отличается изморозь от инея, знаете? Иней образуется только на горизонтальной поверхности, а изморозь и на вертикальной. По середине площадки стоят странные высокие приборы – датчики ветра, - поясняет метеоролог.

За пределами площадки вертятся две большие, но добрые собаки. Приятные ощущения от того, что за бездушным «сегодня будет облачно и +21» стоят занимательные приборы, интересные люди с горящими глазами.



Оглянись вокруг!
Ты увидишь, как много
Нужно сделать для мира.

Человечеству нужен покой.
Но где покой?
Он в любви.
А где любовь?
Она в принятии жизни
И самопреодолении.

Чтобы озарить свою жизнь,
Ты должен
Расширить свое сердце.

Вчера я был умным,
Поэтому хотел изменить мир.
Сегодня я мудр,
Поэтому меню себя.

Каждый день нужно учиться
Только одному:
Как быть по-настоящему
Счастливым.*

МЫСЛИ НА ХОДУ



• Александра ГОЛИКОВ,
пауэрлифтер, спас тонущих мальчиков

• Фото А. Голикова

О ЧП на воде с детьми

- Двух мальчишек 14 лет в поселке Искра Октября Рыбинска унесло течение, когда они решили переплыть Волгу. Сначала их было четверо, но двое как-то сами «отвалились» - не рискнули. С собой у них был детский плавательный круг. Дети были так далеко от берега, что криков не

было слышно. И кричать им тоже смысла не было. Понимал, что самому плыть бесполезно: не успею, они так далеко, потонут, пока ждут. Вызвал спасателей. Минут 10 по телефону объяснял им все пароли явки, еще через 10-15 минут они приплыли.

О своем детстве

- Мальчишки - молодцы, не растерялись. Мы ведь тоже в

детстве речи переплывали. Но, конечно, чтобы рядом лодка была. А они... Взяли детский надувной круг! Пока ждали, могли раз 15 утонуть! Их спасло то, что держались за опору моста.

О реакции спасенных

- Приплывшие спасатели погрузили мальчишек в лодку. И что вы думаете: они испугались? Нет же, они смеялись и веселились, дети же.



▲ Быть рядом даже на расстоянии - так умеют только настоящие мужчины.



Психолог о детской зависимости

Современные дети чаще подвержены таким зависимостям как наркомания и игромания. На ранних этапах понять проблему сложно. На что стоит обратить внимание? Это перепады настроения, внезапно появившаяся бессонница, ребёнок может начать неадекватно воспринимать критику или просьбы, на которые раньше была адекватная реакция, теряет интерес к своему хобби, начинает просить деньги на нужды, которые не в состоянии объяснить. Помочь и разобраться в причинах такого поведения поможет специалист. Записаться на консультацию к психологу Карабёву Андрею Валерьевичу можно по телефону: +7-901-173-99-98 или по адресу: улица Некрасова, д. 41А, 2 этаж, офис 3. Δ • Фото Андрея Карабёва

Выиграй полёт в аэротрубе

Лето - время летать и мечтать. А это значит, что «Pro Город» проводит новый конкурс. Хотите получить билеты на 5-минутный полет в аэротрубе? Вступайте в группу «Pro Города» ВКонтакте (в ней уже почти 54 тысячи подписчиков), найдите пост с конкурсом от 21 июля 2021 года, сделайте репост записи к себе на страницу, а в комментарии к этому посту пришлите свое фото с летнего отдыха. Это могут быть как фотографии с морского побережья, так и снимки из ярославского двора. Победителя выберет редакция в пятницу, 30 августа 2021 года. Подробные условия конкурса читайте на сайте progorod76.ru.

• На фото прекрасная Вероника Афонина. Фото участницы конкурса В. Афониной

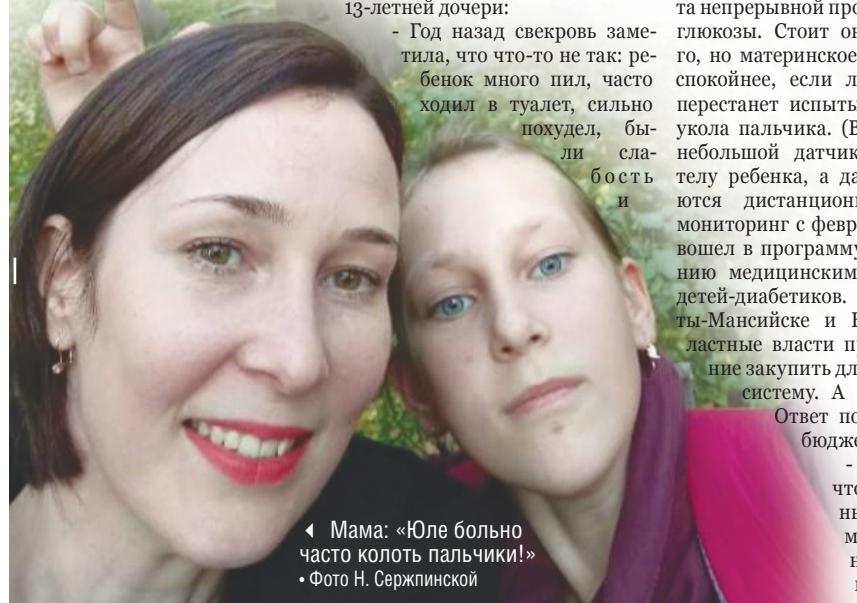


«От вечных уколов болят пальчики»

Мамы детей-диабетиков из Ярославля кричат властям о беде

Кристина Куракина

Каково это просыпаться утром и думать о смертельном диагнозе своего ребенка? Если перестать работать на дорогие лекарства, ребенок умрет прямо на



• Мама: «Юле больно часто колоть пальчики!»
• Фото Н. Сержинской

руках. Надо где-то и деньги доставать и быть все время рядом... Обливаясь слезами, молодые женщины пытаются если не вылечить ребёнка, то хотя бы облегчить его страдания. В редакцию «Про Города» обратились мамы детей с сахарным диабетом.

- Нужно прокалывать пальчики детям по 10-12 раз в день, чтобы выдавить капельку крови, - рассказывают они.

Мама ребёнка-диабетика Наталья Сержинская о том, как узнала о страшном диагнозе 13-летней дочери:

- Год назад свекровь заметила, что что-то не так: ребенок много пил, часто ходил в туалет, сильно похудел, были слабость и

головокружение. Отвели ко врачу и нам поставили диагноз. Лечение обходится дорого, лекарства выдают не в полном объеме, многое приходится покупать самим. Дети и худенькие, и маленькие бывают, нужны небольшие иглы, а те, которые выдают, не подходят. Мы ими пользуемся только тогда, когда совсем нет денег, чтобы другие купить, - рассказывает ярославна.

Облегчить страдание ребенка можно с помощью аппарата непрерывной проверки уровня глюкозы. Стоит он очень дорого, но материнское сердце будет спокойнее, если любимое чадо перестанет испытывать боль от укола пальчика. (В этом случае небольшой датчик крепится к телу ребенка, а данные передаются дистанционно). Данный мониторинг с февраля 2021 года вошел в программу по обеспечению медицинскими изделиями детей-диабетиков. Так, в Ханты-Мансийске и Белгороде областные власти приняли решение закупить для деток такую систему. А в Ярославле?

Ответ пока один — в бюджете денег нет.

- Все говорят, что у нас бедный регион и можете даже не ждать. В школы и в са-

ды дети не могут без этого мониторинга ходить, потому что никто там им не будет ничего измерять. В школе мой ребенок, например, стесняется измерять, - рассказывает Наталья. Стоимость одного, самого дешевого сенсора, 5 тысяч рублей на 14 дней.

Детям не объяснять, что ничего постыдного в болезни нет.

- От бесконечных уколов у них со временем гробят пальчики, подушечки пальцев становят деревянными. Деток жалко, часто же маленькие совсем болеют. Его не поймаешь, не уговоришь, что нужно на сахар кровь проверить, - заключает ярославна.

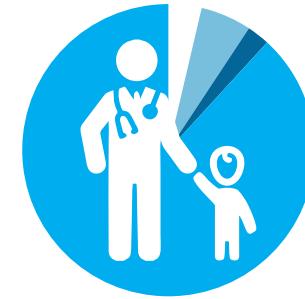
«Про Город» обратился за комментарием в департамент здравоохранения Ярославской области:

- За счет средств федерального бюджета гражданам, страдающим сахарным диабетом и имеющим группу инвалидности, бесплатно предоставляются иглы инсулиновые, тест-полоски для определения содержания глюкозы в крови, шприц-ручки для введения препарата инсулина, инфузионные наборы и резервуары к инсулиновой помпе. В рамках реализации постановления Правительства Российской Федерации № 890 для обеспечения больных сахарным диабетом за счёт средств субъекта Российской Федерации осуществляются централизованные закупки

Надо ли выделять больше денег из бюджета на лечение больных детей?*

Да 85%
Нет 3%
Затрудняюсь ответить 12%

* опрос в телеграм-канале Про Города



сахароснижающих препаратов, в том числе препаратов инсулина, инсулиновых шприцев, игл к шприц-ручкам, тест-полосок к глюкометру. Бесплатное представление систем мониторинга уровня глюкозы в крови и расходных материалов к ним не предусмотрено законодательством.

На что не хватает денег вам? Пишите в группу «ЯрБолталка» ВКонтакте.

«По итогам 2020 года, 3164 жителя региона, больных сахарным диабетом, обеспечены лекарствами за счет средств федерального бюджета. На эти цели было выделено 94 миллиона рублей. Расходные материалы к инсулиновым помпам федеральным льготникам выданы на сумму 7,7 миллиона рублей. За счет средств областного бюджета бесплатными лекарствами обеспечены 44300 больных диабетом.

Аптечные организации отпустили им препаратов на 261,8 миллиона рублей. Тест-полосками к глюкометрам и иглами к инсулиновым инжекторам пациенты обеспечены на сумму 15,8 миллиона рублей».



Василий Тубаев,
Директор департамента здравоохранения ЯО

Врач из Ярославля о системе Freestyle Libre

Дмитрий Петровский о том, чем она хороша для детей-диабетиков

Екатерина Бениславская

Системой Freestyle Libre можно забыть о ежедневных, многократных уколах пальчика малыша. Взрослому, в принципе, можно и потерпеть. Но ребёнок... Это самое дорогое, что есть в жизни каждого из нас, заставлять его терпеть боль каждый день - это выше сил любого родителя. Тем более, зная, что есть возможность этого избежать. Датчик этой системы работает 14 дней, абсолютно безболезненно для ребёнка, снимая уровень сахара, сам даёт сигнал о необходимости замены на новый датчик, что в принципе так же безболезненно для ребёнка.

Всего в месяц требуется 2 полных датчика с хвостиком. Округляя, 30 датчиков на год. Ну мало ли, поломки, ребёнок, играя, по-вредил.

Стоит ли годовой комплект мониторинга Freestyle Libre покупки за счёт государства? Да. Детей перестают колоть и делать им больно ежедневно их же родители. Кто-нибудь, попробуйте уколите своего ребенка острой иглкой? Каждый день, 6-8 раз в день? Как вам нравится такое ощущение?

Теперь от эмоций к законам - согласно статье 37 Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» назначение и применение лекарственных препаратов, медицинских изделий и специализированных продуктов лечебного питания, не входящих в соответствующий стандарт медицинской помощи, допускаются также и в случае наличия медицинских показаний (индивидуальной непереносимости, по

жизненным показаниям) и по решению врачебной комиссии.

Даже если в регионе, как в ЯО, данная система не включена в систему ОМС, то решением врачебной комиссии её можно получить бесплатно.

Члены врачебной комиссии подчиняются строгим установкам департамента здравоохранения - экономить деньги. Нужно ли экономить деньги? Конечно нужно. Но на детях? Давайте лучше сократим 10 чиновников департамента здравоохранения, и сэкономим денег на то, чтобы не делать больно, много раз за день детям с диабетом.

Это моя позиция, как врача и как депутата.

Раньше можно было для установки обратиться по горячей линии компании, но нет. А всё из-за людской жадности (причем жад-

ности не чиновников, а уродов, называющих себя людьми). Уроды начали хитрить, записывая и отправляя всех родственников на получение системы, а потом перепродают её на Авито. Теперь возможно бесплатно установить датчик ребенку, напрямую связавшись с представителем компании, в регионе есть. Не могу не одобрить инициативу компании Abbott, но ежемесячно необходимо будет тратить 15 тысяч на приобретение расходных материалов, поэтому, как депутат и врач, считаю включать эти расходники в список гарантированных к покупке в системе ОМС расходных препаратов необходимо. Как необходимо и локализация производства в России, этих расходников, и, соответственно, снижение цены на них. Для этого нужна политическая воля и как депутат, я готов её проявить. Δ

Контакты

Телефоны: +7 4852 20-50-88 +7 4852 58-88-28

Почта: ymc2003@list.ru Сайт: www.ymc.ru



Дмитрий Петровский честно рассказал о системе Freestyle Libre
• Фото Дмитрия Петровского

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ! ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Что делать, если умер человек¹⁶⁺

Инструкция, как действовать

Сергей Добролюбов

Как получить пособие на похоронение?

В Ярославской области пособие на погребение составляет 6424 рубля.

Получить денежную компенсацию можно в ПФР в течение шести месяцев со дня смерти, - сообщают в департаменте труда и соцподдержки населения. - При себе необходимо иметь: документ, удостоверяющий личность заявителя; заявление на выплату социального пособия на погребение; справку о смерти из ЗАГСа; трудовую книжку умершего.

Также члены семьи умершего могут обратиться за выплатой сумм пенсии, причитавшихся пенсионеру в текущем месяце

и не полученных в связи с его смертью. Право на выплату недополученных сумм пенсии имеют члены его семьи, совместно проживающие с пенсионером на момент его смерти. Если с пенсионером никто не проживал, выплата пенсии возможна в порядке наследования.

Минимальный перечень ритуальных услуг:

- гроб (обитый тканью)
- внутреннее убранство гроба
- катафалк
- транспорт
- сбор документов
- захоронение (кремация) или посмертная репатриация тела умершего
- грузом 200 с последующим захоронением (кремацией)

Если человек умер в больнице

Это считается страховым случаем, поэтому за хранение и омывание тела не нужно будет платить. Перед тем, как поехать в морг, проверьте все ли вы взяли:

- нижнее белье, носки/чулки/колготки
- одежду (костюм с рубашкой, платье и т.д.)
- станок для бритья
- расческу, мыло
- небольшое полотенце

Если человек умер дома

Вызывайте скорую и полицию. Пока вы ждете приезда медиков и полиции, подготовьте документы умершего:

- паспорт
- полис ОМС усопшего
- если человек болел, вероятно, понадобятся выписки из больниц
- ваш паспорт

Ритуальные Услуги



▲ Специалисты помогут родственникам на месте.
• Фото «Pro Города».

Какие документы нужно оформить

Для оформления свидетельства о смерти нужно собрать:

- паспорт умершего;
- паспорт обратившегося (организатора похорон);
- больничная карта покойного;
- полис медицинского страхования умершего;
- главный документ в организации похорон – гербовое свидетельство о смерти.

Его можно получить в ЗАГСе или МФЦ.

Что обсуждают на сайте progorod76.ru¹⁶⁺



• Фото читателя «Pro Города»

В мэрии разберутся с водителем мэра, переехавшим двойную сплошную

Любовь Варакина:
Думаю, это было прямое указание, работу терять никому не хочется.

Евгений Андреев:
Водилы начинают думать, что они тоже чуть-чуть мэр...

Ярослав Мазур:
Пускай мэр поездит на общественном транспорте - как все.

Ольга Яцканич:
Пусть научат водителя правилам, а то стал забывать.



• Фото «Pro Города»

Заведующую детсадом взяли под арест из-за обвинений во взятке

Евгений Кузнецов:
Когда слышу про взятки в детском саду, представляю такой конверт, тут набитый листьями от сирени

Вадим Толоконников:
Почему лишь одну?

Татьяна Галиц:
Трамвайную сеть надо развивать!

Любовь Петровичева:
Вот раньше брали, так брали, а это так, насмешка над взяточниками.



Кремацию может заказать только близкий родственник
• Фото Ярославского крематория

Где можно оформить заявку на кремацию?

- Заявка оформляется только по одному адресу – непосредственно в здании самого крематория в д. Соково, стр. 3. Дополнительных пунктов по оформлению заявок нет, поэтому остерегайтесь мошенников, которые могут действовать от лица крематория. Заявка оформляется только ближайшим родственником при наличии документов: гербовое свидетельство о смерти, паспорт заказчика, справка о смерти. Помните, что обратившись в любую другую ритуальную фирму, вам все равно надо будет приехать в сам крематорий для оформления заявки, - рассказывает администратор Ярославского крематория Юлия Бавина. - Консультацию можно получить по телефону: 94-21-22△



Компания «Элегия» сделает памятник под ваши пожелания
• Фото компании «Элегия»

На что обращать внимание при выборе памятников?

- При выборе памятника важно обращать внимание не только на его внешний вид и цену, но также на другие немаловажные аспекты. Материал, форма, гравировка, фотография, дополнительные элементы: все эти нюансы следует рассматривать как единое целое. Нередко на поиск концепции уходит немало времени. Ведь памятник ставится на долгие годы и является не просто оформлением надгробия, а своеобразным проектором личности усопшего. Заказать памятник, который будет устраивать вас по всем параметрам или задать интересующие вопросы можно в компании «Элегия» по адресу: г. Ярославль, проспект Октября, д. 88 или по телефону 8(4852) 27-55-77.△



Как разместить частное объявление в газете «PRO Город Ярославль»?

Посетить офис газеты по адресу: пр-т Октября, 56, офис 315



Сделать это онлайн! КУПИПРОДАЙ76.РФ

Куда обращаться, если скончался близкий

Что делать, чтобы получить специализированную помощь

Екатерина Бениславская

Когда умирает близкий человек - мы в растерянности...
Что делать в таком случае, куда обращаться? Возникает целый ряд вопросов: какое похоронное агентство выбрать, где хоронить и как получить пособие на погребение. Первым делом нужно сообщить о смерти человека в компетентные органы, а также связаться с ритуальным агентством, чтобы начать подготовку к похоронам. Следующий шаг - это

заключение договора с ритуальным агентством.

Когда вызываете ритуального агента, например, воспользовавшись диспетчерской службой «ЯрРитуал Сервис» в Ярославле. Обязательно попросите агента сообщить вам его личные и служебные данные и запишите их. Это убережет вас от «чёрных ритуальных агентов». Если неизвестный агент все-таки явился без вашего вызова, нужно твёрдо отказать ему, сказав, что скоро приедет агент. В морг или в больницу лучше ехать в сопровождении агента: он поможет разобраться в документации, а также поможет избежать возможных манипуляций со стороны медперсонала.

действие в оформлении необходимых документов, продажа ритуальной атрибутики и изготовление и установка надгробий. Здесь вы можете заказать памятник с художественным оформлением по доступной цене.△

«ЯрРитуал Сервис» поможет достойно проводить вашего родственника в последний путь
• Фото «ЯрРитуал Сервис»

Контакты

Подробности по тел.: 98-25-60

или по адресу: г. Ярославль, ул. Салтыкова-Щедрина, д.3, а также на сайте ярритуалсервис.рф



Успейте купить: что сейчас выгоднее приобрести¹⁶⁺

Что советуют ярославцам специалисты

Елизавета Костишина

Осенью снова прогнозируют скачок цен. Причин тому много. Отдельно производители отмечают рост тарифов ЖКХ, затрат на транспортировку. «Pro Город» составил список основных товаров, которые, по прогнозам, подорожают к осени. Если купить их сейчас, можно сэкономить серьезные деньги.

Продукты

Рост цен обещают у хлеба, молочных товаров. Отдельный пункт - овощи. Они дорожают сезонно.

- Продукции не хватило, - признает президент РФ Владимир Путин. - Завозят их из заграничных стран. Сегодня мировые индексы на продукты питания находятся на самой высокой планке за последние 10 лет. Это мировая тенденция, везде так происходит.

Техника

На этом рынке много импортных товаров, цены на них, вероятно, продолжат расти. Более того, в связи с ростом спроса в преддверии нового учебного года эта тенденция может усилиться в конце лета.

Одежда и обувь

Ретейлеры спрогнозировали рост цен на одежду и обувь осенью. Закладывают порядка 10%. Основные причины - рост цен на перевозку и сырье.

Вы заметили, что происходит с ценами?



Александр Прохоров, экономист:

- Во время пандемии коронавируса правительства многих стран помогали населению, раздавая деньги, в то время как многие производства и предприятия закрывались. Получилось так, что товаров становилось меньше, а денег больше - по всему миру примерно на 10%



Ольга Махотьева, директор придорожного кафе:

- Всегда покупаем товары по скидке. Стараемся успеть до роста цен, а то никаких денег не напасешься.



Ирина Бекбулатова, студентка:

- Одежда скоро станет дороже золота! Очень огорчает меня предстоящий рост цен. Но есть и хорошая новость - это повод пошопиться летом...



▲ Екатерина Мухина: «Сыры тоже подлетели в цене». • Фото «Pro Города»

Как копить деньги, если цены постоянно растут

Сэкономить ваш бюджет помогут накопления

Екатерина Бениславская

Цены на продукты постоянно повышаются, витрины магазинов зазывают к себе новыми вешками, а телефон устарел и давно хочется новый. Тут на «помощь» приходят банки, предлагая свои «кредитки» и микрофинансовые организации с займами. Но из-за них можно попасть в долговую яму.

Специалисты предлагают пользоваться дебетовой картой, а не кредитной. С ней вы думаете, что у вас есть деньги, но вы попадете в долговые обязательства. Может оказаться так, что вы поймёте это слишком поздно, когда уже погрязнете в долгах.

Ключ к вашей финансовой свободе - это способность превратить ваш трудовой доход в пассивный. Именно так вы становитесь богаче и начинаете понимать принципы и законы денег.

Для улучшения своего материального положения и получения пассивного дохода, рассмотрите размещение денежных средств по программам, которые представлены в офисе «Ваш Финансовый помощник».

Программы накоплений предлагаются ПО «Потребительское общество национального развития», которое инвестирует в поставки продуктов в гипермаркеты, туристическое направление, приобретение активов в виде коммерческой недвижимости. Предпринимательские риски ПО «Потребительское общество национального развития» застрахованы. Страховая организация

имеет лицензию ЦБ. Обслуживание пайщиков ПО обеспечивает «Ваш Финансовый помощник».

*Инвестиции в виде передачи денег в заем принимает Потребительское общество «Потребительское общество национального развития» (далее - Заемщик) на срок 367 дней.

Минимальная сумма займа 10 тыс. руб. по программе «Несгораемый %», 50 тыс. руб. по программам «Кубышка», «Накопительный % год», 500 тыс. руб. по программе «Максимальный %». Максимальная сумма займа с учетом пополнений 1 400 000 руб. по программе «Несгораемый %» (12,8% годовых); 5 млн. руб. по программе «Максимальный %» (16% годовых), «Кубышка 1 год» (14% годовых), «Накопительный % год» (18% годовых). Пополнение возможно в течение всего срока действия договора. Расходные операции по выплате части займа предусмотрены один раз в течение срока действия

договора по программам «Несгораемый %» и «Кубышка», но не более 70% от суммы договора по программе «Несгораемый %» и не более 50% от суммы договора по программе «Кубышка» на момент оформления расходной операции. Расходные операции по программе «Максимальный %», «Накопительный % год» не предусмотрены.

Проценты подлежат выплате в первый день календарного месяца, следующего за отчетным, в течение всего срока действия договора наличными в кассе либо на карту любого банка по программам «Несгораемый %», «Максимальный %», «Кубышка». Проценты подлежат выплате в конце срока действия договора по программе «Накопительный %». В случае досрочного истребования суммы займа и процентов по нему или части займа Заемодавец обязан уведомить Заемщика за 22 рабочих дня (если истребуемая сумма до 50 тыс. руб. включительно), за 57 рабочих дней (если истребуемая сумма свыше 50 тыс. руб.). При закрытии договора по истечении срока зайmodавец уведомляет заемщика за 22 рабочих дня о дальнейшем намерении (закрытии или переоформлении договора). При досрочном расторжении договора по инициативе зайmodавца проценты рассчитываются по ставке 0,1% годовых исходя из фактического срока займа, если денежные средства находились у заемщика менее 90 дней

Аллерголог об эпидемии 21 века¹⁶⁺

Детский врач Ольга Лаба ответила на вопросы родителей

Полина Климова

Аллерголог-иммунолог ярославской областной детской клинической больницы Ольга Лаба дала интервью «Pro Городу».

- Сколько у вас пациентов, их число увеличилось?

- Аллергию называют эпидемией XXI века, да, число больных неуклонно растет. Сейчас выделяется гораздо больше аллергических заболеваний: например, аллергические заболевания ЖКТ. По статистике количество пациентов растет - это напрямую связано с окружающей средой. Согласитесь, ведь она не становится лучше. Повышается температура, изменяется концентрация углекислого газа - это приводит к тому, что концентрация пыльцы увеличивается, период распространения - удлиняется, соответственно, количество пациентов увеличивается.

- Как понять, что у меня именно аллергия?

- К аллергологу идут, когда беспокоят какие-то высыпания на коже, потому что есть связь с употреблением каких-либо продуктов. Или это связано с контактом с животными: например, собака лизнула, и на коже стали появляться высыпания. Или это симптомы, связанные с затруднением дыхания, учащенным чиханием, выделениями из носа, покраснением глаз. Еще малыши делают такое движение, которое называется «аллергическим салютом» - это скользящее

▲ Врач аллерголог-иммунолог Ольга Лаба. • Фото «Pro Города»



▲ Приумножить накопления просто. • Фото «Ваш Финансовый помощник»

по программам «Несгораемый %», «Максимальный %» и «Кубышка 1 год». Если денежные средства находились у Заемщика более 90 дней, то проценты рассчитываются по ставке, указанной в договоре по программам «Несгораемый %» и «Кубышка 1 год» и по ставке 7,25% годовых по программе «Максимальный %». Досрочное расторжение по программе «Накопительный % год» не предусмотрено. Предложение действует для членов Потребительского общества «Потребительское общество национального развития». Размер взноса для вступления 100 руб., 1000

Контакты

г. Ярославль, ул. Свободы, д. 14
пн-пт 09:00-21:00 сб-вс 10:00-18:00
8-800-707-74-99, звонок бесплатный v-f-p.ru

Ваш Финансовый помощник

Программа*	Ставка	Сумма размещения	Срок	Выплата
Несгораемый процент	12,8%	от 10 тыс. руб.	1 год	ежемесячно
Кубышка	14%	от 50 тыс. руб.	1 год	ежемесячно
Максимальный процент	16%	от 500 тыс. руб.	1 год	ежемесячно
Накопительный процент	18%	от 50 тыс. руб.	1 год	в конце срока

Стоимость объявления от 111 рублей. Подай объявление на купипродаж76.рф. Подробности по тел. 28-66-16



ОБЪЯВЛЕНИЯ

купипродаж76.рф

АВТОПЕРЕВОЗКИ

Грузчики от 80 руб. в час. газели 3м и 4м. Квартирные переезды (в т.ч. небольшие перевозки - диван, холод. и т.д.). Вывоз старой мебели и бытового мусора. Без выходных **337610**

Газель-фермер, 4м, вывоз мусора, грузчики684454,89301324454

Газель 3-4 м. Переезд Усл. грузчиков.89201014804, 768387
АВТОПЕРЕВОЗКИ - ГРУЗЧИКИ от 70 р/ч Транспорт 5-местная Газель. Вывоз старой мебели и мусора. Дачные переезды. Подъем стройматериалов. **70-03-82, 8-930-100-03-82**

Газели 5-местн. Грузчики. Любое. Разное. Низкие цены! Вывоз старой мебели.....89159611236

Газель. Квартирные, офисные переезды. Вывоз мусора. Грузчики. **89036388000**

Грузоперевозки 300р/ч,10р/км.....89301231718
Квартирные Переезды! Грузчики.Транспорт.911426

Квартирные переезды из Ярославской обл. в Крым, ЮФО. Официально89179328262

УСЛУГИ

Печать и распространение листовок вместе с газетой «PRO ГОРОД». Качественно, недорого. Любой тираж... 89109738279

СПАСАТЕЛЬ. Вскрытие, замена любых замков и авто. Спасение животных, спил деревьев89038225126

▼ МЕДИЦИНА
Лечение геморроя.903618,89201138597 ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

▼ КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Стоматология Лечение. Протезирование: металлическая коронка от 1400 руб; съемный протез от 9200 руб, гибкий протез от 17500 руб. Брекеты Недорого! Скидки!* Адрес: ул. Елены Колесовой, д. 48**664432**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

РЕМОНТ И ОТДЕЛКА

От 400 руб.* Срочная врезка, замена ремонт замков и ручек. Вскрытие дверей. Выбор замков в наличии. Скажите при звонке ПРОГОРОД и получите скидку*. Без выходных**89023341046**

Домашний мастер, русский, опыт.89051362596

Кровля! Фундаменты! Ремонт! На даче и в деревне. Замена венцов и лаг. Ремонт полов. Пенсионерам скидка*.....336933, 89301141790

ВАКАНСИИ

ВОДИТЕЛИ В охранное агентство**89301119535**

ДВОРНИК И рабочий по обслуживанию здания в дет/сад №233, доп.тел: 54-91-85**983525**

ДИСПЕТЧЕР-ОПЕРАТОР МУП ГПТ ЯрГорТранс**728123**

ДОСУГ Высокооплачиваемая работа в сфере досуга. Жилье.**89622053219**

КУХОННЫЙ РАБОТНИК з/п 18т.р., график 2/2 в ООО "Хлебница-Ярославль"**89806500762**

Мастер. Все виды электро-отделочных и наружных работ и все виды сантехнических работ.....933084, 89023333084

МУЖ НА ЧАС!

Все виды работ! Сантехнические работы! Ремонт ванных комнат и квартир! Мелкий ремонт! Врезка, вскрытие, замена замков и ручек! Текущий ремонт! Без выходных! Недорого!

89301140548

Эмалировка ванн.89201053737

▼ САНТЕХНИКА

Сантехуслуги любой сложности.....903618

▼ ЭЛЕКТРИКА

Работы по электрике, сантехнике.....89056346536

ТЕХНИКА ДЛЯ ДОМА

▼ ХОЛОДИЛЬНИКИ

Ремонт холодильников89622016193

Ремонт холодильников89301217976

Ремонт холодильников и стиральных машин. Город, пригород. Срочно! Гарантия!**89066395028,89962419131**

Ремонт холодильников! На дому! Срочно! Гарантия! Пенсионерам скидка!***901507**

Ремонт холодильников.572070,89109717751

▼ СТИРАЛЬНЫЕ МАШИНЫ

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, посудомоечных машин, кофемашин, пылесосов и ТВ (всех марок). Оригинальные запчасти в наличии. Кратчайшие сроки выполнения работ. Любая сложность. Гарантия до 1 года. Выезд мастера. СКИДКИ* пенсионерам и студентам!

89038200907

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШ. (автоматических).**595231,928792**

Ремонт стиральных машин на дому с гарантией . Быстро , качественно, недорого. Пенсионерам скидки!***89109703350**

Ремонт стиральных машин на дому. С гарантией. Без выходных!**595254, 89092764608**

▼ ТЕЛЕАППАРАТУРА

Ремонт любых телевизоров Недорого911755

РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ любых!!!**442351, 335564**

Ремонт телевизоров на дому334387

Ремонт телевизоров, срочно,гарантия.В сервисном центре и на дому. Звоните сейчас! Урицкого 44.....919294

▼ КОМПЬЮТЕРЫ, СВЯЗЬ

Компастер. С гарантией, от 150 р.....680646

Помогуша.рф - ремонт компьютеров89201120000

Ремонт и настройка компьютеров935028

МЕНЕДЖЕР

Офиц. трудоустройство. З/п от 25т.р. График 5/2, с 8:30 до 17:30

286616

МОНТАЖНИКИ

Наружных трубопроводов на тепл. сети, з/п 45т.р., гр. 5/2

465474

МОЙЩИК/ЦА

посуды, график 2/2, з/п 16 000, ТЦ Тандем

89807407784

МОНТЕР ПУТИ

График 5/2, с 8-17ч з/п 33т.р.

89201031380

НАЛАДЧИК

КИПиА в котельной з/п 40т.р., гр. 5/2

465474

ОХРАННИКИ

Лицензированные охранники 4 разряда, звон. пн,вт,чт с 9-12ч

695055

ОХРАННИКИ

С лицензией на пост и ГБР. з/п по результатам собесед., 89301119535**89301123940**

ОХРАННИКИ

Трудоустройство, соц.пакет, форма з/п от 13-17т.р.**739472**

ОХРАННИКИ

На предприятие. подробности при собеседовании. Михаил Алексеевич**89051370139**

ОХРАННИКИ

Разные граф.работы.Объекты в г.Ярославль**89605341001**

ОХРАННИКИ

Своеевременная З/П от 13 т.р до 50 т.р. Графики: 2/2;5/2, 216894**89201138273**

ОФИС-МЕНЕДЖЕР

З/п от 23т.р., график 5/2 с 8:30 до 17:30, Центр**286616**

РЕМОНТ КВАРТИР ПЛОТНИК.САНТЕХНИК.ЭЛЕКТРИК. МАСТЕР 8(920)106-46-15

МЕБЕЛЬ

Изготовление мебели: Кухни, шкафы-купе, гардероб, детские. Замена столеш., фасадов, фурнит.....89201333545

Перетяжка и ремонт мягкой мебели.....957133

Ремонт диванов! Низкие цены!89011957884

ПОМОЧНИКИ ДЛЯ ДОМА

ДОМАШНИЙ МАСТЕР! ВСЕ ВИДЫ РАБОТ!

Сантехработы. Устранение течи и засоров. Ремонт квартир, ванных комнат и дач. Вскрытие, врезка и замена замков. Скидка пенсионерам*

951046

СТРОИТЕЛЯМ, САДОВОДАМ

Заборы из профлиста от 1600 р. Рабица.

Евроштакетник дерево. Русские трезвые!!!**333207**

Гараж. Дача. Ремонт. Ремонт кровли и полов.

Изготовление ворот.....931118

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ
любые виды строительных работ
дома/бани
беседки/обшивка домов
отмостки/кровля/фундаменты
Гарантия. Пенсионерам скидка 15%*
8(901)044-01-40, 8(4852)669-100



ЗАБОРЫ ПОД КЛЮЧ! Профлист, сетка-рабица, евроштакетник. Русские.

Гарантия!.....900472

Русские кровельщики, плотники.....89159951655

▼ ПРОДАЮ

Дачный участок 5 сот. Избушка 6*6, хозблок, колод., земля

обработана84852304950

Комбикорм и др. Магистральная, 30а, Московский пр-кт, 120.

Доставка. Опт и розница. Пуринка, Шуя, Раменск, Чебоксары.

Корм для кошек и собак.....89301324404

ЗНАКОМСТВА

Девушка. Ищу любовь!936363, 89023336363

Симпатичная, ухоженная девушка познакомится с

состоительным мужчина, без материальных проблем.

Маша.....89605297030

16+

ООО «Pro Город76»

ПРЕДЛАГАЕТ РАЗМЕЩЕНИЕ

ОБЪЯВЛЕНИЙ В ФОРМАТЕ

ФОТОМОДУЛЯ

По всем вопросам обращайтесь по телефону



ПЕКАРЬ з/п от 30т.р., график 2/2 в ООО "Хлебница-Ярославль"	89806500762	ПОЧТАЛЬОН Подработка по субботам Оплата от 2т.р.	33-82-79	РАЗНОРАБОЧИЙ График 5/2, с 8-17ч з/п 33т.р.	89201031380
ПРОДАВЕЦ з/п от 20т.р., график 2/2 в ООО "Хлебница-Ярославль"	89806500762	ПОДРАБОТКА Для студентов, район Нефтекстров совместение с учебой, гибкий график, своевременная з/п, дружный коллектив	89159697956	СЛЕСАРЬ-СБОРЩИК И подсоб.раб. для сборки метал. издел., з/п сдельная, 73-70-88	89039265242
ПОВАР РАЗДАЧИ график 2/2, зп 26 000, ТЦ Тандем	89807407784	РАМЩИК На ленточную пилораму. гр. сменный з/п 40т.р. Рабочие для изгот. дерев. тары Для иностранных пред. проживание Александр Семенович	89036461701	УБОРЩИК(ЦА) На часы, р-н Нефтекстров, гиб.график своеврем.з/п, друж.коллектив	89807758667
ПОМОЩНИК Руковод. отдела распространения Оплата от 20т.р., график 5/2	89109738279			УБОРЩИК/ЦА Мойщик/ца, дезинфектор, бригадир 5/2,2/2 возм.подработка, зп о18тп	89109784515

«ВекаСтрой» Ставим окна на века!
ОКНА И ДВЕРИ ИЗ ПВХ, АЛ и Дерева
Ленинградский пр., 526, 1 этаж, офис 19
ТЦ «Олимпия», пос. Кузнецкая
58-52-12 33-19-14
e-mail: 331914@mail.ru www.vekastroy.rf

• Ремонт москитных сеток от 400 руб.
• Жалюзи, рулонные шторы, рольставни
• Отделка сайдингом балконов и коттеджей
• Ремонт квартир, коттеджей и ванных комнат
• Отделка и остекление балконов и лоджий

ХОЗЯЙСТВЕННЫЕ ТОВАРЫ
• Лопаты садовые от 100 руб.
• Черенки бересклетов от 30 руб.
• Перчатки ХБ с ПВХ от 12 руб.
• Культиватор Торнадо - 950 руб.
• Пленка и Спанбонд от 38 руб. за п.м.
А также: Семена, грунт, удобрения, краска, метизы

И многое
другое!!!

Ул. Урицкого, 44 (ТЦ Брагинский)
Пр. Октября, 89 (за Главснабом)
Пр. Авиаторов, 100 (за Диски) тел.: 8(905)634-70-23
8(905)634-58-85

www.yarvesta.ru

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПУБЛИЧНОЙ ОФЕРТОЙ

МОСКОВСКИЙ ПР-Т, Д.89
(ТЦ "ФЕЛИКС")
58-11-15; 94-26-09.

НАМ НУЖЕН
КОМФОРТНЫЙ
БАЛКОН!

ТОГДА
Я ЗВОНИЮ В
"СК ВИНЛАЙТ"

ОКНА, ДВЕРИ, БАЛКОНЫ, ЛОДЖИИ,
РОЛЬСТАВНИ, ВОРОТА.
РАССРОЧКА БЕЗ УЧАСТИЯ БАНКА*

Рассрочка предоставляет ООО "СК ВИНЛАЙТ"

Требуются **ОХРАНИКИ**
Желательно с удостоверением,
возможно обучение.
Обращаться 90-04-05 с 9 до 17

КОЛОДЦЫ
«ПОД КЛЮЧ»
тел.: 8-930-114-09-34

ЗАВОД ОКОН **КВЕ**

13 500 р. окно+дверь
11 500 р. ОКНО
8000 р. ОКНО
15 000 р. ЛОДЖИЯ 3 М
27 000 р. ЛОДЖИЯ 6 М
БАЛКОН + САЙДИНГ

28 000 р. 31500 р. 33 000 р.
1 створка 2 створки 2 створки
в 1 стекло в 1 стекло в 2 стекла

Бесплатный замер/доставка.
Рассрочка платежа*
без переплат.
Срок изготовления 1-2 дня.
Дополнительная услуга -
договор на дому.
пр-т Ленина, 31. оф. 3
Тел.: 33-44-75
работаем без выходных
www.oknastroy176.ru

СКИДКИ
55%
до конца августа
2021 г.!!**

Экологически чистый
немецкий профиль.
ГАРАНТИЯ 10 ЛЕТ

*** заключаем договоры с физ. и юр. лицами

АНТИКВАРИАТ
Любой. Дорого.
33-03-72,
8-910-974-59-41

ПОКУПАЕМ
в любом
количестве
• значки СССР
• финифть
• украшения
МОНЕТЫ, ОТКРЫТКИ, ФОТО
Т. 339-329, 8-910-973-93-29
ул. Комсомольская, 22, 1 этаж

Мастерская «ИСТОК»
ПАМЯТНИКИ • МРАМОР • ГРАНИТ
до 31.08.21 г.
СКИДКА *
20%-50%
на все виды работ
Пр-кт Октября, 91-а
Тел.: 33-46-36, 33-46-33
сайт: istok-76.ru

*подробности по тел.

ВЫКУП АВТО
ДОРОГО*
СРОЧНО! ЧЕСТНО!
89151542230

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ
СТОМАТОЛОГИЯ
Лечение Протезирование.
Брекеты. Недорого! Ул Е. Колесовой, 48
664432

Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста

*на полосах 2-7
подробности
о скидках узнавайте
по указанным
телефонам.
если срок акции
не указан, то акция
бессрочна до отмены
рекламодателем.

Как помочь суставам в дачный сезон?

Суставы нуждаются в диете

Ограничение движений, связанные с эпидемией, увеличение калорийности питания напоминает о себе усилением болей в суставах, подъемом давления, болями в сердце. Традиционный прием обезболивающих средства во многих случаях не приносит полного облегчения. В старшем возрасте частой причиной болей являются остеоартроз и подагрический артрит – обменно-дистрофические нарушения, сопровождающиеся отложением солей кальция и мочевой кислоты в тканях суставов. Соли образуют остеофиты – острые иглы, вызывающие боль и воспаление. Одним из источников избыточного кальция в области суставов являются жирные молочные продукты (творог, сыр, сметана, сливочное масло и др.), которые иногда употребляют пациентам с остеоартрозом. Источником мочевой кислоты служит жирное красное мясо, мясные и рыбные консервы, помидоры, щавель и др.

Другим следствием употребления концентрированных молочных продуктов, жирного мяса является повышение уровня холестерина в

крови, прогрессирование атеросклероза, ухудшение течения болезней сердца и сосудов (ИБС, гипертония). Многолетнее несбалансированное питание с избытком жиров, кальция, белков, мочевой кислоты приводит к «отложению солей», но больные не связывают боли в суставах с диетой. Кроме отдельных случаев избыточного употребления селедки, большого количества курицы, копченостей, томатов, когда на следующий день боли в суставах резко усиливаются. В

этих случаях прием обезболивающих средств не дает должного эффекта. Важно помнить, что боли в суставах могут быть проявлением нарушенных обменных процессов, которые нужно длительное и планомерно восстанавливать. Эти же нарушения усугубляют течение болезней сердца. Для восстановления обменных процессов не обойтись без соблюдения диеты. В первую очередь можно рекомендовать исключить из рациона концентрированные молочные продукты (жирный творог, сыр, сметана,

сливочное масло, сливки), сахар и сладости. Ограничить употребление красного мяса, мучных продуктов. Предпочтительно употребление овощей, морской рыбы, растительного масла, яблок, цитрусовых, круп. Очень помогают «разгрузочные» дни.

Соблюдение диеты может помочь нормализовать обмен веществ, снизить уровень холестерина в крови, повысить эффективность применения не только обезболивающих средств, но и препаратов для лечения болезней сердца и сосудов.

СПРАВКИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ: 8 800 201-81-91 (звонок бесплатный).
www.inpharma2000.ru



«Цитралгин»,
«Биофит-гель»
помощь суставам
в любом возрасте

От 120 руб

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ. ТЕЛ. 8 800 700-88-88,
8 800 250-24-26 (звонок бесплатный), +7 (937) 009-30-03 И ИНТЕРНЕТ-АПТЕКАХ

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

«Pro Город» в социальных сетях:

[vk.com/
progorod76](http://vk.com/progorod76)

[facebook.com/
progorod76.ru](http://facebook.com/progorod76.ru)

[ok.ru/group/
53033586524401](http://ok.ru/group/53033586524401)

[twitter.com/
progorod76](http://twitter.com/progorod76)



Как пользоваться куар-кодом
1. Подключитесь к своему аккаунту Teamgate и войдите в любую карточку Контакта.
2. Нажмите на кнопку генерации QR-кода.
3. Откройте программу сканирования QR-кода в своем телефоне и сканируйте код со своего экрана.
4. Вся информация появится у вас на экране.

