

4> РЕЙДЫ НА ВОКЗАЛАХ

Пассажиры
предупреждают
об обязательном
соблюдении масочного
режима на вокзалах
и в поездах



**12-13> ПАРК КУЛЬТУРЫ
И ОТДЫХА**

Афиша развлечений:
кинопремьеры,
спектакли, концерты,
спортивные
соревнования, выставки



УВАЖАЕМЫЕ ПАССАЖИРЫ

ГАЗЕТА ВАШЕЙ ЭЛЕКТРИЧКИ

7> КОМПАНИЯ «КРАСПРИГОРОД» ПЕРЕХОДИТ НА ЗИМНИЙ ГРАФИК

Сегодня в западном направлении от Красноярска курсируют 24 пары поездов в будние дни и 10 пар - в выходные, в восточном - 19 и 12 пар соответственно. Наш корреспондент пообщался с пассажирами на станциях, а потом и сам отправился в поездку

Агент 0070



**Электропоезд нового поколения
вышел на маршруты**

стр. 3



АКТУАЛЬНО

Новые маршруты

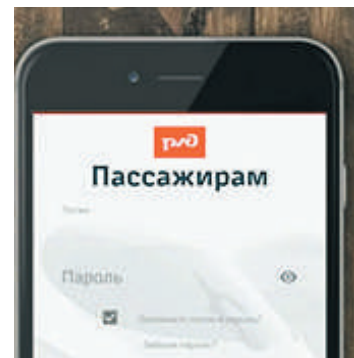
С начала года на Красноярской железной дороге появилось более 10 дополнительных пригородных и городских маршрутов электропоездов. Среди них такие, как Зыково – Красноярск – Чернореченская, Базаиха – Красноярск – Кача, Бугач – Красноярск – Уяр. Беспересадочные маршруты связывают западную и восточную пригородные зоны Красноярска и повышают мобильность населения внутри агломерации. Также компания «Краспригород» увеличила частоту курсирования электричек на направлении до Дивногорска, где активно развивается внутренний туризм. Чтобы повысить комфорт пассажиров, назначено четыре дополнительных рейса на выходные дни. Кроме того, в рамках развития проекта «Городская электричка» проведена работа по повышению транспортной доступности Советского района Красноярска, где расположено три остановочных пункта: Красноярск-Северный, Водопьянова и Северное шоссе. Дополнительно назначены четыре электропоезда отправлением со станции Красноярск-Северный, которые курсируют как внутри города, так и до Дивногорска и Иланской. Пользующаяся популярностью «дачная» электричка, совершающая рейсы по



маршруту Зелеево – Красноярск-Северный в дневное время по средам и пятницам, стала круглогодичной. Всего по маршруту Красноярск – Красноярск-Северный – Красноярск сегодня курсирует в будние дни 18 электропоездов (ранее – 14), в выходные – 6 (ранее – 0). Дополнительные утренние поезда появились на направлении Иланская – Красноярск. Это четыре рейса в неделю – по понедельникам, вторникам, пятницам, субботам – которые уже пользуются спросом у населения. В среднем каждый электропоезд доставляет порядка 300 пассажиров. В результате расширения и оптимизации маршрутной сети число «сквозных» электропоездов, позволяющих пассажирам осуществлять поездки без пересадки на станции Красноярск, достигло своего исторического максимума – сегодня их курсирует 26. В том числе 10 – до станции Красноярск-Северный. Отметим, что количество маршрутов увеличено на КрасЖД в рамках регионального заказа Красноярского края.

До Дивногорска и обратно по-новому.

Компания «Краспригород» внесла изменения в график движения пригородных поездов на участке Красноярск – Дивногорск. С 18 октября изменено время отправления у некоторых городских поездов. Так, поезд №6496-6495 Дивногорск – Красноярск теперь отправляется в 19.01 (вместо 19.13). А поезд №6298-6297 Красноярск – Дивногорск отправляется со станции Красноярск в 19.10 (вместо 19.40). Поезд №6300-6299 Дивногорск – Красноярск теперь отправляется из Дивногорска в 20.30 (вместо 20.53). Уточнить расписание движения поездов можно на официальном сайте компании «Краспригород» (krasprg.ru), в разделе «Расписание».



Льготы в приложении

Для удобства пассажиров компания «Краспригород» расширила возможности системы бесконтактной оплаты проезда в мобильном приложении «РЖД Пассажирам» – теперь здесь можно оформить льготные билеты для школьников и студентов очной формы обучения. Напомним, с 1 сентября для этих категорий пассажиров в регионах обслуживания Красноярской железной дороги установлена 50% скидка на проезд в пригородных поездах на период учебного года. Таким образом, перечень разовых проездных документов, которые можно приобрести в приложении «РЖД Пассажирам», расширился до пяти категорий: «Студенты», «Школьники», «Полный», «Живность», «Ручная кладь». Функционал мобильного приложения позволяет оформлять электронные билеты на все направления движения поездов пригородного сообщения АО «Краспригород» на Красноярской дороге.

Туризм

Электричка для экстремалов



Спецрейс городской электрички отправился из Красноярска утром 2 октября.

Он доставил к месту старта в Усть-Ману участников и гостей XV Открытых соревнований по экстремальному туризму «Горный поход за сутки». Местом встречи 350 спортсменов-экстремалов со всей России стал железнодорожный вокзал Красноярска, где они прошли регистрацию. Затем все

участники мероприятия перешли в электропоезд. Комфортабельный состав, оборудованный мягкими сиденьями и системой климат-контроля, доставил участников к началу прохождения трассы. Время стоянки в Усть-Мане было увеличено. Красноярская железная дорога и компания «Краспригород» принимают активное участие в региональных программах по развитию спорта и внутреннего туризма.

НОВИНКА

Агент 0070 вышел в рейс

Парк подвижного состава Красноярской железной дороги

пополнил электропоезд ЭПЗД с порядковым заводским номером 0070.

Это уже третий электропоезд нового поколения, поступивший на дорогу в 2021 году в рамках программы ОАО «РЖД» по обновлению парка моторвагонного подвижного состава. Машина прошла «обкатку» и начала работу на самых востребованных направлениях до станций Дивногорск, Красноярск-Северный, Снежница, Сорокино и других. В новой электричке созданы комфортные условия для пассажиров, в том числе маломобильных, в соответствии с современными стандартами обслуживания. Её



отличают плавный ход, а также низкий уровень шума в вагонах. Состав оснащён инновационной системой кондиционирования и обеззараживания воздуха. Безопасность обеспечивается посредством системы видеонаблюдения. Кроме того, есть две опции, которые принципиально отличают «агента 0070».

За шесть лет на маршрутах Красноярской железной дороги начали работать 11 новых электропоездов. Таким образом, обновлено более 30% моторвагонного парка дороги.

– Для комфортной посадки и высадки пассажиров вагоны оборудованы дополнительным устройством – откидной низкой ступенькой, – рассказал главный инженер компании «Краспригород» Александр Решетов. – Устройство работает в автоматическом режиме и для его приведения в рабочее положение нужно не более трёх секунд. Вторым отличием новой электрички является возможность зарядки гаджета от usb-розеток, расположенных под каждым пассажирским креслом. Александр Решетов отметил, что новый электропоезд будет курсировать прежде всего по маршрутам городской электрички и на маршруте Красноярск – Иланская. В 2022 году ожидается поступление ещё трёх новых электропоездов серии ЭПЗД.



Рейды на вокзалах

Пассажиров предупреждают об обязательном соблюдении масочного режима



Александр Шевченко,
руководитель
дирекции
пассажирских
обустройств



В основном пассажиры привыкли и уже не удивляются требованию надеть маску в зале ожидания или у билетной кассы.

На всех пригородных вокзалах Красноярской дирекции пассажирских обустройств проводятся рейды по соблюдению масочного режима.

Необходимость проведения рейдов с участием специалистов Роспотребнадзора на железнодорожном транспорте и сотрудников транспортной полиции обусловлена ухудшением эпидемиологической обстановки на территории региона.

Согласно распоряжению заместителя генерального директора ОАО «РЖД» Дмитрия Пегова, региональные дирекции пассажирских обустройств подготовили графики проведения рейдов на своих вокзалах.

– Мы предупреждаем пассажиров об обязательном соблюдении масочного режима, усилении контроля в сфере профилактики коронавирусной инфекции, доносим эту информацию посредством громкой связи в зданиях вокзальных комплексов, – рассказал начальник Красноярской дирекции пассажирских обустройств Александр Шевченко. – Рейды показали, что каждый гражданин давно сделал свой выбор. Те, кто с самого начала

эпидемии носит маски в общественных местах, не нуждается в наших напоминаниях. Отмечу, что в основном пассажиры привыкли и уже не удивляются требованию надеть маску в зале ожидания или у билетной кассы.

Напоминаем, что граждане, нарушившие масочный режим, могут быть привлечены к административной ответственности. Так, невыполнение правил поведения при введении режима повышенной готовности на территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или в зоне чрезвычайной ситуации влечёт предупреждение или наложение административного штрафа на граждан в размере от одной тысячи до тридцати тысяч рублей. Эта ответственность предусмотрена частью 1 статьи 20.6.1 КоАП РФ.

Невыполнение правил поведения при чрезвычайной ситуации или угрозе её возникновения, повлёкшее причинение вреда здоровью человека или имуществу, влечёт наложение административного штрафа на граждан в повышенном размере – от пятнадцати тысяч до пятидесяти тысяч рублей. Эта ответственность предусмотрена частью 2 статьи 20.6.1 КоАП РФ.

Профессия с романтикой

Разъездной билетный кассир Красноярского участка компании «Краспригород» Андрей Сидоренко уверен, что главное в его работе – найти подход к каждому пассажиру.

Для этого, по его мнению, нужно быть немного психологом: видеть настроение человека, уметь предугадать его реакции:

– Важно внимательно и вежливо общаться с людьми, ведь для них мы – лицо компании. От нас во многом зависит их отношение к железнодорожному транспорту и настроение в пути. Например, если я вижу, что человек настроен негативно (такое тоже бывает), то подойду к нему позже, когда он успокоится. Разговаривая с пожилыми людьми, надо учитывать, что они хотят внимания, им приятно, когда с ними беседуешь. Поэтому всегда поддерживаю пассажиров в возрасте парой добрых слов, обязательно желаю приятной поездки.

В «Краспригороде» Андрей Сидоренко трудится с 2018 года. А на Красноярской магистрали он с 2000-х годов: работал и проводником, и в вагоне-ресторане. Потом ушёл в бизнес, в общепит и торговлю. Но спустя некоторое время вернулся: позвала романтика железных до-



рог, да и стабильная заработная плата, наличие социальных гарантий сыграли в его выборе немаловажную роль.

– Мне всегда нравилась романтика железных дорог: когда смотришь из окна поезда, а там сменяются города, посёлки, станции и даже сезоны. Я вспоминаю поездки на море с родителями по железной дороге – мне очень нравились эти путешествия. Принял решение вернуться в компанию «Российские железные дороги», потому что хотелось чувствовать себя нужным звеном этого большого механизма, быть причастным к транспортной отрасли, приносить пользу обще-

В компании «Краспригород» Андрей Сидоренко трудится с 2018 года. А на Красноярской железной дороге он с 2000-х годов: работал и проводником, и в вагоне-ресторане.

ству. В детстве я мечтал стать машинистом, хотя семья у нас не железнодорожная, однако судьба в итоге распорядилась по-другому, – признаётся Андрей.

Его племянник Роман Журавлёв, вдохновившись примером дяди, успешно окончил Красноярский техникум железнодорожного транспорта и сегодня работает помощником машиниста.

– Он сумел воплотить мои мечты, очень горжусь им! – говорит Андрей.

Родом наш герой из Кодинска, железной дороги там нет, возможно отсюда и большой интерес к ним. Отметим, что Андрей Сидоренко – почётный донор России, и это тоже многое говорит о нём. Звание железнодорожника получил в прошлом году. Он регулярно принимает участие в акциях сдачи крови, как корпоративных, так и городских.

– Очень ответственно отношусь к донорству, ведь только так мы можем помочь людям, которые болеют и нуждаются в переливании крови, – объясняет почётный донор.

В свободное от работы время он предпочитает активный отдых на природе, с палаткой. Любит путешествовать по Байкалу на автомобиле, ходить в лес, на Столбы. По его мнению, природа помогает наполниться энергией, позволяет отвлечься от будней.



Благоустройство

Дежурный заступил на пост

На станции Ачинск-1 установлена новая скульптура. Она изображает дежурного по станции и символизирует труд движенцев.



Арт-объект из прочного и долговечного бетона появился в рамках программы по благоустройству территорий вблизи предприятий Красноярской железной дороги.

Авторами работы выступили ачинские железнодорожники: плотник Владимир Циванюк и штукатур Елена Сорокалет. Работы этих специалистов отлично известны как железнодорожникам, так и жителям пристанционных посёлков. Так, самая масштабная из работ Владимира Циванюка – скульптурная композиция «Медведь-стрелочник» – установлена на станции Мариинск.

Стоит отметить, что проект по установке малых архитектурных форм на станциях магистрали реализуется с 2016 года. За это время на станциях Красноярской магистрали появилось уже более 30 скульптур и арт-объектов.

ИСТОРИЯ



«Глобус» на дачу

Когда появились первые электропоезда на Красноярской дороге?

Сегодня на Красноярской железной дороге дороге работают современные электропоезда нового поколения. Они не только обеспечивают доступность отдалённых уголков региона, но и работают в новом статусе – «городской электрички» Красноярской агломерации.

В группе «Красноярская железная дорога» в социальной сети «ВКонтакте» размещён пост об истории появления первых электропоездов. Текст подготовила пресс-служба дороги совместно с музеем истории Красноярской магистрали.

«Электричка настолько вошла в повседневную жизнь многих жителей Красноярского края и Хакасии, что, кажется, была всегда. Хотя изначально в советском правительстве на этот вид транспорта особо и не рассчитывали, несмотря на принятый в 1921 году план электрификации железных дорог.

Первая электричка на территории современной России проехала 3 августа 1929 года по 18-километровому отрезку Москва – Мытищи. Кстати, слово «электричка» пошло из прессы, именно так электропоезд нарекли журналисты.

На Красноярской магистрали первые электропоезда появились в начале 60-х годов прошлого века и сразу стали одним из самых востребованных видов транспорта. Они позволили большому количеству людей выезжать за город, что в свою очередь дало импульс к развитию дачных посёлков.

Основной электропоезд парка дороги тех лет – ЭР9П, изготовленный в Риге – знаком каждому. За кабину, которая имела полукруглую сферическую форму, машинисты называли его «Глобус» или «Улыбка». Эти надёжные машины проработали несколько десятков лет.



Осенний «десант»

Компания «Краспригород» переходит на зимний график движения электропоездов

Окончился дачный сезон. По отчётным данным, с мая по август компания «Краспригород» перевезла 2,59 млн пассажиров, в среднем за сутки это порядка 21 тыс. человек.

– Фактически с 18 октября мы перешли на зимнее расписание, – говорит начальник отдела по пассажирской работе компании «Краспригород» Елена Калмыкова. – Но по выходным на востребованных маршрутах до станций Чернореченская, Кача и Камарчага пока ещё применяется составность поездов в 6–8 вагонов.

Накануне наш корреспондент пообщался с пассажирами на станциях, а потом и сам отправился в поездку.

От пригородной кассы на вокзале Злобино с билетом отходит бодрая женщина. Как выяснилось, это Галина Костровая – пенсионерка и постоянный пассажир пригородных поездов.

– На дачу еду, в Таёжный, в последний уже раз в этом году, – рассказала она. – На прошлой неделе готовила участок к зиме: очистила цветочные грядки, выкопала луковичные цветы. Сегодня вот солью последнюю бочку с водой, заберу домой лу-

Сегодня в западном направлении от Красноярска курсируют 24 пары поездов в будние дни и 10 пар – в выходные, в восточном – 19 и 12 пар соответственно. Дивногорское направление обслуживают восемь пар электропоездов в будни и шесть – в выходные дни.

ковицы и несколько баночек варенья. Да и просто приятно побыть на природе, на воздухе – погода-то какая замечательная!

По словам Галины Костровой, новое расписание очень подходит для таких «десантов». В 9.20 она садится в поезд, а через час уже выходит на своей станции.

График движения электропоездов вполне устраивает и другого пенсионера, Валентина Григорьева, который тоже едет на станцию Таёжный. Вот только в отличие от Галины Костровой, он там проживает практически постоянно, круглый год.

– В город езжу, только когда в поликлинику нужно или родных навестить, – объясняет он. – Сегодня ночевал у сестры, а сейчас обратно в посёлок. Собак покормлю, да и другие дела есть. Обратно уеду за светом, в 16.30 на электричке, которая идёт до Северного. Там вечером навещу детей с внуками и останусь ночевать у них.

Наш корреспондент тоже свой дачный сезон уже завершил, но от поездки на электричке погожим осенним днём отказать не смог. За окном – рыжий лес, сбрасывающий последнюю листву, ясное небо и тёмно-синяя ленточка реки под весом гор. А внутри – комфортно и тепло.

**График****Врачи не отдыхают!**

Очередная командировка «поезда здоровья» в осеннем сезоне пройдет в Иркутской области и по восточным станциям Красноярского края.



В ноябре врачи передвижного консультативно-диагностического центра «Доктор Войно-Ясенецкий (Святитель Лука)» (ПКДЦ) будут осуществлять приём на станциях Тагул (9 и 10 ноября), Запаны (11), Саранчет (12), Ельник (13), Абакумовка (14-15), Ирбейская (16-19), Саянская (20-22).

Приём с соблюдением всех противоэпидемических мер ведут терапевт, стоматолог, кардиолог, хирург, уролог, гинеколог, отоларинголог, невролог, эндокринолог, офтальмолог и педиатр. Также в поезде работает клиничко-диагностическое подразделение, где проводятся эндоскопические, рентгенологические, маммографические исследования и УЗИ. Напомним, что посещение передвижной поликлиники возможно только при наличии маски и после прохождения термометрии.

ВАКЦИНАЦИЯ

Защита от гриппа

Сделать прививку можно в пункте вакцинации на вокзале

Чтобы сделать прививку, при себе необходимо иметь паспорт, полис ОМС и СНИЛС. Данные обо всех привитых автоматически вносятся в Федеральный регистр вакцинированных от COVID-19.

К

ак мы уже сообщали, внебольничный прививочный пункт функционирует на Красноярском вокзале с июня. А теперь специалисты клинической больницы «РЖД Медицина» проводят здесь вакцинацию не только от новой коронавирусной инфекции, но и от гриппа. Для всех желающих доступна вакцина «Совигрипп».

Прививочный пункт экипируется вакцинами, которые предоставляются министерством здравоохранения Красноярского края.

С момента открытия препаратами от новой коронавирусной инфекции «Спутник V» и «Спутник Лайт» здесь привились порядка 12,5 тысячи красноярцев. Чтобы сделать прививку, при себе необходимо иметь паспорт, полис ОМС и СНИЛС. Данные обо всех привитых автоматически вносятся в Федеральный регистр вакцинированных от COVID-19.

Прививочный кабинет находится на цокольном этаже вокзала. Он открыт ежедневно с 8.00 до 20.00, санитарный день – четверг.

– Очень активно идут люди и на ревакцинацию от коронавирусной инфекции, и на прививки от гриппа, – рассказала медицинский работник прививочного пункта Наталья Тимошенко. – Процесс вакцинации от гриппа идентичный вакцинации от COVID-19: внутримышечная инъекция в верхнюю треть плеча. Объем препарата 0,5 миллилитра.

ВАКЦИНАЦИЯ – ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ ОСТАНОВИТЬ ПАНДЕМИЮ, СОХРАНИТЬ ЖИЗНЬ ВАМ И ВАШИМ БЛИЗКИМ

ОТВЕТЫ НА ВАШИ ВОПРОСЫ

1. НА КАКОЙ СРОК ПРИВИВКА ОБЕСПЕЧИВАЕТ ЗАЩИТУ?

Спутник V (Гам-Ковид-Вак) обеспечивает длительность иммунитета до одного года. Вакцина ЭпивакКорона формирует иммунитет от коронавируса минимум на полгода. У препарата нет ограничений для повторного применения. В вакцине Ковивак пока нет официальных данных по длительности защиты, так как прошло мало времени после начала ее применения.

2. ВОЗМОЖНО ЛИ ЗАБОЛЕТЬ COVID-19 ПОСЛЕ ПЕРВОГО ИЛИ ВТОРОГО ЭТАПА ПРИВИВКИ?

Вакцинация позволяет наиболее эффективно защищать организм от COVID-19

Случаи заболевания возникают в основном у людей, не завершивших полный курс вакцинации, или если с момента вакцинации иммунитет не успел сформироваться (иммунитет формируется в течение 3-х недель после второй прививки).

После вакцинации необходимо продолжать соблюдать меры предосторожности – использовать средства индивидуальной защиты (маски, перчатки), держать социальную дистанцию.

3. В КАКОЙ СРОК ПОСЛЕ ПЕРЕНЕСЕННОГО COVID-19 ИЛИ ДРУГОГО ИНФЕКЦИОННОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ (ОРВИ) МОЖНО ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ?

После перенесенного COVID-19 рекомендуется привиться через полгода

После других перенесенных инфекционных заболеваний (в том числе ОРВИ) – через две недели после выздоровления.

4. СКОЛЬКО АНТИТЕЛ ДОЛЖНО ВЫРАБОТАТЬСЯ ПОСЛЕ ПРИВИВКИ?

Зависит от индивидуальных особенностей организма

Пороговых значений антител после вакцинации нет. После вакцинации вырабатывается гуморальный и клеточный иммунитет.

5. НУЖНО ЛИ СДАВАТЬ ПЦР-ТЕСТЫ МЕЖДУ ПЕРВЫМ И ВТОРЫМ ЭТАПАМИ?

По действующим нормативным актам, привитые от новой коронавирусной инфекции, а также переболевшие и имеющие лабораторно подтвержденный иммунитет обследованию ПЦР не подлежат

У тех, кто переболел, встречаются ложноположительные результаты исследования, проводить ПЦР-тестирование имеет смысл только при клинических проявлениях ОРВИ.

6. КАКИЕ РЕАКЦИИ ОРГАНИЗМА ВОЗМОЖНЫ ПОСЛЕ ПЕРВОГО И ВТОРОГО ЭТАПА ПРИВИВКИ?

В первые-вторые сутки после вакцинации могут развиваться кратковременные общие и местные реакции, которые проходят в течение трех дней

ОБЩИЕ

Непродолжительный гриппоподобный синдром, характеризующийся ознобом, повышением температуры тела, артралгией, миалгией, астенией, общим недомоганием, головной болью.

МЕСТНЫЕ

Болезненность в месте инъекции, гиперемия, отечность.

7. КАКОВЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ВАКЦИНАЦИИ?

Вакцинироваться **не нужно**, если у вас:

- ⚠️ гиперчувствительность к какому-либо компоненту вакцины
- ⚡️ тяжелые аллергические реакции в анамнезе
- 🦠 острые инфекционные и неинфекционные заболевания
- 🔄 обострение хронических заболеваний
- 📅 вакцинацию проводят через 2-4 недели после выздоровления или ремиссии
- 👶 беременность и период грудного вскармливания

8. ВОЗМОЖНО ЛИ ЗАРАЗИТЬ COVID-19 ОКРУЖАЮЩИХ ПОСЛЕ ПЕРВОГО ИЛИ ВТОРОГО ЭТАПА ПРИВИВКИ?

Те, кто получил вакцину, не могут заболеть COVID-19 или выделять вирус SARS-CoV-2 из-за введения вакцины – в ней отсутствует живой вирус

Соответственно, заразить окружающих они тоже не могут.

9. ВЛИЯЕТ ЛИ КАК-ТО ВАКЦИНА НА МУЖЧИН И ЖЕНЩИН РЕПРОДУКТИВНОГО ВОЗРАСТА?

Нет никаких доказательств того, что какая-либо вакцина, включая вакцину против коронавируса, может повлиять на фертильность у женщин или мужчин

Российские вакцины от коронавируса прошли необходимые испытания по оценке влияния на потомство. Негативных последствий не выявлено.

Вакцинация от COVID-19 не является противопоказанием, если вы планируете беременность.

КАКИЕ ВАКЦИНЫ СЕЙЧАС ДОСТУПНЫ?

На территории России зарегистрированы и используются четыре отечественные вакцины:



СПУТНИК V Гам-Ковид-Вак

- Проводится в два этапа
- Подтвержденная эффективность – 91%

Производитель: Национальный исследовательский центр эпидемиологии и микробиологии имени Н.Ф. Гамалеи Минздрава России



СПУТНИК ЛАЙТ

- Проводится в один этап
- Подходит для ревакцинации

Облегченный вариант вакцины «Спутник V», не требует введения второй дозы препарата



ЭПИВАККОРОНА

- Проводится в два этапа

Производитель: Государственный научный центр вирусологии и биотехнологии «Вектор»



КОВИВАК

- Проводится в два этапа
- На основе инактивированного вируса

Производитель: Федеральный научный центр исследований и разработки иммунобиологических препаратов им. М. П. Чумакова Российской академии наук

ВАША ВАКЦИНА ЖДЕТ ВАС!

📄 Вакцина доступна всем гражданам России

✅ Это бесплатно

- ✍️ Записаться можно:
- через портал госуслуг
 - в информационных киосках городских и районных поликлиник
 - по телефону в пункте вакцинации

ДОПОЛНИТЕЛЬНО В МОСКВЕ:

- мобильное приложение «Госуслуги Москвы»
- мобильное приложение «Моя Москва»
- мобильное приложение «ЕМИАС.ИНФО»

📅 Запишитесь на первую вакцинацию
На вторую вас запишет автоматически. За день до второй прививки вы получите SMS-напоминание

📍 Вакцинироваться можно в поликлиниках, МФЦ, торговых центрах или популярных общественных местах

❤️ **БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!**



ВАКЦИНАЦИЯ УЖЕ ПОМОГЛА ПРЕОДОЛЕТЬ ПАНДЕМИЮ В ОАЭ, ИЗРАИЛЕ, ВЕНГРИИ И ДРУГИХ СТРАНАХ

Там прививку получили более 60% населения. Вакцинация – самый надежный способ вернуться к нормальной жизни.



НА ПЕРВОЕ

Гороховый суп с копчёной грудинкой

Простое питательное первое блюдо



Приготовление этого блюда займёт примерно полтора часа, но результат будет прекрасным. Вы получите вкусный, питательный суп с минимумом ингредиентов. И денег на его приготовление будет затрачено совсем немного. Горох замочить в холодной воде на 10 минут, затем хорошо его промыть. Картофель нарезать кубиками, лук мелко нарезать, морковь натереть на мелкой тёрке. Грудинку нарезать кубиками, затем обжарить её на сковороде 2-3

минуты. Добавить лук, жарить 2 минуты. Добавить морковь, жарить 1 минуту. В кастрюлю с водой положить картофель, горох, лук, морковь, грудинку. Варить на среднем огне 1 час. В конце добавить соль и перец по вкусу.

Ингредиенты:
горох колотый – 200 г,
картофель – 230 г,
морковь – 60 г,
лук – 80 г,
грудинка копчёная – 150 г,
вода – 1,3 л.

Время приготовления:
1 час 30 минут.

НА ВТОРОЕ

Капуста тушёная с курицей

Лук, капусту и помидоры нарезать, морковь натереть на тёрке. Курицу обжарить на растительном масле, переложить в тарелку, в этой же сковороде обжарить лук, морковь. Добавить помидоры, капусту и накрыть крышкой. Через 20 минут добавить уже обжаренную курицу, специи, перемешать и тушить под крышкой на среднем огне.

Ингредиенты: капуста – половина среднего кочана, куриные бёдра – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., помидоры – 3 шт., соль, перец, паприка, чеснок – по вкусу, масло растительное – для жарки.

Время приготовления: 1 час.



Десерт

Пряники без сахара

Соединить масло и мёд, поставить на плиту до полного растворения (не кипятить!), добавить ванильный сахар, корицу, соду. Как запенится, сразу снять с огня. Влить в просеянную серую муку, размешать, слегка охла-

дить. Добавить в заварку сметану, яйца, соль, ром. Всыпать порциями муку, замесить тесто, можно охладить в холодильнике. Тесто раскатать толщиной примерно 1 см, вырезать пряники. Выпекать при 180-200 градусах 18-22 минут. Покрыть пряники глазурью.



Ингредиенты:
мука – 350 г, мука серая – 150 г, яйца – 2 шт., мёд – 250 г, соль – 1/4 ч.л., сода – 1/4 ч.л., корица – 1/2 ч.л., ром (коньяк, виски) – 1 ст.л., сметана – 70 г, масло сливочное – 50 г.

Время приготовления:
30 минут.

Звёздный прогноз на ноябрь

Уверенно делайте всё, что задумали



ОВЕН

Овен рискует стать жертвой собственного непостоянства. В попытке всё успеть он способен хвататься за несколько дел одновременно, в итоге многие из них так и не доведя до конца. Впрочем, суета останется в прошлом, и удача сама поплывёт в руки.



ТЕЛЕЦ

Ноябрь – отличное время для того, чтобы Телец укрепил своё положение в обществе, повысил уровень доходов, завёл нужные знакомства и произвёл неизгладимое впечатление на противоположный пол. Всё в жизни зависит только от вас.



БЛИЗНЕЦЫ

В ноябре благополучие Близнецов будет во многом зависеть от них самих. Упорным и деятельным представителям этого знака Зодиака, которые точно знают, чего хотят, и готовы идти к своей цели, гороскоп на ноябрь предоставит все возможности.



РАК

В ноябре удача обещает сама плыть Раку в руки. Звёзды дают вам сразу два мощных козыря: во-первых, активность и энергичность, а во-вторых, удачливость в делах. Большая часть проектов, за которые вы возьмётесь, оправдает самые смелые ожидания.



ЛЕВ

Гороскоп сулит Льву немало неожиданных поворотов, сюрпризов и новых возможностей. Ситуация обещает складываться для Льва весьма удачно. Звёзды говорят, что если Лев сумеет сконцентрироваться, у него есть все шансы добиться успеха.



ДЕВА

В ноябре Деве не стоит планировать серьёзных шагов и перемен в своей жизни: успех обещает сопутствовать вам, если вы будете спокойно заниматься личными делами, не ставя перед собой глобальных задач.



ВЕСЫ

Весам гороскоп на ноябрь предоставит все возможности для того, чтобы вырваться вперёд, опережая конкурентов. Общительность и коммуникабельность в работе помогут заводить контакты с нужными людьми, а в любви сделают Весов неотразимыми.



СКОРПИОН

Гороскоп на ноябрь обещает порадовать Скорпиона разнообразием новых интересов, идей и впечатлений. Во второй половине ноября и без того энергичный Скорпион может почувствовать прилив свежих сил и творческого вдохновения.



СТРЕЛЕЦ

Гороскоп обещает быть для Стрельца благоприятным. Этот месяц будет отмечен душевным комфортом. Гармония в душе в сочетании с целеустремлённостью и амбициями сделают Стрельца способным на многое.



КОЗЕРОГ

Для Козерога гороскоп на ноябрь не обещает никаких глобальных перемен – и это неплохо. Единственный момент, на который Козерогу стоит обратить особое внимание, – это свой собственный настрой. Всё, что задумано, будет сделано.



ВОДОЛЕЙ

Энергичность Водолея и его уверенность в себе будут выгодно отличать его на фоне пассивности окружающих. Энергия и любознательность будут бить у Водолея ключом, толкая на поиски нового и неизведанного в самую гущу событий.



РЫБЫ

Рыб ждёт плодотворный период, когда почти всё, за что бы они ни взялись, сулит отличный результат. Звёзды придадут Рыбам активности и уверенности в себе, предоставив широкие возможности для новых начинаний.



ПРИКЛЮЧЕНИЯ

Помогите, я уменьшил своих друзей!

Иногда шутки оборачиваются большими проблемами

В школе имени Отто Леонарда появилась новенькая ученица Мелани – милая, весёлая, хотя и немного наивная. Девушка сразу приглянулась Феликсу, к большому раздражению Эллы и её компании – им кажется, что именно Мелани причастна к мелким кражам, которые учились в школе после её появления.



Но когда из-за них почти срывается свидание Феликса и Мелани, это становится последней каплей, и подросток решает проучить друзей, уменьшив их в десять раз.

И после исчезновения Мелани вместе с магическим шаром героям становится не до шуток. Неужели она действительно замешана во всём этом?

Премьера 28 октября. 6+

КОМЕДИЯ

Семейный бюджет

Весело и познавательно о финансовой грамотности



Фроловы – типичная семья из российской глубинки, с трудом уживающаяся в тесной комнатке. Супруги решают взять в ипотеку просторную квартиру в многоэтажном доме. Подписав все необходимые бумаги, родственники переезжают в новостройку в престижном квартале, предвкушая начало счастливой жизни. Фроловы даже не догадывались, что произойдёт потом. Денег катастрофически не хватает, а тут ещё и очередной взнос за новенькую квартиру не за горами. Чтобы платить по счетам, супруги проявляют находчивость, хватаясь за любую вакансию. Так, жена принимает предложение сыграть концерт на фортепьяно. Но играть ей предстоит... в костюме осьминога. Тем временем муж учится выживать на двести рублей в неделю, экономя на каждой мелочи. Их дочь-подросток превращается в успешного интернет-блогера. Вести социальные сети ей помогает брат. Сумеют ли Фроловы выбраться из долговой ямы? Премьера 28 октября. Возрастное ограничение 16+.

Мультфильм



Кощей. Начало

Тайны сказочного героя

Первый полнометражный анимационный фильм по популярной мультфраншизе «Сказочный патруль» раскрывает великую тайну бессмертия Кощея и истинную цель его исканий. Коротко о сюжете: в давние времена люди и сказочные существа жили вместе, пока в Дивноземское княжество не нагрянул Белый призрак, безжалостный монстр, способный уничтожить весь мир. Но лишь одному герою под силу остановить чудовище. Он молод, силен, красив, а ещё водит байк... Его зовут Кощей.

Премьера 28 октября. 6+

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД >16

Л	К	Ш	Б	Ы	С	Т	Р	О	Т	А					
Я	Г	О	Д	А	Э	И	Э	Р							
П	Р	Х	И	Р	О	М	А	Н	Т	И	Я				
С	Б	О	Й					Д	Б						
У	Н								Р	У	Ж				
С	В	А	Т						Б	О	Н	А			
Ы	У									Д	Л	К			
Р	Е	Л								Б	И	Л	О		
Р	Е	Ч	Ь								Ч	У	Б		
З	Е	Я										Н			
		Й									Ш	Л	А	К	
М	О	З	Г									У	Л	А	
Е		Р										Д	Ж	Е	М
Н	Е	Б	О										Н		Б
И	У	Г	Л	Е	В	О	Д	Ч	И	Т	А				
С	Е	У	И	О	У	К	О	Л							
К	О	Р	М	Ч	И	Й	М	И	М	И	К	А			

АФИША

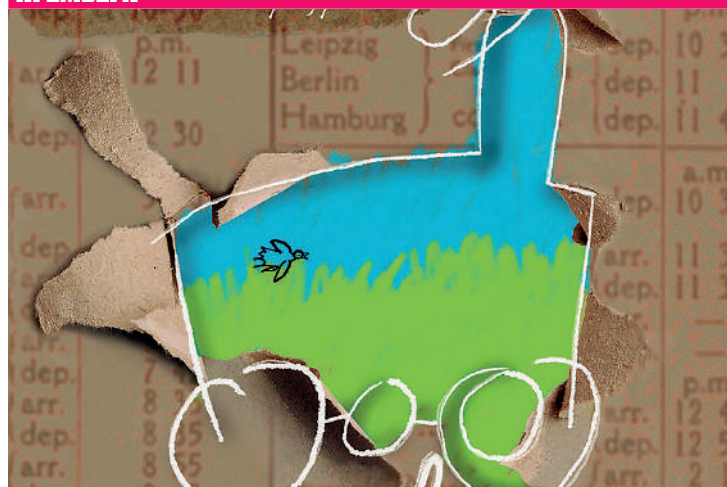
Случайная встреча в плацкартном вагоне

В Красноярском Доме искусств состоялась читка пьесы «Сагитариус». Её автор – поэт, член красноярского отделения творческого Союза художников России Ольга Левская. В центре истории – случайная встреча четырёх женщин в одном плацкартном вагоне. Попутчицы готовы поделиться с миром своей историей, чтобы быть услышанными хотя бы пока идёт поезд. У героинь разная внешность, характер,



привычки, образ жизни, но всех их связывает посланник звёзд Сагитариус. Посмотреть запись читки можно на youtube-канале Дома искусств. 16+

ПРЕМЬЕРА



Паровозик приехал в театр кукол

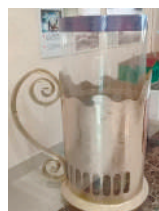
Красноярский театр кукол готовит премьеру – спектакль «Паровозик» по сказке английского писателя Грэма Грина в инсценировке Гульнары Насыровой. Премьеру смело можно назвать эксклюзивной, поскольку произведения этого автора не ставил ещё ни один театр в России.

Короткий рассказ Грина «Паровозик» – очень богатый материал для театра. Иностранец воспринимает его в контексте четырёх иллюстрированных «транспортных новелл» писателя – рассказах о подвигах пожарной машины, катка, конки и паровозика. Для русского же зрителя – это совсем новые сюжеты.

Герои историй – не люди, не животные, а детские машинки, размышляющие о жизни и ищущие в ней место подвигу. Премьерные показы спектакля «Паровозик» состоятся 4, 5 и 6 ноября в 11.00, 13.00 и 15.00. 6+

Символ в музее

Необычный экспонат появился в музее истории станции Боготол. Это подстаканник – один из главных символов отечественной железнодорожной культуры, а точнее, скульптура подстаканника высотой 137 см. На его лицевой стороне выбита большая чеканка с надписью «РЖД. Красноярская железная дорога». Экспонат – один из самых крупных в музее. Он уже занял своё место в экспозиции «Предметы старины глубокой» и стал одним из популярных арт-объектов у посетителей – гости музея с удовольствием фотографируются рядом с ним. 6+



Мне осталась одна забава

На сцене Красноярского Дворца культуры железнодорожников (пр. Мира, 131) 4, 5 и 7 ноября состоится показ спектакля «Мне осталась одна забава». В этой музыкально-драматической постановке раскрывается противоречивая натура певца крестьянской Руси Сергея Есенина. Режиссёр-постановщик заслуженный артист России Юрий Цехановский явит нам образ поэта, отличающийся от того, к которому мы привыкли со школы. Режиссёр проанализировал жизненные ситуации Сергея Есенина, которые послужили импульсом к созданию стихов, а также обратился к воспоминаниям современников, знавших поэта в разные периоды жизни. Это позволило глубоко раскрыть творчество одного из самых неординарных творцов Серебряного века. Исполнители: Андрей Татарников, Светлана Коллеватова, Алексей Казанцев, Галина Артемьева и другие артисты. 16+



ЗДОРОВЬЕ



Очень важная кислота

Учёные из Ирана, Канады и Норвегии выявили рацион питания, который снижает вероятность смерти, в том числе и от сердечно-сосудистых болезней. Об этом сообщается в издании The BMJ. Так, согласно выводам исследователей, снижающей риск смерти является диета с высоким содержанием альфа-линоленовой кислоты. Альфа-линоленовая кислота относится к незаменимым жирным кислотам, она очень важна для здоровья, но не синтезируется в организме. Необходимо получать её с пищей. Данная кислота содержится в орехах, семенах чиа, льна, конопля, капусте, шпинате, соевых бобах, тофу, рапсовом, льняном маслах.

Исследование

Теория лжи

Лжеца можно опознать по более мужественной внешности. Такое заключение сделала группа учёных. Результаты опубликованы в журнале *Frontiers in Psychology*. Чаще лгут мужчины с более широкими лицами. Ещё один признак большей склонности ко лжи – безымянный палец длиннее указательного. Всего в исследовании приняли участие 168 студентов из Мадрида. Их поделили на пары. Один из участников мог либо соврать партнёру о количестве денег, либо сказать ему правду, но в этом случае лишиться денег.



НАХОДКА

Рисунки
каменного века

В Италии нашли уникальную
наскальную живопись

В пещере Романелли в Италии обнаружили уникальные наскальные рисунки, которые сохранились со времён каменного века, пишет *Daily Mail*.

По оценкам специалистов, представители *Homo sapiens* жили в этих пещерах примерно 14-11 тыс. лет назад.

Впервые наскальные рисунки в пещере нашли в 1905 году. Однако следующие открытия начались только в XXI веке во время подробного изучения пещеры.

В число новых находок вошли геометрические узоры, прочерченные пальцами по «лунному молоку». Это материал белого цвета, который накапливается в известняковых пещерах. Кроме того, археологи обнаружили в пещере изображение птицы.

По сохранившимся рисункам можно оценить уровень мастерства доисторических художников. Для работы они использовали различные инструменты. Изображение бизона даже выполнено в трёхмерной технике.

Посмейся мне тут

Когда я вижу имена парочек, вырезанные на деревьях, я не думаю, что это мило. Я думаю, что весьма странно, что люди берут на свидание нож...

Сегодня банкомат попросил меня прикрыть клавиатуру рукой, чтобы никто меня не ограбил. А потом взял с меня 6% комиссии.

- **Мам, мне холодно.**
- **Встань в угол, там 90 градусов.**

Сегодня перебирала вещи, которые носила в десятом классе, одну взяла, примерила, и она села на мне, как десять лет назад. Это был шарф, но всё же...

Осенняя депрессия – это когда хочется домой и под одеяло, хотя ты уже дома под одеялом.

- **Саня, ты где? Тебя шеф уже час ищет.**
- **Передай шефу, что хорошего сотрудника тяжело найти.**

Должен ли джентльмен помочь даме утирать слёзы, если существует опасность стереть ей брови?

Я побывал женихом раз двадцать. Один раз, когда женился, и девятнадцать, когда мерил одежду на рынке.

- **У меня вчера жена перекрасилась из брюнетки в блондинку.**
- **Ну и что?**
- **Закатила вечером скандал: откуда на подушке чёрные волосы?**

Если она пишет: «Я сегодня хочу с тобой поговорить», отвечайте: «Да, я тоже!». Нервничать должны оба.



У меня такой ИНН, что тебе и не СНИЛС.

- Пап, не надо говорить «самодельный». Говори «крафтовый».

- Умник, бери крафтовую лопату и пошли майнить картошку.



Оказывается, первым таблица Менделеева приснилась Гоголю, но он в ней ничего не понял и сжёг...

Как мне перевести сумму денег из головы на счёт в банке?

- Жена, достав палку колбасы из холодильника, спрашивает у мужа:**
- **Дорогой, тебе одного кусочка хватит?**
 - **Да! Если вдовь.**

Повезло тем, кому сейчас за 50. Столько всего в молодости натворили, а доказательств нет, потому что в то время не было интернета.

Боксёры лучше других знают, что в жизни больше всех достается людям, которые опускают руки.

Как можно писать на пачке «Две порции» и класть нечётное количество вареников?

Биатлонист пересекает финишную ленту с флагом в руке, а соперников всё ещё не видно. Репортеры бросаются к нему с вопросами:

- **Вы, наверное, очень хорошо подготовились, раз пришли первый и оторвались от всех на такое длинное расстояние?**
- **Вы знаете, после стрельбы у меня остался дополнительный боекомплект...**

Меня часто упрекают, что я живу только в своё удовольствие. Простите, а в чьё удовольствие я должен жить?!

Минус ремонта своими руками в том, что недостатки видишь, а руки оторвать некому.

Трое мужчин поселились в гостинице на 45-м этаже. Администратор предупредил их, что лифт работает только до полуночи.

Вечером трое друзей отправились в ресторан и вернулись после 12. Им пришлось подниматься по лестнице. Чтобы им не скучно было подниматься, они разделили 45 этажей на 3 и решили, что первые 15 этажей один будет рассказывать смешные истории, вторые 15 этажей другой будет петь и

последние 15 этажей третий будет рассказывать страшные истории. Итак, трое друзей, смеясь, прошли первые 15 этажей, под звуки пения прошли вторые 15 этажей, и наконец настал черёд третьего рассказывать страшилки.

Он начинает:

- Сейчас я расскажу вам страшную-престрашную историю, страшнее которой уже и быть не может. Мы забыли ключ от номера на ресепшене взять...





	ОПИСКА ИЛИ ОБ- МОЛВКА		СИМВОЛ МОНАР- ШЕЙ ВЛАСТИ		ЕДИНИЦА ДОЗЫ ИЗЛУЧЕ- НИЯ															
					ВОСТОЧ- НЫЙ ТИТУЛ		ГЛАЗОМЕР, ..., НАТИСК		СЫН НОЯ		ВАЛЮТА ЮАР								БЛЕСТЯ- ЩИЙ ОРАТОР	
	ОДНОГО ПОЛЯ ...		ГАДАНИЕ ПО ЛИНИ- ЯМ НА ЛАДОНИ																	
											СЕДЬМАЯ ВОДА НА КИСЕЛЕ								АБДУЛОВ В "ФОРМУЛЕ ЛЮБВИ"	
	ЗАМИНКА В БЕГЕ		ВЕРХ ФУРАЖКИ							"МУЛЕН ..."										
	ОТЕЦ ЗЯТЯ		ДЕКОЛЬТЕ																АССИГНА- ЦИЯ	"... И ГРОШ"
	... ПОСПО- ЛИТА		"ВСЬ МИР В КАРМАНЕ", АВТОР																	
	ПРИТОК АМУРА																			
	ХРЯЩ КОЛЕН- НОГО СУСТАВА	УМНЫЕ ИЗВИЛИ- НЫ		ГОРЯЧИЙ РОМ С САХАРОМ																
	С ОВЧИНКУ ИЛИ В АЛМАЗАХ	ЛЕДОВАЯ ЯХТА																		
	ТРЕТИЙ В КОМПАНИИ БЕЛКА И ЖИРА																			...ДРИТА
	МАО - "ВЕЛИКИЙ ..."		"... СВЕТА В ТЕМНОМ ЦАРСТВЕ"		ПОВЕСТЬ ГОГОЛЯ		КАЗЕН- НЫЙ ...		БУЛАВОЧ- НАЯ РАНА											
							ДВИЖЕ- НИЯ МЫШЦ ЛИЦА													

Рекламный отдел газет:
 660021, г. Красноярск,
 ул. Ленина, 170
Телефоны:
 (391) 229-20-71, 220-20-72
 +7-983-265-13-48
E-MAIL:
 KRASNOYARSK@GUDOK.RU

@KRAS.GUDOK

