



ЛЕТАЩЕЙ ПОХОДКОЙ...

Согласно статистике, 30 из 70 лет жизни человек проводит на ногах, проходя при этом расстояние, равное четырем оборотам вокруг Земли. Поэтому неудивительно, что 75% людей имеют проблемы со здоровьем ног. Это и варикозное расширение вен, и различные деформации стопы, и грибки. Здоровьем ног занимается целый ряд специалистов: подологи, флебологи, дерматологи. О некоторых из них мы и не слышали. Подолог, к примеру, устраняет выросший ноготь, мозоли, трещины, занимается проблемами повышенного ороговения, потливости стопы, сухости кожи, грибковых заболеваний.

Вообще подология - это в основном уход и профилактика. Но у нас к подологу, увы, попадают зачастую уже в почти безвыходной ситуации. Стоит помнить, что ноги - это не локальная проблема: если стопа стоит неправильно, то болеть

будет не только она, но и вся спина. А после, не исключено, добавятся головная боль и защемление нервов.

Летом одной из наиболее распространенных проблем являются мозоли. Как известно, причина их появления - тре-

ние между стопой и обувью или сдавливание стоп. Чтобы предотвратить появление мозолей, нужно носить удобную обувь и не допускать, чтобы нога потела. Также актуальна проблема трещин на пятках. Источниками возникновения этого неприятного явления могут быть сухость кожи, неудобные туфли, чрезмерные нагрузки, грибок, неправильный педикюр.

Летом мы снимаем закрытую обувь, посещаем пляжи и бассейны, а значит, возрастает риск подхватить грибок. Чтобы себя обезопасить, нужно соблюдать правила личной гигиены. Если же вы заметили признаки

ул. Коммунистическая, 10
(вход со двора).

Тел. 55-75-15

ШАТИ

реклама

заболевания, лучше не заниматься самолечением, а сразу поспешить к врачу.

Центр современного педикюра «Шати» и «Панорама столицы» продолжают проект «Здоровые ножки» - каждую неделю читайте полезные советы от специалиста-подолога, а лучше запишитесь на бесплатную консультацию и посетите центр в ближайшее время.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Данный вид деятельности лицензии не требует.

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 30 АВГУСТА

1 5.35, 6.10 «Россия от края до края». Д/с (12+).
6.00, 10.00, 12.00 Новости (16+).
6.30 Моя мама готовит лучше! (12+).
7.25 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». Х/ф (16+).
9.20 Непутевые заметки (16+).
10.15 Жизнь других (12+).
11.15, 12.15 Видели видео? (6+).
13.55 На дачу! (6+).
15.10 «А У НАС ВО ДВОРЕ». Т/с (16+).
19.20 Три аккорда (16+).
21.00 Время (12+).
22.00 «НАЛЕТ». Т/с (16+).
23.50 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ». Х/ф (16+).

РОССИЯ 1

4.20, 1.00 «ВЕЗУЧАЯ». Х/ф (12+).
4.20, 1.00 «ПУТЬ К СЕРДЦУ МУЖЧИНЫ». Х/ф (12+).
6.00, 2.40 «СЮРПРИЗ ДЛЯ ЛЮБИМОГО». Х/ф (16+).
8.00 Местное время. Воскресенье (12+).
8.35 Устами младенца (12+).
9.20 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым (12+).
10.10 Сто к одному (12+).
11.00, 20.00 Вести (12+).
11.30 «ЛОВУШКА ДЛЯ КОРОЛЕВЫ». Т/с (12+).
22.00 «Воскресный вечер» с В.Соловьевым (12+).

РОССИЯ К

6.30 «Сказка про чужие краски». М/ф (6+).
6.43 «Приключения Хомы». М/ф (6+).
6.56 «Варежка». М/ф (6+).
7.10 «ЧАРОДЕИ». Х/ф (12+).
9.40 «Обыкновенный концерт» с Эдуардом Эфириным (6+).
10.10 «В ДЖАЗЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ». Х/ф (12+).
12.05 Цирк мира. «Иероглифы на манеже» (12+).
12.35 «Письма из провинции». Д/с (6+).
13.00, 1.45 Диалоги о животных. Московский зоопарк (12+).
13.40 «Эффект бабочки». «Аль Капоне. Дитя «сухого закона». Д/с (12+).
14.10, 0.20 «ГРОМ НЕБЕСНЫЙ». Х/ф (12+).
15.40 «Больше чем любовь» (12+).
16.20 «Венеция - дерзкая и блистательная». Д/ф (0+).
17.15 «Альфред Шнитке. Дух дышит, где хочет...» Д/ф (0+).
18.10 По следам тайны. «Охотники на динозавров» (12+).
18.55 Пешком... «Москва красная» (12+).
19.25 Ч+Ч (0+).
20.40 «К ЧЕРНОМУ МОРЮ». Х/ф (12+).
21.50 Шедевры мирового музыкального театра. «Опера Дж.Верди «Симон Боканegra» (12+).
2.25 «Бедная Лиза». М/ф (12+).

ЗАМОРОЗИТЬ И СОХРАНИТЬ
Надежный и удобный способ собрать урожай

Всегда в продаже большой выбор
МОРОЗИЛЬНЫХ ЛАРЕЙ
по низким ценам

от 14200 руб.

ГАРАНТИЯ, БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА

г. Сыктывкар, Октябрьский проспект, 129.
Тел. (8212) 222-202, 222-505, dukat04@mail.ru, firmaen.ru



4.55 «ПЛЯЖ». Т/с (16+).
6.35 Центральное телевидение (16+).
8.00, 10.00, 16.00 Сегодня (16+).
8.20 У нас выигрывают! (12+).
10.20 Первая передача (16+).
11.00 Чудо техники (12+).
11.50 Дачный ответ (6+).
13.00 НашПотребНадзор (16+).
14.05 Одажды... (16+).
15.00 Своя игра (6+).
16.20 «Следствие вели...» Д/с (16+).
18.00 Новые русские сенсации (16+).
19.00 Итоги недели (16+).
20.10 Звезды сошлись (16+).
21.40 «Основано на реальных событиях». «Капкан для знаменитых дам» (16+).
1.00 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». Х/ф (16+).



6.00 «Коми incognito» (12+).
6.30, 15.10, 5.30 «Миян йёз» (12+).
6.45, 14.40 «Чолём, дзюлюк!» (6+).
7.00, 12.20 «Мультимир» (0+).
7.30 «Человек с Луны». Д/ф (12+).
9.00, 23.15 «Пять причин поехать в...» (12+).
9.15, 0.00 «Доктор И...» (16+).
9.40, 1.00 «Бон аппетит» (16+).
10.05, 0.25 «Ойкумена Федора Конюхова» (12+).
10.30 «СПИСОК ЕЕ ЖЕЛАНИЙ». Х/ф (12+).
12.45 «СОЛЯНАЯ ПРИНЦЕССА». Х/ф (6+).
13.55, 5.45 «Косья тодны» (12+).
14.10 «Ме да «Юрган» (12+).

14.55 «Финноугория» (12+).
15.25 «Большая семья» (12+).
15.55 «Русский крест» (12+).
16.20, 2.45 «Письма с фронта». Концертная программа Иосифа Кобзона (12+).
18.00 «НОВАЯ ЖИЗНЬ АМАНДЫ». Х/ф (16+).
19.50 «УРОКИ ВЫЖИВАНИЯ». Х/ф (6+).
21.20 «ТАЙНА ЗАМКА ТАМПИЕ-РОВА». Т/с (16+).
23.30, 1.30 «Коми incognito» (12+).

СТС 5.50 Ералаш (6+).
6.20 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (6+).
6.35 «Тролли. Праздник продолжается!» М/с (6+).

7.00 «Три кота». М/с (6+).
7.30 «Царевны». М/с (6+).
7.50, 10.05 Шоу «Уральских пельменей» (16+).
9.00 Рогов в деле (16+).
10.10 «ИСТОРИЯ ЗОЛУШКИ». Х/ф (12+).
12.15 «МОРСКОЙ БОЙ». Х/ф (16+).
14.55 «МУМИЯ». Х/ф (16+).
17.00 Форт Боярд. Возвращение (16+).
18.55 «ТИХООКЕАНСКИЙ РУБЕЖ». Х/ф (16+).
21.30 «ТИХООКЕАНСКИЙ РУБЕЖ-2». Х/ф (12+).
23.40 «ДЮНКЕРК». Х/ф (16+).



6.00 Команда мечты (12+).
6.30 «Собрание олимпийских сочинений». «Драмы большого спорта» (16+).
7.00, 15.05, 18.00, 23.50 Все на матч! (12+).
8.55 По России с футболом (16+).
9.15 «Самый долгий сезон» (12+).
9.55 Футбол. Чемпионат Австралии. Финал (0+).
12.00, 15.00, 15.55, 18.45 Новости (12+).
12.05 Формула-2. Гран-при Бельгии. Гонка 2 (0+).
12.55 Мини-футбол. Париматч - чемпионат России. Финал (0+).
16.00, 4.00 Формула-1. Гран-при Бельгии (6+).
18.50 Футбол. Тинькофф Российская премьер-лига. Обзор тура (6+).
19.30 Футбол. Тинькофф Российская премьер-лига. «Краснодар» - «Ростов» (Ростов-на-Дону) (0+).
22.00 После футбола (6+).
23.30 «Локомотив» - «Зенит». Live» (12+).

Газета «Панорама столицы» продолжает рубрику «Лучик надежды», в которой рассказывает о ребятах, воспитывающихся в детских домах республики. Сегодня герои нашей статьи стали брат с сестрой - Руслан и Диана. Возможно, именно вы станете родителями для этих детей. И тогда счастливых ребят на свете станет больше.

ЗНАКОМЬТЕСЬ: БРАТ С СЕСТРОЙ -

Руслан, 12 лет.

Руслан - общительный, вежливый, отзывчивый мальчик. Увлекается спортом, занимается боксом и дзюдо. В свободное время любит слушать музыку. Взаимоотношения со сверстниками доброжелательные. Руслан доверяется взрослым, делится проблемами, советуется, прислушивается к замечаниям, старается исправиться. Познавательные процессы развиты в пределах возрастной нормы.

Физическое и умственное развитие соответствует возрасту. Группа здоровья вторая. Причины отсутствия родительского попечения: мать и отец лишены родительских прав. Братья или сестры: есть брат и сестра.

Диана, 9 лет.

Диана - веселая, общительная, ласковая девочка. Любит рисовать, делать поделки. Занимается настольным теннисом. Взаимоотношения со сверстниками доброжелательные. Диана любит играть в подвижные игры. Ко взрослым относится с уважением, требует внимания со стороны взрослых. Познавательные процессы развиты в пределах возрастной нормы.

Физическое и умственное развитие соответствует возрасту. Группа здоровья вторая. Причины отсутствия родительского попечения: мать и отец лишены родительских прав. Братья или сестры: есть брат и сестра. Возможные формы устройства детей: усыновление, опека, приемная семья.

Вас заинтересовала дальнейшая судьба этих детей? Вы можете принять их на воспитание в свою семью? Каждый, кто желает помочь детям обрести семью, может обратиться в Управление опеки и попечительства администрации муниципального образования городского округа «Сыктывкар» (г. Сыктывкар, ул. Ленина, д. 73) или обратиться по телефону 44-60-19 (доб.40, 41).

СОЦИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ НА ДОМУ

Уважаемые жители города! Если вы заболели, получили травму или в силу возраста, инвалидности вам требуется постоянная помощь, обращайтесь в Автономную некоммерческую организацию Центр социального обслуживания населения «Жизнь».

Социальные работники окажут вам следующие социальные услуги:

- помощь в приготовлении и приеме пищи;
- санитарно-гигиенические услуги - обтирание, мытье в ванне полностью, смена нательного белья, стрижка ногтей;
- стирка и глажение белья;
- покупка и доставка на дом продуктов питания, промышленных товаров, лекарств;
- уборка жилого помещения;
- услуги по присмотру за больными и инвалидами;
- помощь в оформлении документов и другие услуги.

Социальные услуги предоставляются бесплатно участникам и инвалидам Великой Отечественной войны.

Ждем вас по адресам в г.Сыктывкаре:

ул. Карьерная, д. 8, тел. 31-29-58; ул. Тентюковская, д.103, тел. 51-21-32;
ул. Лесозаводская, д.15, тел. 44-61-60.



реклама

Администрация МО ГО «Сыктывкар» сообщает о проведении в здании администрации по адресу: г. Сыктывкар, ул. Бабушкина, 22 (каб. 606) конкурса на право размещения нестационарных торговых объектов на территории МО ГО «Сыктывкар» (за исключением Эжвинского района). Дата и время проведения конкурса: I этап - 07 сентября 2020 г. в 11.00, II этап - 09 сентября 2020 г. с 10.00.

Лоты, требования к участникам, форма заявки на участие в конкурсе размещены на официальном сайте администрации МО ГО «Сыктывкар»: сыктывкар.рф /администрация/управление экономики и анализа/мой бизнес/потребительский рынок/нестационарная торговля/конкурсы на право размещения.

Информацию можно уточнить в отделе предпринимательства и торговли управления экономики и анализа администрации МО ГО «Сыктывкар» (каб. 536 (5 этаж), ул. Бабушкина, 22, тел. 294-165, 294-167, 294-180).