

• уголок покупателя

Дорогая, это из ресторана?

На прилавках сети «Семья» появилась «мраморная» говядина от пермских фермеров



Важная новость для любителей готовить изысканные мясные блюда! Сеть «Семья» начала продажу мяса бычков герефордовской породы, выращенных фермерами Пермского края. Говядина «мраморной» мясной породы — основа для приготовления блюд ресторанного качества: стейков, бефстроганова, гуляшей и поджарок.

По словам одной из покупательниц сети «Семья» Ирины Николаевой, без «правильного» мяса никогда не приготовить настоящий стейк. «Проверила я это на своём опыте, — рассказывает покупательница. — Пару лет назад муж попросил приготовить «настоящий» стейк на ужин, «как в ресторане». Рецепты из интернета и опыта с обычной говядиной привели меня к провалу. Оказывается, не вся говядина и телятина одинаково годятся для гастрономических изысков. У обычных коровок мясо не такое вкусное».

Мясо герефордов называют мраморным, так как в мышечных волокнах видны тонкие жировые прослойки, на срезе напоминающие мрамор. В процессе приготовления жировые прослойки тают, наполняя мясо соком, — оно приобретает неповторимую нежность и мягкость.

Из мраморного мяса можно готовить множество вариантов блюд. Мякоть задней ноги идеальна для жаркого и отбивных, из костей телят получают наваристые бульоны, шейка хороша для котлет.

Выращивают бычков фермерские хозяйства Ильинского, Берёзовского, Сивинского районов. Свежее мясо завозят в магазины ежедневно. «Телятину выращивают в идеальных условиях: вдали от городов и крупных автомобильных трасс, животные пасутся на естественном пастбище, питаются чистыми травами. Вот почему их мясо нежное и вкусное», — подчёркивают в «Семье».

Мясо герефордовских бычков можно приобрести в трёх крупнейших магазинах сети: в гипермаркете «Семья» на ул. Революции, 13, в универсаме на ул. Борчанинова, 13 и супермаркете «Семья» в ТРК «Столица». Ещё в восьми магазинах сети в продажу поступило мясо молодых бычков от фермеров.

Статья подготовлена
совместно с сетью магазинов «Семья»

• хорошая новость

Заплыв для всех желающих!

Дарья Крутикова

При пермском лицее №5 после реконструкции открылся бассейн

Хотя на дворе ещё только середина лета и школьные каникулы в самом разгаре, на долгожданное открытие бассейна собралось немало жителей микрорайона Кислотные дачи: этого события ждали и взрослые, и дети.

Школьный бассейн при лицее №5 был построен ещё в советские годы и к 2008 году стал непригодным к эксплуатации. Пять лет он находился в аварийном состоянии: ремонта требовала не только коммунальная система бассейна, но и само здание.

В левобережной части Орджоникидзевского района бассейн лицея №5 — единственный объект такого типа. Именно поэтому горожане решили, что бы то ни стало восстановить его. С таким наказом в 2013 году жители обратились к главе города Игорю Сапко во время открытого приёма. В этом же году из бюджета города было

выделено около 20 млн руб. на восстановление бассейна.

В январе 2014 года был проведён конкурс на выбор подрядчика, который выиграла компания ООО «СК «Константа». Строительные работы велись на протяжении пяти месяцев. Депутат Пермской городской думы Олег Бурдин (лицей №5 находится на территории его избирательного округа), принял активное участие в организации и контроле за ходом ремонта.

В здании бассейна сделана новая крыша. Проведены работы по капитальному ремонту ванны бассейна, сделана новая гидроизоляция. Полностью заменена электропроводка, отремонтирован фасад. Смонтирована

новая система вентиляции, установлены осушители воздуха, позволяющие поддерживать в помещении бассейна необходимые параметры влажности, обеспечивая комфорт пловцов и предохраняя стены здания от сырости.

Кроме того, выполнен капитальный ремонт душевых, входной группы, а также оборудованы пожарные эвакуационные выходы, которые ранее вообще отсутствовали в здании бассейна.

Сегодня бассейн при лицее №5 — это современное техническое сооружение. Помимо самого бассейна в помещении есть сауна и спортивный зал.

Игорь Сапко, глава Перми:

— Открытие бассейна — масштабное событие не только для микрорайона Кислотные дачи, но и для Орджоникидзевского района в целом. Мы с радостью открываем этот, практически отстроенный с нуля, спортивный

объект. Я надеюсь, что здесь будут заниматься плаванием не только ученики лицея, но и ребята из дошкольных образовательных учреждений и даже взрослые. Спорт является важнейшим приоритетом для городских властей. Мы искренне хотим, чтобы здесь ставили новые рекорды.

Теперь, когда бассейн и спортзал в нём открыты, лицеистам хочется как можно скорее их опробовать. Возможно, уроки физкультуры для многих ребят теперь станут самыми любимыми.

Алёна Шабалина, ученица 4 «а» класса лицея №5:

— Здесь очень красиво, вода в бассейне тёплая. Раньше физкультура у нас проводилась или на улице, или в спортивном зале. А сейчас ещё и в бассейне будет! Я сама немного умею плавать, но хочу научиться ещё лучше. Жду не дожусь, когда мы начнём здесь заниматься!



Как жить со «сладкой болезнью»?

• медицинский ликбез

На базе городской детской клинической больницы №15 в Перми

начал свою работу Региональный образовательный центр для пациентов с сахарным диабетом

Дарья Крутикова

Главная задача центра — донести до пациентов актуальную информацию о диабете, а также научить их самостоятельно управлять своим заболеванием.

Сахарный диабет — одно из самых тяжёлых и распространённых заболеваний эндокринной системы. Только за 2013 год в Пермском крае было зарегистрировано более 70 тыс. пациентов с сахарным диабетом I и II типа, в т. ч. более 560 детей. Однако реальное количество больных может быть гораздо больше, поскольку диабет — болезнь коварная и на ранних стадиях может протекать бессимптомно.

По мнению врачей, проблема сахарного диабета с каждым годом становится острее.

«Вместе с ростом количества больных с впервые выявленным сахарным диабетом, среди которых около 1% составляют дети и подростки, в Пермском крае наблюдается и рост числа пациентов с осложнениями вследствие сахарного диабета, — рассказывает Светлана Месежник, врач-эндокринолог Пермского клинического центра Федерального медико-био-

логического агентства России. — Так, в 2013 году более 4 тыс. пациентов с сахарным диабетом перенесли острый инфаркт миокарда, а у более чем 5 тыс. было выявлено поражение почек, вызванное высоким уровнем сахара крови. Как правило, осложнения развиваются у пациентов, если они не знают, как правильно жить с диабетом и не следуют рекомендациям врача».

Специалисты уверены: самое главное для человека, столкнувшегося с этой опасной болезнью, — как можно больше узнать о своём недуге и научиться с ним жить. Именно для этого и был создан Региональный образо-

вательный центр, который расположен в городской детской клинической больнице №15 (ул. Баумана, 17).

Для обучения в образовательном центре используются разные программы и методики. Например, в широко используются интерактивные карты «Поговорим о диабете», которые позволяют не только вовлечь пациента в диалог, но и помогают ему самостоятельно находить правильные ответы на важные вопросы. Тем, кто привык к лекционной форме обучения, подойдут «Структурированные программы». Кроме того, пациенты получают доступ к материалам, в которых содержится вся необходимая

информация о заболевании. Эти материалы они смогут забрать домой для самостоятельного изучения.

Светлана Малимон, главный внештатный эндокринолог Министерства здравоохранения Пермского края:

— Сахарный диабет — состояние, которое требует от пациентов изменения их привычного образа жизни. Но, для того чтобы это сделать, необходимо, чтобы пациенты владели достаточной информацией о своём заболевании, правильном питании, физической активности, а также могли самостоятельно проводить контроль сахара в крови. К

сожалению, во время амбулаторного приёма лечащий врач из-за ограниченного времени не имеет возможности дать всю нужную пациенту информацию о диабете. Поэтому мы рады, что в нашей больнице будет открыт специальный образовательный центр, где пациентов смогут «вооружить» всеми необходимыми знаниями.

Пройти обучение в Региональном образовательном центре смогут все желающие, получившие направление у своего лечащего врача-эндокринолога. Более того, в центре каждый пациент сможет бесплатно определить показатель гликированного гемоглобина до и после обучения.