

ДЕПОВАЯ ГАЗЕТА ЕКАТЕРИНБУРГА

ОПОРА БИЗНЕСА

№2 (55) апрель 2022 год

ПРЕДПРИНИМАТЕЛИ ЗА РАЗВИТИЕ!

12+



Обладатель
почетного
знака

Скооперироваться, чтобы выжить и развиваться!

Объявленные правительством России меры поддержки малого и среднего бизнеса должны коснуться как можно большего числа уральских предпринимателей. О том, как решают эту задачу свердловские власти, «Опоре бизнеса» рассказал заместитель Губернатора Дмитрий Ионин.

? – Дмитрий Александрович, что скажете о самочувствии малых и средних предприятий нашего региона и как оцените объявленные правительством РФ меры поддержки?

– Есть неопределенность, есть тревога, и об этом говорят сами предприниматели. Наиболее болезненные вопросы – недоступность и дороговизна кредитов и зависимость от импорта. Но мы постараемся их решить благодаря беспрецедентным мерам поддержки, разработанным на федеральном уровне с учетом инициатив, поступающих из регионов. В перечень мер поддержки входят программы льготного кредитования, налоговые послабления, кредитные каникулы и другие.

Окончание на 2-й стр.



Дмитрий Ионин



Правильное питание поможет восстановить иммунитет

Конец зимы и ранняя весна – те периоды, когда наш организм зачастую страдает от нехватки витаминов и энергии. Хотя солнце и светит ярче, а световой день становится все длиннее, но, увы, этих радостей мало для того, чтобы избавиться от чувства усталости и упадка сил.

Как восполнить недостаток полезных веществ и сбалансировать рацион питания? Какие продукты нужны весной для того, чтобы восстановить свой иммунитет после холодов? Ответы на эти и другие вопросы знает дипломированный нутрициолог из Екатеринбурга,

консультант по здоровому питанию и эксперт в этой сфере Юлия Антонова.

? – Юлия, нередко весной, несмотря на пробуждающуюся природу, люди чувствуют себя подавленными и становятся раздражительными. Одной из причин этого состояния называют именно дефицит в организме витаминов. Какие из них в первую очередь необходимо восполнить в это время года?

– Витаминов нам не хватает всегда, а весной тем более. Вот, например, витамин D. Не зря его называют «солнечным», он вырабатывается во время пребывания на солнце.

Окончание на 28-й стр.