

КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА



Издаётся с 6 июля 1934 года

№ 4 (21467)

ПЯТНИЦА

13 января

2023 года

GAZETACRIMEA.RU



Фото: Гала АМАРАНДО

Какие изменения произошли в Алуште, Бахчисарае и Судаке

стр. 4-5



МИНИСТР ВНУТРЕННЕЙ ПОЛИТИКИ, ИНФОРМАЦИИ И СВЯЗИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
ВЛАДИМИР ТРЕГУБ

О том, что делает власть для улучшения качества связи и какими разработками могут похвастаться крымские айтишники

стр. 6-7



О ЧЁМ МЕЧТАЕТ УЧЕНИК

НА ЧТО ШКОЛЬНИКИ ПОЛУОСТРОВА МОГУТ ПОЛУЧИТЬ 350 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ ИЗ РЕСПУБЛИКАНСКОГО БЮДЖЕТА

Стр. 21

Фото: Наталья СОВОВА

Неожиданное открытие крымских археологов

стр. 2-3

Как проходят будни врача скорой помощи

стр. 24

Зимняя спячка: как оставаться энергичным в холодное время года

стр. 28

СКАЗАНО

Сергей АКСЁНОВ,
ГЛАВА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ:



«В ходе подведения итогов выездов за 2022 год рекомендовал главам администраций посвятить новогодние каникулы работе и решению вопросов населения. Советом никто не воспользовался и свои прямые обязанности, в том числе по организации уборки, покоса и озеленения общественных территорий, не выполнил. Поэтому никаких отпусков не будет, пока руководители не сделают свой муниципалитет образцово-показательным... Ценность глав администраций не в том, чтобы делегировать задачи, а в том, чтобы лично запустить все механизмы для грамотного решения острых проблем».

Вадим ВОЛЧЕНКО,
МИНИСТР КУОРТОВ И ТУРИЗМА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ:



«Отельеры, равно как и организации, оказывающие услуги по проведению классификации, должны понимать уровень своей ответственности перед гостями и отвечать их ожиданиям в соответствии с уровнем полученной категории «звёздности». Это является залогом комфортного и безопасного отдыха. Стоит отметить, что многие крымские объекты размещения, кроме необходимых стандартов, значительно улучшают сервис и инфраструктуру, расширяют перечень дополнительных услуг».

ПОЛУОСТРОВ СОКРОВИЩ

НЕЖДАННО-НЕГАДАННО

– Это то количество экспедиций, которое у нас обычно было на полуострове в доковидные времена. Это очень большая цифра. Многие ведутся совместно с Институтом археологии РАН, Государственным Эрмитажем, Институтом истории материальной культуры, нашими ведущими вузами – МГУ, Тульским и Московским педагогическими университетами, музеями. Собственных экспедиций Института археологии Крыма было чуть больше десятка, – рассказывает директор Института археологии Крыма РАН Вадим Майко.

Важно отметить, что крымские археологи продолжают фундаментальные исследования отдельных памятников, которые изучаются из года в год уже несколько десятилетий.

– Прошлый год был знаменателен не только открытиями в археологии, но и очень важными работами, связанными с охраной культурного наследия. Это тоже значимый аспект нашей деятельности. Велись рабо-

ОКОШКО
В ИСТОРИЮ

В ушедшем году совместными усилиями сотрудников Института археологии Крыма РАН и других исследовательских организаций на полуострове было проведено 39 экспедиций.

С ЗАБОТОЙ О КРЫМЕ

За год высажены деревья на площади **300 га.**
Это примерно **420 футбольных полей**

Созданы три особо охраняемые природные территории регионального значения:



– Памятник природы «Каменные грибы малого Салгира» (Симферопольский район);



– Государственный природный заказник «Каламитский» (Сакский район);



– Дендропарк им. Печёнкина (Симферопольский район).



За год проведено свыше **1000 субботников.** Волонтеры очистили **745 га,** собрав **8630 кубометров мусора.**

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА

Источник: телеграм-канал «Официальный Крым».

ОФОРМИТЕ
ПОДПИСКУ

НА «КРЫМСКУЮ ГАЗЕТУ»
И «КРЫМСКИЙ ЖУРНАЛ»
НЕ ВСТАВАЯ
С ДИВАНА!

ПРОСТО
ОТСКАНИРУЙТЕ
QR-КОД
И ПЕРЕЙДИТЕ
НА САЙТ ПОДПИСКИ



ПОДПИСАТЬСЯ МОЖНО
ПО ВСЕЙ РОССИИ!

А ЕСЛИ НЕТ ВРЕМЕНИ
РЕГИСТРИРОВАТЬСЯ САМОМУ,
ТОГДА МЫ СДЕЛАЕМ ЭТО ЗА ВАС!

ОТПРАВЬТЕ СООБЩЕНИЕ СО СЛОВОМ
«ПОДПИСКА»
ПО ТЕЛ.: +7 (978) 000 00 33



Фото: Гали АМАРАНДИ

КСТАТИ

Некоторые археологические экспедиции ведут работу на полуострове с XIX века, например, в Херсонесе. Собственно, традиции российской археологии начали формироваться в Крыму и заложены Императорским русским археологическим обществом.

хеологи ошибочно принимали за границу города стену в северной части плато, но в прошлом году выяснилось, что это остатки жилой застройки, а значит, поселение было больше по площади.

– В связи с этим у нас возникло ещё одно открытие. У Северной калитки (так называется узкое ущелье, где древние жители поднимались на плато) находится храм, мы случайно его обнаружили. Он совершенно удивительный, потому что больших размеров. Мы ещё полностью его не раскрыли, но хорошо сохранились остатки апсиды, алтарь. На столпе, который подпирает этот алтарь, высечены кресты и видны углубления для реликвий, – рассказала заместитель директора института Эльзара Хайрединова.

НАГЛЯДНОЕ ПОСОБИЕ

Могильник у села Опушки археологическая экспедиция исследует уже около 20 лет, за это время были раскопаны и изучены 400

погребений. И это лишь четвертая часть объекта. В прошедшем году был изучен склеп I–II веков нашей эры, который относится к позднескифской культуре.

– Он был практически не разграбленный, что само по себе примечательно, потому что могильник в 90-е годы подвергся сильному разрушению. Найти почти не тронутый грабителями позднескифский склеп – большая удача. В нём мы наблюдаем смешение разных погребальных традиций, характерных для населения предгорного Крыма рубежа конца I века до нашей эры и I века нашей эры, – отметила старший научный сотрудник института, президент благотворительного фонда «Наследие тысячелетий» Анастасия Стоянова.

Опушкинская археологическая экспедиция примечательна и тем, что занимается популяризацией науки и даёт возможность настоящему «примерить» на себя профессию исследователя. В прошлом году на памятник, кроме специалистов, работали 60 волонтеров – людей разных занятий, которые приехали из различных регионов страны. Кроме того, после трёхлетнего перерыва состоялась и археологическая школа для подростков 14–16 лет. За десять дней ребята смогли изучить быт полевого лагеря, покопать и углубить свои знания по истории.

Борис СЕДЕНКО.

ты по определению границ таких известных объектов, как Эски-Кермен, Мангуп, средневековый Судак, – подчеркнул Вадим Майко.

Но эта работа позволила сделать и неожиданные открытия, которые заставляют по-другому посмотреть на, казалось бы, известную историю культурных памятников. Так случилось с городищем Эски-Кермен. Ранее ар-

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

МЕЧТАТЬ НЕ ВРЕДНО

День «Осуществи свою мечту» принято отмечать 13 января. «Крымская газета» решила узнать, как жители полуострова воплощают свои мечты в жизнь и всегда ли это получается.

ЛЮБИМЫЕ ПОМОГАЮТ

Наталья Рыбакова,
домохозяйка:

– Я, наверное, разучилась мечтать так, как мечтают дети: о новой игрушке, о конфетах, о встрече с Дедом Морозом. Их мечты просты, пусть и не всегда реальные, но мы, взрослые, пытаемся помочь им стать реальностью. Когда мы взрослеем, появляются цели (может, некоторые из них можно даже назвать мечтами), к которым мы стремимся. А сбываться маленьким «хочу» помогают любимые люди. Ведь все мы под словом «хочу» подразумеваем пусть не глобальную, но маленькую мечту.

**ВДОХНОВЕНИЕ
ОКРУЖЕНИЕМ**

Егор Корнеев,
тренер:

– В первую очередь необходимо начать с самого простого – осознать те вещи, которые могут помочь достичь желаемого, а также убедиться, что эта мечта именно ваша, а не навязана кем-то. Осознав важность своей мечты для самого себя, можно отпустить страх и составить план по её достижению. Меня вдохновляет успех других людей. Только это должна быть не зависть, а именно вдохновение. Главное – начать работать над осуществлением своей мечты и отслеживать прогресс.

СИЛА ВЕРЫ

Андрей Балашов,
слесарь:

– У каждого есть мечта: у кого-то труднодостижимая, у кого-то простая и вполне понятная. Ради неё можно свернуть горы. Достижение мечты зависит от того, насколько мы готовы жертвовать комфортом и спокойствием ради неё. Мечтательный человек уникален тем, что обладает огромной верой в себя и в то, что его заветные желания могут стать реальностью.

Подготовил
Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

СЛОВО РЕДАКТОРА

Новый год наступил, а наши герои не перестают удивлять своими искромётными заявлениями. Давайте посмотрим, что интересного говорили о Крыме и не только победители нашего еженедельного хит-парада #всё_как_есть!

#САНКЦИИ_ПРОТИВ_ОЛИВЬЕ

Так как мы совсем недавно доели новогодний оливье, то неудивительно, что откроет наш хит-парад именно этот неизменный атрибут всех новогодних застолий. Однако на Украине решили, что от любимого салата украинцам стоит немедленно отказаться, так как это будет «шагом отдаления от Москвы». С таким заявлением выступил мэр Днепропетровска Борис Филатов, который, по его собственным словам, «не может жрать эти оливье и «шубу». По этой причине он и призвал отказаться от этих «советских привычек». В качестве альтернативы градоначальник предложил поставить на новогодний стол холодец с горчицей, правда, видимо, не учёл, что холодец как в советское время, так и сейчас остаётся в России не менее традиционным праздничным блюдом, чем ненавидимые им салаты.

#ФАНТАЗИИ_О_КРЫМЕ

В первые дни наступившего 2023 года наш полуостров не даёт покоя ни украинским политикам, ни американским. На четвертом месте рейтинга экс-командующий войсками США в Европе Бен Ходжес, который в социальных сетях дал оценку нынешнему положению сил на Украине. По его мнению, «время на стороне Украины: у них нет проблем с персоналом, и ситуация с логистикой улучшается с каждой неделей». Также экс-военачальник считает, что «ни один русский солдат не хочет там быть, и санкции работают». Где логическая связь этих двух утверждений, понятно, видимо, только ему одному. Резюмирует же американец и вовсе феерично: «Украина освобождает Крым к концу августа». Понять, что позволяет ему сделать такой вывод, непросто. Видимо, ничего нового придумать в своих фантазиях уже не получится, кроме как мечтать о возвращении Крыма Украине. А если очень хочется провести бархатный сезон на Крымском полуострове, так пусть приезжает: после отдыха в российском Крыму вся дурь из головы уйдёт!

#ЛИПА_ОТ_МАКФОЛА

Останемся ещё ненадолго в США и посмотрим, как поживает наш старый знакомый Майкл Макфол. Бывший посол США в России тоже никак

не может успокоиться и раздаёт свои советы направо и налево. Но к ним уже не хотят прислушиваться даже на родине. По словам Макфола, администрация Байдена могла бы послушаться его совета, пойти на липовые переговоры с российским президентом Владимиром Путиным и «хотя бы изобразить дискуссию по его предложениям о мирном урегулировании проблем безопасности России со стороны НАТО». Конечно, посоветовать что-то не фейковое, а настоящее ни Макфол, ни его коллеги не в состоянии. Только имитацию и ложь в переговорных процессах. Ведь, как считает американский дипломат, такая тактика позволила бы дать Вашингтону и Киеву больше времени для наращивания военной мощи. В целом подобные заявления наших заокеанских партнёров очень показательны. Маски сброшены, и никто уже даже не пытается действовать честно. Ждём следующих откровений!

#ЭТИМ_ВСЁ_МАЛО

Серебряным призёром первого выпуска 2023 года стал не кто иной, как ещё один завсегдатай нашего хит-парада – глава МИД Украины Дмитрий Кулеба. Этот деятель начал новый год с обид и претензий в адрес западных кураторов. Ну мы же помним: Украине все должны. Причём, как говорится, начал Дмитрий Кулеба за здоровье: «Украина благодарна партнёрам за их военную помощь». Всё вроде бы пока хорошо. А дальше уже перешёл на классическое «украинство»: «... но мы должны оставаться честными друг с другом: никто не сделал достаточно». Уважаемый Дмитрий, начните лучше с себя и подумайте, что сделали вы, кроме бесконечного попрошайничества, а то ведь ваши иностранные «друзья» могут и обидеться. Что делать-то будете без бесконечных финансовых вливаний и поставок военной техники? Хотя чуть позднее Кулеба несколько одумался и пропел ряд дифирамбов своим хозяевам. Мол, проигрыш Украины разрушит мир, в котором столь важную роль играют Штаты. А миропорядок, оказывается, это то, что «США отстаивали на протяжении десятилетий и столетий своей внешней политики». Прогиб засчитан.

#ВОЙНА_С_ЧЕБУРАШКОЙ

А лидерами рейтинга становятся неизвестные авторы широко распространяемого в украинских школах плаката с изображением перечёркнутого красным крестом... Кого бы вы думали? Чебурашки! Пожалуй, самый миролюбивый персонаж книги Эдуарда Успенского, мультфильма и недавно вышедшего в прокат фильма был назван – внимание! – «оккупантом», а поклонникам ушастого зверька было предложено «ехать в Россию». Конечно, Чебурашка – «неизвестный науке зверь», но воевать с выдуманными детскими героями – перебор даже для сегодняшней Украины. Но, видимо, в стране остались только старухи Шапокляк. Хотя нет, ещё филателисты остались. Бонусом к первому месту идёт установка на Крещатике очередной фотозоны, на сей раз с видами горящего Кремля. Правда вот, желающих радостно фотографироваться пока не наблюдается. Может, начинает доходить?

Мария ВОЛКОНСКАЯ, главный редактор «Крымской газеты».

РЕГИОНЫ: ИТОГИ 22-ГО

АЛУШТА

ВТОРАЯ ЖИЗНЬ
НАБЕРЕЖНОЙ

Гранитная плитка, новые паркетные и зоны отдыха... В Алуште завершают благоустройство центральной набережной. Подрядчику осталось доделать небольшие участки, но прогуляться вдоль моря можно уже сейчас.

– На обновление выделено около 96 млн рублей. Первоначально рассматривался вопрос реконструкции Восточной набережной. Сейчас мы ведём переговоры с Министерством строительства и архитектуры РК о возможном проведении там капитального ремонта, – отметил заместитель главы администрации Алушты Сергей Донец.

“ АЛУШТА ПРИНЯЛА АКТИВНОЕ УЧАСТИЕ ВО ВСЕКРЫМСКОМ СУББОТНИКЕ, ПРОХОДИВШЕМ В РАМКАХ АКЦИИ «ЧИСТЫЙ КРЫМ». НА УБОРКУ ВЫШЛИ ОКОЛО 600 ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЕ СОБРАЛИ И ВЫВЕЗЛИ БОЛЕЕ 150 КУБОМЕТРОВ МУСОРА



Фото: Галина АМАРАНДИО

СТРОИМ, САДИМ, УБИРАЕМ

«Крымская газета» посмотрела, какие преобразования произошли в Алуште, Бахчисарае и Судаке

ПО ДОРОГАМ ПЕРЕМЕН

В Большой Алуште активно ремонтируют сельские дороги. Например, в Лучистом и Изобильном. Работы проводят по региональной программе развития инфраструктуры. Власти уделяют особое внимание курортным зонам и районам, где расположены социальные объекты: школы, амбулатории и детсады. Обращения о состоя-

нии асфальта анализирует городская администрация, после чего проблемные участки включают в списки на обновление.

– В сельских регионах мы отремонтировали только за одно полугодие семь дорог довольно большой протяжённостью. На масштабное восстановление из муниципального бюджета выделено 300 млн рублей, – рассказала глава администрации Алушты Галина Огнёва.

ПРОЦВЕТАЙ, ПОСЁЛОК

В Партените благоустроили дворовые территории на улице Победы, 15, 17 и 19. Здесь живёт более 200 человек, почти 50 из них – дети. Поэтому при разработке проекта благоустройства было принято решение установить несколько детских площадок для ребят разных возрастов. Здесь также обустроены спортивная площадка и зоны отдыха, проведено озеленение.

Кроме того, за счёт средств Фонда капитального ремонта и управляющей компании в домах заменены лифты, отремонтированы входные группы. Местные жители благодарны за развитие района, который до 2014 года находился в запущенном состоянии.

ВСЕ НА УБОРКУ

Алушта приняла активное участие во всекрымском субботнике,

проходившем в рамках акции «Чистый Крым». На уборку вышли более 600 человек: сотрудники администрации, депутаты городского совета, представители общественных организаций, а также работники управляющих компаний и жители многоквартирных домов. Они провели санитарную очистку общественных территорий на улицах Октябрьской и Ялтинской, с обеих сторон от дороги Симферополь – Алушта – Ялта, также очистили русла рек и прилегающие к ним территории на улицах Ялтинской, Горького, Ленина, Карла Маркса, Багликова и Симферопольской. Ещё волонтеры очистили от мусора лестницы, склоны и косокры на улицах 60 лет СССР, Юбилейной, Октябрьской, Школьной, Ленина и других. Были покрашены элементы благоустройства скейт-парка на ул. Горького и 16 скамеек на центральной аллее в Приморском парке. Активисты собрали и вывезли более 150 кубометров мусора.

БАХЧИСАРАЙ

ТРАНСФОРМАЦИЯ ШКОЛЫ

В бахчисарайской Гимназии имени Андреева обновили классы к новому учебному году. Каждый из них оснастили проектором и кондиционером. А в медпункт закупили новое оборудование. На муляжах детей будут учить оказывать первую медпомощь. В специализированных классах тоже пополнение. Например, интерактивный анатомический стол «Пирогов». Это система, которая визуализирует анатомию человека. Теперь с помощью стола школьники будут изучать организм на уроках биологии. Также для детей построили космическую станцию. И это только часть изменений, которые произошли за последнее время. Всего в Бахчисарайском районе к учебному году подготовили 25 детсадов и 27 школ. В первый класс пошли 1276 детей.

БЕЗОПАСНЫЕ
И КАЧЕСТВЕННЫЕ

В Бахчисарае отремонтировали пять улиц: Строительную, Коопе-



Фото: Галина АМАРАНДИО

ративную, Аблякима Ильми, Гурзуфскую и Таврическую. В планах продолжить эту работу в 2023 году. Кроме того, в минувшем году было восстановлено уличное освещение на ул. Кооперативной, Гурзуфской, Альминской, Таврической и др. На перекрестке улиц Строительной и Кооперативной установили светофор. В 5-м микрорайоне провели газ.

ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОД

Около 50 саженцев туи и крымской сосны высадили в центре города. Для комфортного отдыха в парке «Я люблю Бахчисарай» установили скамейки. А в сквере Севастопольских Курсантов произвели гидропосев газонной травы, которая успешно взошла. По просьбам жите-

лей установили ограждение для безопасного нахождения детей на детской площадке по адресу: улица Мира, 10, где также заменили старые качели.

СОВРЕМЕННЫЕ
ПРОСТРАНСТВА

Дворовые территории благоустроили по адресам: ул. Строи-

тельная, 12 и 13, Советская, 14, Мира, 10 и 10а, Фрунзе, 46 и 48. Были установлены малые архитектурные формы, лавочки, урны, уложен новый асфальт, установлены детские и спортивные площадки. Часть участков пришлось отвести под парковку.

– Дома строились, когда не было такого количества машин. Сейчас делают расширение дороги, чтобы машины можно было ставить хотя бы наискось. На Фрунзе, 46 и 48, люди просто парковались на земле. Сейчас там сделали хорошую парковку. По соглашению с правительством Москвы у нас в этом году выполнен ремонт четырёх дворовых территорий, – рассказал заместитель начальника отдела муниципального имущества и ЖКХ Бахчисарая Дмитрий Кучеренко. Особое внимание, по его словам, уделяется детской и спортивной инфраструктуре, в каждом дворе в шаговой доступности стараются предусмотреть игровую площадку или место для разминки. Если площадки в этом дворе нет, следует заглянуть в соседний.

СУДАК

ДЛЯ ЛЁГКОЙ ПОХОДКИ

В полном объёме выполнены работы по грейдированию грунтовых дорог. Выровняли и подсыпали 126 улиц общей протяжённостью 52 км. Наибольший объём работ был проведён в сёлах Морском и Солнечная Долина, а также на территории города Судака. Заасфальтировано 6,5 км дорог, уложено 12 тыс. кв. м тротуара. Кроме того, осуществлён капитальный ремонт улиц Ленина, Гвардейской и Октябрьской. Там поменяли бортовые камни, заменили верхний слой покрытия тротуаров и асфальтобетонное покрытие проезжей части, сменили ограждения.

В этом году работа будет продолжена: в Судаке планируется отремонтировать 12 городских улиц. В перечень территорий по ремонту дорожного полотна на 2023 год вошли улицы Яблоневая, Суворова, Манджил, Десантников, Пищевиков, Вишнёвая, Северная, Заводская, Парковая, Тенистая, кварталы Асрет и Энергетиков.

ЕСЛИ ЖИЗНЬ – ЭТО БОРЬБА

В Грушевке отремонтировали класс для занятий боевыми искусствами. В нём проведён косметический ремонт, обновлено освещение, уложены новые пол и татами. Помимо тренировочного класса, помещение оснащено душевыми кабинками и небольшой баней. На данный момент в классе занимаются 45 человек.

ПО ТРОПАМ И ТРОПИНКАМ

Судакские лесники продолжают благоустраивать популярные туристические маршруты: тропу Голицына, мыс Алчак и подъём на гору Ай-Георгий – вторую по величине вершину восточного побережья Крыма. У подножия установили навесы с лавочками и столом, указатели к достопримечательностям маршрута, информационные стенды с историческими сведениями и сложили купель, куда поступает вода из источника. Осенью в округе оборудовали восемь новых мест отдыха: появилась мангальная зона, качели, информационные щиты, указатели и урны. Сейчас на входе в можжевелевую рощу устанавливают деревянные ворота.



Фото: Наталья СМОЛОВА

мечательностям маршрута, информационные стенды с историческими сведениями и сложили купель, куда поступает вода из источника. Осенью в округе оборудовали восемь новых мест отдыха: появилась мангальная зона, качели, информационные щиты, указатели и урны. Сейчас на входе в можжевелевую рощу устанавливают деревянные ворота.

СТАНОВИТСЯ УЮТНЕЕ

Благоустроили общественные территории в сёлах Дачном и Садовом, а также на ул. Ленина и в квартале Энергетиков в Судаке. Подрядчиком выполнены асфальтирование территории, установка бортового кам-

“ ЗАВЕРШЕНА РЕКУЛЬТИВАЦИЯ СВАЛКИ В СУДАКЕ. РАБОТЫ ВЕЛИСЬ С МАЯ 2021 ГОДА ПО СЕНТЯБРЬ 2022 ГОДА. УЛУЧШЕНЫ СОСТОЯНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ ДЛЯ 16,5 ТЫСЯЧИ ЧЕЛОВЕК. ОБЩАЯ ПЛОЩАДЬ ВОССТАНОВЛЕННЫХ (В ТОМ ЧИСЛЕ РЕКУЛЬТИВИРОВАННЫХ) ЗЕМЕЛЬ СОСТАВИЛА 10,9 ГЕКТАРА

ня, поребриков, мощение тротуарной плиткой, освещение, а также установлена детская игровая площадка. В квартале Молодёжном осуществлено комплексное благоустройство территории: посев газонной травы, мощение тротуарной плиткой, заливка асфальтобетонного покрытия, установлены опоры освещения, установлена гранитной плиткой.

В ОТВЕТЕ ЗА ЧИСТУЮ СТРАНУ

Завершена рекультивация свалки в Судаке. Работы велись с мая 2021 года по сентябрь 2022 года. Улучшены состояние окружающей среды и качество жизни

для 16,5 тысячи человек. Общая площадь восстановленных (в том числе рекультивированных) земель составила 10,9 гектара, а общий объём захороненных отходов – 410 077 кубометров. На техническом этапе рекультивации сформировали тело полигона, установили защитный экран и резервуар для сбора фильтрата, ливневых и очищенных стоков. Сооружены локальные очистные сооружения, системы сбора и отведения фильтрата, системы отведения поверхностных стоков. В ходе биологического этапа проведены подготовка почвы и посев газона.

Диана БЕКМАМБЕТОВА,
Диана МАСЛОВА.

Крымский
ЖУРНАЛ

ПОКУПАЙТЕ
«КРЫМСКИЙ ЖУРНАЛ»
НА САЙТЕ RODPISKA-CRIMEA.RU
НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!
ПУТЕШЕСТВУЙТЕ ПО КРЫМУ ВМЕСТЕ С НАМИ!

Издание зарегистрировано в РОСКОНАДЗОРЕ.
Свидетельство о регистрации ПИ № ФС 77-64457
от 31 декабря 2015 года

12+



ИНТЕРВЬЮ

О ПЕЧАТИ

– Сегодня мы снова отмечаем День российской печати, и это говорит о том, что газеты и журналы, которым ещё в начале нулевых пророчили недолгую жизнь, до сих пор остаются востребованными. Как думаете, почему?

– Даже в эру цифровизации остаются люди, которые любят читать газеты, журналы и другие издания не с компьютера или телефона, а непосредственно на бумажном носителе. В фильме «Москва слезам не верит» тоже говорили о том, что не будет ни газет, ни книг, ни кино, ни театров, а будет одно сплошное телевидение. Поэтому я уверен, что печатные издания были, есть и будут. У них своё будущее. Например, то, что напечатано в газете, всегда считается достоверной информацией. А информация из мессенджеров, когда даже не понимаешь, какое это издание, далеко не всегда вызывает доверие.

– Владимир Олегович, а вы сами верите всему, что написано в газете?

– Вашей газете верю (смеётся). Всё же зависит от того, о каком издании идёт речь. От его качества. В жёлтой прессе будет крайне недостоверная информация, а печатные издания с определённой историей заслуживают доверия.

– Часто ли вы читаете газеты, журналы и книги?

– Свежие газеты, которые распространяются на территории Республики Крым, каждый день кладут мне на стол. Я пытаюсь либо рано утром, перед началом рабочего дня, либо поздно вечером. Чтобы понимать основную повестку Крыма. Книги читаю реже, времени очень мало на них остаётся. Но стараюсь и им уделять внимание, например, во время командировок. Вот сейчас читаю «Новую власть» Джереми Хейманса и Генри Тиммса.

– Как приучить подрастающее поколение к литературе? Есть универсальный рецепт?

– Универсального нет. Но я считаю, что только личным примером можно приучить ребёнка читать. Если родители читают книги и увлечены этим, то дети будут брать пример. Они наше зеркало. И, конечно, должна печататься интересная, захватывающая детская литература. Она должна быть современной, соответствовать требованиям нынешней молодёжи.

– А ваши дети часто читают книги?

– Читают, но больше в рамках школьной программы. Помимо этого, сын читает про Гарри Поттера. Ему подарили на день рождения всю серию романов.

– Издание книг – очень интересная программа министерства. Какой литературы, на ваш взгляд, сегодня не хватает Крыму и России? Что издала республика за минувший год?

– Нужно понимать, что решение об издании той или иной литературы принимается на основе рекомендаций, полученных от Издательского совета по



РЕПОСТ НЕПРОСТ

Как не стать фигурантом уголовного дела, совершая, казалось бы, безобидные действия в Интернете, что делает власть для улучшения качества мобильной связи на полуострове и почему газеты никогда не умрут? Ответы на эти и другие вопросы нам дал министр внутренней политики, информации и связи Республики Крым Владимир Трегуб.

рассмотрению и отбору книгоизданий. В 2022 году при поддержке нашего министерства было издано 13 наименований книг общим тиражом 6200 экземпляров, большая часть которых передана в крымские библиотеки. В среднем мы поддерживаем выпуск в свет 10-13 наименований изданий ежегодно. Чего действительно не хватает, так это детской литературы. Поэтому приглашаем авторов качественных детских произведений подавать заявки в министерство для рассмотрения Издательским советом и последующей публикации.

– Вернёмся к СМИ. Как вы считаете, на что крымским редакциям нужно делать упор в первую очередь?

– На уникальную историю Крыма, туристический и санаторно-курортный потенциал. Чтобы все видели, как идёт развитие республики по отдельным городам и районам. Чтобы жители Ялты могли узнать об изменениях, происходящих в Керчи. В Советском районе знали, что

“ ПОЧТИ ЕЖЕДНЕВНО МЫ В КРЫМУ ОПРОВЕРГАЕМ РАЗЛИЧНЫЕ ФЕЙКИ УКРАИНСКОГО ЦИПСО. НАПРИМЕР, ТАМ ЧАСТО ПЫТАЮТСЯ ПОДДЕЛЫВАТЬ ДОКУМЕНТЫ ОРГАНОВ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ВЛАСТИ, ПУТАЯ ПРИ ЭТОМ НАЗВАНИЯ НАШИХ СТРУКТУР, ВЫДУМЫВАЯ ДОЛЖНОСТИ, ПУБЛИКУЯ АБСУРДНЫЕ УКАЗЫ И Т. Д.»

происходит в Феодосии. Чтобы информация была максимально доступной и популяризирующей наш полуостров.

О РЕКЛАМЕ И КИБЕРВОЙНЕ

– Насколько сейчас актуальна наружная реклама в том виде, в котором она существует? Уже давно все ушли в «цифру», а в Крыму продолжают клеить и менять билборды...

– На сегодняшний день на территории Республики Крым согласовано 46 схем размещения рекламных конструкций, которые включают в себя 1702 объекта. При этом повсеместно на территории крупных городов актуальным является вопрос размещения видеозкранов на фасадах зданий. Это позволяет уйти от бумажных постеров, которые действительно, затратно постоянно переклеивать.

При разработке схем размещения рекламных конструкций мы рекомендовали учитывать места для отдельно стоящих видеозкранов. Это позволит опера-

тивно менять сюжеты удалённо вне зависимости от погодных условий.

– Уже несколько десятилетий против России ведётся беспрестанная кибервойна. А есть ли в этой войне у Украины серьёзная тактика и стратегия по отношению к Крыму?

– Немало недостоверной информации вбрасывается через телеграм-каналы, через анонимные или проукраинские сайты.

Почти ежедневно мы в Крыму опровергаем различные фейки украинского ЦИПСО. Например, там часто пытаются подделывать документы органов государственной власти, путая при этом названия наших структур, выдумывая должности, публикуя абсурдные указы и т. д. Вбрасывают информацию, чтобы дестабилизировать обстановку на территории Крыма.

Помогают нам в этой информационной войне наши коллеги. Например, в том же «Телеграме» есть специальный российский канал «Война с фейками».

А вообще, гражданам следует соблюдать информационную гигиену. Не доверять непроверенным анонимным источникам, проверять любую распространяемую информацию. Особенно рассылаемую в так называемых родительских чатах.

– Да, «страшилки» в родительских чатах бывают похлеще хичкоковских. Как бы вы посоветовали на них реагировать?

– Я бы посоветовал призвать родителей к благоразумию, попросить их остановиться в распространении непроверенной информации. Потому что тот, кто делает репосты, становится соучастником преступления по

БЛИЦОПРОС

– Если бы вы на один день стали корреспондентом, с какого мероприятия вы бы хотели вести репортаж?
– С Олимпийских игр.

– С чего начинается ваш день?
– Со стакана воды и зарядки.

– Опишите себя тремя словами.
– Коммуникабельный, трудолюбивый, добрый.

– Если бы основали свой бизнес, чем бы занимались?
– Это могли бы быть гостинично-ресторанный бизнес или открытие детского развлекательного центра.

– Где вы любите отдыхать?
– Мне нравится весь Крым. В связи с тем, что живу в Советском, мне ближе Феодосия, но нравятся и Форос, и Ялта. Выезжаем с семьёй и в Бахчисарайский район, там тоже очень живописно.

– Ваше любимое занятие?
– Путешествовать с семьёй по Крыму.

– Если бы всю жизнь вы могли есть одно блюдо, что бы это было?
– Макароны по-флотски.

– Спорт – это ваш стиль жизни?
– Времени хватает только на лёгкие занятия спортом. Раньше занимался вольной борьбой.

– Если бы вы выиграли в лотерею 10 миллионов, на что бы потратили?
– Завершил бы строительство дома своей мечты.

созданию фейков. И уже есть факты привлечения к ответственности лиц, которые распространяют непроверенные факты. Поэтому обращаюсь ко всем: соблюдайте информационную гигиену, не торопитесь делать репосты. У нас есть официальный портал правительства Крыма, есть страница главы республики во «ВКонтакте», где та или иная информация доводится очень оперативно. Также можно доверять официальным страницам в соцсетях и мессенджерах крымских государственных телерадиокомпаний, «Крымской газеты». Заходите на проверенные источники, где информация соответствует действительности.

– Владимир Олегович, есть мнение, что Третья мировая война будет информационной. Какова наша роль в ней?

– Мы – миротворцы. Мы сами первые никогда не нападаем, но не хочется оказываться и на стороне тех, кто постоянно только защищается и оправдывается. Поэтому для нас главное – не допустить эту информационную войну. Если люди доверяют власти, то они и не попадутся на провокации. Поэтому мы должны быть ближе к народу, нам должны доверять.

О СВЯЗИ И ИНТЕРНЕТЕ

– Скажите, сколько базовых станций мобильной связи введено в эфир за прошлый год?

– В целях улучшения качества мобильной связи на территории Республики Крым крымскими операторами построено 87 новых базовых станций, а также осуществлена модернизация 116 объектов подвижной радиотелефонной связи.

В рамках инвестиционного проекта были завершены работы по обеспечению устойчивой мобильной связью автомобильной трассы Симферополь – Ялта – Севастополь. Сегодня продолжается работа по строительству базовых станций мобильной связи вдоль федеральной автомагистрали «Таврида» и железнодорожных путей Симферополь – Джанкой – Крымский мост.

“ ТОТ, КТО ДЕЛАЕТ РЕПОСТЫ, СТАНОВИТСЯ СОУЧАСТНИКОМ ПРЕСТУПЛЕНИЯ ПО СОЗДАНИЮ ФЕЙКОВ. И УЖЕ ЕСТЬ ФАКТЫ ПРИВЛЕЧЕНИЯ К ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЛИЦ, КОТОРЫЕ РАСПРОСТРАНЯЮТ НЕПРОВЕРЕННЫЕ ФАКТЫ”

Стоит отметить, что неблагоприятная ситуация, связанная с дефицитом импортного оборудования на рынке телекоммуникаций, в целом несколько снижает темпы развития инфраструктуры связи, но не может препятствовать полноценному проведению мероприятий. В данное время операторами связи рассматриваются варианты применения оборудования отечественного производства.

– Крым активно участвует в проекте Минцифры России «Устранение цифрового неравенства». Но в отдельных районах Крыма, например, в Сакском, сотовая связь и мобильный Интернет оставляют желать лучшего. Когда мы выйдем на стопроцентный уровень охвата качественными услугами?

– Мы стремимся к этому. Но ежегодно увеличивается объём мобильной информации, что влечёт за собой необходимость в постоянной модернизации. Плюс на территории Крыма не прекращается строительство, это ведёт к определённым сложностям. Когда появляется многоэтажная застройка, необходимо устанавливать дополнительные антенно-мачтовые станции.

– Ваш телефон везде ловит мобильный Интернет?

– К сожалению, не везде. Вы правильно сказали, что проблема ещё существует в Сакском районе, есть она и в Раздольненском. В небольшие населённые пункты позже дойдёт мобильный Интернет, потому что бизнес приходит в первую очередь туда, где ему выгодно работать, где многочисленное население. Но есть государственные программы, в рамках которых строятся антенно-мачтовые сооружения в малочисленных населённых пунктах. Так что постепенно проблемы устраняем.

О «ЦИФРЕ» И СПЕЦИАЛИСТАХ

– В 2022 году все муниципальные образования Крыма перевели предоставление государственных услуг в электронный вид. На фоне роста популярности портала госуслуг нет ли планов оптимизировать МФЦ?

– Оптимизация МФЦ идёт полным ходом. С целью выполнения концепции поэтапного перехода к предоставлению абсолютного большинства услуг для граждан в режиме 24/7 в прошлом году в 24 МФЦ Крыма открыты секторы пользовательского сопровождения. Также с 1 декабря 2022 года осуществляет приём заявителей первый в Крыму мобильный офис «Мои документы». График выездных приёмов размещён на официальном портале ГБУ РК «МФЦ». Благодаря данной инициативе крымчане, проживающие в удалённых районах республики, получают необходимые государственные и муниципальные услуги в шаговой доступности.

– А сами предпочитаете получать услуги в МФЦ или на портале «Госуслуги»?

– Чаще пользуюсь порталом, по необходимости обращаюсь в МФЦ. Например, если есть вопросы, которые надо решить через специалиста.

– Но, наверное, талончик не берёте и в очереди не стоите?

– В очереди не стою, потому что беру талончик. Прихожу к назначенному времени.

– У вас частые рабочие визиты в районы, особенно в Советский. Проблемы жителей вы, как и ваши коллеги, записываете от руки на бумаге. Не задумывались ли над созданием единого приложения для смартфонов, которым смогли бы пользоваться все проверяющие?

– Я официально являюсь куратором Советского района, но в рамках министерских проверок посещал все муниципальные образования нашего полуострова. Из личного опыта скажу, что нет необходимости в создании специального приложения, намного важнее прямое общение с людьми.

– Какие интересные разработки крымских айтишников можете назвать?

– Например, такая разработка, как «Карта состояния городских территорий». Или специальный «Модуль подачи заявления участниками СВО на получение в собственность земельного участка в АИС «Земля» 2.0». Его задача – собирать и хранить информацию о предоставлении земельного участка для индивидуального жилищного строительства, включая персональные данные заявителей. Не могу обойти вниманием и проект «Электронная Книга Памяти Республики Крым» с возможностью дополнения и поиска, который позволяет установить личности и судьбы погибших и пропавших без вести во время Великой Отечественной войны.

– Какое приложение хотели бы сами создать?

– Я, конечно, не айтишник, но мечтаю о приложении, которое бы облегчило и упростило жизнь нашим людям. Чтобы всё цифровизовать и убрать ненужные хождения по администрациям за справками. Вот родился человек, и с этого момента он должен получать все услуги в электронном виде. Впрочем, это всё делается сейчас, нет необходимости в новом волшебном приложении. Всё создано до нас, просто оно должно работать.

Ирина ГУЛИВАТАЯ.

Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

ДЕНЬ В КАЛЕНДАРЕ



С ДНЁМ ПЕЧАТИ!

Сколько себя помню, столько говорят, что печатные СМИ становятся неактуальными. На самом же деле печатные СМИ – это костяк, на котором держится вся журналистика. Пример – работа нашего медиахолдинга.

давались чай и сладости, а люди тут же читали газету, таким образом получая возможность в доступной форме узнать о новых реформах и развитии России.

Что же происходит сейчас? Сегодня мы распространяем наш «Крымский журнал» в ме-

стах скопления людей, в торговых центрах, библиотеках, заведениях, музеях, поездах, отелях для того, что люди знали, чем и как живёт Крым, какие проекты существуют, как строится работа по улучшению качества жизни в регионе.

Вместе с тем мы понимаем, что без мультимедийности не будет прогресса. Поэтому на базе нашей редакции создаём проекты, которые привлекают наиболее молодую аудиторию в нашу печатную версию.

Мы модернизируем сайты, ведём телеграм-канал, наши журналисты записывают видео с мероприятий и стендапы для электронных версий наших печатных СМИ. Также создан проект «Подкасты из Крыма», который легко можно послушать на «Алисе», а расшифрованное интервью прочитать в печатной версии газеты.

При правильном и современном подходе печатные СМИ будут развиваться, покупаться, распространяться и читаться.

Всех коллег с праздником!
Репортёрской удачи!

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТАКрымский
ЖУРНАЛКрымское
информационное
агентствоONLINE
ПОДПИСКА

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ

ДОРОГОЙ ДЛИННОУ...

На реализацию национального проекта «Безопасные качественные дороги» в 2022 году было предусмотрено более 4,5 млрд руб., освоено 86,84%.

Одним из главных достижений в рамках этого нацпроекта стало снижение смертности в ДТП. Количество погибших на дорогах полуострова за 11 месяцев 2022 года, по сравнению с аналогичным периодом 2021 года, сократилось на 20,5% и составило около 110 человек на 100 тысяч населения. В нормативное состояние приведено более 150 км автодорог. Ведутся работы по ремонту и капитальному ремонту автомобильных мостов. Их общая протяжённость составляет 471 погонный метр.

ВСЕ В САД!

В рамках нацпроекта «Демография» освоено 92,5% из предусмотренных на год 4,4 млрд руб.

В частности, в рамках нацпроекта был построен и введён в эксплуатацию детский сад на 140 мест в Керчи. Поставлено пять комплектов спортивного оборудования для развития футбола, а для 14 детско-юношеских спортивных школ, в том числе школ олимпийского резерва, закуплены спортивное оборудование и инвентарь. Завершилась реконструкция трёх спортивных объектов: Крымского среднего профессионального училища олимпийского резерва в селе Краснолесье Симферопольского района, Учебно-тренировочного центра «Физкультурно-оздоровительный комплекс «Авангард» в Ялте и Дворца спорта в Евпатории.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Бюджет нацпроекта «Здравоохранение» превышает 2,4 млрд руб., освоено 81,5%.

В 2022 году приобретено 49 машин скорой помощи и автомобилей для перевозки биологических материалов и доставки лекарственных препаратов жителям отдалённых районов.

В рамках национального проекта в медицинские организа-



Фото: Галия АМАРАНЦО

НА ФИНИШНОЙ ПРЯМОЙ

За прошлый год более 150 км автодорог было приведено в нормативное состояние в рамках нацпроекта «Безопасные качественные дороги».

Национальные проекты России – это совокупность программ, которые направлены на развитие разных сфер экономики, промышленности и социальной политики государства. Их реализация предполагается в период с 2019 по 2024 год.

«Крымская газета» составила топ национальных проектов, реализуемых в республике, которые приблизились к выполнению целевых показателей.

ЦИФРЫ

12

национальных проектов реализуются в Крыму.

22,3 млрд рублей

составил объём их финансирования на 2022 год.

ции Крыма поставлено 100 единиц оборудования.

Осуществлены капитальные ремонты трёх фельдшерско-акушерских пунктов и 15 врачебных амбулаторий, начато строительство двух поликлиник со сроком завершения в 2024 году.

ЖИЛЬЁ МОЁ

На выполнение мероприятий нацпроекта «Жильё и городская среда» в прошлом году было вы-

делено более 2 млрд руб., освоено 74,8%.

Два главных направления нацпроекта – переселение граждан из аварийных домов и улучшение городских пространств. С опережением графика идёт расселение из аварийного жилья. В 2022 году было переселено 1047 человек из 373 квартир. Это почти вдвое больше, чем за предыдущие два года. Кроме того, на территории Республики Крым благоустроено 55 общественных пространств.

ВНЕКЛАССНАЯ РАБОТА

Из выделенных на год для реализации нацпроекта «Образование» 1,1 млрд руб. освоено 85,9%.

Всё доступнее становятся кружки и секции. С 1 декабря 2021 года записаться на интересующую программу дополнительного образования можно через портал «Госуслуги». Благодаря национальному проекту «Образование» в Крыму развивается цифровая образовательная среда в школах. В 2022 году современным оборудованием оснащены 99 образовательных организаций. Открыты детский технопарк «Кванториум», 50 центров естественно-научной и технологической направленности «Точка роста». На базе трёх техникумов открыты семь мастерских с современным оборудованием и станочным парком.

Фото: Наталья СОМОВА

“ НА РЕАЛИЗАЦИЮ НАЦИОНАЛЬНОГО ПРОЕКТА «БЕЗОПАСНЫЕ КАЧЕСТВЕННЫЕ ДОРОГИ» В 2022 ГОДУ БЫЛО ПРЕДУСМОТРЕНО БОЛЕЕ 4,5 МЛРД РУБ., ОСВОЕНО 86,84%. ОДИМ ИЗ ГЛАВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ В РАМКАХ ЭТОГО НАЦПРОЕКТА СТАЛО СНИЖЕНИЕ СМЕРТНОСТИ В ДТП

КУЛЬТУРНЫЙ МИНИМУМ

На реализацию нацпроекта «Культура» на 2022 год было предусмотрено более 236 млн руб., освоено 91,7%.

В частности, созданы два виртуальных концертных зала для трансляции знаковых культурных мероприятий. Выполнен капитальный ремонт двух культурно-досуговых организаций в сельской местности, а также двух муниципальных детских школ искусств. Современное техническое оснащение получили три муниципальных музея, а две муниципальных библиотеки переоснащены по модельному стандарту.

Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.



В Крымском госпитале для ветеранов войн завершили капремонт и закупили новое оборудование.

МЫ ПОБЫВАЛИ

ИНФРАСТРУКТУРА НА УРА

**Сания Полякова,
кредитный
специалист:**

– Недавно столкнулась с необходимостью отвести дочь к лору (она нашла интересным засунуть игрушку себе в ноздрю) и осознала, что с медициной у нас беда. В посёлке детского лора не нашлось.

Кроме того, наблюдаю, что подрастающему поколению негде развиваться, от безделья готовы забираться на крыши. В Центре культуры, например, не хватает спортивных секций для детей.

А вот инфраструктура развита: банкоматы, аптеки и магазины здесь на каждом углу. И это замечательно. У нас хорошо сделаны дороги, залили тротуар, построили детскую площадку, обеспечили парковочные места. Открыли Аллею Славы с бюстами Героев Советского Союза. Наладили уличное освещение, в частности, в селе Петровка наконец дали свет, там же проложили дороги, коих никогда не было. Чистой улицей особенно довольна, ведь дворники убирают два-три раза в день.

СКУЧАТЬ НЕ ПРИХОДИТСЯ

**Елена Смешная,
заведующая
Красногвардейским центром
культуры:**

– В 2022 году Красногвардейский районный Дом культуры стал настоящим центром культурной жизни всего района. Проведён капитальный ремонт во всём здании, все кабинеты обновлены, приобретена музыкальная и световая аппаратура высокого качества с «крутыми» пультами. У нас очень красивый актовый зал с большим экраном. Работать и учиться в такой обстановке одно удовольствие. Дети у нас занимаются хореографией, а также вокальным, театральным и декоративно-прикладным искусством. Для взрослых есть любительские объединения танцевального и спортивного направления. Творческих коллективов много. Прошлый год был очень насыщенным, мероприятия проводятся в среднем раз-два в неделю, но бывает и три в день. Поэтому ни зрители, ни работники Центра культуры не скучают.

**«ОТПОЛЗАЮТ»
ОТ АВТОСТАНЦИИ...****Алла, контролёр-
кассир:**

– Благоустройство продолжается, прокладывают тротуары, по которым приятно ходить. С внуками хорошо гулять по центру, есть где прилечь. Весной обещали озеленение. Но вот автостанция ужасная! Каждый день я отправляюсь на работу и ужасаюсь тому, как из-за разбитых дорог автобусы к автостанции еле «подползают» и так же «отползают».



ИСТОКИ ПРЕОБРАЖЕНИЯ

Чему радуются и о чём мечтают жители Красногвардейского

Красногвардейское сельское поселение признано лучшим в республике. За это звание боролись 15 крымских сёл, подавших заявки. Жители довольны преобразованиями и гордятся уровнем чистоты, а также своей сплочённостью и эффективной обратной связью от представителей местной власти, что и помогло посёлку стать показательным.



Аллея с бюстами Героев Советского Союза заложена возле мемориала «Никто не забыт, ничто не забыто».

**КРАСОТУ НАВЕЛИ,
А КАНАЛИЗАЦИЯ СТАРАЯ!****Ольга Дорогова,
пенсионерка:**

– Я здесь живу уже 46 лет. И десятилетиями в посёлке ничего не делалось. А сейчас вы сами можете увидеть, какая у нас красота: последние годы асфальтируются тротуары и дорожки, в квартале Южном привели в порядок придомовые территории, построили спортивные площадки. Единственное, непонятен порядок работ: сначала нужно переделывать канализацию, а потом уже наводить красоту. А пока постоянно происходят порывы. Когда мы делаем капитальный ремонт в своей квартире, мы ведь заботимся заблаговременно о канализации. В нашей больнице ремонт обещали завершить к концу 2022 года, но возникли трудности, врачи работают в нечеловеческих условиях. Кроме

того, не хватает специалистов – того же взрослого лора, хирурга и многих других.

ПОМОГЛА СПЛОЧЁННОСТЬ**Алла Попова, директор
Централизованной библиотечной системы Красногвардейского района:**

– Хотелось бы уюта и тепла. Во многих домах культуры отопление остаётся большой пробле-

мой. В нашей библиотеке регулярное поступление новых книг, особенно детской литературы (акцент мы делаем на подрастающем поколении, хотя не забываем и о старших читателях).

Много вкладывают в развитие инфраструктуры посёлка. Теперь важно, чтобы местные жители поддерживали всю эту красоту в том виде, в котором получили. Очень важны культурные программы и возможности для отдыха и досуга представителей всех возрастов. Например, важно развивать в сельских клубах культурную программу для пенсионеров, чтобы пожилым людям было куда прийти элементарно пообщаться и провести свободное время. Для молодёжи можно было бы организовать танцевальную площадку, кинотеатр, учреждения спортивного и культурного развития. Для этого, конечно же, потребуются компетентные педагоги.

Диана МАСЛОВА.

Фото Михаила ГЛАДЧУКА.



Красногвардейский районный Дом культуры преобразовался в технически оснащённый по современным стандартам Центр культуры.

В парке отдыха с удобными беседками и скамейками жители гуляют семьями.

КОМПЕТЕНТНО

**Василий ГРАБОВАН,
глава
администрации
Красногвардейского
района:**

– Сейчас в нашем районе

укomплектованность

медицинскими работниками составляет 83%. Потребность – 95 медицинских работников, из них 58 – врачи. Мы активно работаем над привлечением врачей в наши учреждения здравоохранения. Из Симферополя по совместительству привлечены узкие специалисты: врач УЗД, оториноларинголог, невролог, эндокринолог и анестезиолог. Прибывают медики с новых территорий: из Херсона – лор и терапевт, из Мариуполя – фельдшер и медсестра...

В районе достаточно культурных и спортивных учреждений для детей и взрослых, где они с пользой могут провести свободное время. В 2022 году начал работу физкультурно-оздоровительный комплекс открытого типа, кстати, пока единственный в Крыму! Вообще, наш район – один из самых спортивных в Крыму, спортсмены занимают призовые места не только на региональных соревнованиях, но и на всероссийских. Функционируют спортивные секции по греко-римской борьбе, различным единоборствам, футболу, боксу, лёгкой атлетике, баскетболу, волейболу и шахматам, в районе установлено 43 спортивных площадки. Всего работают 266 клубных формирований и 121 – спортивное.

В 2022 году в районе реализованы масштабные проекты:

– три дворовые территории отремонтированы в Красногвардейском, Петровке и Восходе;

– две новые общественные территории появились в Красногвардейском и Октябрьском;

– приобретён модульный детский сад на 100 мест в Александровку.

Стоит отметить, что Правительство Российской Федерации и Республика Крым выделяют огромные средства на развитие района. Очень хочется, чтобы граждане тоже вносили вклад в благоустройство нашего края: бережно относились к спортивным и детским площадкам, паркам и аллеям, принимали участие в субботниках, наводили порядок на своих придомовых территориях. Наша совместная деятельность позволит создать ещё более комфортные условия для жизни в Красногвардейском районе.

ЗАЧЕМ И ПОЧЕМУ?

В этой рубрике «Крымская газета» рассказывает вам, уважаемые читатели, об интересных фактах, отвечает на самые разнообразные и удивительные вопросы, какие только могли бы у вас возникнуть.

Почему говорят
«жить на широкую ногу»?

Это выражение возникло в Средние века благодаря английскому королю Генриху II Плантагенету. На большом пальце правой ноги короля образовался уродливый нарост, вследствие чего монарх вынужден был носить длинные башмаки с загнутыми вверх носами. Знатные, богатые люди, подражая ему, тоже стали носить огромную обувь. Чтобы такие ботинки не сваливались с ноги, модникам приходилось набивать их сеном. Обыкновенным гражданам разрешалось носить башмаки с носком не длиннее 15 сантиметров. Выражение «жить на широкую ногу» укоренилось в середине XIX века, когда в «Литературной газете» была помещена заметка на эту тему. До того в русском языке существовали обороты «на широкую ногу», «на барскую руку», «жить на лёгкую ногу» и другие.

Почему нельзя носить линзы,
когда болеешь?

В слизи, выделяющейся из носа, содержатся разнообразные микроорганизмы: бактерии и вирусы. Во время чихания или при контакте с глазами, если вы, например, коснулись рукой носа, а затем провели пальцами по лицу рядом с глазами, бактерии могут попасть на поверхность линзы. Это многократно увеличивает риск возникновения инфекционных заболеваний глаз. Сниженный иммунитет только ухудшает ситуацию. Ведь ослабленному организму сложнее противостоять возникновению и развитию новых болезней. Повышенная температура ведёт к тому, что слизистая оболочка глаз пересыхает. Тот же эффект возникает при приёме некоторых лекарств, например, антигистаминных препаратов, используемых при аллергии. Человек чувствует зуд и жжение в глазах, страдает от их покраснения. Контактные линзы могут усугубить это состояние, поэтому носить их при простуде нельзя.

Почему ёлка всегда зелёная?

Учёные говорят, что хвоя – это своеобразные листья. Как вы знаете, в листьях происходит процесс фотосинтеза, то есть питания. Но чем больше по размерам листочек, тем больше ему требуется солнечного света и тем дольше происходит этот процесс. Соответственно, чем меньше листик, тем фотосинтез быстрее. Хвойные иголки очень маленькие по размерам. Поэтому им нужно меньше солнечного света. В них стремительно происходит процесс фотосинтеза, который и приводит к выработке хлорофилла. А когда есть хлорофилл, есть и зелёный цвет! У ёлок имеется ещё один секрет «вечнозелёности». Конечно, хвойное дерево не может всю жизнь жить с одними и теми же иглами. По весне у елей, сосен, кедров появляются шишки, а иголки медленно меняются: на месте старых, сухих вырастают свежие. Эту смену иголок мы совсем не замечаем, потому что кажется, что ёлки всегда зелёные.

Подготовила Светлана ТЕРЕЩЕНКО.

РАЗГОВОР С ПСИХОЛОГОМ



БУДНИ ЗОВУТ!

Как оставаться здоровым,
продуктивным и энергичным

Добрый день, дорогие читатели! Рада вновь быть с вами на связи после новогодних праздников. Сегодня в рамках рубрики «Разговор с психологом» поговорим о том, как сохранить физическое и психологическое здоровье. Для этого важно следовать нескольким несложным рекомендациям.



Екатерина ДЕМУРИЯ,
психолог, коуч, интегратив.

РЕЖИМ ДНЯ

Каникулы, а с ними возможность есть, спать и отдыхать сколько угодно, безусловно, сбивают нас с ритма. Поэтому бывает так сложно вернуться в строй без последствий для тела и психики. Здесь важно возобновить режим дня, при котором вы комфортно себя чувствуете.

Рекомендую понаблюдать
за собой какое-то время и
ответить на вопросы:

- Сколько мне необходимо времени, чтобы выспаться?
- Какие продукты позволяют оставаться сытым, но не передать на ночь?
- В каких ситуациях, при каких действиях я чувствую себя бодрим, энергичным и продуктивным в течение всего дня?
- Что мне помогает быть бодрим, а что мешает?

Так вы поймёте, сколько вам важно спать, есть и что делать, чтобы не изнашивать ни тело, ни психику.

ПЛАНЫ

Если вы хотите идти к своим мечтам, важно грамотно планировать время и уметь говорить нет. Одно дело, когда начальник поручил задание в рамках вашей должности и компетенций, и совсем другое, если он пытается заставить вас работать «за себя и за того парня». А если и домочадцы будут говорить, что и когда вам делать, то времени на себя просто не останется.

Поэтому письменно составляйте план дел (не только рабочих, но и личных) на день, неделю, месяц... Справившись с собственными задачами, можете выделить время на помощь другим. Только без крайностей. Одно дело – помочь другу, когда он действительно в этом нуждается, а другое – постоянно жить его жизнью. Его, а не своей!

ПИТАНИЕ. СОН.
ТРЕНИРОВКИ

Никому не открою секрета, если скажу, что важно высыпаться, хорошо и качественно питаться, заботиться о своём теле.

От спорта, питания и сна зависит не только физическое, но и психическое здоровье. Нередко стоит скорректировать базовые физиологические потребности, пройти проверку организма у терапевта и профильных врачей, как и настроение улучшается, и желания появляются, и жизнь преобразуется. Не пренебрегайте этим.

СМЕНА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Наша жизнь – это не только дом и работа. Важно, чтобы в ней были и другие сферы интересов: хобби, общение с друзьями, культурные и просветительские мероприятия и так далее. Поработали хорошо – устройте себе переключение. На выходных, к примеру. Это тоже важно запланировать.

ОТДЫХ

На консультациях я часто сталкиваюсь с тем, что клиенты не умеют отдыхать: «Как это я полежу? Вот то не сделано и это! Как это я посплю лишний часок или просто пойду в парк гулять? Надо ещё поле вспахать и огород два раза пересадить...» Я, конечно, утрирую, но всё это было бы смешно, если бы не было так грустно... Нужно учить себя отдыхать.

Поэтому вот домашнее задание (даже для тех, кто умеет отдыхать и регулярно это делает): возьмите лист бумаги и выпишите, какой отдых наполнил бы вас силами и положительными эмоциями, как вы ещё не отдыхали. Затем подумайте, как привнести этот отдых в свою жизнь, кто или что может вам в этом помочь.

Действуйте! Продуктивных вам рабочих будней и потрясающих выходных с заботой о своём физическом и психологическом здоровье. До новых встреч!

“ ОТ СПОРТА, ПИТАНИЯ И СНА ЗАВИСИТ НЕ ТОЛЬКО ФИЗИЧЕСКОЕ, НО И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ. НЕРЕДКО СТОИТ СКОРРЕКТИРОВАТЬ БАЗОВЫЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОТРЕБНОСТИ, ПРОЙТИ ПРОВЕРКУ ОРГАНИЗМА У ТЕРАПЕВТА И ПРОФИЛЬНЫХ ВРАЧЕЙ, КАК И НАСТРОЕНИЕ УЛУЧШАЕТСЯ, И ЖЕЛАНИЯ ПОЯВЛЯЮТСЯ, И ЖИЗНЬ ПРЕОБРАЖАЕТСЯ. НЕ ПРЕНЕБРЕГАЙТЕ ЭТИМ”

ТВ-ОБЗОР



фото: kinopoisk.ru

«НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ» 16+

На Первом канале премьера семисерийного проекта о первой крупной вспышке ВИЧ в СССР.

Один из лучших и резонансных сериалов, по мнению критиков и зрителей. Время действия «Нулевого пациента» – зенит перестройки, тяжёлое время для Советского Союза. В столице Калмыкии Элисте всё было спокойно, пока в центральной прессе не выходит сенсационная статья, сообщающая о многочисленных ВИЧ-инфицированных в детской больнице города. Факт заражения новой, ещё плохо известной советской медицине болезнью заподозрил молодой педиатр Ки-

сан Аюшев (Аскар Ильясов). Он сообщил о своих подозрениях в Москву, передав биоматериалы больного ребёнка в спецлабораторию по исследованию ВИЧ, которую возглавляет амбициозный инфекционист Дмитрий Гончаров (Никита Ефремов), сын большого медицинского чиновника, золотой мальчик, прошедший, впрочем, ад Афгана и до сих пор спорящий с отцом-номенклатурщиком. А слил эту сенсационную новость в газету «Советская молодёжь» Игорь Кара-

хан (Евгений Стычкин), наглый и не менее амбициозный репортёр, приятель-соперник Гончарова, у которого доктор увёл красавицу Алёну (Елизавета Шакира).

Эти трое, сомневающиеся, соревнующиеся, но в итоге работающие на общее дело, станут главными героями остросюжетного расследования, цель которого – найти нулевого пациента, того, кто, собственно, привёз ВИЧ в город. По их расчёту, отправная точка поможет проследить и изолировать все каналы распространения инфекции. Увы, как мы сегодня знаем, эта симптоматическая мера не помогла. Для предотвращения эпидемии надо было менять всю систему здравоохранения, а не ловить отдельных граждан.

Смотрите многосерийный фильм «Нулевой пациент» на Первом канале с 16 января в 21:45.

СМОТРИТЕ НА ТВ

«ПЕРВОКУРСНИЦА» 16+

С 16 ЯНВАРЯ, «ДОМАШНИЙ», 19:00



фото: more.tv

Вера и её дочь Алиса – провинциалки. Абитуриентку Алису приглашают на собеседование в МГИМО. Школьный учитель Вера прекрасно понимает, насколько важно в наше время высшее образование, и от всей души поддерживает дочь. Накануне Алиса внезапно бросает всё и уезжает. Отправляясь в мегаполис искать девочку, Вера принимает неожиданное решение...

«ЗОЛУШКА» 16+

С 20 ЯНВАРЯ, ПЕРВЫЙ КАНАЛ, 23:15



фото: yaltavesti.com

Героиня фильма Маша Крапивина, обычная девушка, рискнувшая, подобно тысячам её сверстниц из самых разных уголков страны, покорить Москву, покинув свой родной провинциальный городок. Вечером учится, а с утра до вечера работает на «вредном производстве» – горничной в очень состоятельной семье. Крупну, конечно, не перебирает, но работы хватает: только успевай крутиться, чтобы угодить властной хозяйке и двум её взбалмошным дочерям...

КИНО

ТОП-3 ФИЛЬМА НА ВЫХОДНЫЕ

«ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАН» 12+

14 ЯНВАРЯ, ПЕРВЫЙ КАНАЛ, 13:00

Испания, XVIII век. Обедневший граф любит уличную танцовщицу, а она – его. Но их союзу противостоит самодовольный и беспринципный испанский король, он положил глаз на прекрасную барышню и посадил несчастного графа в тюрьму.



Кадр из фильма



Кадр из фильма

«ПЁТР I. ПОСЛЕДНИЙ ЦАРЬ И ПЕРВЫЙ ИМПЕРАТОР» 12+

14 ЯНВАРЯ, НТВ, 19:20

Фигура императора Петра Великого, как и эпоха его становления и правления, до сих пор будоражит умы людей во всём мире. Создатели отвечают на вопросы о том, как занять престол, когда ты – четырнадцатый ребёнок в семье, как отвоевать выход к морю, когда в стране нет профессиональной армии и флота, как за несколько десятилетий вывести в мировые лидеры страну, с которой раньше никто не считался, и о многом другом.

«Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ» 16+

15 ЯНВАРЯ, «ДОМАШНИЙ», 15:10

Мать двоих детей Даша страдает от жестокости мужа Кирилла, который постоянно издевается над ней, избивает и унижает. Решив изменить жизнь ради детей, Даша совершает отчаянный поступок – собирает малышей и, бросив всё, переезжает в другой город, подальше от насильника. На новом месте Даша устраивается на работу, покупает квартиру и встречает новую любовь, своего коллегу Романа. Но в этот момент на пороге её квартиры появляется Кирилл и начинает умолять о прощении...



Кадр из фильма

Подготовила Светлана ТЕРЕЩЕНКО.

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

1 ПЕРВЫЙ канал
05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+

РОССИЯ 1
05:00, 09:30 «Утро России»
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+

МАТЧ!
10:00, 15:25, 21:55, 03:30 Новости
10:05 Специальный репортаж 12+
10:25 Биатлон. Парг Чемпионат России. Суперспринт. Мужчины 0+

НТВ
05:25 Т/с «Пять минут тишины» 12+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня
08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+

5 ПЯТЫЙ канал
05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+
05:25, 06:10 Т/с «Криминальное наследство» 16+

РОССИЯ К
06:30, 07:00, 07:30, 08:20, 10:00, 15:00, 19:30, 23:30 Новости культуры
06:35 «Лешком...» Обыски Мозоровых
07:05 «Невский ковчег. Теория невозможного. Алексей Толстой»

РОССИЯ 24
05:00, 06:30, 07:00, 07:22, 08:30, 09:00, 10:00, 12:00, 13:00, 13:21, 14:05, 15:00, 16:05, 19:00, 22:00 Вести 12+

Карусель
05:00 «Ранние птицы» 0+
06:55, 07:30 «Чик-зарядка» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00 Д/ф «Диалоги без грима. Диктат. Режиссура» 6+

ТВУ
06:00 «Настроение»
08:15 Д/ф «Экипаж» 12+
08:45 Х/ф «Не в деньгах счастье» 12+

ЗВЕЗДА
03:45 Т/с «Марш бросок 2. Особые обстоятельства» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 18:00, 20:30 Новости дня 16+

СПАС ТЕЛЕКАНАЛ
05:00, 00:05 «День Патриарха» 0+
05:10 Главное. Новости на Спасе 16+

СТС
06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
07:00 М/с «Лунтик» 0+
07:15 М/ф «Пламенное сердце» 6+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН
06:30, 04:00 «6 кадров» 16+
07:05, 05:00 «По делам несовершеннолетних» 16+

ТВ 3
06:00, 09:15 «Святочные гадания» 16+
06:15, 05:45 Мультфильмы 0+
09:30, 17:20 Т/с «Слепая» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00, 01:10, 03:30 «Пятница News» 16+
05:20 «Кондитер» 16+
07:50 «На ножах» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА
03:45 Т/с «Марш бросок 2. Особые обстоятельства» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 18:00, 20:30 Новости дня 16+

МИР телеканал МИР
05:00, 10:20 Т/с «Экспроприатор» 16+
10:00, 13:00, 16:00, 18:30 Новости 16+

ТАТ
07:00, 06:30 Т/с «Однажды в России» 16+
09:00 Т/с «Универ. Новая общага» 16+

МУЗ
05:00 Прогноз по году 16+
06:00 Моя волна 16+
07:00 #ЯнаМузТВ 16+

КРЫМ
06:00, 05:30 Мультфильмы 6+
06:45, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00 Новости 24 12+

24 КРЫМ
00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 06:45, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 20:00, 23:00 Новости 24 12+

МИЛЛЕТ
01:00 Д/ф «Легенды Крыма» 12+
01:30 «Гек арзум Ватан» 12+
02:30 «Юрт нефеси» 12+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя
6:00 Доброе утро, Севастополь!
8:55, 10:40 Севастополь Online

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя
6:00 Доброе утро, Севастополь!
8:55, 10:40 Севастополь Online

ДОМ КИНО
06:20 М/с «Три кота» 6+
06:50 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк» 0+
08:20 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк 2» 0+

РОДНОЕ КИНО
01:55 Х/ф «Начало» 12+
03:45 Х/ф «Когда деревья были большими» 12+
05:35 Х/ф «Чингачук. Большой змей» 0+

КИНОСВИДАНИЕ
02:10 Х/ф «Цвет ночи» 18+
04:25 Х/ф «Замерзшая из Майами» 16+

Ю
10:00 М/с «Маша и Медведь» 0+
12:00, 20:00 Т/с «Неверный» 16+

ЧЕ
06:00, 11:30, 02:45 «Улетное видео» 16+
06:20 «Идеальный ужин» 16+

ХХХ
10:00, 18:00, 02:00 Т/с «Секретная служба Его Величества» 16+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ
05:30 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+

PLANETA RTR
06:00 «Утро России»
09:55 «О самом главном». Ток-шоу
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести

НТВ МИР
07:40, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:55 Сегодня

ТСИ
07:00 «Настроение»
09:40 «Москва резиновая» 16+
10:15, 12:40 Х/ф «Адвокат Ардашев. Кровь на палубе» 12+

САРАФАН
06:30, 22:55 «Попкорн ТВ» 12+
06:55, 23:20 «Смеяться разрешается» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

1 ПЕРВЫЙ канал
05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+

РОССИЯ 1
05:00, 09:30 «Утро России»
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+

МАТЧ!
06:00 Д/ф «Валерий Харламов. На высокой скорости» 12+

НТВ
05:20 Т/с «Пять минут тишины» 12+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня
08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+

НТВ
05:20 Т/с «Пять минут тишины» 12+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня
08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+

5 ПЯТЫЙ канал
05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+
05:25, 06:15 Т/с «Криминальное наследство» 16+

РОССИЯ К
06:30, 07:00, 07:30, 08:20, 10:00, 15:00, 19:30, 23:30 Новости культуры
06:35 «Пешком...» Москва державная
07:05 «Легенды мирового кино»
07:35 Д/ф «Купола под водой»
08:25, 16:35 Т/с «Рожденная революцией»

РОССИЯ 24
05:00, 06:44, 07:00, 07:30, 08:00, 08:31, 09:00, 10:00, 12:00, 13:15, 16:00, 19:00, 21:47 Вести 12+

карусель
05:00 «Ранние пташки» 0+
06:55, 07:30 «Чик-зарядка» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00 «Очень личное с Виктором Лошаком» 12+

ТВЦ
06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И.» 16+
08:40 Х/ф «Не в деньгах счастье» 12+

РЕН
05:00, 18:00, 02:15 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

СТАС ТЕЛЕКАНАЛ
05:00, 00:05 «День Патриарха» 0+
05:10 Х/ф «Парень из нашего города» 0+

СТС
06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
07:00 М/с «Лунтик» 0+
08:00, 18:30, 19:00, 19:30 Т/с «Жена олигарха» 16+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИНЫ
06:30, 05:30 «По делам несовершеннолетних» 16+

ТВ 3
06:00, 09:15 «Святочные гадания» 16+
06:15, 05:45 Мультфильмы 0+
09:30, 17:20 Т/с «Слепа» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00, 02:20, 04:10 «Пятница News» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА
05:15, 14:00, 15:05, 16:05, 03:45 Т/с «Позывной «Стая»» 16+

телеканал МИР
05:00, 03:40 Т/с «Развод» 16+
06:00 Мультфильмы 6+

ТОН
07:00, 06:20 Т/с «Однажды в России» 16+

МУЗ
05:00, 09:00 Муз'итив 16+
06:00, 07:00, 08:05 Каждое утро 16+

КРЫМ
06:00, 05:30 Мультфильмы 6+
06:30, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00 Новости 24 12+

24 КРЫМ
00:00, 01:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 20:00, 23:00 Новости 24 12+

00:00, 01:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 20:00, 23:00 Новости 24 12+

МИЛЕТ
00:20 Т/с «Скелет в шкафу» 16+
01:15 «Гарик излер» 12+

07:00, 06:20 Т/с «Однажды в России» 16+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя
6:00 Доброе утро. Севастополь!

ДОМ КИНО
06:40 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк 3» 6+
08:00 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк 4» 6+

РОДНОЕ КИНО
00:20 Х/ф «Сестры» 16+
01:55 Х/ф «Старший сын» 0+

КИНОСВИДАНИЕ
00:25 Х/ф «Любовь и прочие неприятности» 16+

Ю
05:20 М/с «Маша и Медведь» 0+

XXI
10:00, 18:00, 02:00 Т/с «Секретная служба Его Величества» 16+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ
05:40 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+

PLANETA RTR
06:00 «Утро России»
09:55 «О самом главном». Ток-шоу

НТВ МИР
07:40, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+

TVCI
07:00 «Настроение»
09:40 Д/с «Обложка» 16+

сарафан
06:50, 00:25 «Смех с доставкой на дом» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

1 ПЕРВЫЙ канал 05:00 «Доброе утро» 0+ 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости...

РОССИЯ 1 05:00, 09:30 «Утро России» 09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время...

МАТЧ! 06:00 «Есть тема!» 16+ 07:00, 10:00, 12:55, 14:20, 21:55, 03:30 Новости...

07:05, 14:25, 22:00, 01:00 Все на Матч! 12+ 10:05, 13:00 Специальный репортаж 12+ 10:25 Смешанные единоборства...

05:25 Т/с «Пять минут тишины» 12+ 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня...

5 ПЯТЫЙ канал 05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+ 05:25, 06:10, 06:50, 07:45, 08:40...

РОССИЯ К 10:00, 15:00, 19:30, 23:30 Новости культуры 10:15 «Наблюдатель»...

РОССИЯ 24 05:00, 06:30, 06:45, 07:00, 07:10, 07:25, 07:50, 08:00, 08:30, 08:59, 10:00, 12:00, 17:00, 22:00 Вести 12+

05:00 «Ранние птицы» 0+ 06:55, 07:30 «Чик-зарядка» 0+ 07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+

06:00, 17:00 «За дело» 12+ 06:40, 10:10, 18:00 Т/с «Своя земля» 16+

ТВУ 06:00 «Настроение» 08:10 «Доктор И.» 16+ 08:45 Х/ф «Не в деньгах счастье» 12+

05:00, 18:00, 02:25 «Самые шокирующие гипотезы» 16+ 06:00 «С добрым утром!» 16+ 08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+

05:00, 23:50 «День Патриарха» 0+ 05:10 «В поисках Бога» 6+ 05:40 Х/ф «Жила-была девочка» 0+

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+ 07:00 М/с «Лунтик» 0+ 08:00, 18:30, 19:00, 19:30 Т/с «Жена олигарха» 16+

06:30, 05:20 «По делам несовершеннолетних» 16+ 09:10, 03:35 «Давая разведёмся!» 16+

ТВ 3 06:00, 09:15 «Святоточные гадания» 16+ 06:15, 05:45 Мультфильмы 0+ 09:30, 17:20 Т/с «Слепая» 16+

05:20 Т/с «Позывной «Стая» 16+ 07:00 «Сегодня утром» 12+ 09:00, 13:00, 18:00, 20:30 Новости дня 16+

05:00, 02:15 Т/с «Развод» 16+ 05:55 Мультфильмы 6+ 08:20, 00:30 «Наше кино. История большой любви» 12+

07:00, 06:25 Т/с «Однажды в России» 16+ 09:00 Т/с «Универ. Новая общага» 16+

05:00, 00:00 Муз'итив 16+ 06:00, 07:00 Каждое утро 16+ 06:40, 08:40, 15:00, 18:00, 22:40 Про-Новости 16+

КРЫМ 06:00, 05:30 Мультфильмы 6+ 06:30, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00 Новости 24 12+

00:00, 01:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 20:00, 23:00 Новости 24 12+

05:00, 02:15 Т/с «Развод» 16+ 05:55 Мультфильмы 6+ 08:20, 00:30 «Наше кино. История большой любви» 12+

00:20 Т/с «Скелет в шкафу» 16+ 01:15 «Юрт нефеси» 12+ 01:45 «Тек арзум Ватан» 12+

5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 6:00 Доброе утро, Севастополь! 8:55 Севастополь Online 9:00 Вечерние новости, повтор 9:30 Интервью 9:45, 13:45, 15:15, 17:15, 20:45, 0:00 Акценты 9:55 Севастополь Online 10:00 Спортивный акцент 10:30 Д/ф Горизонт приключений. Алтай 7,8 эп 11:30 Т/с 25-й час 7 эп 12:30 Т/с Экспрессоратор 6 эп 13:30, 15:00, 17:00 Новости 14:00 Т/с Отрад 7 эп 15:30 Выходные на колесах 35 с 16:00 Т/с 25-й час 8 эп 17:30 Т/с Экспрессоратор 7 эп 18:00 Выходные на колесах 36 с 19:00 Культурная среда 19:30, 21:00, 23:00 Вечерние новости 20:00 Севастополь решает 21:30 Х/ф Гамбит 0:15 Ночной информационный канал

ДОМ КИНО 06:40 М/ф «Пинокио. Правдивая история» 6+ 08:20 М/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч» 6+

00:15 Х/ф «Не хочу жениться» 12+ 01:50 Х/ф «Чингачгук. Большой змей» 0+ 03:45 Х/ф «Ловушка для одинокого мужчины» 16+

00:25 Х/ф «История рыцаря» 12+ 03:00 Х/ф «Основной инстинкт» 18+ 05:15 Х/ф «Цвет ночи» 18+ 07:25 Х/ф «Как женить красавица» 16+

05:15 М/с «Маша и Медведь» 0+ 09:05 «Папа попал» 16+ 11:00, 20:00 Т/с «Неверный» 16+

06:00, 11:30, 02:45 «Улетное видео» 16+ 06:20 «Идеальный ужин» 16+ 08:00 «Утилизатор 5» 16+

10:00, 18:00, 02:00 Х/ф «Научи меня жить» 16+ 10:55, 18:55, 02:55 Т/с «Загадочные убийства Агаты Кристи» 18+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ 05:40 «Доброе утро» 0+ 09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости 09:20 «АнтиФейк» 16+

PLANETA RTR 06:00 «Утро России» 09:55 «0 самом главном». Ток-шоу 11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести 11:30, 17:30 «60 минут». Ток-шоу 14:30, 21:05 Вести. Местное время 14:55 «Кто против?». Ток-шоу 16:30 «Малахов» 16+

07:40, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+ 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:50 Сегодня 13:30 «Чрезвычайное происшествие» 16+

07:00 «Настроение» 10:10, 00:05 «10 самых...» 16+ 10:45 Д/ф «Тайна песни» 12+ 11:10, 12:40 Х/ф «Серёжки с сапфирами» 12+

10:00 «Дашь молодежь» 12+ 10:35 «Измайловский парк» 12+ 12:50 «Чумовая скрытая камера» 12+ 13:25 «Жит культуры и смеха» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+



05:00, 09:30 «Утро России»
09:00, 14:30, 21:15 Вести. Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+



06:00 «Есть тема!» 16+
07:00, 09:45, 13:25, 14:20, 15:25, 19:00, 21:55, 03:30 Новости
07:05, 14:25, 19:05, 22:00, 00:30 Все на Матч! 12+



05:20 Т/с «Пять минут тишины. Возвращение» 12+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» 6+



05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+
05:25, 06:10, 06:55, 07:45, 08:40, 09:30, 10:10, 11:10, 12:05 Т/с «Тихая охота» 16+



06:30, 07:00, 07:30, 08:15, 10:00, 15:00, 19:30, 23:30 Новости культуры
06:35 «Пешком...» Москва литературная
07:05 «Легенды мирового кино»
07:35 Д/ф «Верея. Возвращение к себе»



05:00, 06:00, 06:15, 06:41, 07:00, 07:30, 08:00, 08:31, 09:00, 09:51, 11:00, 13:00, 14:00, 17:00, 22:00, 02:00 Вести 12+



05:00 «Ранние пташки» 0+
06:55, 07:30 «Чик-зарядка» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+



06:00 «Коллеги» 12+
06:40 Т/с «Своя земля» 16+
07:30, 10:55 «Календарь» 12+



06:00 «Настроение»
08:15, 11:50 Х/ф «И снова будет день» 12+



05:00, 18:00 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С бодрым утром!» 16+



05:00, 05:50 «День Патриарха» 0+
05:10 Х/ф «Большая жизнь» 0+



06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
07:00 М/с «Лунтик» 0+



06:00, 05:45 Мультфильмы 0+
09:30, 17:20 Т/с «Слепая» 16+



05:00, 02:30, 04:10 «Пятница News» 16+



05:30, 13:20, 15:05, 04:25 Т/с «Позывной «Стая» 2» 16+



05:00 Т/с «Развод» 16+
06:10 Мультфильмы 6+



07:00, 20:00, 06:15 Т/с «Однажды в России» 16+



05:00, 01:00 Муз'итив 16+
06:00, 07:25 Каждое утро 16+



06:00 Мультфильмы 6+
06:30, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00, 05:30 Новости 24 12+



00:00, 01:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 23:00 Новости 24 12+



00:20 Т/с «Скелет в шкафу» 16+
01:15 «Тек арум Ватан» 12+



06:40 М/ф «Про Федота-стрельца, удалого молодца» 12+



00:10 Х/ф «Калачи» 12+
01:45 Х/ф «Новые амазонки» 12+



01:15 Х/ф «Щепка» 16+
03:35 Х/ф «Последний отпуск» 12+



05:20 М/с «Маша и Медведь» 0+
09:05 «Папа попал» 16+



06:00, 11:30, 02:45 «Улетное видео» 16+



10:00, 18:00, 02:00 Х/ф «Научи меня жить» 16+



05:35 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+



06:00 «Утро России»
09:55 «О самом главном». Ток-шоу
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести



07:40, 08:25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» 6+



07:00 «Настроение»
09:40, 23:20 Д/ф «Большое кино» 12+



06:20 «Улетные животные» 12+
06:45, 23:10 «Городок» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

1 ПЕРВЫЙ канал
06:00 «Доброе утро. Суббота» 0+
09:00 «Умницы и умники» 12+

РОССИЯ 1
05:00 «Утро России. Суббота»
08:00 Вести. Местное время
08:20 Местное время. Суббота

МАТЧ!
06:00 «Есть тема!» 16+
07:00, 10:00, 15:25, 17:20, 22:00, 03:30
Новости

НТВ
04:50 Т/с «Стажёр» 16+
07:25 «Смотр» 0+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня

НТВ
04:50 Т/с «Стажёр» 16+
07:25 «Смотр» 0+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня

5 ПЯТЫЙ канал
05:00 Т/с «Великолепная пятёрка» 16+
05:35 Т/с «Великолепная пятёрка 2» 16+

РОССИЯ К
06:30 «Библейский сюжет»
07:05 М/ф «Шалтай-Болтай», «Крокодил Гена», «Чебурашка», «Шапокляк», «Чебурашка идет в школу»

РОССИЯ 24
05:00, 07:00, 08:00, 09:00, 11:00, 14:00, 15:00, 20:00, 21:00, 22:00, 01:00, 02:00, 03:00
Вести 12+

карусель
05:00 «Ранние пташки» 0+
06:55, 07:30 «Чик-зарядка» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00, 14:05 «Большая страна» 12+
06:50, 17:00 Д/ф «Мавзолей. Фотоувеличение» 12+

ТВЦ
05:35 Х/ф «Благовень судьбы» 12+
07:15 «Православная энциклопедия» 6+
07:40 Х/ф «Китайская бабушка» 12+

РЕН
05:00 «Невероятно интересные истории» 16+
07:00 «С добрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30 Новости 16+

СТС
06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:05 М/с «Фиксики» 0+
06:25, 05:10 Мультфильмы 0+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН
06:30 Т/с «Искушение» 16+
08:45 Х/ф «Трое в лабиринте» 12+

ТВ 3
06:00, 05:45 Мультфильмы 0+
09:30 Т/с «Слепая» 16+
11:15, 02:00 Х/ф «Дивергент» 12+

ПЯТНИЦА!
05:00, 02:00, 04:30 «Пятница News» 16+
05:20 «Кондитер» 16+
07:30 М/ф «Снежная Королева» 0+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА
06:10 Х/ф «Царевич Проша» 6+
08:00, 13:00, 18:00 Новости дня 16+
08:15 «Морской бой» 16+

телеканал МИР
05:00, 03:00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» 12+

МУЗ
05:00, 03:00 Золотая лихорадка 16+
06:30, 08:40 Про-Новости 16+
06:40, 18:00 Плейлист. Зима 16+

КРЫМ
06:00, 17:45 Д/ф «Восемь смертных грехов» 12+
06:35 «И в шутку, и в серьёз» 6+
06:45 Мультфильмы 6+

24 КРЫМ
00:00, 01:00, 03:00, 04:00, 05:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00
Новости 24 12+

МИЛЛЕТ
00:20 Т/с «Скелет в шкафу» 16+
01:10 «Народы Крыма» 12+
01:40 «Тарих излери» 12+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя
6:00 Вечерние новости повтор

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя
6:00 Вечерние новости повтор

ДОМ КИНО
06:30 М/ф «Садко» 6+
07:55 М/ф «Три богатыря и Морской Царь» 6+

РОДНОЕ КИНО
00:25 Х/ф «Старший сын» 0+
01:45 Х/ф «Три толстяка» 0+
03:30 Х/ф «Калачи» 12+

КИНОСВИДАНИЕ
00:40 Х/ф «Последний отпуск» 12+
03:15 Х/ф «Основной инстинкт» 18+

Ю
05:20 М/с «Маша и Медведь» 0+
09:05 «Обмен женами» 16+

ЧЕ
06:00, 08:30 «Утилизатор 3» 12+
06:15, 07:00, 08:00, 09:00 «Утилизатор 2» 12+

XXI
10:00, 18:00, 02:00 Х/ф «Старые ворчуньи» 12+
11:45, 19:45, 03:45 Х/ф «Сент Амур. Удовольствия любви» 16+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ
06:30 «Доброе утро. Суббота» 0+
08:55 «Умницы и умники» 12+

PLANETA RTR
06:00 «Утро России. Суббота»
09:00 Вести. Местное время
09:15 Местное время. Суббота

НТВ МИР
07:25 «Смотр» 16+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «Поедем, поедим!» 0+

TVCI
07:00 Х/ф «Чувство правды» 12+
11:10, 12:40 Д/ф «Большое кино» 12+

САРАФАН
06:20 «Кривое зеркало: Спектакль «Женитьба»» 12+

САРАФАН
06:20 «Кривое зеркало: Спектакль «Женитьба»» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

ПЕРВЫЙ канал

05:10, 06:10 X/ф «Гусарская баллада» 12+
06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости
06:55 «Играй, гармонь любимая!» 12+

РОССИЯ 1

06:15, 03:10 X/ф «Жена по совместительству» 16+
08:00 Местное время. Воскресенье
08:35 «Когда все дома»
09:25 «Утренняя почта»

МАТЧ!

06:00 Смешанные единоборства. UFC. Glover Тейшейра против Джамала Хилла 16+
09:30, 10:35, 12:55, 15:35, 17:50, 22:00, 03:30 Новости
09:35, 12:05, 15:05, 17:20, 22:05, 00:45 Все на Матч! 12+

НТВ

04:50 Т/с «Стажёры» 16+
06:30 «Центральное телевидение» 16+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «У нас выигрывают!» 12+

5 ПЯТЫЙ канал

05:00, 05:50 Т/с «Прокурорская проверка» 16+
06:45, 07:35, 08:30, 09:25, 03:25, 04:10, 04:55 Т/с «По следу зверя» 12+

РОССИЯ К

06:30 Д/ф «Твербуль, или Пушкинская верста»
07:20 М/ф «Королева Зубная щетка», «В гостях у лета», «Футбольные звезды», «Талант и поклонники», «Приходи на каток»

РОССИЯ 24

05:00, 06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 13:00, 14:00, 16:00, 17:00, 20:00, 21:00, 04:00 Вести 12+

Карусель

05:00 «Ранние пташки» 0+
06:55, 07:30 «Чик-зарядка» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

06:00, 14:05 «Большая страна» 12+
06:50, 17:00 Д/ф «Двойной портрет. Самодержец и вождь» 12+
07:15 «От прав к возможности» 12+

ТВУ

05:45 X/ф «Суета сует» 6+
07:10 X/ф «Парижские тайны» 6+
09:05 «Здоровый смысл» 16+
09:35 X/ф «Реставратор» 12+

РЕН

05:00 «Тайны Чапман» 16+
07:00 «С бодрым утром!» 16+
08:30, 12:30 Новости 16+
09:00 «Самая народная программа» 16+

СТАС ТЕЛЕКАНАЛ

05:00, 23:05 «День Патриарха» 0+
05:10 «Молитвослов» 0+
05:45 X/ф «Мальчишку звали капитаном» 0+

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:05 М/с «Фиксики» 0+
06:25, 05:10 Мультфильмы 0+
06:45 М/с «Три кота» 0+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН

06:30 X/ф «Семейная тайна» 16+
09:00, 05:10 X/ф «Долгожданная любовь» 12+

ТВ 3

06:00 Мультфильмы 0+
09:30 Д/с «Адамка» 16+
12:00 X/ф «Погоня» 16+
14:00 X/ф «Орудия смерти: Город костей» 12+

ПЯТНИЦА!

05:00, 02:50, 04:40 «Пятница News» 16+
05:20 «Кондитер» 16+
07:40 М/ф «Снежная Королева 2. Перезаморозка» 0+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА

06:00 Т/с «Секретный фарватер» 12+
09:00 Новости недели 16+
09:25 «Служу России» 12+

телеканал МИР

05:00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» 12+

ТНТ

07:00 Т/с «СашаТаня» 16+
14:35 X/ф «Чарли и шоколадная фабрика» 12+

МУЗ

05:00, 03:00 Карaoke 16+
07:30, 01:20 Муз'итив 16+
08:00 Pro-Новости. Лучшее 16+

КРЫМ

06:00, 17:45 Д/ф «Восемь смертных грехов» 12+
06:35 «И в шутку, и в серьез» 6+
06:45 Мультфильмы 6+

24 КРЫМ

00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+

МИЛЛЕТ

01:25 Д/ф «Легенды телевидения» 12+
02:00 Д/ф «Заповедники РФ» 12+
02:30 А. Шулакова Нетиджелер иле» 16+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ

5:55 Гимн России. Гимн Севастополя
6:00 Вечерние новости повтор
6:30 М/с Маша и медведь
8:00 Скажите честно

ДОМ КИНО

06:40 X/ф «Такси 5» 18+
08:30 X/ф «Такси 4» 16+
10:05 X/ф «Такси» 12+
11:45 X/ф «Такси 2» 12+

РОДНОЕ КИНО

00:50 X/ф «Обратной дороги нет» 12+
05:20 X/ф «Дачная поездка сержанта Цыбули» 12+

КИНОСВИДАНИЕ

01:05, 16:00 X/ф «Невеста с того света» 16+
02:50 X/ф «Мой парень из зоопарка» 12+

Ю

05:25 М/с «Маша и Медведь» 0+
09:40 «Ветеринар» 16+
11:40 «Беременная в 16» 16+

Че

06:00, 23:30 Т/с «Восьмидесятые» 16+
20:00 «Улетное видео» 16+
22:00, 23:00 «+100500» 18+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ

05:45, 06:10 X/ф «Тайна темной комнаты» 0+
06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости
07:15 «Играй, гармонь любимая!» 12+

PLANETA RTR

05:45 X/ф «Красавец и чудовище»
07:40 «Диалоги о животных. Калининградский зоопарк»
08:25 Местное время. Воскресенье

НТВ МИР

06:30 «Центральное телевидение» 16+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «У нас выигрывают!» 12+

TVCI

07:00 «Дед Мороз и зайцы» 16+
10:50, 06:25 «Москва резинová» 16+
11:25 X/ф «Золушка» 0+

сарафан

06:15, 22:50 «Смех без правил» 16+
07:05, 23:40 Фестиваль сатиры и юмора «Юморина 2019» 12+

КРЫМСКАЯ АФИША

ТЕАТРЫ

Симферополь

Крымский академический русский драматический театр имени М. Горького

«Тёмная история» 16+

13 января, 19:00

Спектакль «Тёмная история» поставлен по популярной пьесе известного английского драматурга Питера Шеффера. В трактовке создателей спектакля (автор сценической версии – Владимир Магар, режиссёр-постановщик – Андрей Чаквитая) забавная комедия положений превращается в истинный фарс, увлекательное зрелище, где органично соединились юмор и фееричная театральность. «Наш спектакль – это не классическая комедия положений, а фантазия на тему пьесы П. Шеффера, где господствует гротеск, – говорит Андрей Чаквитая. – Ситуация, в которую попали персонажи, на грани катастрофы, но для публики она выглядит суперкомично. Не зря же говорят: «Комедия – это трагедия, которая случилась не с вами!». Подлинным украшением постановки стали красочные, динамичные фантазии на тему «Чёрного квадрата» Казимира Малевича.

«Незаконные невесты» 16+

15 января, 12:00

Автор пьесы – известный французский комедиограф Марк Камолетти, чьи произведения идут в 55 странах мира. Его перу принадлежит 18 пьес, а одной из лучших по праву считается комедия «Боинг-Боинг», занесён-



Спектакль «Незаконные невесты», постановка А. Чаквитая

ПОСМЕЯТЬСЯ ОТ ДУШИ

Куда сходить и что посмотреть с 13 по 19 января

«Крымская газета» составила обзор самых ярких событий предстоящей недели.

ная в Книгу рекордов Гиннеса. Именно по этой пьесе поставлен спектакль. Это необычайно весёлая комедия положений с увлекательной интригой и яркими образами. Можно ли одновременно закрутить роман с тремя очаровательными стюардессами? «Конечно, – отвечает главный герой комедии, парижский архитектор Бернар, – главное, составить точный график в соответствии с расписанием полётов». Но даже самые надёжные схемы рано или поздно дают сбой. И тогда начинается круговорот неожиданных и забавных происшествий.

Ялта

Ялтинский театр имени А. П. Чехова
«Стакан воды» 16+

15 января, 19:00

Когда говорят о французской комедии XIX века, одной из первых называют «Стакан воды» Эжена Скриба. Это неслучайно: в пьесе есть та неповторимая изюминка, которая делает её популярной и через полтора столетия после создания. В постановке есть всё: любовь, страсть, интриги, шантаж, дуэль, убийство и, конечно же, яркие характеры, блестящие диалоги, умело сконструированный сюжет. А правит балом случай, который, оказывается, легко может всё поставить с ног на голову и разрушить все хитросплетения. Простой стакан воды способен обеспечить личное счастье, карьеру, успех и даже мир между враждующими государствами.

КОНЦЕРТ



Крымский академический русский драматический театр имени М. Горького
«Новый год с оркестром» 6+

14 января, 18:00

Старый Новый год – праздник, понятный только нам. Но это ли не повод встретиться снова? Ещё раз увидится с друзьями и родными, порадовать друг друга подарками и тёплыми словами. А если добавить к этому любимую музыку в исполнении симфонического оркестра, год, без сомнения, будет ярким и удачным!

В этот вечер для вас оживут картины традиционных рождественских балов, сцены из любимых фильмов, фрагменты блистательных мюзиклов и многое другое. Для вас прозвучит музыка Штрауса, Уэббера, Понкьелли, Россини, традиционные рождественские гимны. А также музыка из любимых фильмов «Ирония судьбы, или С лёгким паром!», «Карнавальная ночь», «Иван Васильевич меняет профессию» и других. В такой компании хорошее настроение не покинет больше вас!

Соллисты – заслуженная артистка Республики Крым Арзы Меджидова (меццо-сопрано), лауреат международных конкурсов Марина Герман (сопрано).

УЖЕ В КИНО

«ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ», боевик, 18+



Кадр из фильма

Элитный разведчик Орсон Форчун получил новое задание – остановить продажу и распространение смертельного оружия. Но в одиночку ему эту миссию не «потянуть». Он вынужден объединиться с лучшими оперативниками мира, а также с известным киноактёром, который предоставит лихой группе убедительное прикрытие. На кону судьба человечества, но на этот раз супершпионам придётся играть по правилам Голливуда.

«13 ИЗГНАНИЙ ДЬЯВОЛА», ужасы, 18+

Один спиритический сеанс изменил жизнь девушки навсегда. Вызвав нечто потустороннее, юная Лаура становится проводником тёмных сил в наш мир. Чтобы вернуть любимую дочь, её семья обращается к опытному священнику. Теперь им предстоит пережить тринадцать обрядов экзорцизма, каждый из которых страшнее и непредсказуемее предыдущего...



Кадр из фильма

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

О ЧЁМ МЕЧТАЕТ УЧЕНИК...

На что крымские школьники могут получить 350 тысяч рублей из республиканского бюджета

НЕ ПО УКАЗКЕ УЧИТЕЛЯ

Приблизить школьные занятия к практике, развить у ребят лидерские качества и сделать учёбу более интересной – всего этого можно добиться с помощью школьного инициативного бюджетирования. Его цель – решение конкретных проблем в инфраструктуре учебных заведений. Но определять круг этих проблем, равно как и искать пути их решения, доверяют самим ребятам.

Проекты предлагаются, подготавливаются и отбираются в основном путём общешкольного голосования.

Проекты школьного инициативного бюджетирования могут быть направлены на:

- создание или переоснащение объектов школьной инфраструктуры (например, обустройство зон отдыха для учеников, создание музыкальных или фотостудий, организация хранения личных вещей и прочее);
- материально-техническое оснащение учреждений образования и спортивных команд (например, оснащение спортплощадок, спортзалов и т. д.);
- организацию событий, мероприятий и многое другое.

Нельзя направить средства бюджета на:

- проведение текущего и капитального ремонта административно-хозяйственных помещений школ;
- содержание персонала школ;
- коммерческую деятельность.

Инициаторами проектов могут становиться учащиеся старше 14 лет. Организатором конкурсного отбора выступит Минфин Крыма.

КОМПЕТЕНТНО

Заместитель Председателя Совета министров РК – министр финансов РК Ирина Кивико:

– Важно понимать, что инициативное бюджетирование – это не единичная акция, а целый комплекс мероприятий по формированию интереса и мотивации к участию в программе у самых разных аудиторий, а с нового года – и у школьников. Очень хочется, чтобы крымчане чувствовали, что представители власти ведут открытый диалог с жителями республики и учитывают их мнение по актуальным вопросам.

КТО ЗАПЛАТИТ?

Предусмотрены следующие источники финансирования проектов:

- субсидия из бюджета республики – до 95% от стоимости проекта, но не более 350 тысяч рублей;
- софинансирование муниципального бюджета – не менее 5%;
- вклад спонсоров и граждан.

Заведующий отделом проектного управления и инициативного бюджетирования Министерства финансов Республики Крым Алина Кадкина в беседе с «Крымской газетой» уточнила:

– Республика Крым даёт на один проект 350 тысяч рублей. Пока школьное инициативное бюджетирование распространяется только на муниципальные районы, городские округа не берём. Всего в Республике Крым 523 школы, 343 из которых расположены в муниципальных районах и 180 – в городских округах. Вот в некоторых из 343 школ мы 100 проектов планируем в 2023 году реализовать.

Практика инициативного бюджетирования может предусматривать софинансирование проектов со стороны населения и бизнеса, однако это не является обязательным.

В ПОМОЩЬ

Помогать в подготовке проектов школьного инициативного бюджетирования будет Центр изучения гражданских инициатив Крымского инженерно-педагогического университета имени Февзи Якубова. С 2021 года этот центр оказывает консультационную поддержку и помощь муниципальным образованиям Крыма в подготовке заявок для республиканского конкурса инициативного бюджетирования. С 2023 года функции и задачи центра будут расширены для сопровождения практики школьного инициативного бюджетирования. Сотрудники центра планируют подготовить обучающие семинары, методические и информационные материалы для всех участников школьного инициативного бюджетирования – от школьников и учителей до директоров школ и глав муниципальных образований.

Ирина ГУЛИВАТАЯ.

ПЯТЬ ШАГОВ К ЦЕЛИ

Примечательно, что благодаря школьному инициативному бюджетированию ребята могут не только улучшить инфраструктуру своего учебного заведения, но и получить важные навыки. Так, участие в подобных проектах формирует финансовую грамотность, развивает чувство гражданской ответственности, а ещё учит работать в команде и не бояться выступлений на публике. К тому же подростки получают уникальный опыт управленческой и проектной деятельности.

Проект проходит следующие стадии:

1. Устанавливается проблема, которую необходимо решить в первоочередном порядке.
2. Находятся пути её решения, разрабатываются проекты, рассчитывается сумма необходимых средств.
3. Проводятся презентация проектов и голосование за лучший из них.
4. Заключаются соглашения на предоставление субсидий.
5. Проект реализуется.



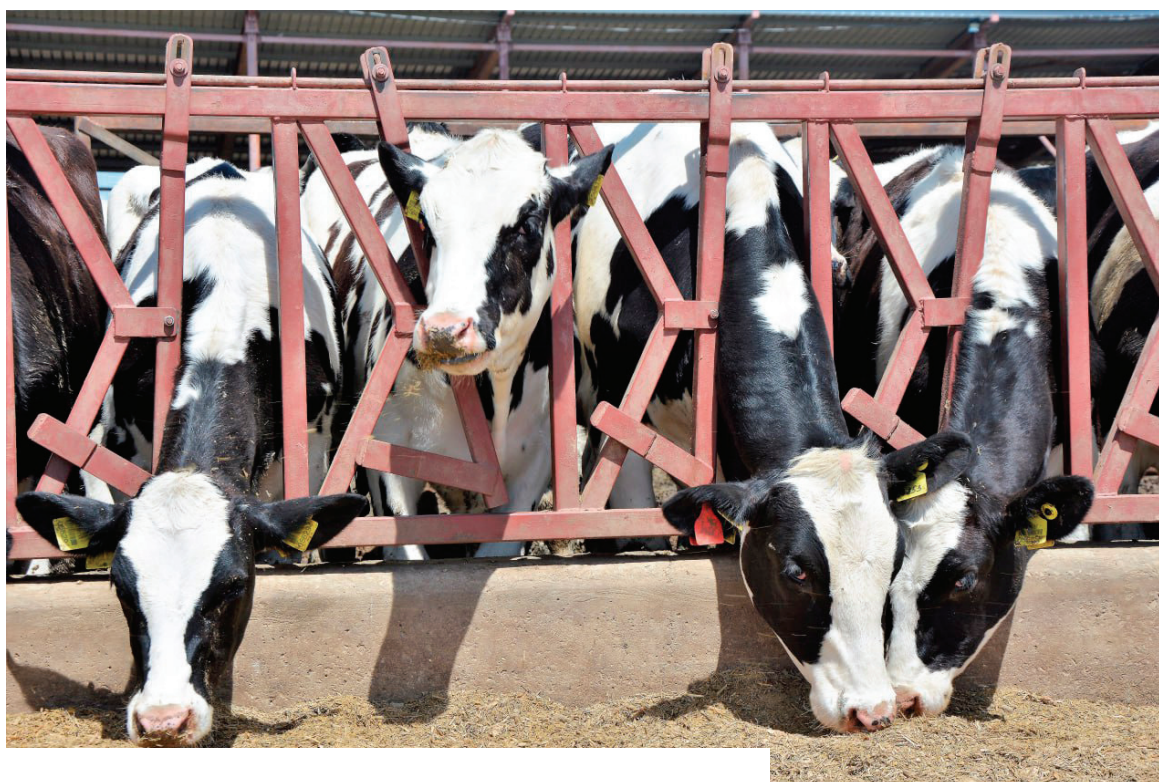
ЗАКОНЫ НОВОГО ГОДА

ПЕРЕЕЗД БЕСПЛАТНО?

Заработал новый стандарт по содействию безработным гражданам и членам их семей в переселении в другую местность для трудоустройства. Получить такую госуслугу по направлению органов Службы занятости можно через портал «Работа в России». Госуслуга включает в себя приём заявления, формирование и направление гражданину предложения о предоставлении госуслуги, подбор и согласование с безработным вариантов трудоустройства в другой местности, заключение договора о переселении, оказание финансовой поддержки при переселении.

ДВА В ОДНОМ

Как и анонсировалось, произошло объединение Фонда со-



КСТАТИ

УЛЫБИТЕСЬ, ВАС СНИМАЮТ

С 11 января в России разрешат использовать камеры для наказания водителей, выбрасывающих мусор из авто. Штраф составит до 200 тысяч рублей.

В этом году животноводы смогут получить субсидию для возмещения части затрат на выращивание крупного рогатого скота.

ЧЕМОДАН, ВОКЗАЛ, НОВАЯ РАБОТА!

Бонусы работодателям, а также поддержка аграриев, матерей и безработных. Какие ещё законодательные изменения несёт россиянам наступивший год?

циального страхования с пенсионным (ПФР) в организацию под названием Социальный фонд России (СФР).

Ведомство будет заниматься начислением ежемесячных платежей и пособий и, соответственно, работать с пенсионерами. Как сообщалось ранее, закрытие ПФР было вызвано необходимостью провести цифровизацию. Россиян заверили, что проблем с выплатами из-за объединения организаций не возникнет.

БОЛЬНИЧНЫЙ –
ПО ДОГОВОРУ

В 2023 году работающие по договорам гражданско-правового характера сотрудники получили право оформить пособие по временной нетрудоспособности из-за болезни, а также пособия по беременности и родам и по уходу за ребёнком. Пособие по временной нетрудоспособности будет рассчитываться на основании

СПРАВКА

ЕДИНЫМ ПЛАТЕЖОМ

Налоги, страховые взносы и другие сборы в 2023 году можно будет заплатить единым налоговым платежом. Распределять поступившие денежные средства будет налоговая инспекция.

дохода за два года или по МРОТ, если оклад работника был небольшим. Тем не менее получить выплаты по больничному листу сотрудник сможет лишь в том случае, если работодатель отчислял за него страховые взносы.

БЕЗ МАМЫ НИКУДА!

Законодатели скорректировали закон об основах охраны здоровья.

Благодаря этому родители детей-инвалидов могут находиться с ними в стационарах без взимания платы (в том числе за предоставление спального места и питания). Эта норма касается всех детей до четырёх лет, а также детей старше четырёх лет при наличии медицинских показаний.

ПЛАТИМ
ЗА ТРУДОУСТРОЙСТВО

На 2023 год продлена программа субсидирования найма. Работодатели получают господдержку за трудоустройство граждан, уволенных в связи с ликвидацией предприятия или сокращением штата, переведённых на неполный рабочий день, а также находящихся под риском увольнения или в неоплачи-

ваемом отпуске. Выплата также полагается при устройстве на работу молодёжи в возрасте до 30 лет включительно.

Чтобы получить субсидию за трудоустройство, работодатель может обратиться в Центр занятости, в том числе через «Личный кабинет» на портале «Работа в России» с последующим направлением заявления в СФР или через систему «Соцстрах». Господдержка равна трём МРОТ, увеличенным на районный коэффициент, сумму страховых взносов и количество трудоустроенных. Первый платёж организация получит через месяц после трудоустройства соискателя, второй – через три, третий – через полгода.

ГРАНТ С УСЛОВИЕМ

В этом году животноводы смогут получить новый вид поддержки – субсидии для возмещения части затрат на выращивание крупного рогатого скота и последующее производство продукции.

Кроме этого, для двух категорий аграриев смягчатся условия предоставления грантов на развитие производства. Речь о фермерских хозяйствах, развивающих семейные фермы, а также о сельхозкооперативах, использующих грантовое финансирование на укрепление материально-технической базы. Прежде по условиям предоставле-

ния поддержки они должны были брать одного работника на каждые 3 млн рублей полученного гранта, теперь – одного работника на каждые 10 млн рублей. Максимальные суммы грантов останутся прежними: до 30 млн рублей для фермерских хозяйств и до 70 млн рублей для сельхозкооперативов. Часть средств владельцы семейных ферм смогут направить на приобретение земельных участков сельхозназначения, находящихся в муниципальной собственности.

КОМПЕНСАЦИИ РАСТУТ

Аграриям в этом году решено дополнительно компенсировать 70% затрат на приобретение и ввод в промышленную эксплуатацию маркировочного оборудования для внедрения обязательной маркировки отдельных видов молочной продукции. Также сельхозтоваропроизводители смогут вернуть 20% затрат на строительство или модернизацию цехов по производству кормов для ценных видов лосося и осетров.

Кроме того, с 20 до 50% увеличен размер возмещения затрат на создание и (или) модернизацию селекционно-семеноводческих центров в растениеводстве, если работы начаты не ранее 2022 года.

Подготовила Ольга НАГОРНАЯ.
Фото Галы АМАРАНДО.

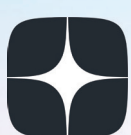
КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА

ИНФОРМАЦИЯ СТАЛА ЕЩЁ ДОСТУПНЕЕ!

Читайте самые интересные статьи «Крымской газеты» в нашем канале на «Дзен»!

Присоединяйтесь к «Крымской газете» во «ВКонтакте» и в «Одноклассниках»! Будьте в курсе главных новостей!

Всё самое интересное из жизни Крыма – в одном Telegram-канале!



ДЕРЖИМ МАРКУ



ИЗ КРЫМА С ЛЮБОВЬЮ

Почтовая марка без преувеличения способна облететь весь мир даже при закрытых границах. Эта красочная миниатюра может донести до человека, находящегося на другом краю Земли, важную информацию: чем гордится страна, выпустившая марку, какими ценностями руководствуется, как чтит память о своих героях. Крымская тематика на российских марках не иссякает, и ушедший год подарил нам ещё несколько замечательных выпусков, связанных с полуостровом.

КРАСОТА С ШИПАМИ

В 2022 году в тематическом разделе «Флора России» были выпущены четыре миниатюры, посвящённые садовым розам. Это не просто красивые изображения королевы цветов, а сорта, которые выведены в Никитском ботаническом саду.

Формировать коллекцию роз в учреждении стали с момента основания в 1812 году при его первом директоре Христиане Стевене. За два века сотрудниками изучено более шести тысяч сортов, а лучшие из выведенных селекционерами ботанического сада сохраняются в историческом разделе его розария. На сегодняшний день там произрастает более 450 сортов роз. В том числе и помещённая на марку «Феодосийская красавица». Этот сорт с крупными цветками, достигающими 15 сантиметров в диаметре, вывели знаменитые супруги-селекционеры Клименко в 1964 году. Компанию ему составляют также сорта роз «благовест», «полька-бабочка», «эмми».

ВАЖНЫЙ ЮБИЛЕЙ

Россия по-настоящему гордится своими уникальными му-

“ В 2022 ГОДУ В ТЕМАТИЧЕСКОМ РАЗДЕЛЕ «ФЛОРА РОССИИ» БЫЛИ ВЫПУЩЕНЫ ЧЕТЫРЕ МИНИАТЮРЫ, ПОСВЯЩЁННЫЕ САДОВЫМ РОЗАМ. ЭТО НЕ ПРОСТО КРАСИВЫЕ ИЗОБРАЖЕНИЯ КОРОЛЕВЫ ЦВЕТОВ, А СОРТА, КОТОРЫЕ ВЫВЕДЕННЫ В НИКИТСКОМ БОТАНИЧЕСКОМ САДУ

зеями, поэтому не осталось незамеченным на государственном уровне, что ровно сто лет назад был основан музей Воронцовского дворца в Алушке.

Согласно архивной выписке из протокола Президиума Крымского Совета народных комиссаров от 18 марта 1922 года на Южном берегу должны были сформировать несколько музейных учреждений. В частности, на базе дворца эмира бухарского, дворца Александра III, пуш-

кинского домика в Гурзуфе и Алушкинского дворца. Дата этого постановления и стала номинальным днём рождения нового музея.

Сам же дворцовый комплекс, который изображён на марке, был возведён в течение двадцати лет, с 1828 по 1848 год, по проекту английского архитектора Эдуарда Блора. Парадные залы дворца губернатора Новороссийского края, героя Отечественной войны 1812 года графа Михаила Семёновича Воронцова полностью сохранили свою аутентичную отделку.



ПОД АЛЫМИ ПАРУСАМИ

Филателистам, коллекционирующим почтовые марки с изображениями парусных судов, преподнесён сюрприз в виде выпуска с учебными трёхмачтовыми фрегатами «Мир» и «Херсонес». Корабли являются братьями, поскольку сошли со стапелей Гданьской судовой верфи им. Ленина: первый в 1987 году, а второй через два года – советский флаг на корабле подняли 28 марта 1989 года.

«Херсонес», получивший своё название в честь празднования тысячелетия крещения Руси, отправился на Чёрное море. В сложные украинские времена корабль выживал только за счёт туристической деятельности, катая иностранцев, а затем десять лет томился в отстое в Керчи.

После вхождения полуострова в состав России на «Херсонесе» в 2015-2016 годах проведён ремонт. Судно восстанавливали почти сто рабочих. Объём финансирования превысил 150

миллионов рублей. Фрегат стал учебной базой Севастопольского филиала Государственного морского университета им. Фёдора Ушакова в Новороссийске. Паруснику возвращён первоначальный вариант окраски, за исключением кормы и форштевня, которые были выполнены в «золоте».

Любопытно, что учебное судно на марке изображено под алыми парусами: первоначально фрегат планировалось назвать в честь Александра Грина, написавшего чудесную романтическую повесть.

«ЗА ВЕРНОСТЬ ДОЛГУ И СИЛУ ДУХА»

В серии «Государственные награды Российской Федерации» выпущена марка с изображением медали Луки Крымского. Эта награда изготовлена из серебра, и на её лицевой стороне изображён знаменитый уроженец Керчи – врач-хирург и религиозный деятель, архиепископ Симферопольский и Крымский Лука (в миру – Валентин Войно-Ясенецкий). Медаль вручается практикующим врачам, среднему и младшему медицинскому персоналу, а также работникам иных организаций, связанных с оказанием медицинской помощи, за заслуги в области охраны здоровья граждан и высокий профессионализм. Награда была учреждена 19 июня 2020 года указом Президента Российской Федерации. Ею отмечены медики, которые внесли особый вклад в борьбу с пандемией коронавируса.

Борис СЕДЕНКО.

ТЕРРИТОРИЯ ПРОФИ



Фото: Михаил ГЛАДЧУК

ОДИНОЧЕСТВО – МУКА

– Почему вы выбрали профессию врача скорой помощи? Что вас в этой работе привлекает?

– Ещё в 2006 году, работая санитаром скорой помощи, я втянулся, отметив для себя, что эта работа мне по душе. Работа на скорой – это не только спасение жизней, но и адреналин от экстрима, и встречи с разными людьми, от новорождённых до долгожителей. Каждый рабочий день – это новая история. Нам не грозит ощущение бесконечного «дня сурка», когда одно утро не отличается от другого и будни наполнены однообразием. В этом, наверное, и есть что-то интересное!

– Приходилось ли вам встречать Новый год в машине скорой помощи или на вызове?

– В Новый год мы с вызовов не возвращаемся. Самый запоминающийся случай произошёл в 2014 году: бабушка вызвала нас в 23:45 с жалобой на боли в сердце. Но, как выяснилось позже, сердце у неё не болело. Ей просто не хотелось встречать Новый год в одиночестве. И не пришлось – мы приехали незадолго до полуночи. А как говорится, с кем Новый год встретишь, с тем его и проведёшь. Действительно, весь следующий год 98% вызовов поступало от людей старше 65 лет.

– На какие вызовы чаще приезжаете в новогодние праздники?

– В Новый год чаще обращаются с жалобами на травмы, люди страдают во время драк, от взорванных петард... Отдельная категория – те, кто начинает отмечать Новый год заранее, с самого утра, выпивая много алкоголя. Вспомнил один из таких случаев... Приезжаем на вызов 31 декабря. Открывает дверь подвыпившая и раздражённая женщина и с порога предъявляет претензии, что ждала нашего приезда уже два часа, хотя нам

РОЖДЁН, ЧТОБЫ СПАСАТЬ

Болезнь может застать в самый непредсказуемый момент. Поэтому сложно представить жизнь без сотрудников скорой, которая в любое время суток всегда спешит на помощь. В рамках рубрики, в которой мы задаём наивные вопросы профессионалам своего дела, врач скорой помощи Ремзий Ахмедов рассказал о буйных пациентах и бессонных ночах, а также о том, на какие необычные вызовы ему приходилось отправляться.

удалось добраться за десять минут. Немного успокоившись, она всё же подпустила к осмотру, но внезапно набросилась на нас с кулаками. Когда мы её умили, я поинтересовался, с чем связана её агрессия, на что она ответила: «Ненавижу бородатых мужчин!» После этой фразы в комнату вошёл её муж. Как выяснилось, он носит бороду уже 10 лет... В предпраздничной суете они переругались, а мы попали под горячую руку. К счастью, всё обошлось: всех спасли, все помирились.

РАЗГОВОРЫ ПО ДУШАМ

– Как определить, когда незнакомец на улице просто пьян или вздремнул, а когда ему действительно необходима помощь?

– Определить на улице, пьян человек или болен, можно, если подойти ближе, чтобы выявить специфический запах алкоголя. Обычно он сразу распознаётся. Но в 99% случаев сердобольные прохожие не разбираются и сразу вызывают скорую помощь. Впрочем, это может спасти кому-то жизнь. Как правило, диспетчеры скорой помощи, которые принимают вызовы, профессио-

налы своего дела. Путём наводящих вопросов они могут определить, кому в данную минуту помощь врача требуется в первую очередь.

– Что на выездах впечатлило сильнее всего?

– За столько лет работы перестаёшь чему-либо удивляться: регулярно происходят странные, страшные и смешные случаи. Ещё когда я был студентом и работал санитаром на скорой, приехал на ДТП на николаевской трассе. Водитель выехал с дороги и немного повредил руку. После того как мы оказали ему помощь, в знак благодарности он предложил нам взять у него большой пач мяса. Я как студент очень обрадовался презенту, уже рассчитывал, что буду есть его неделю, а то и две... Но вдруг брезгливый доктор, с которым я тогда работал, вернул меня на землю и запретил даже думать о том, чтобы принять угощение. Конечно, я послушался, но так сильно обиделся, что не разговаривал с ним целый месяц.

– Как справляетесь с вызовами из серии «поговорить по душам и спросить совета»?

– По душам поговорить с одинокими бабульками, которым и скорая-то не нужна, – это уже

стало одной из важнейших и неотъемлемых частей моей работы. Иногда, чтобы им стало легче, достаточно помочь добрым словом, обсудить огород, особенно проблему трудного цветения помидоров (хотя, казалось бы, это не самые прихотливые растения). От долгих разговоров останавливают только другие пациенты, которые ждут нашей помощи.

В МИРЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ГОРЯ

– Ваша работа сложнее в физическом или психологическом плане?

– С уверенностью могу сказать, что 50 на 50. Кроме сострадания к пациентам, неизбежны и физические нагрузки – часто приходится носить мужчин более 110 кг с помощью водителя и Динары, хрупкой девочки-фельдшера. Но в этом можно найти и плюсы: такие «тренировки» помогают накачать мышцы.

– Самый нелепый стереотип о вашей работе?

– Многие убеждены, что для каждого жителя Крыма выделяется отдельная бригада скорой помощи. Иногда на вопрос: «Вы почему так долго ехали?» – хочется ответить: «Высыпались!»



РЕМЗИЙ АХМЕДОВ:

- окончил КГМУ им. С. И. Георгиевского в 2011 году по специальности «врач – акушер-гинеколог»;
- работает врачом скорой помощи с 2015 года.

ПО ПРОТОКОЛУ

– Какая подготовка необходима, чтобы стать сотрудником скорой помощи?

– Врачом не становятся, им рождаются! Чтобы стать работником скорой, человек должен получить высшее медобразование (в Крыму сделать это можно в Медицинской академии имени С. И. Георгиевского КФУ им. В. И. Вернадского), а после регулярно проходить курсы повышения квалификации. Чтобы работать в условиях ненормированного рабочего дня и физических и эмоциональных перегрузок, придётся вырабатывать в себе терпимость и высокую стрессоустойчивость. А ещё важна педантичность в выполнении своих обязанностей, ведь всё должно быть строго по протоколу.

– Сколько может зарабатывать специалист?

– Каждый специалист зарабатывает по-разному, всё зависит от стажа и категории. Минимальный заработок – 15-20 тысяч рублей. Но самое страшное, что можно заработать, – это проблемы!

– Каков карьерный рост у врача скорой помощи?

– Врач с опытом может рассматривать управляющую должность в структурном подразделении скорой помощи или стать медицинским директором. Не исключается и такой путь: министр здравоохранения Крыма, а потом – России.

На самом деле, нам редко удаётся не только прилечь, но и прилечь во время рабочей смены.

– Есть ли приметы, в которые верят врачи скорой помощи?

– Чаще суеверия связаны с законом подлости. Некоторые сотрудники скорой помощи запрещают коллегам желать спокойной ночи, спокойного дежурства или удачной смены, поскольку верят, что такое пожелание сработает наоборот. Многие никогда не меняют дежурства, не снимают обувь по приезде на станцию, ведь последует немедленный вызов. Но у меня другая примета: если я сытно позавтракаю, то день обязательно будет хорошим, я успею всех спасти. К сожалению, не всегда успеваю поест с утра...

Диана МАСЛОВА.

ЧИТАЛЬНЫЙ ЗАЛ

ОТДЕЛЬНЫЙ ФОНД

– Крымские экскурсоводы уже интересуются этой литературой и хотели бы, чтобы книги были в открытом доступе, – заведующая читальным залом библиотеки имени Пушкина Елена Боярищева подводит к высоким металлическим стеллажам, где размещён бесценный дар историка, за которым закрепилось звание биографа Евпатории. – Очень много книг на иностранных языках: албанском, армянском, болгарском, немецком, французском.

Заведующая методико-библиографическим отделом библиотеки Янина Грошева рассказывает, что при жизни Вадим Александрович преподносил в дар учреждению книги.

– Этот общительный, бодрый человек неоднократно передавал в библиотеку различные научные сборники, посвящённые археологическим исследованиям Западного Крыма, – вспоминает она. – Однажды принёс список своих публикаций, большую часть которых мы в глаза не видели, потому что это специализированные издания, научные журналы. Что касается переданного в дар библиотеке книжного собрания, то в этом году мы планируем задействовать отдельные книги в тематических экспозициях. В собрание входят издания, в том числе раритетные, по древней и средневековой истории, нумизматике, этнографии, археологии, экономической и политической истории, литературе и искусству, философии, мифологии и религии... Основная (и самая интересная для нас) часть библиотеки имеет прямое отношение к Северному Причерноморью и Крыму. Специалист и любитель истории найдёт интересные материалы о Керкинитиде, Херсонесе, Боспоре Киммерийском, Понтийском царстве, Фанагории и Ольвии, о киммерийцах, скифах, сарматах, готах и хазарах, о культах и праздниках античного мира, об Александре Македонском и Митридате Евпаторе, об исторических ландшафтах, животном мире и древних памятниках Крыма. Помимо того, что эта мемориальная библиотека будет влита в общий

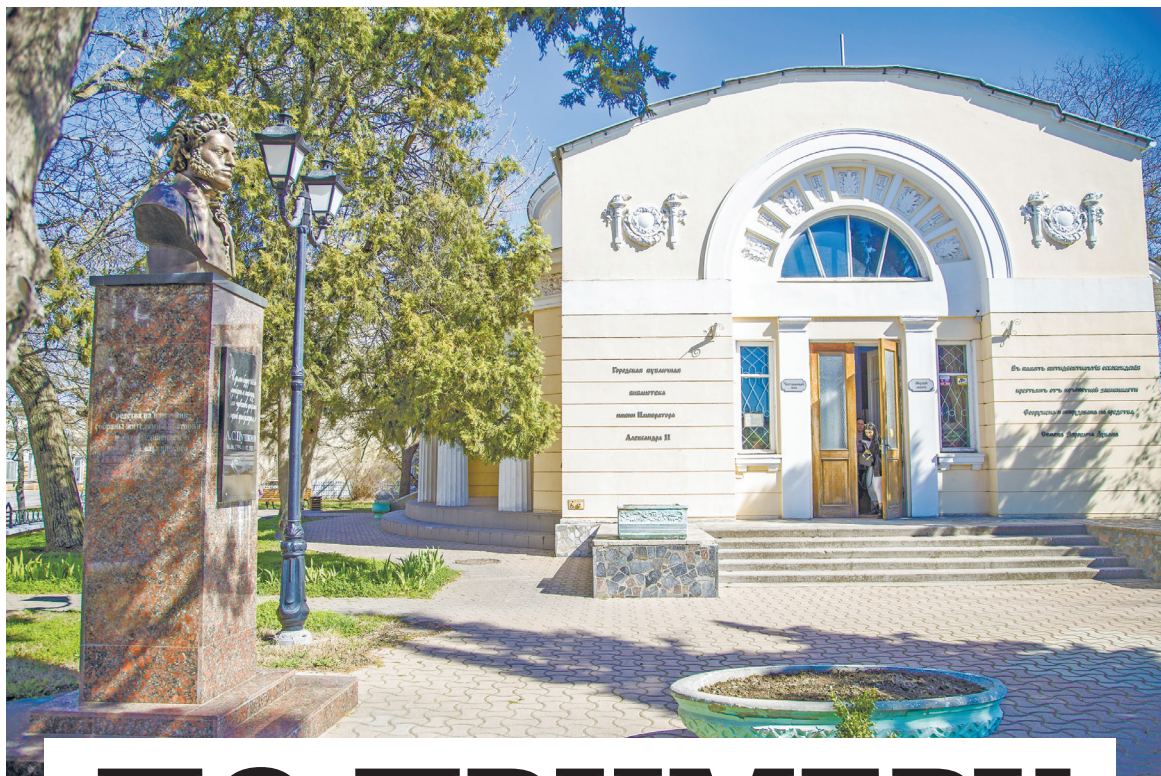


Фото из архива «Крымской газеты»

ПО ПРИМЕРУ
ДУВАНА

Марина Кутайсова, вдова выдающегося крымского историка Вадима Кутайсова, передала в дар Центральной библиотеке имени Александра Пушкина в Евпатории по-своему уникальное книжное собрание мужа. В течение года библиотекари намерены включить более двух тысяч томов в фонд учреждения.

каталог, карточки с указанием изданий из неё будут, вероятно, представлены в отдельном ящичке. И хотя некоторые из переданных книг дублируют имеющиеся в нашем фонде издания, они будут храниться в отдельном мемориальном фонде.

Существенную часть библиотеки Кутайсова составили книги, ранее принадлежавшие его учителю, выдающемуся археологу Олегу Домбровскому. В том числе дореволюционные издания, которые Олег Иванович приобрёл ещё до Великой Отечественной войны в антикварных и букинистических магазинах Ленинграда либо получил в дар от благодарных учеников, а также альбомы и

книги с авторскими автографами. Сам Кутайсов, по словам его вдовы и соавтора многих работ Марины Кутайсовой, особенно дорожил автографами учителя Олега Домбровского и коллег из «старой школы археологов».

«ВАДИМУ
ПОНРАВИЛОСЬ БЫ»

Решение передать книжное собрание в дар Центральной городской библиотеке Евпатории у Кутайсова созрело после работы над документами о личности евпаторийского городского головы Семёна Дувана.

– В девяностых годах мы с Вадимом собирали в архивах Мо-

сковы и Ленинграда материалы к своду памятников Крыма, – рассказывает вдова учёного Марина Кутайсова. – Я работала в газетном фондом Публичной библиотеки имени Салтыкова-Щедрина. Были найдены материалы о выдающемся деятеле местного самоуправления – очень энергичном, настойчивом в достижении своих целей городском голове, о котором в Евпатории почти никто не знал. Я высказала мнение мужу, что он походит на этого человека, тогда же решили писать о нём. Когда мы работали над статьёй в библиотеке имени Александра II (ныне это та самая Центральная городская библиотека имени Пушкина. – Ред.), узнали, что её наполняли книги благотворителей Павла Сеферова, Семёна Дувана, Бориса Казаса и других евпаторийцев. Тогда Вадим Александрович решил также передать свою библиотеку именно сюда.

Увлёкшись изучением фигуры Дувана, Кутайсов всячески способствовал возвращению имени яркого градоначальника в научный оборот и культурный обиход горожан. При деятельном и бескорыстном участии учёного одной из наиболее красивых улиц Евпатории вернули историческое название Дувановской, а в 1995 году город впервые после почти 80-летнего забвения торжественно отметил день рождения легендарного городского головы. Позже у евпаторийского театра, возведённого благодаря Дувану, ему установили памятник. Разыскав в Российском государственном архиве кинофотодокументов фильм о

СПРАВКА

Вадим Кутайсов (1956–2019) – историк-антиковед, археолог, ведущий научный сотрудник Института археологии Крыма РАН. Автор более 200 научных работ, включая 12 монографий. В соавторстве с женой учёный опубликовал обстоятельные «биографии» таких достопримечательностей Евпатории, как Свято-Николаевский собор, храм Святого Ильи, гимназия имени Ильи Сельвинского, городской театр и библиотека имени Пушкина.

посещении Евпатории в 1916 году императором Николаем II, Кутайсов атрибутировал киноленту и тем самым фактически дал ей вторую жизнь.

А с евпаторийской библиотекой учёный познакомился в конце 1970-х, когда в Евпатории проходил срочную военную службу.

– В это время Министерство обороны начинало строительство спального корпуса санатория (сейчас – Евпаторийский военный детский клинический санаторий имени Елизаветы Глинки. – Ред.), – вспоминает Марина Владимировна. – Перед строительством необходимо было провести археологическое исследование участка. Оно проходило с огромными трудностями, поскольку последние исследования городища делались ещё в 50-х годах. И только благодаря огромному авторитету Олега Ивановича Домбровского и неустремимой энергии Виктора Сергеевича Драчука были организованы раскопки античного полиса Керкинитиды. Исследование городища, включавшее камеральные работы с находками, Вадиму приходилось совмещать с военной службой.

С тех пор Кутайсов стал признанным специалистом по истории древнего города-полиса, издал ряд монографий и множество статей о Керкинитиде, защитил на эту тему кандидатскую и докторскую диссертации.

Сама блестящий историк, Марина Кутайсова напомнила, что передача в дар библиотекам личных книжных коллекций именитых людей – давняя и почётная традиция, которая позволяет сохранить национальное наследие и обеспечить преемственность в науке, культуре, общественном развитии.

– Меценатство в последнее время как-то отошло на второй план, – сетует она. – Видимо, не до этого сейчас. Думаю, что Вадиму понравилось бы то, что я довела его дело до конца, а нашему учителю Олегу Домбровскому – то, что книги переданы дореволюционной библиотеке.

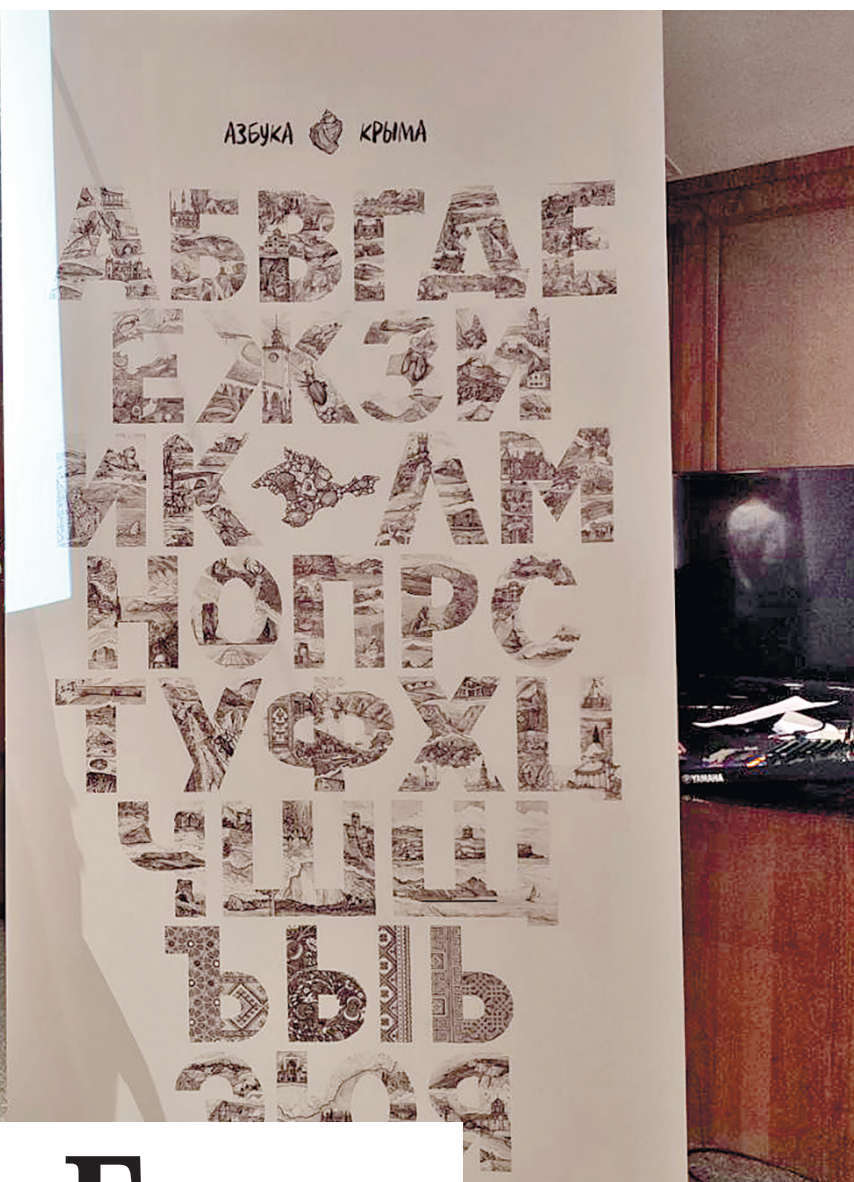
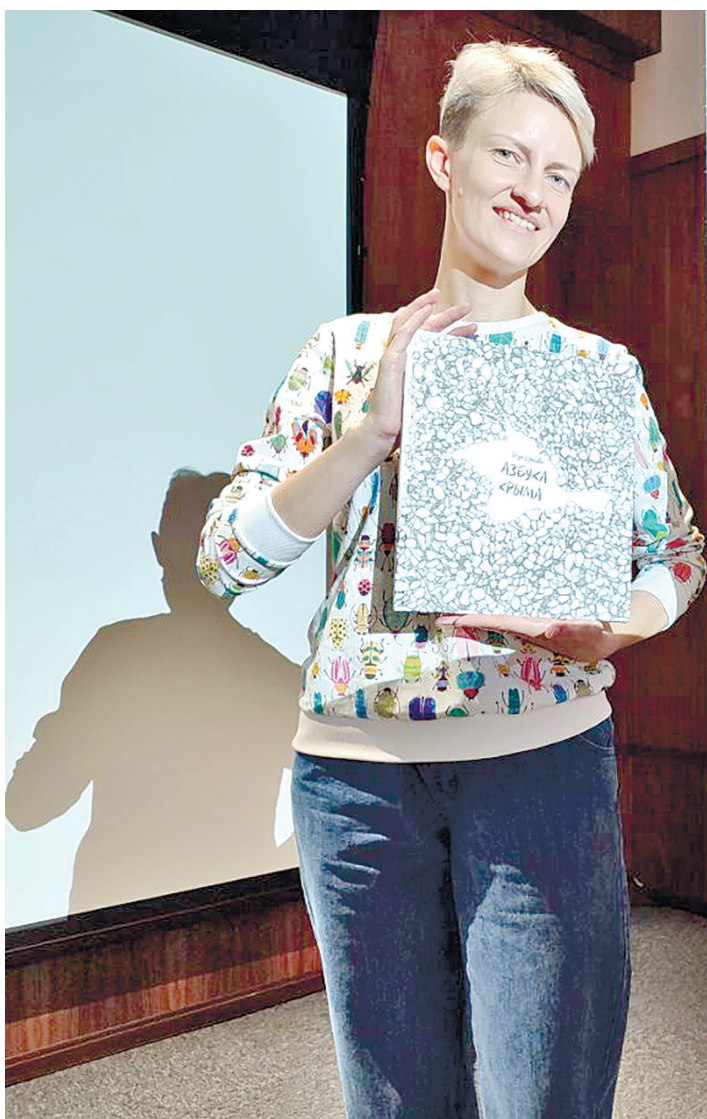
Алексей ВАКУЛЕНКО.



Фото: Алексей ВАКУЛЕНКО

Елена Боярищева: «Экскурсоводы хотят, чтобы книги из коллекции Кутайсова были в открытом доступе уже сейчас».

КРЫМСКАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ



◀ Вера Ершова: «Продолжением книги стал плакат-раскраска с алфавитом, положенным в основу «Азбуки Крыма».

изображать руины недостроенной атомной электростанции. Поэтому я выбрала легендарную беседу как один из символов посёлка.

Несмотря на очевидную оригинальность осуществлённого замысла, Вера не склонна считать себя новатором в сфере наглядного краеведения.

– Уже существуют азбуки различных регионов, в Воронеже издана архитектурная азбука, – перечисляет она. – Какие-то с фотоиллюстрациями, какие-то – без, как, например, «Азбука Урала», представляющая собой путеводитель.

НЕ РАСКРАСКА

Некоторые читатели уже посоветовали, что Крым в «Азбуке» получился чёрно-белым. Отвечая на подобные замечания, художница рассказывает, что, прежде чем приступить к работе над серией миниатюр, пробовала работать в цвете.

– Мне показалось, что в графической подаче проект выглядит более привлекательным, лучше получается задать узор, перетекание одного фрагмента в другой, – объясняет она. – Подключается воображение зрителя-читателя, он выделяет для себя тот или иной фрагмент. Не просто увидел и узнал, а рассмотрел, выделил и затем уже узнал. Если даже ограничивать себя какой-то палитрой цветов, чтобы объединить стилистически фрагменты картин в одну букву, всё равно не получится такой целостности, как в графическом варианте, когда цвет не отвлекает от содержания.

Иные «ценители» и вовсе сочли творение крымчанки книжкой-раскраской.

– Меня поздравляли с выходом книги-раскраски, спрашивали о том, можно ли её раскрасить, – с улыбкой вспоминает Вера. – На самом деле, продолжением «Азбуки» стал плакат-раскраска, где алфавит напечатан на большом плакате площадью девяносто сантиметров на полтора метра. И сам по себе он может быть частью украшения интерьера и использоваться как раскраска. В отличие от книги, где бумага мелованная, не предназначена для раскрашивания, плакат напечатан на специальной бумаге, изображения на которой можно раскрашивать и карандашами, и фломастерами, и красками любых видов. Если бы я руководила турагентством, особенно если оно работает по Крыму, то наверняка там разместила бы его на видном месте и раскрасила бы или отметила флажочками места, где проводятся туры. Один из первых экземпляров плаката, кстати, приобрёл Севастопольский отель, его вместе с «Азбукой» администраторы заведения подарил постоянному гостю.

Алексей ВАКУЛЕНКО. Фото автора.

«А» И «Б» НА ТАЙ-КОБЕ

Крымчанка Вера Ершова создала альбом достопримечательностей полуострова в прямом смысле от а до я, представив те на языке графики. Её «Азбука Крыма» включает более 220 графических миниатюр с изображением крымских пейзажей, растений, животных и объектов архитектуры. На страницах альбома с ними соседствуют ёмкие определения различных крымских реалий.

СИМФЕРОПОЛЬ В «Ж»

В это трудно поверить, но в детстве автор «Азбуки Крыма», по собственному признанию, не любила букварь. Зато всегда любила рисовать. А идея создать букварь для туриста родилась случайно.

– У меня был перерыв в творчестве. Чтобы «разрисоваться», вернуться к рисованию, возникла мысль создать серию крымских пейзажей, – рассказывает Вера. – Ведь нужно понимать, что конкретно изображать, и невольно начинаешь прокручивать всё, что в памяти: «а» – Алушта, «б» – Бахчисарай, «в» – вино, виноградники, «г» – Голицынская тропа... Сам по себе в голове появился такой список. И я подумала: почему бы не сделать сразу всё в виде букв? Графический крымский узор, как мозаика – буквы, состоящие из фрагментов разных локаций. Не выбирать, например, между Ласточкиным гнездом и Ханским дворцом в Бахчисарае, а изобразить как можно больше локаций со знаковым визуальным образом – достопримечательностей, природных объектов. А зритель

пускай сам найдёт то, что ему ближе.

«Разрисоваться» художнице и вправду удалось. За 10 месяцев она создала 224 миниатюры, которые и составили необычное издание. Притом что, по словам Ершовой, работала она без спешки, никто её не подгонял.

– Первым делом выбрала шрифт, – говорит Вера. – Его взя-

ла со шрифтового плаката времён Советского Союза. Шрифт выбрала максимально широкий и простой, чтобы в пространство буквы можно было поместить как можно больше визуальной информации. А затем уже начала вписывать фрагменты (изображений, тематически связанных с той или иной буквой. – Ред.), перемещать. Какие-то изначально не помещались там, где им, казалось бы, положено быть. Таким образом, в букву «к» Керчь не поместилась, поэтому она присутствует в букве «п» как Пантикапей. Местами получались такие ребусы. По той же причине в букве «с» Симферополь изображён в виде здания одноимённого кинотеатра в крымской столице. Железнодорожному вокзалу Симферополя нужно много места, чтобы он выглядел таким, какой есть: высоким, стройным. Поэтому он в букве «ж».

Если следовать такой логике, то как же быть с твёрдым, мягким знаком и «ы»? Даже такое препятствие не устояло перед необычайной креативностью Веры.

КОМПЕТЕНТНО

Директор ГУП РК «Крымский туристский центр»

Елена ЮРЧЕНКО:

– «Азбука Крыма» – книга, которая побуждает познавать, исследовать, создавать, любить и гордиться своим домом, своей Родиной. Для нашего юношества она должна стать настольной.

КСТАТИ

«Азбука Крыма» завоевала первое место в номинации «Сувенир региона» на Всероссийском конкурсе «Туристический сувенир – 2022». Издательский проект поддержали крымский акселератор туристических стартапов «От коммерческого бизнеса к эмоциональному» и автономная некоммерческая организация «Центр развития туризма и культуры «Наследие».

– Эти буквы посвящены национальным орнаментам наиболее многочисленных этносов, проживающих в Крыму, – поясняет художница. – В частности, русскому, украинскому, крымско-татарскому, турецкому, армянскому, греческому. Буква «ё» посвящена Чёрному морю, поскольку она присутствует в его названии. Буква «и краткое» – трём локациям, где «й» наиболее чётко читается: Тай-Коба, Хой-Кая и Ай-Тодор. «Ю» – Южному берегу Крыма и санаториям Южного побережья. Самой сложной задачей было нарисовать букву «щ», поскольку она самая большая, самая широкая по площади для рисунка. А из знакомых визуальных образов на «щ» – Щёлкино и Щебетовка. И если в случае с Щебетовкой можно изобразить вид на Карадаг, что и было сделано, то с Щёлкиным пришлось повозиться, чтобы не

МУЗЫКА НАС СВЯЗАЛА



ФАКТ

В ноябре 2022 года музыкальные и театральные коллективы Донбасса приняли участие в федеральной программе «Большие гастроли».

сана подоплёка всех событий: начало карательных операций современных бандеровцев, отправившихся защищать непокорные территории, и ответ, почему жители Донбасса дали отпор неонацистам. Песня «Моя Родина возвращается», ставшая реакцией на то, что Россия поднялась на защиту Донецка и Луганска, указывает: борьба эта была «на краю», но теперь есть непоколебимая уверенность, что на истерзанной неонацистами земле вновь воцарится мир. Аналогичное настроение передаёт и лирическая песня «Мой Мариуполь», которая заражает верой, что все ужасы военного конфликта остались позади. Город, «родной израненный дом», обязательно возродится.

Вика Цыганова: «Огонь перемен», «Давай, Донбасс, огня», «Вагнер»

Новые песни Вики Цыгановой восхищают своей экспрессивностью и разнообразием в музыкальном плане. В «Огне перемен» ощущается отчётливая реминисценция творчества Виктора Цоя. Песня отмечает тот ментальный поворот, который произошёл в современном российском обществе, его стремление к самоочищению и возвращению к истинным ценностям.

Композиция «Вагнер» посвящена бойцам ЧВК, которые активно участвуют в освобождении Донбасса. Песня сразу же была объявлена негласным гимном военного подразделения, а ещё вызвала настоящую истерику со стороны противников. В то же время песня «Давай, Донбасс, огня» посвящена российским спецподразделениям, которые находятся на самых горячих участках фронта, и сопровождается характерным призывом: «Работайте, братья!»

РИЧ: «Грязная работа»

Трек российского рэп-исполнителя стоит несколько особняком от других патриотических произведений. Скорее, эта песня – обращение к тем, кто твердит о каком-либо пацифизме, продолжая вести обычную жизнь, отсиживаясь в тепле и уюте, не теряя близких, знакомых и товарищей. В то же время для защитников Донбасса противостояние с палачами, которые поклоняются языческому богу войны и обстреливают мирные города, стало тяжёлой, монотонной, безостановочной работой, которая и не может иметь альтернативы. Композиция завершается молитвой о спасении православных людей от жестокости.

Борис СЕДЕНКО.

ИДТИ
ДО КОНЦА

В музыкальном плане ушедший 2022 год ознаменовался появлением большого количества мощных патриотических песен. Преимущественно они стали откликом на проведение специальной военной спецоперации на Украине. Трагические события в Донбассе и раньше находили отображение в творчестве музыкантов, но в год, наполненный непримиримой борьбой с неонацизмом, эти новые песни звучат намного громче и с особой духоподъёмной силой.

КУЛЬТУРНЫЙ ФРОНТ

Все восемь лет российские артисты регулярно давали концерты в Донбассе. Среди таких исполнителей рок-группа «Зверобой», Юлия Чичерина, певица Юта, Александр Скляр, Сергей Галанин, Джанго. С момента начала спецоперации культурная поддержка усилилась: перед жителями и военными выступали музыканты и артисты Игорь Бутман, Вика Цыганова, Лариса Долина, Дмитрий Дюжев, Александр Олешко, Григорий Лепс, Ольга Кормухина, Глеб Матвейчук, Денис Майданов, Сергей Войтенко, Анастасия Макеева, Виктор Добронравов, Зара, Родион Газманов, Николай Басков, Эдгард Запашный, кинорежиссёры Никита Михалков, Владимир Бортко и Иван Охлобыстин. Многие из них не только поддерживают песней и словом, но и оказывают волонтерскую помощь.

Сергей Галанин: «Будем жить», «Тебя не сломать»

О железной стойкости Донбасса может рассказать только мастер слова, который находился там всё это время под бесконечными обстрелами с украинской стороны. Поэтому в необыкновенной по красоте песне «Будем жить» известного рок-музыканта звучат пронзительные стихи донецкого поэта Владимира Скобцова. В ней воплотились контрастирующие образы чистого синего неба и оглушительной тишины от каждого нового взрыва, мысли о неощутимо малом расстоянии между жизнью и смертью и особой близости людей в эти мгновения.

В нарастающем звучании монументальной композиции «Тебя не сломать» Сергей Галанин повторяет припев словно заклинание, призванное сделать неуязвимыми защитников Донбасса и всего Русского мира.

Аким Апачев и Дарья Фрей: «Пливе кача», «Мы»

Освобождение Мариуполя в ходе спецоперации ознаменовалось выходом необычной песни «Пливе кача». Она представляет собой мелодичное сочетание фолка и хип-хопа, при этом исполняется на украинском языке. За основу взята народная песня, пре-

вращённая киевским режимом в реквием по боевикам Майдана. Автор произведения использует её как трофейное оружие, вскрывая подоплёку развязанной украинскими националистами агрессии. При этом и сама песня представляет собой отдельную битву, где в итоге характерным мощным выпадом исполнитель уничтожает противника, заявляя, что он не только сумел отстоять свой дом, но и отнимает сам украинский язык, который незаконно себе присвоили националисты, надругавшись над ним.

Иной послы имеет песня «Мы», направленная против либеральной пятой колонны, которая долго глумилась над историей страны и ценностями обычных россиян. Это довольно гневное произведение отмечает, что время прозападной богемной тусовки закончилось, она понесёт наказание за предательство своей страны.

«Зверобой»: «Моя Родина возвращается», «Мой Мариуполь»

В репертуаре рок-группы много патриотических песен, в том числе посвящённых боевым действиям в Донбассе. Этот своеобразный цикл начался в 2015 году, когда была создана композиция «Едут-едут БТРы», где опи-

Shaman: «Встанем», «Я – русский», «Вызов»

Без преувеличения, песни Ярослава Дронова считаются главными и знаковыми в ушедшем году. Они не только принесли огромную популярность самому исполнителю, но и затронули чувства многих соотечественников своей искренностью. И темы, которые поднял в них артист (память о ветеранах и героях Великой Отечественной войны, национальное самосознание, истоки человеческого героизма), оказались невероятно близки каждому в нашем обществе. Особенно молодость исполнителя импонирует подрастающему поколению, поскольку артист обращается к нему на понятном языке, но при этом говорит по-взрослому о серьёзных вещах. После однотипных и легкомысленных хитов-однодневок в отечественной поп-музыке эти композиции произвели фурор и дали повод говорить о возрождении жанра патриотической песни в новом звучании.

Юта: «Быть выше», «Струна», «За жизнь»

Песня «Быть выше» нашла сердечный отклик у многих слушателей. Она обладает удивительной успокаивающей силой, поскольку певица обращается ко всем людям, которые в нескончаемом потоке дезинформации и наветов на Россию могли прийти в замешательство, упасть духом. Поэтому в композиции приводится своеобразный этический кодекс нашей страны: негибкость, вера в правду, верность долгу, священная память о героях, любовь к детям, а также бесконечная мечта о мире, который так стремятся разрушить недоброжелатели. Не менее трогательные композиции посвящены военнослужащим, участвующим в спецоперации: «Струна» и «За жизнь».

#ЗОЖГАЗЕТОЙ

ВО ВСЁМ ВИНОВАТА
«КОРОЛЕВА»?

Очень многие замечают, что зимой чаще испытывают упадок сил, чем в тёплое время года. Да и лишний вес в холода набирается быстрее. Почему так происходит, мы спросили у **эндокринолога и диетолога Ольги Павловой**.

– Давайте вспомним, какие эндокринные органы влияют на скорость обменных процессов, – говорит врач. – В первую очередь это, конечно же, щитовидная железа. Не случайно её называют королевой метаболизма. Щитовидка – главный орган энергии и теплообмена. Именно от неё зависит, насколько нам тепло, можем ли мы зимой ходить в лёгких куртках, каков у нас периферический теплообмен (то есть руки и ноги у нас горячие либо постоянно холодные). Последнее говорит о нарушении энергообмена либо кровообращения, то есть о плохом периферическом кровотоке.

Эксперт напоминает, что у пациентов со сниженной функцией щитовидки, то есть гипотиреозом либо тканевым гипотиреозом (а его развитие могут вызвать периоды голодания, анорексия, хирургические вмешательства и т. д.), нередко наблюдается пониженная температура тела.

Врач-эндокринолог говорит:

– Часто в анкетах пациенты с нарушенной функцией щитовидки пишут, что у них постоянно температура тела держится

на уровне 35,6–36,2 °С, то есть не доходит до нормы в 36,6 градуса. За что ещё отвечает щитовидка? Это энергия, либидо, наш внешний вид, фигура, водный обмен, то есть отёки, и так далее. Функция щитовидки меняется зимой, потому что этот орган любит тепло и солнце. Летом, когда много солнца, выше температура тела и окружающей среды, функция щитовидки естественным путём усиливается.

Давно доказано, что зимой состояние пациентов с гипотиреозом, отправившихся на отдых в тёплые регионы, улучшается.

«СОЛНЕЧНЫЙ» ВИТАМИН

Такая тяга щитовидки к солнцу вызвана тем, что «королева метаболизма» нуждается в «сол-

ЗИМНЯЯ
СПЯЧКАКак вернуть энергичность
в холодный сезон

Можно ли сохранить бодрость, улучшить самочувствие и не набрать вес в зимние холода? Ответы на эти вопросы с помощью специалиста искала «Крымская газета».

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

По статистике, в России регулярная сонливость встречается у 40% населения. Возможно, чтобы избавиться от неё, будет вполне достаточно отрегулировать температуру в комнате или принять курс витаминов. Однако сонливость может быть и симптомом многих болезней.

нечном» витамине D. Зимой он нужен всем, уверена эксперт, но дозу должен подбирать врач по результатам лабораторных исследований.

– Сдавать анализ на витамин D, чтобы контролировать, насколько выражен его дефицит, очень важно. Даже сам по себе выраженный дефицит витамина D, не сопровождающийся нарушениями работы щитовидки, будет давать слабость, сонливость, снижение эмоционального фона, депрессию и набор веса, – отмечает эксперт.

ДАЁШЬ СОН ВМЕСТО
ПРОБЕЖКИ!

Щитовидка также очень любит витамины группы B, в частности, фолиевую кислоту (B9),

«ДАЖЕ САМ ПО СЕБЕ ВЫРАЖЕННЫЙ ДЕФИЦИТ ВИТАМИНА D, НЕ СОПРОВОЖДАЮЩИЙСЯ НАРУШЕНИЯМИ РАБОТЫ ЩИТОВИДКИ, БУДЕТ ДАВАТЬ СЛАБОСТЬ, СОНЛИВОСТЬ, СНИЖЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ФОНА, ДЕПРЕССИЮ И НАБОР ВЕСА»

которая в организме превращается в фолаты. Этих соединений много в продуктах растительного происхождения, например, в зелёных листовых овощах, бобовых, семечках, капусте, в выпечке из муки грубого помола, в цитрусовых.

– Летом мы едим много овощей, получая достаточно фолиевой кислоты из натуральных источников. Плюс употребляем свежие ягоды и фрукты. Это большое количество витамина C, который тоже нужен щитовидке. И даже шашлык, которых многие очень боятся, могут быть полезны: из красного мяса мы получаем гемовое железо, которое хорошо усваивается в желудочно-кишечном тракте. А зимой солнца меньше, витамина D меньше, фолатов из свежей зелени мы недополучаем, витамина C – тоже. Да и не каждый будет готовить зимой говядину, потому что это дольше и дороже. Проще курицу или рыбу закинуть в духовку. В итоге и субстратов для выработки гормонов меньше. Поэтому зимой замедляется обмен веществ, снижается энергообмен и ухудшается эмоциональный фон, – говорит врач-диетолог.

Низкий уровень фолиевой кислоты, витамина C и меди тоже влияет на энергообмен, а в конце концов и на выработку гормонов щитовидки.

Ещё одна важная составляющая здоровья «королевы метаболизма» – режим дня. Человеку необходимо спать минимум шесть часов в сутки, а в идеале – 7-8 часов.

– Когда на приём приходит человек с выраженным снижением функции щитовидки, который хочет похудеть, я говорю, что первые полтора месяца мы восстанавливаем щитовидку, то есть вместо утренней тренировки выбираем утренний сон. А после восстановления щитовидки однозначно начнёт снижаться вес.

Ольга НАГОРНАЯ.

Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

Соблюдайте меры профилактики:

Будьте здоровы!

мойте руки

рекомендуем носить маски

соблюдайте дистанцию 1,5 м

Берегите друг друга!

КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА

ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА



Фото из архива Илоны Захаровой

БЕГОМ
МАРШ!

КАК ВОСПИТАТЬ ЧЕМПИОНА

Например, радуют своими результатами воспитанники мастера спорта Илоны Захаровой. Тренер-преподаватель вместе со своей группой молодых атлетов сейчас находится в Кисловодске на сборах. Спортсмены готовятся к первенству и чемпионату Южного федерального округа. Соревнования пройдут в Краснодаре. Они станут отборочными. Лучшие атлеты смогут попасть на чемпионат и первенство России.

Мы связались с **Илоной Захаровой**, и она рассказала, как воспитывает новых чемпионов.

– Какие условия сейчас созданы для развития молодых спортсменов в Крыму?

– Открылся после реконструкции стадион в Ялте. Прекрасное сооружение. Но мы там не тренируемся. Можем только участвовать в соревнованиях. Что с радостью и делаем. В октябре прошли замечательные соревнования «Золотая осень». Дети были счастливы. Организация великолепная. Малыши получили грамоты, медали, призы. Для детей это главное.

Благодаря нашему директору Олегу Голиначу в училище созданы хорошие условия для тренировок. Если надо, то приезжаем в Симферополь в манеж имени Т. Ф. Корнева. Там тоже нам директор Анато-

Крымская лёгкая атлетика продолжает с каждым годом выращивать новых талантливых спортсменов. Большинство из них проходит через Крымское среднее профессиональное училище олимпийского резерва.

лий Королёв ни в чём не отказывает.

Могу сказать точно, что в училище всё делается для того, чтобы спортсмен развивался.

– Много талантливых и интересных ребят к вам приходят? Как вы их отбираете для училища?

– Приходят одарённые дети. Я очень благодарна тренерам из спортивных школ, которые их подготавливают, отдавая для этого все силы. Могу отметить Александра Бондаренко, Ирину Карпенко, Евгения Брюханова...

К нам в училище дети попадают в основном из сёл. Там сложно достичь каких-то больших результатов, просто условия не позволяют.

Как выявляем талантливых детей? В первую очередь мы сотрудничаем с тренерами. Проводятся первенство и Кубок Республики Крым по лёгкой

атлетике. Там участвуют все наши дети. Мы видим, как выступают спортсмены. Отбираем для училища самых талантливых юных атлетов.

Ребята, конечно, хотят к нам попасть. Родители тоже рады, потому что дети занимаются только учёбой и спортом. Наши учащиеся находятся полностью на государственном обеспечении.

Практически все воспитанники у нас одеты в фирменную экипировку сборной Республики Крым. Они с гордостью носят эти костюмы и с честью представляют нашу республику на соревнованиях самого высокого уровня.

ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР

– Насколько важно тренеру личным примером показывать детям, как надо относиться к своей жизни?

– Я же сама мастер спорта. Тренер должен мотивировать и стимулировать своим личным примером.

Я до сих пор бегаю со своими ребятами кроссы, провожу тренировки, нахожусь с ними на одной волне.

Мои воспитанники знают о тех успехах, которых я добилась. Всё-таки побеждала на многих марафонах, в том числе и международных. Поэтому дети стремятся повторить или даже добиться ещё лучших результатов.

– Насколько я понимаю, вы большое внимание уделяете и досугу ваших воспитанников?

– Я обязательно наполняю их жизнь полезными вещами. Вы же знаете, что в наши годы многие дети не могут жить без телефона. У нас совсем другая ситуация.

Мы ходим в походы. Сначала для детей это тяжело. Но потом они сами просят, чтобы мы побывали в новых местах.

Сейчас ребята взрослеют. Уже поступает запрос на походы в кинотеатр и театр. И это нужно делать, чтобы дети гармонично развивались.

– Чего вы ждёте от нового года?

– У нас есть большое желание выступать на всероссийских соревнованиях. Думаю, что в 2023 году будет возможность выехать на большое количество турниров. А своих воспитанников мы подготовим для хорошего выступления на соревнованиях.

БАСКЕТБОЛ

МАТЧ ЗВЁЗД

Сборная Крымского федерального университета «КФУ-Грифоны» в этом сезоне не так удачно выступает в элите студенческого баскетбола. Но всё равно, как и все последние годы, Матч звёзд АСБ не пройдёт без участия нашего спортсмена.

Одно из главных событий Ассоциации студенческого баскетбола – Матч звёзд – пройдёт в начале февраля в Красноярске.

Республику Крым на этом масштабном событии представит форвард команды «КФУ-Грифоны» Роберт Батков.

ЗОЖ

СПОРТИВНАЯ ДЕКАДА

В Республике Крым прошла «Декада спорта», в которой приняли участие 15 муниципальных образований. Об этом сообщили в пресс-службе Минспорта Крыма.

Всего за восемь дней было проведено 52 мероприятия, а общее количество участников составило 2995 человек.

Также 1 января в городах, посёлках и сёлах на имеющихся стадионах либо спортивных площадках проводился Всекрымский спортмоб «Бодрое утро!» в рамках социально-культурного проекта «Живи трезво», в котором приняли участие более 600 человек.

ФУТБОЛ

ДО ЧЕГО МЫ ДОЖИЛИ!

Главным открытием первой части чемпионата в Российской Премьер-лиге стал воспитанник крымского футбола Владимир Писарский, который ранее выступал под фамилией Сычевой.

Форвард лидирует в бомбардирской гонке вместе со спартаковцем Квинси Промесом. Владимир забил 14 голов в 15 матчах.

Писарский в конце 2022 года перешёл из «Орентура» в самарские «Крылья Советов» за 100 миллионов рублей.

Как стало известно, интерес к нападающему проявлял и «Зенит».

– Да, «Зенит» интересовался Сычевым. Но видите, в «Зенит» уже идти не хотят! До чего мы дожили! Футбол развивается в России, – сказал заместитель генерального директора «Зенита» Андрей Аршавин. – Он бежит неплохо, головешкой хорошо играет. Нагловатый парень.

Также услуги Писарского предлагали московскому «Спартаку». Но столичный клуб не захотел выкупать права на форварда за 37,5 млн рублей.

СКАЗАНО



Сегодня мы снова увидели лучшего игрока мира. Лео хотел играть, он вернулся физически здоровым, и когда он с нами на поле, у нас есть гарантированные шансы».

Кристоф ГАЛТЬЕ, главный тренер «ПСЖ», о первом голе Лионеля Месси после чемпионата мира.



На международную арену нас не пускают. Год нас ещё продержат, но потом допустят и до чемпионата мира, и до Евро-тура. В этом году нам международных матчей ждать не стоит. Перспективы у нас внутри. Будем развиваться».

Владимир КРИКУНОВ, бывший тренер сборной России, об участии национальной команды по хоккею в чемпионате мира.

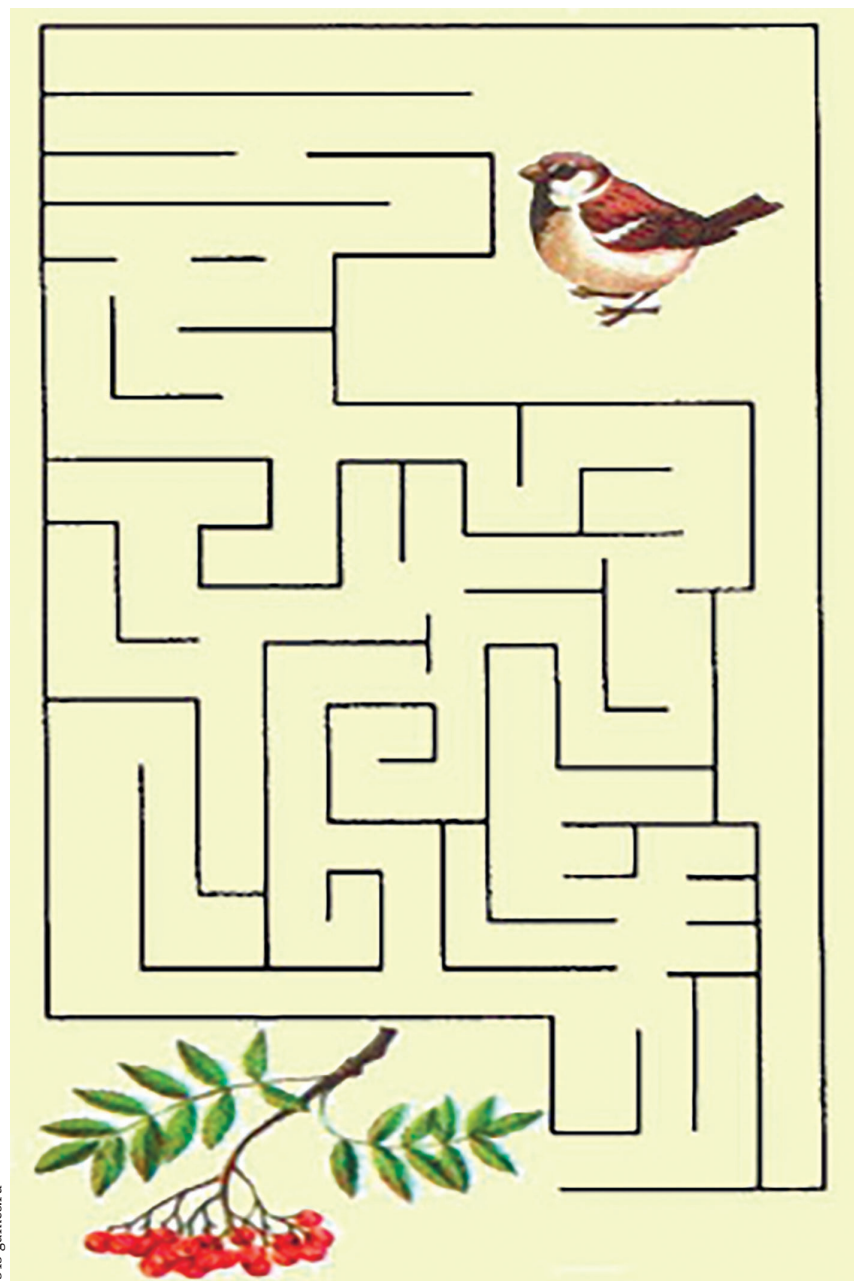


Понимаю, что многих в мире это разочаровало, особенно здесь, в Австралии, где на протяжении двух лет действуют действительно строгие меры».

Новак ДЖОКОВИЧ, 21-кратный победитель турниров Большого шлема, о своём допуске на Australian Open.

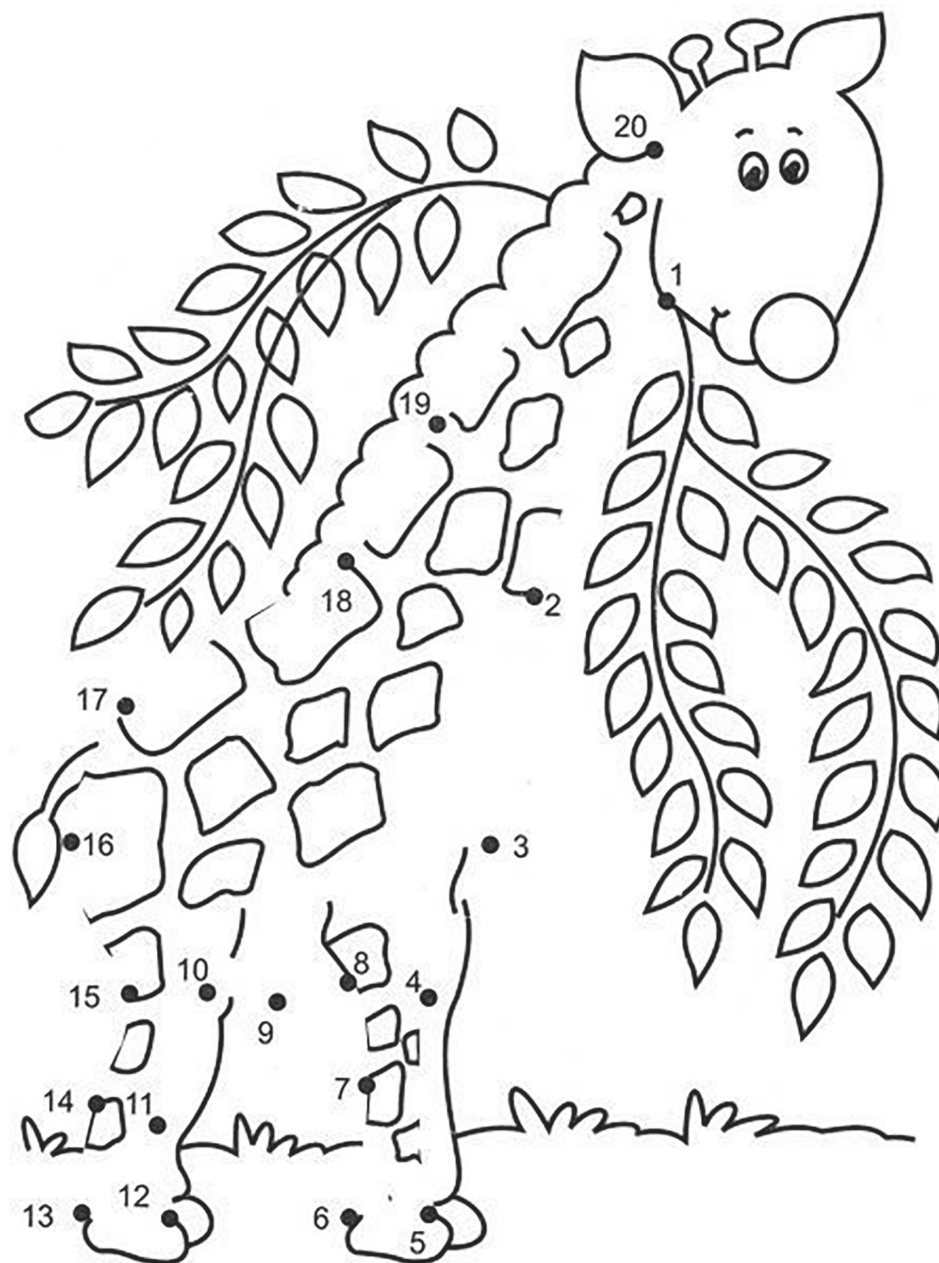
НАКОРМИ ВОРОБЫШКА

НАЙДИ 10 ОТЛИЧИЙ



СОЕДИНИ ПО НОМЕРАМ И РАСКРАСЬ РИСУНОК

НАЙДИ ДВУХ ОДИНАКОВЫХ СНЕГОВИКОВ



345-games.ru

igraza.ru

red-kopilka.ru

ЭТО ВКУСНО

КАПУСТНИКИ НА СКОВОРОДЕ



ИНГРЕДИЕНТЫ на 4 порции:

- капуста – 600 г;
 - яйца (крупные) – 3 шт.;
 - мука – 4 ст. л.;
 - сода пищевая – 0,5 ч. л.;
 - растительное масло – 2 ст. л.;
 - перец чёрный молотый – по вкусу;
 - соль – по вкусу.
- Для соуса:**
- томатный сок – 100 мл;
 - сметана – 100 г.

Приготовление:

У капусты удалите верхние повреждённые листья. Капусту нашинкуйте, обходя плотные жёсткие части листьев вокруг кочерыжки.

В миску разбейте яйца, добавьте соль и перец и взбейте венчиком до однородности. Смешайте взбитые яйца с мукой и содой.

Вылейте полученную массу в нашинкованную капусту и хорошо перемешайте.

Теперь приготовьте соус. Томатный сок в этом рецепте можно заменить на кетчуп или томатную пасту, предварительно разведённую в воде. Сметана подойдёт любой жирности, лучше 20%. В стакане соедините сметану и томатный сок и перемешайте до однородности, разбивая все комочки.

В сковороде на среднем огне разогрейте немного растительного масла. Ложкой выложите в сковороду капустную массу, формируя круглые оладьи одинакового размера.

Обжарьте капустники с двух сторон до румяной корочки, примерно по 3-5 минут с каждой стороны. Готовые капустники переложите на тарелку.

Когда все оладьи будут готовы, уложите их в чистую сковороду внахлест. Залейте капустники томатно-сметанным соусом. Тушите на среднем огне 10 минут. Подайте к столу, украсив свежей зеленью. Приятного аппетита!

ЧТИВО

7 ЦИТАТ О...

...снеге. «Крымская газета» публикует выдержки из художественных произведений и цитаты известных людей, объединённые одной темой.



«Шёл снег. Если сощуришься и долго смотреть вверх, покажется, что Небо с Землёй плывут навстречу, и уже не понять, то ли снежинки спускаются на лицо, то ли сам летишь, летишь вверх...»

Мария Семёнова, «Валькирия. Тот, кого я всегда жду»

«Зима пробуждает аппетит. Пока на улицах лежит снег, шоколадное пирожное – лучшее лекарство».

Эрих Мария Ремарк, «Тени в раю»



«Снегопад – единственная погода, которую я люблю. Он меня почти не раздражает, в отличие от всего остального. Я часами могу сидеть у окна и смотреть, как идёт снег. Тишина снегопадения. Она хороша для разных дел. Самое лучшее – смотреть сквозь густой снег на свет, к примеру, на уличный фонарь. Или выйти из дому, чтобы снег на тебя ложился».

Вот оно, чудо. Человеческими руками такого не создать».

Эрленд Лу, «Допплер»

«Шёл снег огромными хлопьями, которые не обязательно заливать молоком. Снег шёл сам по себе, и ему не требовались люди для подтверждения уникальности. Его любили и ненавидели».

Мария Свешникова, «Небо № 7»



«Я с детства испытываю своеобразное волнение перед свежим покровом снега... Точно вступаешь в какой-то новый мир, и всего тебя пронизывает радость открытия, первого соприкосновения с чем-то чистым, нетронутым, неосквернённым».

Джон Стейнбек, «Зима тревоги нашей»

«Провалиться по горло в снег – удовольствие, которое может оценить только тот, кто сам его испытал».

Эмили Бронте, «Грозовой перевал»

«Каждая снежинка как письмо с небес».

Малин Кивеля, «Ты или никогда»

Подготовила Диана МАСЛОВА.

ГОРОСКОП

13 – 19 января



ОВЕН. Лучше не соглашаться на переезд. Помните о взаимовыручке – это важный фактор успеха на предстоящей неделе. Позвольте себе немного развлечься, чтобы набраться сил. Высшие силы благоволят к путешественникам.



ТЕЛЕЦ. Звёзды советуют каждый день заниматься физическими нагрузками. В середине недели стоит провести генеральную уборку. Старайтесь не вмешиваться в чужие дела. Технические устройства будут с вами не в ладах.



БЛИЗНЕЦЫ. Воздержитесь от алкоголя, даже если в окружении будут его настойчиво предлагать. У вас ожидается успех в сложных делах. Найдите время для короткого путешествия, оно принесёт новые впечатления.



РАК. Переписка может помешать справиться со своими обязанностями. Отфильтруйте из жизни всех людей, которые вам неприятны. Вы испытаете вдохновение, которое полезно будет использовать для творчества.



ЛЕВ. Не вступайте в споры, так как это приведёт к конфликту. В начале недели ждите гостей. Планы насчёт путешествия лучше перенести. Чтобы решить текущие вопросы, не нужно оглядываться на прошлое.



ДЕВА. Ностальгия попытается отвлечь от текущих дел, ей нельзя поддаваться. Любые сложные задачи можно будет легко решить в эти дни. В вашей жизни намечается длительная переписка. В свободные дни стоит сменить обстановку.



ВЕСЫ. Праздник придёт в ваш дом. Освоение новых сфер будет затруднительным. Смена места жительства произойдёт быстрее, чем вы ожидаете. Сконцентрируйте усилия на решении краткосрочных задач. Для продуктивной работы следует воспользоваться техсредствами.



СКОРПИОН. Могут обостриться отношения с кем-то из старых приятелей. В это время лучше воздержаться от дружеских посиделок и провести время с семьёй. Наверняка под бой курантов вы загадали желание, и не одно. Так подумайте, как поспособствовать исполнению!



СТРЕЛЕЦ. Небесные светила рекомендуют силовые упражнения для физического развития. Путешествия, предпринятые в ближайшие семь дней, принесут приятные эмоции. Старайтесь не брать и не давать деньги в долг.



КОЗЕРОГ. Вас похвалят за результаты интеллектуального труда. Пока лучше не выбрасывать вещи из дома, потому что они могут понадобиться. Если вы хотите избавиться от вредных привычек, то сейчас это сделать будет намного проще.



ВОДОЛЕЙ. Природа благоприятно на вас повлияет. Дорога будет очень уютной. Воздержитесь от перестановки мебели. Обратите внимание на занятия йогой, сейчас они особенно полезны.



РЫБЫ. Вам удастся впечатлить окружающих, но следите, чтобы неожиданный успех не вскружил голову. Не возлагайте домашние заботы исключительно на свои плечи. Выходные проведите в кругу близких.

Подарки от «Академии слуха»: второй слуховой аппарат бесплатно!

Новый год – праздник для всей семьи. Детский смех, голоса близких – самые дорогие звуки для нашего сердца. Тем больнее, когда мы теряем их из-за проблем со слухом. Упущенное время вернуть невозможно, но потерянный слух можно компенсировать с помощью слухового аппарата!

Чем опасна потеря слуха?

• Снижение качества жизни: сложно общаться с близкими, особенно с детьми. Человек не только не слышит, но и получает искажённую информацию, из-за чего может игнорировать сигналы опасности: сирены, крик, шум колёс автомобиля. Родители опасаются оставить ребёнка со слабослышащим родственником, могут возникнуть проблемы на работе.

• Исследования доказывают, что падение слуха может приводить к ухудшению качества жизни, одиночеству, де-

прессии, ухудшению памяти и внимания. Всё это мешает человеку жить полноценной жизнью!

Какие симптомы существуют у людей, страдающих потерей слуха?

- Постепенное прибавление громкости телевизора, телефонного звонка.
- Человек начинает хуже разбирать слова, ему кажется, что другие говорят неразборчиво.

Чем помогут два слуховых аппарата? Почему нужны именно два?

Два слуховых аппарата индивидуально восполняют потерю слуха и повышают разборчивость речи, даже если собеседников несколько и они говорят одновременно. Кроме того, сокращается период привыкания к слуховым аппаратам. А за счёт правильной настройки вы легко сможете общаться с близкими и слышать окружающий мир.

Этой зимой в «Академии слуха» действует акция «1+1: второй слуховой аппарат БЕСПЛАТНО!».

Это отличная возможность снова услышать мир и своих близких!

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ:

- Производитель вашего аппарата ушёл из России, а устройство ещё на гарантии? Сдайте аппарат нам за скидку до 50% на новый, отечественного производства!
- Не можете сразу выплатить всю сумму? У нас есть рассрочка сроком до 18 месяцев!
- У вас есть инвалидность и электронный сертификат на слуховой аппарат от ФСС? Его можно использовать у нас!
- Поможем оформить официальный социальный вычет на сумму до 15 600 рублей.



Второй слуховой аппарат
БЕСПЛАТНО!



1+1
Второй в подарок!

Предварительная запись доступна по телефону

8 (3652) 53-03-93.

Наш адрес: г. Симферополь,
пр-т Победы, д. 54

Лицензия: № ПО-71-01-001016 от 07.10.2013 и № ФСС-99-04-001395 от 20.05.2014

Рассрочка предоставляется ИП Мурзиновым М. В. сроком от 3 до 18 месяцев. Минимальная сумма рассрочки – 35 000 рублей. Максимальная сумма рассрочки неограничена. Досрочное погашение доступно в любое время по заявлению покупателя. Акция распространяется не на все слуховые аппараты. Полный список товаров, участвующих в акции, условия участия уточняйте у сотрудников Центра и на сайте «Академии слуха»: as.clinic.
*Снижение слуха как основная причина когнитивных нарушений у пожилых пациентов // Авторы: Карпищенко С. А., Щербак Я. Л., Мерелишвили С. М. Электронное периодическое издание gtm.ru (РМЖ.ру), октябрь 2020 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ДЛЯ ТЕХ, КТО ПРИБЫЛ С УКРАИНЫ И ПОЛУЧИЛ СТАТУС БЕЖЕНЦА

- Как получить государственную поддержку
- Как устроить ребёнка в детский сад, школу или вуз
- Как трудоустроиться
- Как получить психологическую и юридическую помощь

Читайте на сайте gazetacrimea.ru



13 ЯНВАРЯ

В 1703 году в Москве вышел первый номер газеты «Ведомости». Это была первая в России газета.

В 1813 году русские войска во главе с императором Александром I под командованием генерал-фельдмаршала Михаила Кутузова перешли Неман и, вступив в герцогство Варшавское, начали освобождение Европы от Наполеона.

В 1858 году поступила в обращение первая российская почтовая марка.

В 1944 году решением Ленгорисполкома возвращены исторические названия 20 площадям и улицам Ленинграда (в том числе Дворцовой площади и Невскому проспекту).

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

7 ЯНВАРЯ БЫЛ ИЛИ БЫЛО?

Вы наверняка читали новости о том, что 7 января в этом году было самым холодным днём этой зимы. С данными от синоптиков спорить не будем, а вот с родом подлежащего разберёмся. На самом деле, всё просто: в данном сочетании надо восстановить пропущенное слово, которое подразумевается, но не используется в разговорной речи. Седьмое (число) января. Поэтому и средний род у подлежащего мы определяем по слову «число». Правильно: 7 января было самым холодным днём.

Рубрику ведёт Ирина ГУЛИВАТАЯ.

АНЕКДОТЫ

Антон понял, что переборщил с пирсингом, когда на него перестали клевать девушки, но начали шуки.

* * *

Мой муж напоминает мне кактус: тоже небритый и растёт возле компьютера.

ПОГОДА 14 января

Джанкой, Армянск: +3, -1, 10°C ВОДА

Керчь, Ленино: +1, -1, 9°C ВОДА

Евпатория, Саки: +6, 0, 10°C ВОДА

Симферополь: +7, 0, 10°C ВОДА

Феодосия, Судак: +6, +1, 10°C ВОДА

Ялта, Алушта: +9, +6, 10°C ВОДА

С четверга по субботу ожидается магнитная буря. Будьте внимательны к своему здоровью.

■ Магнитосфера спокойная ■ Магнитосфера возбуждённая ■ Магнитная буря

08:18
Восход

17:26
Заход

9:08
Долгота дня

77%
Влажность

Атмосферное давление:
743-742 мм

Прогноз магнитных бурь 13 – 19 января

| | | | | | | |
|----|----|----|-------|-------|-------|-------|
| 13 | 14 | 15 | 16.01 | 17.01 | 18.01 | 19.01 |
| 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 |

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ НА 13 – 19 ЯНВАРЯ

13 – 19 января (убывающая луна)

| | | |
|---|---|---|
| 13.01 – Не нагружайте печень. Проводите кровоочистительные процедуры. | 15.01 – Ослабляется иммунитет. Не рекомендуются хирургические операции. | 17.01 – Держите ноги в тепле. |
| 14.01 – Не рекомендуется голодать и поститься. | 16.01 – Хороши силовые физические упражнения. | 18.01 – Полезны массаж и бани. Не вырывайте зубы. |
| | | 19.01 – Не употребляйте алкоголь. |

