

КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА



Издаётся с 6 июля 1934 года

№ 101 (22290)

ВТОРНИК

16 июня

2026 года

GAZETACRIMEA.RU

#ЗОЖСГАЗЕТОЙ. Почему один и тот же стакан воды может помочь похудеть или поправиться?

СТР. 5 | Футбол.
Без нас хуже

СТР. 6 | ТВ: среда
четверг

16+

В СТРАНЕ И В МИРЕ

В МИРНЫХ ЦЕЛЯХ. Правительства России и Лаоса заключили соглашение о сотрудничестве в области использования атомной энергии в мирных целях. Соглашение подписали глава «Росатома» Алексей Лихачёв и министр промышленности и торговли Лаоса Малайтхонг Коммасит в присутствии премьер-министров обеих стран.

ОТКАЗАТЬ НЕ ВПРАВЕ. Сотрудники имеют право взять до пяти календарных дней отпуска за свой счёт для подготовки к свадьбе, напоминает пресс-служба Минтруда. Такой отпуск предоставляется по письменному заявлению сотрудника, а работодатель не вправе отказать в его предоставлении. Эти дни не уменьшают продолжительность ежегодного оплачиваемого отпуска и доступны независимо от стажа работы.

В СЕТЬ ИДУТ ОДНИ СТАРИКИ. Премьер-министр Великобритании Кир Стармер объявил о введении полного запрета на использование социальных сетей для детей младше 16 лет. По его словам, социальные сети «делают детей несчастными», облегчают травлю и «разработаны так, чтобы вызывать зависимость». Правительство намерено принять закон до декабря 2026 года, а сам запрет вступит в силу весной 2027 года.

ЕС ОПАСАЕТСЯ. Евросоюз опасается, что ему могут навязать конкретную дату приёма Киева в свой состав в рамках возможного соглашения по урегулированию конфликта на Украине. Чиновники ЕС в частном порядке обеспокоены непостоянством Верховной Рады, мешающим прогрессу в деле вступления в блок. Тревогу вызывает замедлившийся темп принятия реформ, необходимых для членства.

ЦИФРА

БОЛЕЕ 577 ТЫС. ГА ранних зерновых и зернобобовых культур предстоит в этом году в Крыму убрать хозяйствам всех форм собственности.

СКАЗАНО



«Отсечение Украины от моря решило бы огромное количество проблем. У британцев сразу бы исчез интерес по отношению к Украине. (...) Взятие Одессы решило бы для нас и проблему Харькова».

Павел ШИПИЛИН, российский политолог.



В СТАТУСЕ ЛИДЕРА

Четыре золотые медали получил на Всероссийском форуме «Здравница-2026» коллектив Сакского военного клинического санатория имени Н. И. Пирогова. И почётную награду в специальной номинации «Здоровье СВОих».

Такого количества наград не получил ни один из санаториев МО РФ. Для начала мы попросили **начальника санатория Виталия Долю**, участвовавшего в представительном форуме, просто перечислить их.

ПРИОРИТЕТНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

– Команда Сакского военного клинического санатория достойно представила нашу здравницу на Всероссийском форуме «Здравница-2026», который прошёл в Пскове, – рассказал Виталий Доля. – Мы очень гордимся и дорожим почётной наградой в специальной номинации «Здоровье СВОих». Наш санаторий накопил огромный опыт лечения и реабилитации участников

“ ЧЕТЫРЕ ЗОЛОТЫЕ МЕДАЛИ И ОДНА СПЕЦИАЛЬНАЯ НАГРАДА – ЭТО НЕ ПРОСТО УСПЕХ, ЭТО НАСТОЯЩИЙ РЕКОРД И ПРИЗНАНИЕ НАШЕЙ РАБОТЫ... ЭТО АВТОРИТЕТНЫЙ ЗНАК КАЧЕСТВА, ПОДТВЕРЖДАЮЩИЙ ЛИДЕРСКИЙ СТАТУС И ВЫСОЧАЙШИЙ УРОВЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА»

специальной военной операции. Для нас это приоритетное направление, ибо на территории старейшей военной здравницы, которая отметила свою 188-ю годовщину, 42 года назад (в 1984-м) впервые в истории страны и её Вооружённых сил при санатории был создан Центр восстановительного лечения с операционным блоком. В нём более восьми тысяч военнослужащих, получивших боевую хирургическую травму в Афганистане, прошли санаторно-курортное и восстановительное лечение. Вот уже многие годы Центр медицинской реабилитации (ЦМР) возглавляет врач физической и реабилитационной медицины, врач-хирург Ольга Маркович. Она и сотрудники дружного коллек-

тива продолжают дело своих предшественников. Сегодня их главная забота – участники СВО, восстановление их здоровья и возвращение в боевую строй.

ВЕКОВЫЕ ТРАДИЦИИ

Став начальником Сакского санатория (до этого он много лет возглавлял Феодосийский военный санаторий), Виталий Николаевич позаботился о том, чтобы в первую очередь в ЦМР провели ремонт, поставили новое оборудование для грязелечебницы.

Сакский военный клинический санаторий им. Н. И. Пирогова – одна из старейших здравниц Крыма – образован в 1837 году как отделение Симферопольского военного госпиталя «для офицеров и нижних чинов». В годы Крымской войны 1853–1856 гг. выдающийся хирург Николай Пирогов включил местное грязелечение в программу реабилитации раненых. И вот с тех давних пор здравница успешно использует грязелечение.

Продолжение на стр. 2

ПОГОДА НА ЗАВТРА

Симферополь +25 / +14 	Севастополь +27 / +16 	Ялта, Алушта +26 / +17 	Евпатория +26 / +17 	Черноморское +26 / +17 	Феодосия +25 / +17 	Керчь +24 / +19 	Бахчисарай +28 / +12 	Армянск +26 / +17 	Джанкой +26 / +16 	Судак +26 / +17 	Белогорск +27 / +14 	Кировское +28 / +15
------------------------------	------------------------------	-------------------------------	----------------------------	-------------------------------	---------------------------	------------------------	-----------------------------	--------------------------	--------------------------	------------------------	----------------------------	----------------------------

ВЕСТИ ЮФО

АСТРАХАНСКАЯ ОБЛАСТЬ: СТИМУЛ К РАБОТЕ.

Астраханская область стала единственным регионом Южного федерального округа, где внедрён медицинский стандарт СТИМУЛ. Астраханский областной клинический онкологический диспансер стал вторым онкологическим учреждением в России, получившим сертификат соответствия этому стандарту, разработанному Центральным НИИ организации и информатизации здравоохранения Минздрава России. В онкодиспансере упростилась запись к врачу, сократились время ожидания и число визитов в диспансер, ускорилось прохождение обследований, уменьшилось число административных преград. У пациентов появилась возможность оценивать работу врачей и оставлять отзывы прямо в зоне ожидания или на приёме. В диспансере разработаны чёткие алгоритмы медицинской помощи (в том числе для маломобильных пациентов).

КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ: ИСТОРИЯ РОДИНЫ. В Хостинском районе Сочи открылся интерактивный музей «Гранд Макет История». Это уникальное культурное пространство в 500 квадратных метров, объединившее ключевые этапы развития человечества. Экспозиция охватывает огромный временной отрезок – от доисторических времён до современности, с особым акцентом на историю России и архитектурное наследие города-курорта. Проект реализован частным инвестором. Над созданием макетов трудилась команда из 100 специалистов на протяжении трёх лет. Интерактивность музея обеспечивают динамичные сцены, сменяющееся освещение и движущийся транспорт. За работу всего этого отвечает штат из 80 профессионалов.

РЕСПУБЛИКА КАЛМЫКИЯ: ПОБЕДИЛА ДРУЖБА.

В Калмыкии состоялась традиционная Джангариада – главное спортивно-патриотическое событие республики. Праздник, посвящённый Году единства народов России, собрал спортсменов, ветеранов, деятелей культуры и множество зрителей, став символом преемственности поколений. Участники сразились в восьми дисциплинах. Среди них мини-футбол, волейбол, стритбол, калмыцкая борьба, армрестлинг, стрельба из лука, настольный теннис, «Голодные игры». На площадках юные силачи и ветераны спорта бок о бок доказывали, что главная ценность – это люди и их единство.

РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ: ГРОЗА НЕ УГРОЗА.

В Ростовской области специалисты приступили к замене 20 км грозозащитного троса на высоковольтных линиях 220–330 кВ. Обновление оборудования, обеспечивающего выдачу мощности, включая Новочеркасскую ГРЭС, направлено на повышение надёжности электроснабжения 2,5 млн жителей региона. Новый грозозащитный трос обладает повышенной прочностью, коррозионной стойкостью и рассчитан на 40 лет службы.

ВОЛГОГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ: ВЫСОКО СИЖУ, ДАЛЕКО ГЛЯЖУ.

В Центральном парке культуры и отдыха Волгограда активно строят 120-метровое колесо обозрения «Звезда Сталинграда». На площадке установили первый радиальный элемент окружности, что стало важным этапом работ. Ранее инженеры и подрядчики уже собрали четыре 60-метровые колонны и центральный вал. Открытие колеса обозрения планируют на текущий тёплый сезон. Гости аттракциона увидят панораму города-героя протяжённостью до 100 километров, включая Мамаев курган, Волгу и живописную Волго-Ахтубинскую пойму. Длительность катания составит 23 минуты.

Рубрику ведёт Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

КУРОРТ СЕГОДНЯ

Начало на стр. 1

– В настоящее время сакская здравница – многопрофильное лечебное учреждение, клиническая база Военно-медицинской академии имени С. М. Кирова, – рассказала **заместитель начальника санатория по лечебной работе заслуженный врач Крыма Эмине Алиева.** – Санаторий осуществляет деятельность по 90 видам работ и услуг. Лечение осуществляется по многим профилям, основными из которых являются травматология, заболевания опорно-двигательного аппарата, центральной и периферической нервной



Тренажёры для лечения в Центре медицинской реабилитации.

В СТАТУСЕ ЛИДЕРА

системы, системы кровообращения, органов дыхания и пищеварения, восстановительная медицина.

РЕКОРД И ПРИЗНАНИЕ

Эмине Эскиндерова также участвовала во Всероссийском форуме «Здравница-2026».

– Для нас награда в специальной номинации «Здоровье СВОих» – не просто знак

отличия, а большая ответственность и повод гордиться своей командой.

Военнослужащие разных званий, возрастов, покидая санаторий, единодушно благодарят врачей-урологов Александра Андриевского, Эльмара Мустафаева, врачей-неврологов Зою Казачек и Николая Казачека, врача-психотерапевта Альбину Колодяжную, медицинского психолога Вита-

лия Солецкого. И конечно Ольгу Маркович, которая трудится в центре уже десять лет.

– Четыре золотые медали и одна специальная награда – это не просто успех, это настоящий рекорд и признание нашей работы, – отметил начальник здравницы, вернувшись после форума. – Это авторитетный знак качества, подтверждающий лидерский статус и высо-

чайший уровень профессионализма.

Сегодня санаторий имени Пирогова – место, где забота о здоровье становится делом чести и настоящим искусством. Многие приезжают сюда многократно, считают здравницу лучшим местом не только для лечения, но и для отдыха.

Владимир ПАСЯКИН,
капитан 1-го ранга.

КОРОТКО

КАПРЕМОНТ АВТОВОКЗАЛА

На завершение капитального ремонта автовокзала «Ялта» дополнительно выделено 374,5 млн рублей. Подрядчик уже определён, контракт заключается до 31 декабря 2026 года. Распоряжение подписал глава республики. Работы позволят полностью обновить инфраструктуру одного из ключевых транспортных узлов Южного бережья. После ремонта автовокзал сможет принимать больше рейсов и обеспечит комфортные условия для пассажиров.

СТАРТ УБОРКИ

В Крыму началась уборочная кампания ранних зерновых и зернобобовых культур. Внутренняя потребность республики составляет 1,1 млн тонн зерна – на продовольствие, корм скоту и семенные фонды. С учётом переходящих остатков и нового урожая профицит превысит 400 тысяч тонн. Это позволит не только обеспечить регион, но и отправлять излишки за пределы Крыма.

«СЕРДЦЕ РОССИИ»

В Советском районе прошла патриотическая акция «Сердце России». Волонтеры из Молодёжного совета дарили прохожим триколорные ленты, сложенные в форме сердца. Акция символизирует любовь к Родине и неразрывную связь человека со своей страной. Местные жители с радостью благодарили молодёжь за трогательный формат поздравления с Днём России.

ЦЕНТР НАЦИОНАЛЬНЫХ ОБЪЕДИНЕНИЙ

В Феодосии открылся единственный в Крыму Центр Ассоциации национально-культурных объединений. Помещение выделили из фонда муниципального имущества, ремонт и обустройство несколько лет делали сами национально-культурные автономии. Первых посетителей встречали караваями. Здесь будут проходить мероприятия, направленные на сохранение и развитие культур разных народов полуострова.

ОБРАБОТКА ПАРКОВ

С 17 по 19 июня в Молодёжном и Комсомольском парках Керчи проведут обработку от мраморного клопа. Дезинсекцию проводят в соответствии с санитарными требованиями. Жителей и гостей города просят воздержаться от посещения зон отдыха на время работ. Обработка позволит сохранить зелёные насаждения и сделать отдых в парках безопасным для горожан.

ЛЕТНЕЕ ОЗЕЛЕНЕНИЕ

Сотрудники Горзеленхоза высаживают декоративные цветы в кашпо для украшения улиц Симферополя. Основной цветок – петунья, которая отличается устойчивостью к городским условиям. Кашпо с цветами появятся на центральных улицах, в скверах и у административных зданий.

Подготовил Олег АНФАЙЛОВ.

КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ – ЭТО...

...ХОДИТЬ К ВРАЧУ, КОГДА НИЧЕГО НЕ БЕСПОКОИТ.

ЧТО НЕОБХОДИМО? Обратиться в медицинскую организацию по месту жительства, при себе иметь паспорт и полис ОМС.

- 18–39 лет – 1 раз в 3 года.
- старше 40 лет и др. категории граждан – ежегодно, в т. ч. работающие пенсионеры и работающие граждане за 5 и менее лет до наступления пенсионного возраста.

ЗАБОТЬТЕСЬ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ ВОВРЕМЯ

КРЫМ МЕНЯЕТСЯ

БОЛЬШОЙ ОБЪЁМ

По словам члена Общественного совета при Министерстве ЖКХ Андрея Гаука, исполнителем работ выступает региональный оператор – компания «Крым-экоресурсы» (она получает средства и либо собственными силами, либо силами подрядчиков проводит эти работы). В Минприроды республики создан специальный реестр, в который внесены свалки, находящиеся на территории Крыма.

– Работа проводится большая, – уточнил эксперт в

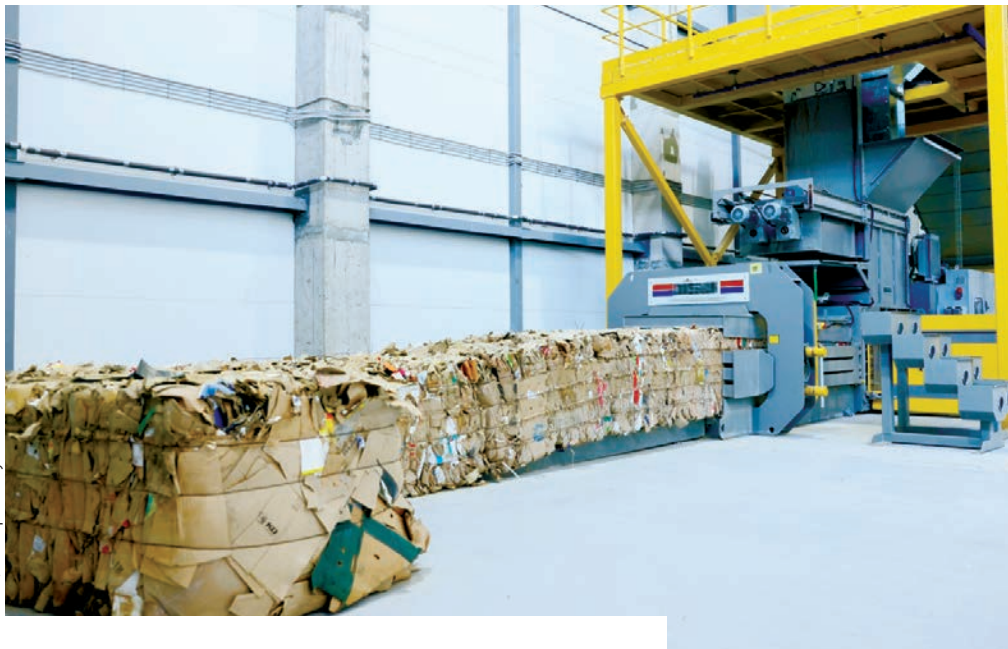


фото: пресс-служба главы РК

СВАЛКИ – НА СВАЛКУ

За 10 лет объёмы средств на ликвидацию стихийных свалок в Крыму выросли с 10–20 миллионов рублей до 300 миллионов.

комментарии РИА «Новости Крым». – Но и мы должны понимать, что и объём уже имеющихся свалок, которые никуда не денутся, пока мы их не ликвидируем, достаточно большой.

В прошлом году в республике ликвидировали более 160 незаконных свалок и восстановили более 300 гектаров леса. Также в 2025-м в Крыму создали особо охраняемые природные территории регионального значения общей площадью более 112 гектаров. В частности, это государственные природные заказники «Холодная балка» в Бахчисарайском районе, «Лименская долина» в Симеизе и парк-памятник садово-паркового искусства «Морской прибой» в Кореизе (Большая Ялта).

МУСОРНЫЙ УДАР

Во время курортного сезона в Крыму объём твёрдых бытовых отходов увеличивается фактически в два раза.

– Основной удар приходится на июль и август, – уточняет член общественного совета. – Больше всего это касается ЮБК.

Общественник объяснил, что в первую очередь за организацию вывоза мусора отвечает местная администрация. Именно её сотруд-

ники заключают договоры с операторами, обеспечивают сами площадки сбора ТБО и контролируют весь процесс.

– Сбои во время большой нагрузки случаются из-за неподготовленности, – поясняет Гаук. – Обычно это либо сам оператор не рассчитал и не обеспечил нужное количество вывозов, либо власти неправильно распределили нагрузку. Результат – стихийная свалка.

СКАЗАНО

Глава РК Сергей АКСЁНОВ:

– Глубокая переработка вторсырья будет способствовать сокращению числа полигонов и несанкционированных свалок, более рациональному использованию ресурсов, значительно повысит уровень экологического благополучия Крыма как курортного региона.

НАДЕЖДА
НА ЭКОТЕХНОПАРКИ

В Крыму около восьми миллиардов рублей из федерального бюджета вложено в открытие трёх экотехнопарков (комплексов по переработке и утилизации твёрдых коммунальных отходов): в Ленинском, Белогорском и Сакском районах.

Весной в МинЖКХ Крыма анонсировали запуск этим летом экотехнопарка в Сакском районе. Предполагалось, что на пик мощности объект выйдет к концу лета. Экотехнопарк «Сакский» – один из трёх больших комплексов по переработке твёрдых коммунальных отходов (ТКО), возводимых в Крыму. Его мощность переработки – 200 тысяч тонн отходов в год. В декабре 2025 года было получено разрешение на ввод объекта в эксплуатацию.

Одновременно с запуском экотехнопарков в республике будут выводиться из эксплуатации полигоны ТКО.

К началу апреля готовность экотехнопарка в Белогорском районе мощностью 500 тысяч тонн в год превысила 90%. Тем не менее его строительство предполагается завершить до конца этого года, чтоб в начале следующего запустить комплекс в эксплуатацию.

– После запуска здесь будут принимать и в автоматическом режиме сортировать отходы, – отметил ранее глава Крыма Сергей Аксёнов. – Это позволит осуществлять вторичное использование полезных компонентов и сырья, получать из органической фракции технический грунт. Глубокая переработка вторсырья будет способствовать сокращению числа полигонов и несанкционированных свалок, более рациональному использованию ресурсов, значительно повысит уровень экологического благополучия Крыма как курортного региона.

Комплекс по переработке ТКО в Ленинском районе на 160 тысяч тонн в год планируется достроить и ввести в эксплуатацию в 2027 году. Одновременно с запуском экотехнопарков будут выводиться из эксплуатации полигоны ТКО в Евпатории, Раздольненском и Советском районах, работа которых продлена до 2028 года. С запуском всех экотехнопарков в Крыму останется лишь один полигон ТКО в Белогорском районе мощностью 600 тысяч тонн в год, открытый прошлым летом. Его запуск стал одним из ключевых этапов в создании комплексной системы обращения с отходами в регионе.

Василий АКУЛОВ.

В РЕГИОНАХ

ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА. Белогорская детская школа искусств получила новое музыкальное оборудование и учебные материалы в рамках национального проекта «Семья». На обновление материально-технической базы из федерального бюджета направлено 3,9 млн рублей. На выделенные средства для школы искусств приобретены новый рояль, четыре аккордеона, пять телевизоров, ноутбук, три станка, а также учебно-методическая литература. Дополнительно за счёт средств бюджета Белогорского района обновлён малый зал учреждения. В помещении заменили напольное покрытие, установили мебель и шкаф, изготовленный по индивидуальному проекту.

ЗРЕЕТ «КОЛОСОК». В Красногвардейском районе продолжается капремонт детского сада. Работы проходят в рамках нацпроекта «Семья». Готовность детского сада «Колосок-1» в селе Петровка составляет 63%. На данный момент продолжаются внутренние работы: шпаклёвка стен, монтаж подоконников, дверей, устройство системы отопления. Кроме того, реализуются внешние ремонтные работы, такие как устройство системы канализации, штукатурка фасада, монтаж откосов и покраска фасада. Ввести объект в эксплуатацию планируют до 1 октября.

ЗАБОТА О ПЕШЕХОДАХ. В Керчи ограничили проезд транспорта на городскую набережную в районе ул. Свердлова, 6. Специальные бетонные полусферы установлены в начале технологического проезда. Решение было принято на основании обращений керчан, поступивших в ходе одного из прямых эфиров. Горожане обратили внимание на то, что легковой транспорт стал парковаться на тротуарах, нарушая безопасность пешеходов и мешая их беспрепятственному передвижению. Установленные конструкции не препятствуют проезду спецтехники.

ТРАНСПОРТНАЯ ИНФРАСТРУКТУРА. В рамках реализации национального проекта «Инфраструктура для жизни» в Нижнегорском районе ведутся работы по реконструкции мостового сооружения «Уютное – Зоркино – Чкалово» через Северо-Крымский канал. Проектом предусмотрены работы по укреплению конструкции, замене дорожного покрытия, установке новых ограждений и другие. В настоящее время ведутся работы по вязке армокаркасов подферментников, монтаж опалубки шкафной стенки. Далее проведут мероприятия по укладке бетона на стенки мостового сооружения, монтаж железобетонных балок.

НА ЭТАПЕ БЛАГОУСТРОЙСТВА. В рамках реализации проекта «Безопасные дороги» на участке трассы Ровенки – Дмитровка Советского района продолжается ремонт участка протяжённостью 4,6 километра. На сегодняшний день основной этап – укладка асфальтобетонного покрытия – уже завершён. Сейчас дорожники сосредоточили усилия на благоустройстве: обустраивают обочины, а также формируют подъездные пути к остановочным павильонам.

В АКТИВНОЙ СТАДИИ. В Старом Крыму продолжается строительство здания Дома культуры на 360 мест. Сейчас на объекте продолжают окрашивание фасада, устройство кровли, прокладка наружного заземления и монтаж вентиляционного оборудования. Кроме этого, в течение 10 дней планируется завершить работы по системе отопления. Параллельно специалисты приступят к монтажу слаботочных систем, облицовке полов и стен плиткой, монтажу подвесных потолков и установке внутренних и наружных дверей.

Рубрику ведёт Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ



ОБРАЗОВАНО МИНИСТЕРСТВО ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ

1865 – создано государственное учреждение, которое с 1865 года до 2004 года управляло железнодорожным транспортом, а до 1931 года в его ведении находились внутренние водные и шоссейные пути сообщения. Министерство разработало перспективную программу развития сети железных дорог России, которая существует до сих пор.



В ГУРЗУФЕ ОТКРЫЛСЯ ПИОНЕРСКИЙ ЛАГЕРЬ «АРТЕК»

1925 – состоялось открытие всемирно известного детского лагеря «Артек». Здравница расположилась на Южном берегу Крыма, в 12 километрах от Ялты. Артек был основан как лагерь-санаторий для детей, страдающих туберкулёзом. За четыре летние смены первого года лагерь принял 320 детей.

НОВОСТИ ИЗ СОЦСЕТЕЙ

«РАСКОПАЛИ» ТРОТУАР. Улицу Свердлова в Керчи снова «раскопали». На состояние тротуаров на улице люди жаловались давно. Сейчас стало ещё хуже, и когда закончится ремонт – непонятно.



Фото: Подслушано | Керчь/«ВКонтакте»

НЕ ТРОГАЙТЕ КОСУЛЮ! В лесах Крыма всё чаще стали замечать якобы брошенных оленей или косулей. Но в дирекции заповедника пояснили, что косули, например, оставляют малышей в укрытии и отходят на пастбище, регулярно возвращаясь для кормления. «Если вы потревожите детёныша, он может испугаться и покинуть укрытие, что для него совсем не безопасно!» – подчеркнули в «Заповедном Крыму».



Фото: Заповедный Крым

ЗАСОХЛИ ДЕРЕВЬЯ. В Детском парке Симферополя засохло много деревьев. Симферопольцы жалуются, что теперь ходить по дорожкам небезопасно: сухостой может упасть.



Фото: Чёрный список Симферополя/«ВКонтакте»

Подготовила Юлия ПОПОВА.

ЗЕЛЕНО & КРАСИВО

ЗА РАБОТУ, ДАЧНИКИ!

Середина июня на полуострове – это уже настоящее лето с устойчивыми температурами, отсутствием заморозков и, как правило, стабильно тёплой погодой. Это время, когда природа Крыма радуется буйством красок, а огородники получают возможность для повторных посевов и восполнения пробелов на грядках.

Зелень и пряные травы. Укроп, петрушка, базилик, розмарин, листовой салат и кинза растут очень активно. Чтобы свежая зелень была на столе всё лето, высевайте её каждые 2–3 недели. Из-за жары семена лучше предварительно замочить, а грядки с молодыми всходами притенять.

Корнеплоды. Самое время для повторного посева редиса. Также смело сажайте дайкон, репу, брюкву и летнюю редьку. Главное – поддерживайте почву умеренно влажной.

Теплолюбивые овощи. Отличное время для высадки в открытый грунт рассады огурцов, кабачков, патиссонов, тыквы, кукурузы и поздних томатов. Почва идеально прогрета, и растения быстро идут в рост.

Цветы. Можно смело сеять двулетники и многолетники: виолу, незабудки, маргаритки, турецкую гвоздику, колокольчики. В крымском климате они успеют нарастить мощную розетку листьев до осени, а

НАШЕ ЗДОРОВЬЕ

ГЛАВНЫЙ ИСТОЧНИК

Заразиться глистами можно чаще всего через продукты питания. И главным источником паразитов, как отмечают в Роспотребнадзоре, являются мясо и печень домашних и диких животных. Особую опасность представляют свинина, говядина, а также мясо кабана, лося и медведя.

Заражение, как правило, происходит после употребления мяса, в котором содержатся личинки паразитов. Недостаточно прожаренные свинина, говядина или дичь



Фото: Гала АМАРАНДО

МАЛЕНЬКИЕ, НО...

О них все знают с детского сада. Но мало кто озабочен, как предотвратить заражение ими. Речь идёт о глистах. «Крымская газета» спросила у специалистов, что представляет угрозу заражения ими.

могут привести к таким заболеваниям, как трихинеллёз, токсоплазмоз, тениоз, тениаринхоз и эхинококкоз. Самым опасным врачи называют трихинеллёз. Болезнь способна привести к инвалидности и даже смерти.

– Трихинеллёз считается одним из самых тяжёлых видов гельминтоза. Глисты сохраняют жизнеспособность даже после трёх часов кипячения. Поэтому заразиться трихинеллёзом можно, даже съев мясо, прошедшее термическую обработку, – отмечают специалисты Центра гигиены и эпидемиологии в РК и Севастополе.

Личинки паразита покрываются защитной капсулой и становятся крайне устойчивыми: они могут выживать после заморозки, копчения, соленья и даже нескольких часов кипячения.

Не менее опасны свинной и бычьей цепни. Их личинки

живут в мышцах животных, а взрослые паразиты поселяются уже в кишечнике человека и способны жить там до десяти лет. При этом бытовой холодильник личинок не уничтожает.

ЗЕЛЕНЬ, КОШКИ И КОТЛЕТЫ

Токсоплазмоз вызывают простейшие микроорганизмы. В некоторых странах ими заражено до 90 процентов населения. В России этот показатель ниже – около 30 процентов. Токсоплазмоз часто протекает без симптомов. Человек может заразиться через контакт с домашними кошками, а также если съест мясо или печень кабана, свиньи, лося или говядину, которые не прошли достаточную термическую обработку. Если в доме есть кошка, нельзя кормить её сырыми мясными отходами.

– Возбудитель эхинококкоза – это паразит из рода цестод, который широко распространён по всему миру, особенно в регионах с развитым сельским хозяйством.

“ НЕ НАДО ПРОБОВАТЬ СЫРОЙ МЯСНОЙ ФАРШ И ЕСТЬ МЯСО ДОМАШНИХ СВИНЕЙ И ДИКИХ ЖИВОТНЫХ (МЕДВЕДЯ, БАРСУКА, КАБАНА) БЕЗ ВЕТЕРИНАРНО-САНИТАРНОЙ ЭКСПЕРТИЗЫ

Заражение человека происходит через контакт с больными домашними животными, через немытые зелень, фрукты и овощи, а также

через сырое мясо диких и домашних животных. Попадая в организм, паразит с током крови передвигается к своему основному месту обитания – печени, но может оседать и в других органах, где образует особые эхинококковые кисты, – уточнили специалисты.

К счастью, человек может защитить себя от риска заражения. Чтобы минимизировать опасность, в Роспотребнадзоре рекомендуют покупать мясо только в местах официальной торговли, где есть все документы, подтверждающие качество и безопасность товара. Ещё один важный нюанс: не надо пробовать сырой мясной фарш и есть мясо домашних свиней и диких животных (медведя, барсука, кабана) без ветеринарно-санитарной экспертизы.

– Варёное и жареное мясо, котлеты можно считать безопасными, если на разрезе они серого цвета. Розовый оттенок и капельки крови говорят о том, что продукт недостаточно проварен или прожарен, – отмечают в Роспотребнадзоре.

Анастасия ЧЕБАНОВА.



Фото: Гала АМАРАНДО

Слой соломы, скошенной травы, торфа или перегноя помогает удержать драгоценную влагу, защищает корни от перегрева (когда земля раскаляется до 50–60 °С) и сдерживает рост сорняков. Если мульчи нет – регулярно рыхлите междурядья после каждого полива, чтобы не образовалась корка.

Если синоптики обещают сильную жару, обязательно притеняйте молодые всходы и недавно высаженную рассаду белым спанбондом или затеняющей сеткой.

При сильном ветре не опрыскивайте растения пестицидами и жидкими удобрениями по листу, иначе препарат сдует на соседние культуры.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ
САДОВОДА
(16–22 ИЮНЯ)

Растущая луна

16 июня – посадите капусту, огурцы, кабачки, перец, томаты, зелень, редис.

17 июня – посадите саженцы винограда и ягодных кустарников.

18 июня – внесите удобрения, опрыскайте от болезней и вредителей.

19 июня – подходящее время для рыхления, окучивания растений.

20 июня – продолжайте рыхление, окучивание, вспашку.

21 июня – отдохните, изучите садовую литературу.

22 июня – замочите семена, полейте почву, косите газон.

Подготовила Юлия ЗАХАРОВА.

#ЗОЖСГАЗЕТОЙ



Фото: Гала АМАРАНДО

Привычка пить воду помогает чувствовать лёгкость и постепенно снижать вес. Но у некоторых, наоборот, появляются отёки, тяжесть и ощущение, что стрелка на весах движется совсем не туда.

ФРУКТОВАЯ ТАРЕЛКА
НЕ РУЛИТ

Опасность обезвоживания, особенно в жару, не только в том, что кровь становится более вязкой, а значит, риск инсультов растёт. Опасность в том, что обмен веществ в организме сильно тормозится, поэтому растёт и вес. Но если фанатично «бороться с обезвоживанием», то проблем можно получить не меньше. Избыточное поступление воды легко приводит к расстройствам метаболической и физиологической активности клеток, а по сути, к водному отравлению.

— Если вы насильно заливаете в себя 2–3 л воды, это значит, что вы разбавляете концентрацию натрия в крови. Признак того, что вы пьёте слишком много жидкости, — это прежде всего очень частое мочеиспускание — через каждые один-два часа, при этом моча прозрачная, как вода. Вам постоянно холодно, мёрзнут руки и ноги. Ощущение вялости, слабости, озноб, низкое давление — ниже 100 на 70. Далее — отёки, особенно на лице, — говорит **нутрициолог Ирина Шиманская**.

Как найти золотую середину, придерживаясь правильного питьевого режима, при этом худея за счёт выведения лишней жидкости?

— Многие говорят: «Я летом есть белок не хочу. Ну

какое мясо?! Хочу фруктиков, ягод». Человек переедает углеводы, фруктозу, при этом недоедает белок. А жидкость в сосудистом русле держат именно белки! И если мы недоедаем белок летом, у нас будут отёки, особенно когда есть гормональные нарушения, сниженная функция щитовидки, проблема с уровнем инсулина, — предупреждает **эндокринолог, диетолог Ольга Павлова**.

ИНСУЛИНОВЫЕ КАЧЕЛИ

Чем больше в вашем питании сладостей, углеводов, провоцирующих выбросы инсулина, тем выше риск отёчности.

— Инсулин — главный анаболический гормон, который отвечает за запасы жира, за наш «спасательный круг». Возьмём творог. Это лёгкий белок, тем не менее он имеет в составе белки молока с высоким инсулиновым индексом. В долгосрочной перспективе за счёт того, что он повышает выработку инсулина, он будет повышать аппетит, способствовать задержке жидкости и набору веса. Поэтому наша задача при похудении выбирать продукты, которые будут снижать аппетит и влиять на те гормоны, которые регулируют наше пи-

щевое поведение и наш вес, то есть в первую очередь на инсулин, на лептин и на гормоны щитовидки, — отмечает Ольга Павлова.

Снизить вес помогут лёгкие белки с низким инсулиновым индексом, то есть белки, которые не дают разгоняться инсулину. Поэтому стоит включить в свой рацион нежирную рыбу, курицу, индейку, кролика, яйца.

РЕФЛЕКС НА СЛАДКОЕ

Теперь о напитках. Многие переходят на спортивные напитки с сахарозаменителями или с фруктозой, думая, что раз в них нет ус-

ПИТЬ
ИЛИ НЕ ПИТЬ?Почему один и тот же стакан воды
может помочь похудеть или поправиться?

Для борьбы с отёками ограничьте потребление соли и включайте в рацион следующее:

- овощи и зелень: огурцы, сельдерей, шпинат, спаржу, красный болгарский перец. Они богаты клетчаткой и калием;
- ягоды: клюкву, бруснику, малину, клубнику, землянику. Они обладают мягким мочегонным действием и помогают работе мочевыделительной системы;
- фрукты: бананы, авокадо, дыню, арбуз. Отлично восполняют запасы калия и выводят излишки натрия из организма;
- напитки: зелёный чай, отвар шиповника или листьев брусники.

воемых углеводов, значит, они безопасны.

— Это заблуждение, потому что сахарозаменители за счёт сладкого вкуса стимулируют рефлекторный инсулиновый отклик. Даже если безопасные сахарозаменители не дадут вам большого скачка сахара в крови, то на сладкий вкус всё равно будет рефлекторный выброс инсулина. Тот же эффект от сладкой жвачки, вейпа или даже кальяна. То есть вы получаете скачки инсулина, рост инсулинорезистентности, повышение аппетита, а следовательно, и набор веса в области талии. Если мы говорим о напитках на фруктозе (на яблочном, клубничном шоре и пр.), то избыточная фруктоза повышает не только инсулин, но и гормон лептин. А лептинорезистентность приводит к нарушению баланса между голодом и сытостью. Человека с высоким лептином отличает волчий аппетит, — отмечает Ольга Павлова.

Если вам не удаётся избавиться от тяги к сладким напиткам, употребляйте их с едой, когда в любом случае организм даёт инсулиновый отклик на еду, рекомендует эксперт. В перерывах же между едой сладких напитков избегайте.

Ольга НАГОРНАЯ.

МВД ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

В Крыму с 8 по 14 июня 2026 года 37 граждан поверили дистанционным мошенникам и потеряли более 22,5 миллиона рублей.

СРОЧНАЯ ОПЕРАЦИЯ. Восемь крымчан поверили в мошенническую схему «ваш родственник попал в ДТП!» и потеряли в общей сумме более 4,5 миллиона рублей. Им звонили некие правоохранители или врачи медицинских учреждений и сообщали, что родственники попали в дорожно-транспортные происшествия. Рекомендовали передать деньги для непривлечения родственников к уголовной ответственности или для проведения срочных операций.

63-летнему керчанину позвонил некий сотрудник федеральной службы по финансовому мониторингу и сообщил, что все имеющиеся денежные средства необходимо задекларировать и подтвердить законность их нахождения. Для убедительности припугнул уголовной ответственностью. Мужчина передал наличность «специальному человеку», таким образом лишившись более девяти миллионов рублей.

19-летняя жительница Красногвардейского района рассказала, что с незнакомого номера ей позвонил сотрудник сотовой связи и предупредил, что во избежание блокировки мобильного номера телефона нужно оплатить услуги сотового оператора. Доверчивая девушка отправила на счёт телефонного мошенника 264 тысячи рублей.

ИНДЕКСАЦИЯ В ПОЛЬЗУ МОШЕННИКОВ. Под предлогом перерасчёта пенсии и перевода денег на «безопасный счёт» мошенники обманули 75-летнюю жительницу города Саки. Некий «сотрудник пенсионного фонда» сообщил ей по телефону об индексации пенсионного капитала, в рамках которого все имеющиеся на руках денежные средства необходимо передать «специальному человеку». Деньги пообещал поместить на «безопасный счёт», а после завершения процедуры вернуть с дополнительным процентом. Так пенсионерка потеряла почти 2,5 миллиона рублей.

40-летний житель города Саки через мессенджер нашёл объявление о доставке автомобиля из-за границы. Договорившись о сделке с продавцом, мужчина отправил ему около 1,5 миллиона рублей. Практически сразу «продавец» перестал выходить на связь.

О ЧЁМ МОЛЧИТ УМНАЯ КОЛОНКА. Под предлогом «дополнительного заработка на бирже» кибер-аферисты обманули 37-летнего жителя Белогорского района, который познакомился с девушкой-специалистом на одном из сайтов. Дама предложила мужчине быстрый и лёгкий заработок. На протяжении месяца крымчанин отправил на неизвестный счёт более 350 тысяч рублей. Спустя время положенный процент так и не поступил на карту, а «коллега» перестала выходить на связь.

20-летнему евпаторийцу позвонил некий сотрудник банка и сообщил о возможности отключить все платные уведомления. Согласившись на услугу, парень перешёл по ссылке, присланной «банковским специалистом». В результате со счёта потерпевшего списалось более 74 тысяч рублей.

21-летнему ялтинцу в мессенджере пришло сообщение о том, что он выиграл умную колонку. Для получения выигрыша неизвестный отправил молодому человеку ссылку. Ничего не подозревая, ялтынец перешёл по предоставленной ссылке и ввёл реквизиты своей банковской карты. После этого с его счёта пропали 73 тысячи рублей.

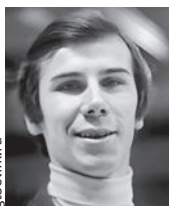
Рубрику ведёт Ольга НАГОРНАЯ.

РОДИЛИСЬ В ЭТОТ ДЕНЬ



1894, ФЁДОР ТОЛБУХИН

Советский военачальник, Маршал Советского Союза, Герой Советского Союза, кавалер ордена «Победа». Известен как «освободитель Европы», так как его войска участвовали в освобождении от фашистов пяти европейских государств: Румынии, Болгарии, Югославии, Венгрии и Австрии.



1952, АЛЕКСАНДР ЗАЙЦЕВ

Советский фигурист, тренер. Всемирную славу получил, выступая в паре с Ириной Родниной, они стали двукратными олимпийскими чемпионами.



1987, АННА ЧИПОВСКАЯ

Российская актриса театра, кино, телевидения и дубляжа. Среди заметных работ — роль Марьяны Пичугиной в сериале «Оттепель». Также актриса снималась в фильмах «Шпион», «1812: Уланская баллада», «Чистое искусство», «Кто-нибудь видел мою девчонку?» и др.

КОРОТКО

ШАХМАТЫ. НЕСПОРТИВНЫЙ МАТ. FIDE временно приостановила членство Федерации шахмат России (ФШР) из-за невыполнения решения Спортивного арбитражного суда (CAS). В марте 2026 года CAS обязал ФШР в течение 90 дней прекратить деятельность на территории Крыма, ЛНР, ДНР, Херсонской и Запорожской областей. Иначе грозила трёхлетняя дисквалификация. Восьмого июня FIDE запросила доказательства исполнения решения и, изучив материалы, констатировала: требования не выполнены в срок. Ранее, в конце 2025 года, на Генассамблее FIDE большинство делегатов (61 против 51) поддержали отмену ограничений для российских шахматистов и их допуск в нейтральном статусе. Но из-за разногласий окончательное решение так и не было принято.

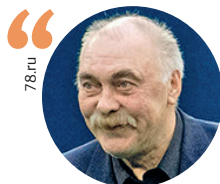
ПУЛЕВАЯ СТРЕЛЬБА. НАШИ В СБОРНОЙ! Симферопольская спортсменка – в составе серебряной сборной России по пулевой стрельбе. С 3 по 6 июня в Скопье (Северная Македония) прошёл региональный раунд Европейской юношеской лиги по пулевой стрельбе (2026 European Youth League Championship Regional Round). В составе российской сборной выступила воспитанница Симферопольской спортивной школы олимпийского резерва по стрельбе им. В. С. Клименко – Александра Верещака. Спортсменка, тренирующаяся под руководством Анастасии Савкиной, соревновалась в дисциплине Air Pistol Matches (стрельба из пневматического пистолета на 10 метров). По итогам состязаний сборная России завоевала серебряные медали.

САМБО. ФЛАГМАНЫ РУССКОГО СПОРТА. Керчанка Дарья Долгих взойшла на пьедестал первенства России по самбо. В Уфе завершилось первенство страны по самбо среди юношей и девушек 12–14 лет, собравшее сильнейших представителей данной возрастной категории. На состязаниях 745 спортсменов из 74 регионов крымская самбистка Дарья Долгих стала единственной представительницей полуострова, завоевавшей награду. Воспитанница тренера Эдуарда Оноприча показала высокий класс в весовой категории до 55 кг среди девушек.

КАРАТЕ. ВИХРЕМ ПО ТАТАМИ. Спортсмен из Симферополя Андрей Вихорь, тренирующийся под руководством Дениса Кима, удостоен звания мастера спорта международного класса по карате. Соответствующий приказ опубликован на официальном сайте Министерства спорта России. Норматив выполнен в апреле прошлого года в Казани. Андрей стал победителем международных соревнований «Кубок Ак Барс».

СИЛОВОЙ ЭКСТРИМ. ЗА ПРЕДЕЛОМ ВОЗМОЖНОСТЕЙ. В Севастополе на Евразийских играх установлен мировой рекорд. В парке «Патриот» Южного военного округа прошли восьмые Евразийские игры, организованные международным богатырским движением «Сильнейшая нация мира». Гвоздём программы стало парное троеборье: участники состязались в трёх дисциплинах: севастопольская тяга (трепгриф от 750 кг), подъём богатырского бревна (от 180 кг), работа с «Осью Аполлона» (от 110 кг). Победителями и новыми рекордсменами России и мира стали Давид Шамей из Белгорода и москвич Дмитрий Логунов: их суммарный результат составил 1615 кг. Серебряные призёры – белгородцы Дмитрий Самойлов и Михаил Рудавин с результатом 1590 кг. Бронзу завоевали Владислав Дука из ДНР и белгородец Матвей Мохонько.

СКАЗАНО



«Краснодар» – это шедевр. Мне очень нравится эта команда. Даже больше, чем «Зенит».

Экс-нападающий футбольной сборной СССР Юрий ЖЕЛУДКОВ – о прошедшем сезоне для «Краснодара».



Я фанат Никиты. Поздравляю его с «Харт Трофи». Было бы неплохо, если бы он выиграл Олимпиаду в Милане, но...»

Двукратный олимпийский чемпион Вячеслав ФЕТИСОВ признался, что восхищён игрой Никиты Кучерова в НХЛ.



Я посмотрела много матчей Роджера [Федерера] и захотела немного подражать тому, как он ведёт себя на корте».

Пятая ракетка мира россиянка Мирра АНДРЕЕВА призналась, что копирует 20-кратного победителя турниров «Большого шлема».

ФУТБОЛ



Фото: Михаил Шапаев, Рос

БЕЗ НАС ХУЖЕ

На заокеанских футбольных полях кипят страсти чемпионата мира по футболу 2026 года. Россия в нём не участвует по нефутбольным причинам. А ведь, возможно, сейчас наша страна воспитала одно из перспективных футбольных поколений. Кто больше потерял от преступной санкционной политики, пытаемся разобраться.

РОССИЙСКАЯ ТЕНЬ

Известно, что футбол нетерпим к сослагательному наклонению, поэтому никаких «а если бы» в контексте лирических мечтаний о чемпионате мира допускать не стоит. По крайней мере, в этом нет никакого смысла. Пусть нынешний мундиаль и теряет лоск для российского болельщика отсутствием патриотических переживаний. Новая формула турнира дала зелёный свет таким сборным, как Кюрасао, почти нашего Дика Адвоката. Того самого, который привёл к завоеванию Кубка УЕФА нынешним действующим чемпионом России – питерским «Зенитом». Возможно, и благодаря тренерской чуйке грозного Дика скромная команда сподобилась забить одному из главных претендентов на итоговую победу. Эх, заработал же кто-то, поставив на гол Кюрасао в матче против «бундесмашины»!

Что ни говори, а только «мясорубка» такого уровня сможет стать лакмусовой бумагой для любого поколения футболистов. Именно она способна дать ответы относительно объективного уровня плеяды современных

“ СПОСОБНА ЛИ СОВРЕМЕННАЯ СБОРНАЯ РОССИИ ПОД РУКОВОДСТВОМ ВАЛЕРИЯ КАРПИНА ХОТЯ БЫ ВЫХОДИТЬ ИЗ ГРУППЫ, ПУСТЬ С ТРЕТЬЕГО МЕСТА? БЛАГО ТОТ САМЫЙ НОВЫЙ ФОРМАТ ТУРНИРА ПОЗВОЛЯЕТ. БЕЗУСЛОВНО, СПОСОБНА

российских игроков. Матвей Сафонов не сходит с передовиц мировых таблоидов после завоевания его ПСЖ трофея Лиги чемпионов – самого престижного в мировом клубном футболе. А ведь Мотя, пусть простит нам такую фамильярность, без сомнения один из главных стражей ворот планеты, до сих пор бы «пылил» в замкнутой внутренней борьбе его бывшего «Краснодара» и команды Сергея Семака. Но он при-

нял, возможно, самое сложное решение в своей жизни. Увы, от условных Батракова, Кисляка, Дивеева, Агкацева и других, безусловно одарённых отечественных исполнителей, сейчас ничего не зависит. Ведь, согласитесь, ёкает сердце у русского болельщика, когда он слышит вполне приятную слуху фамилию «Ларин» в числе авторов голов мирового футбольного форума. Но, к сожалению, это их, а не наш Ларин, и забывает он боснийцем за Канаду. Как же нам тогда узнать, потерянное ли поколение или просто переоценённое лишила футбола отвратительная санкционная политика по отношению к нашей стране?! Да ведь, чего уж там, и трофей разыгрывается в том числе на полях неоднозначно настроенных по отношению к России Соединённых Штатов...

РАВНЕНИЕ НА ЛЕГИОНЕРОВ

Что остаётся в этой ситуации нашим болельщикам? Наверное, лишь искренне сопереживать Колумбии, Кабо-Верде и другим командам, за которые играют не наши по паспорту, но род-

ные по духу легионеры, задействованные в российском чемпионате. Ни в коем случае нельзя сравнивать текущие «товарищеские» результаты нашей футбольной сборной в контексте перипетий американо-канадско-мексиканского турнира, но всё же разгромы Буркина-Фасо и тринидадцев, не последних команд в мировом футболе, с одинаковым счётом 3:0 свидетельствуют в пользу вполне конкурентного потенциала наших. Способна ли современная сборная России под руководством Валерия Карпина хотя бы выходить из группы, пусть с третьего места? Благо тот самый новый формат турнира позволяет. Безусловно, способна. Могла бы наша команда, подобно себе самой образца домашнего чемпионата мира – 2018, «пошустрить» в плей-офф? Здесь однозначного ответа нет. Теряет ли мировой футбол от отсутствия на турнире такого уровня России? А вот тут ответ однозначен: чиновники от спорта из-за океана наносят пощечину сами себе. В числе участников чемпионата мира много лояльных нашей Родине сударств – за них тоже можно переживать. Но сомнений нет даже у самых прожжённых скептиков: триколоры будут развеиваться на трибунах в любой точке планеты, и для этого не нужно будет, как жёна того самого Сафонова в Париже, использовать целлофановые пакеты. А вот уж когда получим «доступ к телу», тогда и вспомним все происки прошлого. Нас не пускают играть – значит, бояться!

СРЕДА, 17 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ канал
05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:25 «Модный приговор» 0+

РОССИЯ 1
05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00, 03:00
Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+

5 ПЯТЫЙ канал
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:30, 06:10, 04:45 Т/с «Свои 2» 16+
06:50, 07:35, 00:30, 01:15 Т/с «Свои 6» 16+

ТВЦ
04:40, 08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:20 Сегодня
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+

ТВЦ
06:00 «Настроение»
08:15 «Доктор И...» 16+
08:40 Т/с «Женская версия. Комсомольский роман» 12+

РОССИЙСКИЙ РОМАН
07:45 Х/ф «Бесприданница» 16+
09:15 Х/ф «Шесть соток счастья» 12+

ТНТ
07:00, 08:30, 05:50 Т/с «Интерны» 16+
08:00 «Кто куда» 16+
19:00 Т/с «Второй брак» 16+

СТС
05:00, 09:25, 04:45 «100 мест, где поест» 16+
06:10, 07:00 «С лёгким утром» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00, 03:20 «Секреты на кухне» 16+
05:20, 01:50, 04:30 «Пятница News» 16+

ПЕТРО
06:15 М/ф «Заколдованный мальчик» 0+
06:55 Х/ф «Культпоход в театр» 12+

КИНОХИТ
01:15 Х/ф «В ожидании Дали» 16+
03:05 Х/ф «Неудержимые 3» 16+

КИНОКОМЕДИЯ
01:05 Х/ф «Тайский вояж Степаныча» 12+
02:45 Х/ф «Погоня» 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+

МИЛЛЕТ
00:15 Т/с «Крестный» 16+
01:00 Т/с «Три в одном б» 16+

00:15 Т/с «Крестный» 16+
01:00 Т/с «Три в одном б» 16+
01:45 «Ватандаш» 12+

Ты любишь социальные проекты, готов помогать людям, отвечать на их вопросы и писать об этом?
Ты можешь стать частью большой команды «Крымской газеты»!
Если хочешь работать корреспондентом, позвони нам: +7 (978) 207-90-81



ФИЛЬМ ДНЯ
«БУМАЖНЫЙ САМОЛЁТИК» 16+
Однажды маленькому Ване на день рождения подарили игрушечный самолётик. Казалось бы, что тут особенного? Подарок как подарок. Но именно он послужил поводом для семейной ссоры.



ФИЛЬМ ДНЯ
«КЛИНЕР» 18+
Группа радикальных экоактивистов захватывает 300 заложников на роскошной вечеринке в небоскрёбе, чтобы вывести на чистую воду коррумпированную верхушку энергетической компании.



ШОУ ДНЯ
«СВАДЬБА ВСЛЕПУЮ» 16+
Главный купидон страны Роман Каграманов поженит незнакомых друг другу людей. «Молодожёны» проживут вместе неделю, будут вести совместный быт и лучше узнают друг друга.

ПЕРВЫЙ канал
05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:25 «Модный приговор» 0+

РОССИЯ 1
05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00, 03:00
Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+

5 ПЯТЫЙ канал
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 05:50, 06:35 Т/с «Свои 2» 16+

ТВЦ
04:25, 08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:20
Сегодня
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+

ТВЦ
06:00 «Настроение»
08:15 «Доктор И...» 16+
08:40 Т/с «Женская версия. Комсомольский роман» 12+

РОССИЙСКИЙ РОМАН
07:35 Х/ф «Обними меня» 16+
09:30 Х/ф «Ты мой свет» 12+

ТНТ
07:00, 05:50 Т/с «Интерны» 16+
19:00 Т/с «Второй брак» 16+

СТС
05:00, 09:25, 04:15 «100 мест, где поест» 16+
06:10, 07:00 «С лёгким утром» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00, 04:20 «Секреты на кухне» 16+
05:20, 02:20, 04:30 «Пятница News» 16+

Присоединяйтесь к «Крымской газете» во ВКОНТАКТЕ и будьте в курсе главных новостей!

ПЕТРО
06:05 М/ф «Храбрый заяц» 0+
06:20 М/ф «Братья Лю» 0+

КИНОХИТ
00:10 Х/ф «Сердце» 16+
01:50 Х/ф «Неудержимые 4» 18+

КИНОКОМЕДИЯ
00:50 Х/ф «Один хороший день» 16+
02:30 Х/ф «Невеста с того света» 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+

МИЛЛЕТ
00:15 Т/с «Крестный» 16+
01:00 Т/с «Три в одном б» 16+

00:15 Т/с «Крестный» 16+
01:00 Т/с «Три в одном б» 16+
01:45 «Ватандаш» 12+

