



Спросим у специалиста. Что станет с нашими рублёвыми сбережениями

СТР. 4

Как убрать чувство голода, когда сыт

СТР. 5

ТВ:

среда
четверг

16+



КОРОТКО

МЭР ДЛЯ СТОЛИЦЫ

СИМФЕРОПОЛЬ. Депутаты городского совета Симферополя проголосовали за кандидатуру нового мэра крымской столицы. Им стал Михаил Афанасьев, министр внутренней политики, информации и связи РК.

НОВАЯ ВСПЫШКА

ПЕКИН. В Китае наблюдается сильнейшая вспышка заболеваемости коронавирусом COVID-19 с начала пандемии, она связана со стелс-омикроном, который распространяется быстрее оригинального омикрона. В понедельник власти Китая сообщили о 1337 новых случаях заболевания коронавирусом в десятках городов страны.

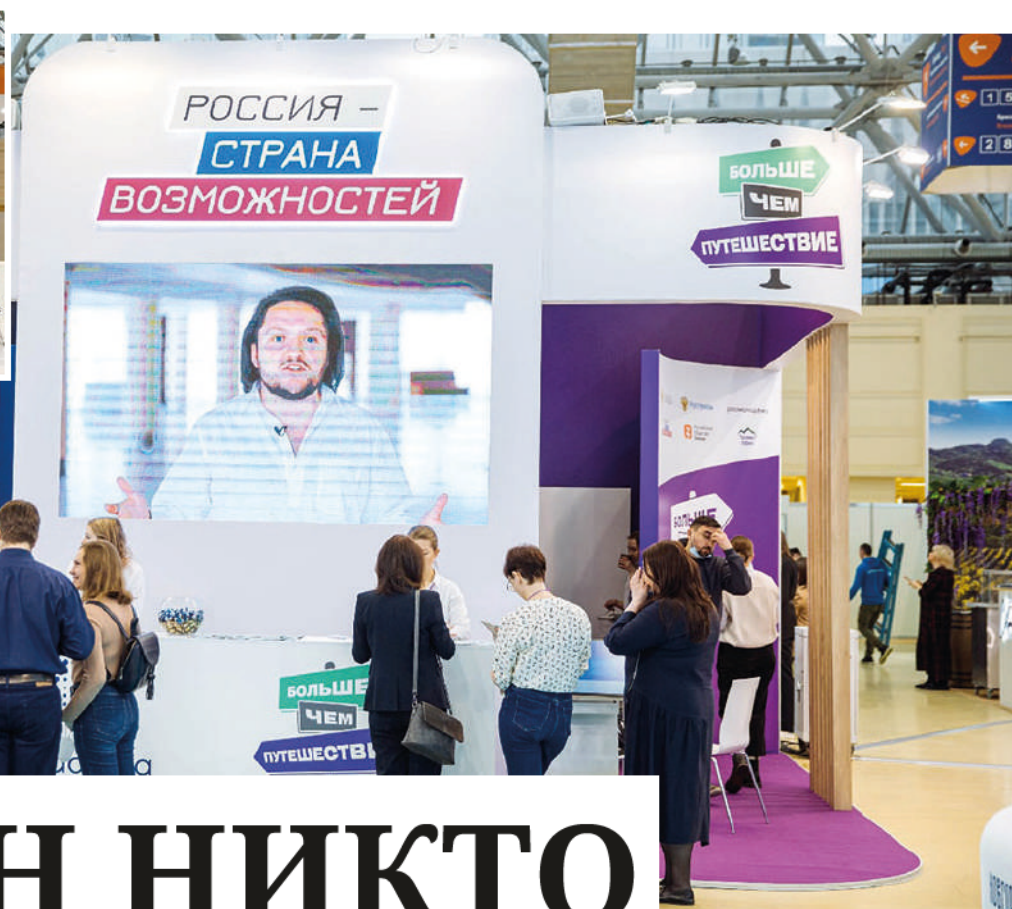
ЦИФРА

На трёх из 16 объектов комплекса сооружений «Ханский дворец» – гробницы «Дюрбе Диляра-Бикеч», «Северное Дюрбе» и «Южное Дюрбе» – в настоящее время завершены ремонтно-реставрационные работы, сообщила министр культуры Татьяна Манежина. На объектах «Графский корпус», «Ханская кухня», «Конюшенный корпус», «Библиотечный корпус», «Соколиная башня», «Набережная с тремя мостами», «Надгробная ротонда» и «Баня Сары-Гюзель» работы ещё ведутся. После экспертизы будут заключены контракты на реставрацию пяти оставшихся объектов. Завершить обновление Ханского дворца планируется в декабре 2023 года.

ЦИТАТА

«Всего на территории Республики Крым открыто 100 пунктов сбора гуманитарной помощи. В общей сложности субъектами Российской Федерации, и гражданами Республики Крым в том числе, всего собрано 730 тонн гуманитарной помощи. Безопасность доставки гуманитарных грузов обеспечивается в полном объёме Министерством обороны РФ совместно с Росгвардией и Пограничной службой ФСБ России».

Глава Республики Крым Сергей АКСЁНОВ – на совещании по оказанию помощи беженцам и жителям освобождённых районов Донецкой и Луганской народных республик.



СЕЗОН НИКТО НЕ ОТМЕНЯЛ

Как будет развиваться туристическая сфера в новых условиях

В преддверии высокого курортного сезона Крым представил санаторно-курортные и туристические возможности республики на ведущей федеральной туристической выставке «Интурмаркет».

НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

На сегодня это единственная в России площадка, объединяющая почти все регионы, позволяющая расширить внутриотраслевой диалог и выработать оптимальные решения и пути развития рынка, в том числе в условиях основного туристического тренда – импортозамещения в туризме. Напомним, «Интурмаркет-2022» организован при поддержке Правительства РФ, Федерального агентства по туризму, Российского союза туриндустрии, Ассоциации туроператоров России.

КСТАТИ

А уже сегодня Крым представляет свой туристический потенциал на другом всероссийском форуме – Международной туристической выставке в Москве. МИТТ – самая крупная туристическая выставка России в категории «Туризм и отдых» во всех номинациях Общероссийского рейтинга выставок 2018-2019 годов. Здесь запланировано более 12 деловых мероприятий, в том числе конкурс стартапов. Крымскую экспозицию на МИТТ в «Крокус Экспо» в Москве представляет единый стенд Республики Крым, организованный Министерством курортов и туризма РК.

Традиционно «Интурмаркет» организовал для участников насыщенную деловую программу: на пяти площадках в комплексе «Экспоцентр» прошло более 60 деловых сессий по актуальным вопросам развития сферы туризма при участии более 200 спикеров. Конечно же, в топе оказались вопросы развития отрасли и собственно профессии турагента в новой реальности, закрытия стран, аннуляции бронирований, возвратов.

Профессионалы решали, каким быть внутреннему туризму в текущем году, обсуждали государственные меры поддержки и многие другие болевые моменты. А одно из своих рабочих совещаний Российский союз туриндустрии посвятил перспективам круизного туризма в новых условиях.

Эксперты отмечают, что, несмотря на сложности, с ко-

Курорты Крыма представили на ведущих федеральных турвыставках «Интурмаркет» и МИТТ. Фото: официальная страница «Интурмаркет» во «ВКонтакте»

торыми столкнулась туристическая отрасль в последние годы, интерес к мероприятию у представителей турбизнеса и общественности не ослабевает. Здесь представили свои презентационные стенды основные регионы России.

ТРАДИЦИОННЫЙ ИНТЕРЕС

Крым также представил стенд, где администрации курортных регионов и субъекты туристической индустрии презентовали уникальные возможности лечебно-оздоровительной базы республики, познакомили с популярными и новыми туристическими маршрутами, а также со всемирно известными достопримечательностями региона. Традиционно наш стенд привлёк большое внимание посетителей отраслевого делового мероприятия. К слову, посетители и участники «Интурмаркета» могли принять участие в розыгрыше ценных призов и путёвок от республики.

Продолжение на стр. 2

Центробанк РФ установил	Доллар США	115,1963	Белорусский рубль	34,9971	Датская крона (10)	17,0950	Китайский юань (10)	18,2218	Польский злотый	25,7100	Фунт стерлингов СК	151,5177
КУРС ВАЛЮТ	Евро	127,2343	Болгарский лев	65,0863	Индийская рупия (100)	15,0926	Молдавский лей (10)	62,5217	Таджикский сомони (10)	95,0614	Чешская крона (10)	50,1100
НА 15.03.2022	Австралийский доллар	83,5173	Бразильский реал	22,4903	Казахстанский тенге (100)	22,4903	Новый румынский лей	32,9132	Турецкая лира	78,1294	Шведская крона (10)	11,8163
	Азербайджанский манат	67,9384	Венгерский форинт (100)	33,4868	Канадский доллар	89,8147	Новый туркменский манат	12,8646	Узбекский сум (1000)	10,5423	Швейцарский франк	124,2544
	Армянский драм (100)	22,3221	Вон Республики Корея (1000)	92,7618	Киргизский сом (100)	11,0309	Норвежская крона (10)	26,4145	Украинская гривна (10)	38,1758	Японская иена (100)	99,4486

КРЫМ РОССИЙСКИЙ

КАК ПОЛУОСТРОВ ИЗМЕНИЛСЯ
ЗА ВОСЕМЬ ЛЕТ: 2018-2019 ГОДЫ

16 марта 2022 года в России отметят годовщину исторического события – восемь лет со дня проведения в Республике Крым и городе федерального значения Севастополе общенародного референдума, по итогам которого 18 марта два новых субъекта вошли в состав Российской Федерации. «Крымская газета» продолжает цикл материалов о том, что менялось в Республике Крым каждый год на протяжении этих восьми лет.

■ НОВОЕ ОТКРЫТИЕ

16 апреля 2018 года в республике открыли новый терминал аэропорта Симферополь. Его площадь составила 78 тыс. кв. м, что почти в восемь раз больше площади двух старых терминалов. В ходе проведённого в 2018 году конкурса аэропорту присвоили имя художника-мариниста Ивана Константиновича Айвазовского. За 2018 год аэропорт принял более пяти миллионов пассажиров, в то время как в 2013 году пассажиропоток составлял менее 1,5 млн.

■ ПОЕХАЛИ!

Крымский мост

26 апреля 2018 года на Крымском мосту завершили укладку асфальта на автодорожном участке моста через Керченский пролив. Уже в мае по мосту запустили движение легкового транспорта, в октябре – грузового. К 16 июля по мосту проехало более миллиона автомобилей. Продолжалось строительство железнодорожного моста. К 24 марта 2019 года на Крымском мосту была завершена сборка железнодорожных пролётов, к 18 июля – укладка рельсов двухпутной неэлектрифицированной железной дороги. 18 декабря строительство железнодорожного моста было официально завершено. 23 декабря Президент РФ Владимир Путин торжественно открыл железнодорожное движение по Крымскому мосту, после чего первый пассажирский поезд отправился в путь.

Трасса «Таврида»

К январю 2018 года общая готовность трассы составляла 24%. В начале июля началась установка мачт освещения в районе Феодосии и на съездах с трассы. 29-31 декабря 2018 года была поэтапно открыта первая очередь автодороги протяжённостью 190 км от развязки под Симферополем до автоподхода к Крымскому мосту. 7 февраля 2019 года на участке трассы Дубки – Левадки протяжённостью 9,1 километра было открыто движение транспорта. В марте в Бахчисарайском районе начали укладывать асфальт. В апреле на участке от Керчи до Симферополя продолжалось строительство наземных пешеходных переходов. В августе 2019 года общая готовность трассы оценивалась в 74%.

■ ПЕРВЫЕ ОЧЕРЕДИ ТЭС

Официально Таврическая и Балаклавская газовые теплостанции были введены в эксплуатацию 18 марта 2019 года. В результате общий объём энергетической мощности полуострова составил порядка 2070 МВт, без учёта непостоянной ветровой и солнечной генерации, а также мобильных ГТЭС. Это обеспечило полное покрытие потребности полуострова с учётом резервирования.

■ ТУРИЗМ

30 апреля 2019 года в селе Оленевка Черноморского района открылся первый реализованный инвестиционный проект в рамках федеральной целевой программы «Социально-экономическое развитие Республики Крым и Севастополя» – автокемпинг «Оленевка Village» на тысячу мест размещения с современной пляжной инфраструктурой, фуд-кортом и детской зоной.

21 июня 2019 года в Ялте после масштабной реконструкции открыли набережную Приморского парка. Это позволило увеличить площадь набережной города почти на 400 метров. Кроме того, увеличилась променадная часть Ялты, не было потеряно ни метра пляжа, но при этом созданы три яруса интересного общественного пространства.

Подготовила Полина ЖУРАВКОВА.

ГЛАВНАЯ ТЕМА

Депутаты крымского парламента во главе с Председателем Государственного Совета РК Владимиром Константиновым наклеили на свои автомобили букву Z, отдав таким образом дань уважения российским воинам.

– Мы хотим отдать дань уважения нашей армии, тем парням, в том числе крымчанам, которые сражаются сегодня на территории соседней страны, проводя спецоперацию по денацификации и демилитаризации Украины. Это очень важная историческая задача. Наши ребята каждый день совершают подвиги. Наш гражданский долг – их поддержать, – сказал Владимир Константинов.



Глава РК Сергей Аксёнов выступил с инициативой в знак поддержки страны, президента и Вооружённых Сил РФ разместить на личных и служебных автомобилях должностных лиц и депутатского корпуса наклейки с буквой Z.

СВОИХ
НЕ БРОСАЕМ

Вчера у здания Госсовета РК прошла всекрымская акция в поддержку российской армии

Говоря о спецоперации, он заявил, что другого выбора у России просто не было.

– Все понимают, что происходит на Украине. Мы своевременно это начали, опередили нашего врага. Потому что эта война должна была прийти на крымскую землю. Благодаря этой спецоперации мы сегодня в Крыму живём в мире. Всё, что мы можем сделать для нашей армии, это морально поддерживать. Они должны знать, что воюют за правое дело, что все люди их поддерживают. Мы в первую очередь молимся за них. И население Украины, дети, старики и все те, кто оказался в сложной си-

туации, нам тоже небезразличны. Мы ранее оказывали и продолжаем оказывать им помощь, – сказал он.

Крымчане активно поддерживают решения президента России и российскую армию. Неделю назад автолюбители из 24 городов с флагами и наклейками с буквой Z устроили масштабный автопробег. Водители возложили цветы к мемориалам, посвящённым героям Великой Отечественной войны. Доехав до посёлка Зуя Белогорского района, водители выстроили свои автомобили в виде большой буквы Z.

Светлана КОНОНОВА.
Фото Галы АМАРАНДО.



КУРОРТ СЕГОДНЯ

Начало на стр. 1

Министр курортов и туризма Республики Крым Вадим Волченко отметил:

– С руководством выставки «Интурмаркет» нас связывает конструктивное сотрудничество. В ноябре 2021 года мы провели первый знаковый совместный Всероссийский форум «Интурмаркет. Открытый Крым», который показал необходимость постоянного межрегионального взаимодействия и обмена опытом. Весной мы планируем провести второй совместный форум в Крыму и надеемся, что он принесёт необходимый практический результат накануне высокого курортного сезона.

СЕЗОН НИКТО
НЕ ОТМЕНЯЛ

По его словам, в нынешних условиях, когда готовность российских курортов приобретает стратегическое значение, важны механизмы взаимодействия и государственной поддержки, которые также обсуждаются в рамках подобных выставок.

ПОД СТУК КОЛЁС

Сегодня Крым открыт для туристов. Пока в республику можно добраться наземным транспортом – на

поезде, автобусе, автомобиле. При въезде в Крым гражданам Российской Федерации предъявлять справку о вакцинации или об отрицательном тесте на COVID-19 и оставаться на карантине по приезде из другого субъекта РФ не нужно.

Музеи, театры, кафе, магазины, торговые центры и другие подобные объекты республики принимают посетителей в обычном режиме. Общественный транспорт также работает штатно.

Напомним, что с 28 февраля в республике были ослаблены ограничения из-за COVID-19, в частности, отменили требование о предъявлении сертификатов и QR-кодов о прохождении вакцинации или перенесённом заболевании при посещении торгово-развлекательных центров. А с 7 марта в связи с изменениями в указе о режиме повышенной готовности в Крыму разрешены бронирование мест и приём отдыхающих в средствах размещения и санаторно-курортных организациях без предъявления QR-кодов.

Ольга НАГОРНАЯ.

КРЫМСКИЙ ВЗГЛЯД

Объявив о тотальных санкциях в отношении России, страны Запада уже сейчас испытывают колоссальную нагрузку на свои экономики. Дефицит и рост цен наблюдаются практически по всем товарным позициям, особенно по тем, в которых «российский след» особенно ярко выражен.

ТОПЛИВО. После того как 8 марта США объявили о запрете импорта нефти из России, чтобы усилить давление на Москву, ценник на бензин там (а также в странах-сателлитах) неуклонно повышается. К примеру, только за неделю стоимость галлона бензина выросла в полтора раза по сравнению с прошлым годом. И это при том что Вашингтон практически не зависит от российской нефти, закупая её на уровне 3% от общего объёма. В Европе (в той же Германии) бензин и вовсе



Уже семь долларов за галлон бензина в США.
Фото: открытые источники

ций» в отношении нашей страны было принято решение прекратить поставки зерна в Европу. Соответственно, нетрудно спрогнозировать скорый острый дефицит этого ресурса. Да что там Европа: экономисты всего мира уже бьют в набат по поводу неконтролируемого роста цен на зерно. А это уже серьёзная глобальная проблема: бедные страны попросту не смогут позволить себе закупать зерно, что приведёт к росту социального напряжения и угрозе социальных потрясений. Вот просто интересно: в Вашингтоне отдавали себе отчёт в таких последствиях для всего человечества, когда запустили механизм тотальных санкций в отношении России? Ведь очевидно же, что в итоге бумеранг ненависти стран третьего мира вернётся именно к США (которые себя любимых пшеницей обеспечивают сполна и успешно ею приторговывают). Продовольственный кризис из-за нехватки зерновых способен спровоцировать конфликты, например, в Африке, что вызовет новую волну беженцев в Европу (а она уже под завязку – украинский исход её окончательно в этом плане надорвал).

ФИНАНСЫ. Пожалуй, самое большое стратегическое поражение Вашингтона – это заморозка российских активов. Теперь ни одно мало-мальски самостоятельное государство не будет считать свои сбережения, размещённые в американских и европейских финансовых учреждениях, в безопасности. Доллар чем дальше, тем больше будет становиться синонимом угрозы. Собственно говоря, Россия, Китай и Индия уже ведут взаимные расчёты в своих национальных валютах. И этому примеру однозначно будут следовать всё больше государств. А это значит, что американская финансовая гегемония будет уходить в историю.

Объявив экономическую войну России, западные глобалисты выстрелили себе как минимум в ногу. Хотя не исключено, что уже и в голову.

Никита ПЕТРОВ.

САНКЦИОННОЕ САМОУБИЙСТВО ЗАПАДА

побил исторический рекорд: сейчас ценник 95-го уже превышает два евро. Надо ли говорить, что повышенные стоимости топлива – это запуск эффекта домино по всем другим товарам, в которые закладываются расходы на транспортировку.

Понимая, что такие тенденции ни у себя дома, ни в Старом Свете не приветствуются (граждане попросту не понимают, почему им нужно из своего кошелька платить за геополитические игры Байдена), в Вашингтоне всю прошлую неделю пытались хоть как-то смягчить ситуацию. То есть попытаться снизить цену, выведя на рынок дополнительные объёмы нефти. Но вот только с этим как-то не срослось. Все страны, к которым обратились ходяки из Вашингтона (а это Венесуэла, Иран и даже Саудовская Аравия), отказали им в этой просьбе. Первые две – из политических соображений (всё-таки Белый дом очень долго донимал их опять же санкциями), а третья попросту не хочет терять нефтяные сверхприбыли.

В свою очередь, Россия, которая должна была ощу-

тить на себе «перекрытие нефтедолларов», идёт по пути изменения поставок своего чёрного золота: Китай и Индия – два экономических тяжеловеса – уже подтвердили намерение приобрести высвобождающиеся европейские объёмы. Так что в перспективе (судя по всему, весьма недалёкой) нефтяной рынок Старого Света для нашей страны вполне может отойти на второстепенный план. Да и в Брюсселе пафосно заявили, что собираются чуть ли не в течение этого года полностью отказаться от российских нефти и газа. Как говорится, вам и топливный пистолет в руки. Смотрите не облейтесь.

ПШЕНИЦА. Помимо бензинового кризиса, уже запустившего инфляцию в США и Западной Европе, дамокловым мечом над «дорогими западными партнёрами» уже нависает не менее (а даже более) серьёзная проблема. Дело в том, что Россия (а отчасти и Украина) – один из ключевых поставщиков пшеницы на европейский (да и на мировой) рынок. И вот сейчас, на фоне «термоядерных санк-

“ ОБЪЯВИВ
ЭКОНОМИЧЕСКУЮ
ВОЙНУ РОССИИ,
ЗАПАДНЫЕ ГЛОБАЛИСТЫ
ВЫСТРЕЛИЛИ СЕБЕ
КАК МИНИМУМ В НОГУ.
ХОТЯ НЕ ИСКЛЮЧЕНО,
ЧТО УЖЕ И В ГОЛОВУ

ВОКРУГ СВЕТА

ПРИЯТНЫХ СНОВИДЕНИЙ!

РОССИЯ. Сновидения видят 69% россиян, 64% в той или иной степени их запоминают. Каждому четвёртому сны снятся часто – каждую ночь или несколько раз в неделю. Об этом свидетельствуют данные опроса, проведённого специалистами Всероссийского центра изучения общественного мнения. При этом чаще сновидения приходят к женщинам, чем к мужчинам: видят сны несколько раз в неделю около 28% представительниц слабого пола и 22% – сильного. К тому же дамы запоминают сны чаще – об этом сообщили 70% опрошенных среди женщин против 58% среди мужчин.

С ВЕТЕРКОМ ПО ПАВИЛЬОНУ

РОССИЯ. На киностудии «Мосфильм» восстановили автомобиль Штирлица. Речь идёт о трофейном Mercedes MB-230 1938 года выпуска, использовавшемся на съёмках фильма «Семнадцать мгновений весны» со знаменитым номером IA-661125. «Перед нами стояла непростая задача – не только вернуть машине аутентичный вид, но и привести её в технически исправное состояние для движения в кадре», – рассказал начальник автотранспортного цеха «Мосфильма» Владимир Разин. Автомобиль Исаева-Штирлица, роль которого исполнил Вячеслав Тихонов, требовал замены мотора, дубового каркаса, коробки передач, восстановления салона. Реставрация заняла два с половиной года. Теперь машина как новая. Двигатель и коробку передач заменили на отечественные – от «Волги», что упрощает ремонт и обслуживание. В гараже «Мосфильма» более 100 автомобилей разных эпох.

ПАМЯТЬ СЕРДЦА

ТАДЖИКИСТАН. В Душанбе прошла презентация книги об эвакуационных госпиталях в годы войны. Её автор – историк, журналист Гафур Шерматов. Написать о медиках в тылу во время Великой Отечественной он хотел давно. Но сделать это удалось только сейчас, когда появилось достаточное количество уникальных фотографий, редких архивных документов. В Таджикистане в 1940-е годы было размещено 29 эвакуационных госпиталей. «Большинство солдат и офицеров получали соответствующую помощь, выздоравливали и вновь шли на фронт. Это было тыловое медицинское обеспечение», – сказал посол Российской Федерации в Таджикистане Игорь Лякин-Фролов. Книга рассчитана не только на специалистов. Её с интересом будут читать студенты и школьники, уверен автор.

ДРЕВНЯЯ БОЛЕЗНЬ

ПЕРУ. Туберкулёз имеет более долгую историю, чем принято считать, выяснили учёные из Университета Оклахомы. Они выявили три древних штамма в скелетах людей, живших на территории современных Колумбии и Перу задолго до европейской колонизации. Исследователи обнаружили ДНК бактерии, связанной с *Mycobacterium tuberculosis* (штаммом, вызывающим туберкулёз у людей), в человеческих останках тысячелетней давности. Эти штаммы имели большое сходство со штаммом *M. ripipriedii*, который встречается у морских ластоногих, таких как тюлени и морские львы. Генетический анализ показал, что последний общий предок всех родственных штаммов микобактерий появился около шести тысяч лет назад. Вероятно, морские млекопитающие стали его первыми переносчиками, «доставив» туберкулёз через океан.

Рубрику ведёт Мария САВИНА.

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ



МИХАИЛ ГОРБАЧЁВ ИЗБРАН ПРЕЗИДЕНТОМ 1990 – на третьем внеочередном съезде народных депутатов СССР председатель Верховного Совета Михаил Горбачёв был избран первым и единственным в истории Советского Союза президентом. На этом посту он пробыл около двух лет.



В ИЕРУСАЛИМЕ ОТКРЫТ НОВЫЙ МУЗЕЙ «ЯД ВАШЕМ»

2005 – в Иерусалиме был открыт новый Музей истории холокоста. Он фокусирует внимание посетителей на личных историях людей, ставших жертвой геноцида. В музее выставлены дневники, фотографии и личные вещи очевидцев тех трагических событий. В музее есть зал имён, где собраны фамилии трёх миллионов погибших в нацистских концлагерях, а также 600 их фотографий.

НОВОСТИ ИЗ СОЦСЕТЕЙ

ВОДА ПРИШЛА

После подрыва дамбы вода по Северо-Крымскому каналу с Украины самотёком дошла до Джанкоя. Фотографии уже разошлись по соцсетям. Официального запуска системы ещё не было, шлюзы пока не открыты.



Фото: «Джанкой сегодня», «ВКонтакте»

ВЕСЕННИЙ СНЕГ

В Ялте снова большое событие – выпал снег. Да ещё не когда-нибудь, а весной! Просто настоящее чудо.



Фото: Андрей БУРДЕЙНЫЙ, «ВКонтакте»

ЛЮБОВЬ И УТКИ

Пернатых в парках крымской столицы холода не пугают. Такое фото сделал житель Симферополя в Гагаринском парке. «Весна, любовь. Несмотря на зимнюю погоду», – комментируют снимок пользователи соцсетей.



Фото: С. КОМАРОВ, «ВКонтакте»

Подготовила Юлия ПОПОВА.

ЗЕЛЕНО & КРАСИВО

ПО ГОРШКАМ

От правильной пикировки рассады зависит качество будущего урожая. Поэтому стоит уделить ей особое внимание. Сразу уточним, что пикировка рассады – это пересаживание или перевалка совсем молодых всходов. Зачем и как её правильно делать, рассказал агроном Павел Борисов.

– Пикировка рассады проходит на ранней стадии роста, при появлении двух-трёх листиков. Я каждый раз пересаживаю рассаду в больший по размеру горшок. Это способствует развитию корневой системы и укреплению растения. Дело

в том, что во время прораствания семечка ему не нужно много места и питания. Куда важнее, чтобы в почве было много кислорода. Поэтому для семян беру небольшие стаканчики, объёмом около 100 мл, – советует он. – Вода в них не будет застаиваться, а растения получат хороший доступ к кислороду в почве.

По словам специалиста, по мере того как у растения разрастается корневая система, ему требуется больше места и питательных веществ. Для этого его и пересаживают в большую ёмкость – около 500 мл. Слишком большие горшки брать не

стоит, так как там хуже дело с дренажем.

– Пикировать рассаду лучше в отдельные горшки по той простой причине, что это исключает переплетение корней. В дальнейшем это облегчит высадку в теплицу или открытый грунт, – уточняет Павел Борисов.

И добавляет, что проводить пикировку можно следующим способом. Полить рассаду тёплой водой за два часа до пикировки, так легче будет извлекать её из горшка. Далее новые ёмкости на три четверти наполнить почвенной смесью, немного уплотнив её. В почве сделать небольшую лунку пальцем,



ogorod.ru

под размер пересаживаемого корня. Затем вынуть растение из стаканчика или горшка вместе с земляным комом. Возьмите для этого обычную столовую ложку. Главное при этом, говорит специалист, держать растение за ком,

а не за стебель. Аккуратно освободите растение от лишней земли и посадите в новую ёмкость. Возле корня землю слегка уплотните пальцами. Полейте. Рассаду нужно убрать на несколько дней от яркого света, отмечает агроном.

СПРОСИМ У СПЕЦИАЛИСТА

ЧТО ДЕЛАТЬ?
НЕ ДЁРГАТЬСЯ!

или Что станет с нашими рублёвыми сбережениями

Финансовой системой сегодня интересуются не только специалисты. Всем интересно, как сохранить наши накопления, пусть даже небольшие. Об ипотеке и валютных потрясениях, отключении системы SWIFT и сохранности вкладов крымчан «Крымской газете» рассказал профессор Высшей школы экономики Николай Берзон.

– Николай Иосифович, что нужно делать, чтобы сохранить имеющиеся сбережения?

– В нынешних условиях турбулентности рынка, резких скачков курса доллара с теми сбережениями, которые есть у человека, лучше ничего не делать и не дергаться. Потому что те попытки, которые некоторые люди делают (срочно бегут и покупают доллар по курсу 120 рублей, а потом с ужасом смотрят, что курс уже 110 рублей), лишь огорчают крымчан. Если людям действительно нужны доллары надолго, если они не собираются эти доллары расходовать в ближайшие три-пять лет, то можно купить и по текущему курсу. Плюс-минус 10 рублей для такого длительного срока значения не имеют. Кто-то, наоборот, хочет по такому выгодному курсу продать доллары и купить рубли. Но а что вы с рублями будете делать?

– Так банки повысили процентные ставки по депозитам до 18%. Туда и понесём.

– Я думаю, этот праздник жизни продлится недолго. Профессионалы финансового рынка, банкиры видят, что сегодня необычная ситуация, ставки высокие... Но рынок рано или поздно успокоится, и через шесть месяцев, через год ставки вернутся к своему более-менее нормальному уровню. На мой взгляд, занимаясь

сегодня спекуляцией (обменом рублей на доллары или долларов на рубли, стараясь что-то на этом заработать), можно только проиграть. Курс может измениться куда угодно.

– Чего ждать россиянам от отключения системы SWIFT?

– Рядового гражданина это мало коснётся. SWIFT – это международная, глобальная финансовая система. Это такое большое акционерное общество, в нём порядка 11 тысяч акционеров – это крупнейшие банки мира.

Если у крымчанина нет валютных сбережений, акций американских или европейских компаний, а есть только рублёвые депозиты в «Сбере», ВТБ или другом банке, то отключение от SWIFT его вообще никак не коснётся. В России есть система быстрых платежей, которой мы все пользуемся. SWIFT для наших внутренних рублёвых расчётов не играет вообще никакой роли.

– Станет ли сложнее получить кредит у той или иной финансовой организации?

– У многих граждан есть ипотека. Процентные ставки по ипотеке были достаточно привлекательные – у нас даже была льготная ипотека для молодых семей. Конечно, когда ключевая ставка поднялась до

20%, вырастут процентные ставки и по кредитам, в том числе по такому массовому кредиту, который называется ипотекой. Деньги будут более дорогими, кредит будет сложнее обслуживать. Я думаю, что те люди, которые мечтали об ипотечном кредите, должны сейчас ещё раз всё взвесить и оценить, способны ли они будут обслуживать такой кредит. Если ключевая ставка 20%, то кредиты по ипотеке будут явно

“ ЕСЛИ У КРЫМЧАНИНА НЕТ ВАЛЮТНЫХ СБЕРЕЖЕНИЙ, АКЦИЙ АМЕРИКАНСКИХ ИЛИ ЕВРОПЕЙСКИХ КОМПАНИЙ, А ЕСТЬ ТОЛЬКО РУБЛЁВЫЕ ДЕПОЗИТЫ В «СБЕРЕ», ВТБ ИЛИ ДРУГОМ БАНКЕ, ТО ОТКЛЮЧЕНИЕ ОТ SWIFT ЕГО ВООБЩЕ НИКАК НЕ КОСНЁТСЯ ”

выше 20%. Честно говоря, обслуживать такой кредит достаточно тяжело. Я думаю, что спрос на кредиты упадёт. Наш народ умеет считать и брать кредиты под такие сумасшедшие ставки не будет.

Алёна МАРКЕЛОВА.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ
САДОВОДА
(15 – 21 МАРТА)

Растущая луна

15 марта – сделайте санитарную обрезку деревьев.
16 марта – хороший день для посадки однолетних и многолетних цветов.
17 марта – проредите всходы, проведите пикировку рассады.

Полнолуние

18 марта – отдохните.

Убывающая луна

19 марта – можно сажать любые цветы, а также укоренять черенки.
20 марта – нарежьте черенки ягодных кустарников.
21 марта – в теплице и на подоконнике можно сеять на рассаду капусту, сельдерей, спаржу, огурцы.

Рубрику ведёт Ирина ГУЛИВАТАЯ.

#ЗОЖСГАЗЕТОЙ

ГОРМОНАЛЬНАЯ
ЛОВУШКА

Как убрать чувство голода, когда сыт

На вопрос о том, что делать, чтобы похудеть, правильным ответом когда-то считалось меньше есть и больше двигаться. Но почему для одних этот подход работает, а для других – нет? Зачастую последние жалуются на постоянное чувство голода. Наука доказала: виной тому часто становится гормон лептин.

БАРОМЕТР СБИЛСЯ

Лептин открыли сравнительно недавно – в 1994 году. Он относится к так называемым цитокинам, сигнальным белкам, в его задачи входит регулировка аппетита и контроль объема запасенного в организме жира. Гормон имеет анорексигенное действие, то есть подавляет аппетит, чтобы человек не переел – это важнейший сигнал для поддержания оптимального веса и здоровья в целом. А вот дисбаланс лептина как раз способен привести к ожирению. Казалось бы, поддерживай лептин в рамках нормальных значений и нет проблем. Однако обнаружилось, что многие люди, набирающие лишний вес и страдающие ожирением, имеют, наоборот, слишком много этого гормона в крови.

Так было открыто состояние, названное «лептиновая резистентность» (это устойчивость к лептину). При нём мозг просто перестаёт считывать сигнал о том, что жировых запасов достаточно, и продолжает судорожно запасаться, воспринимая лептиновую активность как голод.

Врач-эндокринолог, диетолог Ольга Павловская уточняет:

– Лептин вырабатывается жировой клетчаткой. Следовательно, чем больше

жировой клетчатки появляется в нашем организме, тем больше вырабатка лептина. Пока чувствительность к лептину сохранена, он даёт нам чувство сытости, мы прекращаем переедать.

КСТАТИ

Определение уровня лептина в крови может быть полезным и при комплексном исследовании вашего здоровья. В качестве метода исследования лептина применяется иммуноанализ. Для проведения данной процедуры есть определённые требования. Биоматериал, предназначенный для исследования, сдаётся только натощак. Причём к моменту забора крови после последнего употребления пищи должно пройти не меньше 8-12 часов. Для получения достоверных результатов приёма любых других напитков, кроме воды, не допускается.

Если же мы постоянно перееедаем либо питаемся неадекватно, с избытком жирной и углеводной пищи, то количество жировой клетчатки непрерывно растёт, а вместе с ним растёт и выра-

ботка лептина. Чем больше вырабатывается лептина, тем хуже наш организм его чувствует. Это нормальная реакция на любую перестимуляцию: сначала чувствуем, дальше при избыточной стимуляции уже не чувствуем совсем.

Причин выработки резистентности к лептину немало. Среди них – высокий уровень сахара в крови и питание, богатое простыми углеводами, трансжирами, легко окисляемыми жирами, синтетическими добавками; хронический стресс и высокий уровень гормона кортизола; хронические воспалительные процессы в организме; низкий уровень эстрогена.

– Логичный вопрос: что делать? На данный момент лекарственных средств, которые бы напрямую снижали лептин, на рынке не представлено. Соответственно, работать нужно с причиной повышенной выработки лептина, то есть убирать лишнюю жировую клетчатку, которая и вырабатывает лептин. Поскольку при лептинорезистентности снижать вес сложно из-за повышенного аппетита, то часто при лечении ожирения с лептинорезистентностью мы используем препараты для лечения ожирения. Лекарства подбирает врач после полного обследования. Часто лептинорезистентности сопутствует инсулинорезистентность, поэтому оба этих состояния мы корректируем вместе со снижением веса, – отмечает врач.

Но, помимо медикаментов, снижению чувства голода, особенно по отношению к углеводным продуктам, помогает восполнение дефицита цинка, селена, хрома, витамина D, группы B (фолиевой кислоты). Теперь нетрудно понять, почему здоровый человек не толстеет.

СПИ И ХУДЕЙ

Как объясняют эксперты, в борьбе с этой проблемой, помимо снижения количе-

ства сахара, простых углеводов и плохих жиров в питании, придётся наладить режим. Это касается и питания, и сна. Всё дело в том, что лептин относится к циркадным гормонам, то есть зависящим от смены дня и ночи, цикличности ряда процессов в организме. Для того чтобы вернуть его работу в нормальное русло, очень важно ложиться вовремя спать, до 23:00 – оптимальный вариант, хорошо высыпаться, стараться вставать в одно и то же время. Если вы не получите достаточного отдыха, ваш организм будет вырабатывать меньше лептина и больше грелина (гормона, который говорит вашему телу, что вы голодны). Ещё один важный фактор упомянутого гормонального сбоя – сидячий образ жизни, отсутствие силовых нагрузок. Эксперты рекомендуют выполнять упражнения высокой интенсивности за короткие промежутки времени. Это будет стимулировать большее выделение гормона роста человека, который активирует механизмы сжигания жира и помогает регулировать уровень лептина.

Забудьте также о частой практике голодания в сочетании с высокой физической нагрузкой, не пытайтесь худеть, сокращая калории и усиливая физическую активность. Это вгоняет организм в стресс. Последний может стать спусковым крючком для дисбаланса лептина.

Ольга НАГОРНАЯ.

МВД ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

СХЕМЫ ВСЁ ТЕ ЖЕ

За последние пять дней сотрудники крымской полиции зарегистрировали 15 фактов мошенничества, совершённых в отношении граждан дистанционным способом. Мошенники действовали через телефонные звонки, социальные сети, сайты бесплатных объявлений, предлагая покупку или аренду недвижимости. Общая сумма ущерба, нанесённого крымчанам, составила более 520 тысяч рублей.

Злоумышленники применяли для обмана распространённые схемы: звонок под видом службы безопасности банка и представителей различных ведомств. Во всех случаях мошенники стремились узнать персональные данные граждан, позволяющие получить доступ к банковскому счёту, либо получали от потерпевших электронный платёж в виде предоплаты за приобретаемый товар.

ДЕНЬГИ ВПЕРЁД

В сводку полиции попал эпизод преступной деятельности, зарегистрированный в селе Золотое Поле Кировского района. Женщина сообщила, что злоумышленник, используя различные телефонные номера, под предлогом предоставления кредита в одном из банков обманом путём завладел её денежными средствами в размере 208 тысяч рублей. Потерпевшая перевела всю сумму десятью платежами на счёт мошенника.

Ещё один случай зарегистрирован в Симферополе. Злоумышленник под предлогом продажи сушильной машины через интернет-сайт объявлений завладел более чем 94 тысячами рублей, которые покупатель перечислил на карту мошенника.

Аналогичные преступления, связанные с продажей бытовой техники и автомобилей, зарегистрированы в Симферополе, Алуште и Саках.

ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ

Сотрудники УМВД России по г. Ялте совместно с членами Общественного совета при УМВД провели акцию «Осторожно: мошенники!» на улицах курорта. Цель данного мероприятия – профилактика фактов мошенничества, совершаемых дистанционным способом, и повышение бдительности граждан. Так, на улицах города гостям и жителям курорта раздали информационно-профилактические буклеты и памятки, провели разъяснительные беседы. Горожане реагировали на предупреждения полицейских по-разному: кто-то уверен в своей бдительности, а кто-то брал несколько листовок, чтоб напомнить о мерах предосторожности своим близким. Между тем полицейские призывали жителей не отказываться от получения информации. Ведь «если ты владеешь информацией, ты уже вооружён и не попадёшь на уловки мошенников», отмечают в УМВД.

МВД по Республике Крым предостерегает: чтобы не стать жертвой мошенников, сохраняйте бдительность и не верьте сообщениям о якобы блокировке счёта или о несанкционированном списании денежных средств, что, по словам звонящего, требует срочных мер для нейтрализации угрозы. Кроме того, полицейские призывают граждан не перечислять деньги авансом незнакомцам, а также не предоставлять непроверенным людям свои персональные данные и реквизиты банковских карт.

Если вы стали жертвой мошенников, немедленно сообщайте об этом в полицию – раскрывать преступления по горячим следам всегда легче! Телефон полиции: 102.

Рубрику ведёт Ирина ГУЛИВАТАЯ.

РОДИЛИСЬ В ЭТОТ ДЕНЬ



1930, ЖОРЕС АЛФЁРОВ

Крупнейший советский и российский учёный, нобелевский лауреат, автор фундаментальных работ в области физики и квантовой электроники, активный общественный деятель, академик РАН.



1935, ЛЕОНИД ЕНГИБАРОВ

Советский клоун-мим, выступавший в амплуа «грустный клоун», писатель. Народный артист Армянской ССР. Также снялся в фильмах «Айболит-66», «Печки-лавочки», «Тени забытых предков».



1937, ВАЛЕНТИН РАСПУТИН

Советский и российский писатель, публицист и общественный деятель. Среди его самых известных произведений – повести «Прощание с Матёрой», «Пожар», «Уроки французского», «Последний срок», «Живи и помни» и др.

ФУТБОЛ

ПЧЁЛКИ-ФУТБОЛИСТЫ

Арт-проект «Симферопольские пчёлы» выходит за пределы крымской столицы, а его главные герои заселяют крымские города. «Пчела-футболист» поселилась в Евпатории у входа в Академию футбола Крыма. Напомним, именно пчела является и талисманом местного футбольного клуба «Евпатория», футболисты которого выступают в жёлто-чёрных цветах. Маленькую пчёлку «академики» уже окрестили младшим братом Пчёл из футбольного клуба. Что, в общем-то, очень символично, ведь академия и главная городская команда тесно сотрудничают, воспитывая новое футбольное поколение. Многие выпускники АФК уже играют за «Евпаторию».

«У ФК «Евпатория» есть взрослая и опытная пчела по кличке Пчёл, а у нас будет юный и подающий большие надежды футболист Пчёлка», — отметил президент Академии футбола Крыма Юрий Ветоха.



УЖЕ БОЛЬШЕ, НО НЕ ВСЕ

Весенняя часть чемпионата крымской футбольной Премьер-лиги никак не может собраться в рамках тура всех участников турнира. Официально соревнования возобновились ещё на прошлых выходных, но тогда из четырёх матчей был сыгран лишь один. Очередной, шестнадцатый тур чемпионата также состоялся не полностью. На этот раз на футбольные поля вышли шесть команд из восьми.

Главной сенсацией тура стала победа алуштинского «Алустона-ЮБК» над Евпаторией. Сам матч напоминал настоящую драму. Уже на 25-й минуте евпаторийцы вели со счётом 2:0, а затем за десять минут гости смогли отыграться. В начале второго тайма уже «Алустон» оказался в роли лидера, но и здесь отыгрывающимся хватило десяти минут, чтобы восстановить паритет. Последнее слово оказалось всё же за футболистами с южного побережья, которые выиграли со счётом 4:3.

Тем временем «Севастополь» обыграл ФК «Рубин Ялта» со счётом 2:1, а «Гвардеец» разошёлся миром с «Кызылташем», 2:2. А вот симферопольская «ТСК-Таврия» никак не может провести свой первый официальный матч весны. В прошлый раз не состоялась встреча столичной команды с алуштинцами, на этот раз отменилась игра с керченским «Океаном». Причиной отмены послужили погодные условия в Керчи и неготовность стадиона к проведению встречи.

КАРАТЕ



Фото автора

ПРОВЕРКА
БОЕМ

Более двухсот спортсменов
участвовали в открытом турнире
«Крымская весна»

Турнир собрал спортсменов всех уровней подготовки. Таким образом, пока одни проходили проверку перед крупными стартами, другие впервые пробовали себя на татами.

С 2014 года в Крыму традиционно проводится турнир «Крымская весна», который ежегодно собирает каратистов со всего Крыма, независимо от их уровня подготовки. На формирование сборной эти соревнования не влияют, но именно здесь бойцы решают другие, не менее значимые задачи. А потому каждый год «Крымская весна» проходит с широким размахом, по количеству именитых каратистов ничуть не уступая первенствам республики.

НОВИЧКИ ОТДЕЛЬНО,
ЭЛИТА ОТДЕЛЬНО

Пожалуй, главной особенностью этих соревнований является разделение спортсменов не только по возрастным и весовым категориям,

«Для тех ребят, которые уже заявлены на турниры в Москве и Минске, эти соревнования можно считать последней обкаткой, последней проверкой собственных возможностей. А для тех, кто только начинает свой спортивный путь, это, наоборот, стартовая площадка. Многие из участвующих спортсменов впервые вышли на татами в рамках официальных соревнований. И теперь сдают перед своими тренерами первый экзамен».

Владимир ЗАЙКИН,
президент Федерации
кекусинкай карате
Республики Крым.

костяк сборной Крыма, так и начинающие спортсмены, многие из которых впервые участвуют в официальных соревнованиях. Таким образом, шансы на победу максимально уравниваются, а вероятность проходных поединков, наоборот, исключается.

— На этот раз мы решили разделить новичков и опытных спортсменов по разным жеребьёвкам. На первенствах Крыма они, как правило, бьются вместе, но на этот раз мы дали возможность спортсменам спарринговаться с соперниками того же уровня, чтобы в поединках не было явного изначального преимущества, — объяснил президент Федерации кекусинкай карате Республики Крым Владимир Зайкин.

ДЕБЮТЫ И МАСТЕРСТВО

Ещё одним поводом для разделения спортсменов стали разные задачи, которые решают бойцы на этом тур-

нире. Многие начинающие каратисты впервые выходят на татами. При этом их поединки сложно назвать некачественными, ведь новички хоть и уступают опытным товарищам по уровню мастерства, но своим стремлением к победе радуют тренеров гораздо больше. А вот для членов сборной Крыма это последняя крупная тренировка с повышенной ответственностью перед большими стартами. В конце марта им предстоит выступить на первенстве России в Москве. А уже через несколько дней отправиться в Белоруссию на международные соревнования.

— Для тех ребят, которые уже заявлены на турниры в Москве и Минске, эти соревнования можно считать последней обкаткой, последней проверкой собственных возможностей. А для тех, кто только начинает свой спортивный путь, это, наоборот, стартовая площадка. Многие из участвующих спортсменов впервые вышли на татами в рамках официальных соревнований. И теперь сдают перед своими тренерами первый экзамен, — отметил Владимир Зайкин.

Но и это ещё не всё. Завершением весеннего цикла станет ещё один крупный старт: в начале мая в Анапе пройдут всероссийские соревнования, на которых также выступит большая крымская команда.

СКАЗАНО



Я исхожу из правил. Прямо сейчас они гласят, что мы можем выступать под нейтральным флагом. Я просто хочу заниматься своим любимым делом. Пока у меня есть такая возможность, я буду пытаться играть».

Даниил МЕДВЕДЕВ, российский теннисист, первая ракетка мира, об играх без флага.



Сейчас я тренирую разные прыжки, чтобы выполнять «четыре плюс четыре» или хотя бы «три плюс четыре». Пятёрной я тоже пробовала, но это пока далеко от докрученного чистого прыжка. Пока было так: «Давай попробуем».

Александра ТРУСОВА, российская фигуристка, серебряный призёр Олимпиады, о своей подготовке.



Кто такой Бах? Кто он теперь для нас? Пускай свои заявления адресует другим, но не нам. А мы будем у себя проводить соревнования! И к нам вон белорусы приехали. Это наши друзья».

Анфиса РЕЗЦОВА, двукратная олимпийская чемпионка, о руководителе МОК.

СРЕДА, 16 МАРТА

ПЕРВЫЙ
канал

05:00, 09:25 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:50 «Жить здорово!» 16+
10:55 «Модный приговор» 0+
12:15, 17:00, 01:30, 03:05 «Время
покажет» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:00 «Мужское / Женское» 16+
18:40 «На самом деле» 16+
19:45 «Пусть говорят» 16+
21:00 Время
21:30 Т/с «Анычар» 16+
23:25 «Большая игра» 16+
00:25 Д/ф «Сергей Юрский. Против
правил» 12+

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+
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 «60 Минут» Ток-шоу 12+
14:55 «Кто против?» Ток-шоу 12+
21:20 Т/с «Елизавета» 16+
22:20 «Вечер с Владимиром Со-
ловьевым» 12+
01:00 Т/с «Годунов. Продолже-
ние» 16+
02:00 Т/с «Пыльная работа» 16+
03:40 Т/с «Семейный детектив»
16+

5 ПЯТЫЙ
канал

05:00, 09:00, 13:00, 17:30, 03:20
«Известия» 16+
05:40, 06:20, 07:05, 07:50 Т/с «На
рубеже. Ответный удар» 16+
08:40 Т/с «Глухарь. Кроссовки» 16+
09:25, 10:05, 11:05, 12:05, 13:25,
13:30, 14:25, 15:25, 16:25 Т/с
«Глухарь» 16+
18:00, 18:55 Т/с «Условный мент
2» 16+
19:45, 20:25, 21:20, 22:20, 00:30,
01:15, 02:10, 02:45 Т/с «След»
16+
23:10 Т/с «Великолепная пятёрка
4» 16+
00:00 «Известия. Итоговый вы-
пуск» 16+
03:30, 04:05, 04:30 Т/с «Детекти-
вы» 16+

НТВ

04:55 Т/с «Возвращение Мухтара»
16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:20
Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Морские дьяволы.
Смерч. Судьбы» 16+
13:25 «Чрезвычайное происшествие»
16+
14:00 «Место встречи» 16+
16:45 «За гранью» 16+
17:50 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Первый отдел» 16+
23:40 Т/с «Пёс» 16+
03:25 Т/с «Береговая охрана» 16+

ТВУ

06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И.» 16+
08:40 Х/ф «Старая гвардия. Огнен-
ный след» 12+
10:35, 04:40 Д/ф «Ростислав Плятт.
Интеллектуальный хулиган» 12+
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События 16+
11:50 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» 12+
13:40, 05:20 «Мой герой. Михаил
Турецкий» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:00, 03:10 Т/с «Анна-детективъ
2» 16+
16:50 «Деваностые. Чёрный юмор»
16+
18:10 Х/ф «Психология преступления.
Дуэль. Перелётная птица» 12+
22:30 «Хватит слушать» 16+
23:05 «Прощание» 16+
00:00 События. 16+
00:35, 02:55 «Петровка, 38»
00:55 Д/ф «Жёны Третьего рейха»
16+
01:35 Д/ф «Разлучённые властью»
12+
02:15 Д/ф «Кремль-53. План внутрен-
него удара» 12+

РУССКИЙ
РОМАН

07:50 Х/ф «Без права на оши-
бку» 12+
11:20 Х/ф «Любовь вне конкурса»
12+
14:40 Х/ф «Мой любимый гений»
12+
18:00 Х/ф «Городская рапсодия»
12+
21:25 Х/ф «И снова будет день» 12+
01:00 Х/ф «От печали до радо-
сти» 12+
04:10 Х/ф «Другая я» 16+

ТНТ

07:00, 08:00 Т/с «Однажды в Рос-
сии» 16+
09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00,
11:30, 12:00, 12:30, 13:00,
13:30 Т/с «Универ. Новая
общага» 16+
14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00,
16:30, 17:00, 17:30 Т/с «Са-
шаТаня» 16+
18:00, 19:00 Т/с «Универ. 10 лет
спустя» 16+
20:00, 20:30 Т/с «Исправление и
наказание» 16+
21:00, 21:30 Т/с «Идеальная се-
мья» 16+
22:00 «Двое на миллион» 16+
23:00 Х/ф «Будь моим Кириллом»
16+
01:00, 01:55, 02:45 «Импровиза-
ция» 16+
03:35 «Comedy Баттл» 16+
04:25, 05:15 «Открытый микро-
фон» 16+
06:05 «Комеди Клуб» 16+

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш»
06:05 М/с «Три кота» 0+
06:15 М/с «Форсаж Шпионские
гонки» 12+
07:00 М/с «Том и Джерри» 0+
08:00, 17:55, 19:00, 19:30 Т/с «Мод-
ный синдикат» 16+
09:00 «Уральские пельмени.
Смехbook» 16+
09:25 Х/ф «Нев титанов» 16+
11:20 «Полный блэккаут» 16+
12:20 Т/с «Семейка» 16+
14:45 Шоу «Уральских пельме-
ней» 16+
20:00 Х/ф «Пираты Карибского
моря. На краю света» 12+
23:25 Х/ф «Битва титанов» 16+
01:25 Х/ф «Клик. С пультом по
жизни» 12+
03:10 Т/с «Воронины» 16+
05:10 Мультфильмы 0+

ПЯТ
НИЦА!

05:00 Т/с «ИП Пирогова» 16+
06:40 Кондитер 16+
08:00 На ножах 16+
22:20 Молодые ножи 16+
23:40 Х/ф «Пункт назначения 3»
16+
01:30, 04:30 Пятница News 16+
01:50 Адская кухня 16+
03:50 Зов крови 16+

РЕТРО

06:00, 07:05, 21:10, 22:25 Х/ф
«Анискин и Фантомас» 12+
08:15, 23:40 Х/ф «Дюма на Кав-
казе» 0+
09:35 Х/ф «Путешествие с Ани-
той» 16+
11:25 Х/ф «Посетитель музея» 12+
13:55, 15:10, 16:30 Х/ф «И снова
Анискин» 12+
17:45, 03:00 Х/ф «Завтра была во-
йна» 12+
19:25, 04:25 Х/ф «Женитьба» 0+
01:00 Х/ф «Под знаком Козеро-
га» 16+

КИНОХИТ

01:15 Х/ф «Ларго Винч: Начало» 16+
03:10 Х/ф «Хроника» 16+
04:30 Х/ф «Предложение» 16+
06:15 Х/ф «Мавританец» 18+
08:20 Х/ф «Лучшие из лучших» 16+
09:55 Х/ф «Каратэ-пацан» 12+
12:10 Х/ф «Девушка, которая за-
стряла в паутине» 18+
14:00 Х/ф «Принц Персии: Пески
времени» 12+
15:45 Х/ф «Команда «А» 16+
17:35 Х/ф «Люди в черном 2» 12+
19:00 Х/ф «Люди в черном 3» 12+
20:35 Х/ф «Сквозь снег» 18+
22:35 Х/ф «Жемчужина Нила» 16+

КИНОКОМЕДИЯ

01:20 Х/ф «Ослепленный желани-
ями» 16+
03:00 Х/ф «Сбрось маму с поез-
да» 12+
04:35 Х/ф «Чего хотят женщины?»
16+
06:50 Х/ф «Лицензия на брак» 12+
08:30 Х/ф «Дурдом на колесах» 16+
10:20 Х/ф «Мачо и ботан» 16+
12:20 Х/ф «Мачо и ботан 2» 16+
14:20 Х/ф «Шалун» 12+
16:05 Х/ф «На рыбалку!» 0+
17:55 Х/ф «Такси 3» 16+
19:30 Х/ф «Аферисты Дик и Джейн»
16+
21:05 Х/ф «Между нами, мальчи-
ками» 16+
23:00 Х/ф «Где моя тачка, чувак?»
12+

ЧЕТВЕРГ, 17 МАРТА

ФИЛЬМ ДНЯ

«ЛЮБОВЬ КАК СТИХИЙНОЕ
БЕДСТВИЕ» 12+

Семейная жизнь Ирины складывается неудач-
но. Её гражданский муж Вадим чрезмерно увле-
чён работой, всё время проводит в экспедициях
и не стремится сделать ей официальное пред-
ложение, а Ирине остаётся ждать его возвраще-
ния. Мать Ирины Элеонора – её полная проти-
воположность. Моложавая и эксцентричная
женщина привыкла брать от жизни всё; её сти-
хия – вечный праздник. Случайная встреча
Ирины со школьной любовью – одноклассни-
ком Александром – меняет налаженную жизнь.
Поддавшись былым чувствам, Ирина проводит
с Александром ночь и вскоре понимает, что бе-
ременна.

ШОУ ДНЯ



«КТО ПРОТИВ?» 12+

Общественно-политическое ток-шоу, где об-
суждаются главные события дня. Только точный
анализ, разные точки зрения, взвешенные ар-
гументы и всегда профессиональные эксперты.
Без крика и истерики – всегда по существу во-
проса.

ПЕРВЫЙ
канал

05:00, 09:25 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:50 «Жить здорово!» 16+
10:55 «Модный приговор» 0+
12:15, 17:00, 01:30, 03:05 «Время
покажет» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:00 «Мужское / Женское» 16+
18:40 «На самом деле» 16+
19:45 «Пусть говорят» 16+
21:00 Время
21:30 Т/с «Анычар» 16+
23:25 «Большая игра» 16+
00:25 Д/ф «Григорий Горин. «Жи-
вите долго!» 12+

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+
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 «60 Минут» Ток-шоу 12+
14:55 «Кто против?» Ток-шоу 12+
21:20 Т/с «Елизавета» 16+
22:20 «Вечер с Владимиром Со-
ловьевым» 12+
01:00 Т/с «Годунов. Продолже-
ние» 16+
02:00 Т/с «Пыльная работа» 16+
03:40 Т/с «Семейный детектив»
16+

5 ПЯТЫЙ
канал

05:00, 09:00, 13:00, 17:30, 03:15
«Известия» 16+
05:30, 06:15, 07:15, 08:15, 09:25,
10:00, 11:00, 12:00, 13:25,
13:30, 14:25, 15:25, 16:25 Т/с
«Глухарь» 16+
08:35 «День ангела» 0+
18:00, 18:55 Т/с «Условный мент
2» 16+
19:45, 20:40, 21:30, 22:20, 00:30,
01:10, 02:00, 02:35 Т/с
«След» 16+
23:10 Т/с «Великолепная пятёрка
4» 16+
00:00 «Известия. Итоговый вы-
пуск» 16+
03:25, 03:55, 04:20 Т/с «Детекти-
вы» 16+

НТВ

04:55 Т/с «Возвращение Мухтара» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:20
Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Морские дьяволы.
Смерч. Судьбы» 16+
13:25 «Чрезвычайное происшествие»
16+
14:00 «Место встречи» 16+
16:45 «За гранью» 16+
17:50 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Первый отдел» 16+
23:40 «ЧП. Расследование» 16+
00:20 «Поздняков» 16+
00:35 «Мы и наука. Наука и мы» 12+
01:30 Т/с «Пёс» 16+
03:25 Т/с «Береговая охрана» 16+

ТВУ

06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И.» 16+
08:40 Х/ф «Старая гвардия. Огненный
след» 12+
10:35, 04:40 Д/ф «Леонид Гайдай. Че-
ловек, который не смеялся» 12+
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События 16+
11:50 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» 12+
13:40, 05:20 «Мой герой. Денис бур-
газлиев» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:05, 03:10 Т/с «Анна-детективъ 2» 16+
16:55 «Деваностые. «Люющие» тру-
сы» 16+
18:10 Х/ф «Психология преступления.
Жажда счастья. Зона комфорта»
12+
22:30 «10 самых... Потерянная роль
мечты» 16+
23:05 Д/ф «Актёрские драмы. После
катастрофы» 12+
00:00 События. 16+
00:35, 03:00 «Петровка, 38»
00:55 «Деваностые. Папы Карло шоу-
бизнеса» 16+
01:35 Д/ф «Люсьена Овчинникова.
Страшно жить» 16+
02:15 Д/ф «Юрий Андропов. Детство
Председателя» 12+

РУССКИЙ
РОМАН

07:35 Х/ф «Женская дружба» 16+
09:20 Х/ф «Осенний вальс» 16+
11:10 Х/ф «Нити любви» 12+
14:25 Х/ф «Сюрприз для любимого»
12+
16:10 Х/ф «Когда меня полюбишь
ты» 16+
18:00 Х/ф «Одна ложь на двоих» 12+
21:20 Х/ф «Любовь как стихийное
бедствие» 12+
00:45 Х/ф «Замкнутый круг» 12+
03:50 Х/ф «Городская рапсодия» 12+

ТНТ

07:00, 08:00 Т/с «Однажды в Рос-
сии» 16+
08:25 «Перезагрузка» 16+
09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30,
12:00, 12:30, 13:00, 13:30 Т/с
«Универ. Новая общага» 16+
14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30,
17:00, 17:30 Т/с «СашаТаня» 16+
18:00, 19:00 Т/с «Универ. 10 лет спу-
стя» 16+
20:00, 20:30 Т/с «Исправление и на-
казание» 16+
21:00, 21:30, 22:00, 22:30 Т/с «Идеаль-
ная семья» 16+
23:00 Х/ф «Неадекватные люди 2»
16+
01:25, 02:15, 03:05 «Импровизация»
16+
03:55 «Comedy Баттл» 16+
04:50, 05:40 «Открытый микро-
фон» 16+
06:30 «Комеди Клуб» 16+

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш»
06:05 М/с «Три кота» 0+
06:15 М/с «Форсаж Шпионские
гонки» 12+
07:00 М/с «Том и Джерри» 0+
08:00, 17:55, 19:00, 19:30 Т/с «Мод-
ный синдикат» 16+
09:00 «Уральские пельмени.
Смехbook» 16+
09:10 Х/ф «Битва титанов» 16+
11:15 «Полный блэккаут» 16+
12:20 Т/с «Семейка» 16+
14:45 Шоу «Уральских пельменей»
16+
20:00 Х/ф «Пираты Карибского моря.
На странных берегах» 12+
22:50 Х/ф «Лара Крофт. Расхити-
тельница гробниц. Колыбель
жизни» 12+
01:00 Х/ф «Невероятный мир глаза-
ми Энцо» 12+
02:55 Х/ф «Двойной просчет» 16+
04:30 Т/с «Воронины» 16+
04:55 «Б кадров» 16+
05:15 Мультфильмы 0+

ПЯТ
НИЦА!

05:00 Т/с «ИП Пирогова» 16+
05:40, 23:50, 01:40, 03:40 Пятница
News 16+
07:00 Кондитер 16+
08:40 На ножах 16+
11:50 Четыре свадьбы 16+
13:20 Любовь на выживание 16+
21:10 Пункт назначения 4 16+
01:10 Адская кухня 16+
03:10 Зов крови 16+

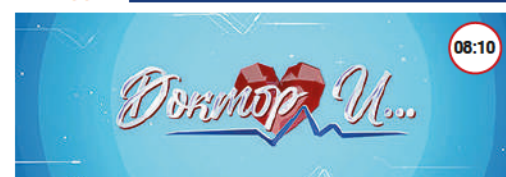
ФИЛЬМ ДНЯ



«ЗАВТРА БЫЛА ВОЙНА» 12+

Начало сороковых. Герои фильма – обычные
советские старшеклассники. Они учатся в совет-
ской школе, стараются быть правильными и
идейными комсомольцами-активистами. Но не
всегда «правильность», внушаемая учителями,
совпадает с внутренними убеждениями юных
душ – им сложно смириться с тем, что их родные
и любимые люди оказываются вдруг врагами
народа.

ШОУ ДНЯ



«ДОКТОР И...» 16+

«Доктор И...» – это не просто телевизионная
программа о здоровье, это позитивный и со-
временный эксперт в области здоровья. В сту-
дии программы нет телезрителей, стать её
участником может каждый. Интересует, допу-
стим, тема похудения? Включайте компьютер,
связывайтесь с программой – и вот вы уже на
связи с профессиональным врачом, который
даст вам первичную консультацию. Телезрите-
лей программы ждёт много полезной информа-
ции о здоровом образе жизни.

РЕТРО

06:00, 07:10, 08:20, 22:05, 23:20,
00:40 Х/ф «И снова Ани-
скин» 12+
09:40, 10:55 Х/ф «Анискин и
Фантомас» 12+
12:10 Х/ф «Убить пересмешника» 12+
14:35 Х/ф «Завтра была война» 12+
16:15 Х/ф «Женитьба» 0+
18:00, 04:25 Х/ф «Дочки-матери» 12+
19:50 Х/ф «Под знаком Козерога» 16+
01:50 Х/ф «Шинель» 12+
03:00 Х/ф «Мама вышла замуж» 16+

КИНОХИТ

00:15 Х/ф «Телефонная будка» 16+
01:30 Х/ф «Конан-варвар» 16+
03:55, 15:40 Х/ф «Люди в черном» 16+
05:30 Х/ф «Волк с Уолл-Стрит» 18+
08:20 Х/ф «Лучшие из лучших
2» 16+
09:55 Х/ф «Сквозь снег» 18+
11:55 Х/ф «Зов предков» 6+
13:25 Х/ф «Изгой» 12+
17:20 Х/ф «Двойной просчет» 16+
19:00 Х/ф «Железная хватка» 16+
20:40 Х/ф «13-й воин» 16+
22:20 Х/ф «Робот по имени Чап-
ли» 18+

КИНОКОМЕДИЯ

00:30 Х/ф «Не шутите с Зоханом!»
16+
03:10 Х/ф «Дедушка легкого по-
ведения» 18+
05:00 Х/ф «Дедушка нелегкого
поведения» 6+
06:45 Х/ф «Ослепленный желани-
ями» 16+
08:25 Х/ф «Копы в глубоком за-
пасе» 16+
10:25 Х/ф «Такси» 16+
12:05 Х/ф «Такси 2» 16+
13:40 Х/ф «Астерикс и Обеликс
против Цезаря» 12+
15:45 Х/ф «Астерикс и Обеликс:
миссия Клеопатра» 12+
17:50 Х/ф «Такси 4» 16+
19:30 Х/ф «Моя мамочка – иноплан-
етянка» 12+
21:25 Х/ф «Остин Пауэрс: Человек-
загадка международного
масштаба» 16+
23:05 Х/ф «За бортом» 12+

ПОГОДА
НА ЗАВТРА

Симферополь

+3
-6

Севастополь

+6
+2

Ялта, Алушта

+3
-1

Евпатория

+5
-4

Черноморское

+5
-4

Феодосия

+3
-1

Керчь

0
-1

Бахчисарай

+5
-3

Армянск

+2
-4

Джанкой

+2
-5

Судак

+4
0

Белогорск

0
-6

Кировское

+2
-4

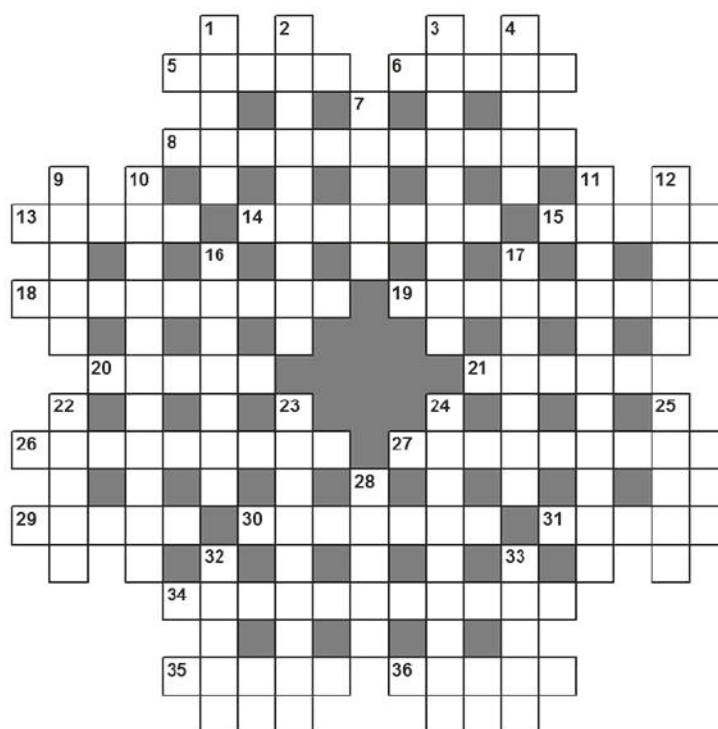
КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

5. Способ решения задачи. 6. Буква Д в кириллице. 8. Кабинет химика в школе. 13. Персонаж литературного произведения. 14. Автор рассказа «Липунюшка». 15. Француз – учитель Петруши Гринёва из повести Александра Пушкина «Капитанская дочка». 18. Известный педагог с не менее известной «поэмой». 19. Самый «озадаченный» учитель. 20. Футляр с ручками и карандашами. 21. Монолог ученика у доски. 26. Обратная тригонометрическая функция. 27. Чешский мыслитель-гуманист, педагог, писатель, основоположник дидактики. 29. Исполнил роль профессора в фильме «Большая перемена». 30. Основатель восточнославянского книгопечатания. 31. Классный стол. 34. Нарком просвещения в 1917–1927 гг. 35. Электронная лампа. 36. Закон ... – Мариотта.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Молодой учитель из романа Джеймса Джойса «Улисс». 2. Настасья Петровна в «Мёртвых душах». 3. На этой улице жил Обломов. 4. Рассказ Максима Горького «Дед ... и Лёнька». 7. Министр народного просвещения Российской империи. 9. Глава факультета в вузе. 10. Этот знаменитый математик много лет был в Казанском уни-



верситете не только преподавателем, но и библиотекарем, даже когда стал его ректором. 11. Первая в мире женщина-профессор, выдающийся русский математик. 12. Персонаж романа Александра Фадеева «Молодая гвардия». 16. Народная сказка из сборника Афанасьева. 17. Австрийский физик, в чью честь был назван 109-й элемент таблицы Менделеева. 22. Имя матери литературного Базаро-

ва. 23. Древнегреческий философ, основоположник афинской философской школы. 24. Этимологический словарь. 25. Так звали чёрного котёнка из «Алисы в Зазеркалье». 28. Царь Трои. 32. Принадлежность школьника. 33. Надстрочный знак в древнерусской письменности.

Составила
Лина НОВИЦКАЯ.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 41 ОТ 14.03.2022

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Бисер. 6. Дакар. 8. Акселератор. 13. Шедар. 14. Уилтшир. 15. Бекар. 18. Резервуар. 19. Репертуар. 20. Жерар. 21. Факир. 26. Краснодар. 27. Плодосбор. 29. Север. 30. Антимир. 31. Вечер. 34. Анаксимандр. 35. Апшер. 36. Сонар. ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Фиакр. 2. Ветеринар. 3. Маравихер. 4. Мажор. 7. Театр. 9. Ветер. 10. Гегемейстер. 11. Вестминстер. 12. Сахар. 16. Авиатор. 17. Декаэдр. 22. Фраер. 23. Даннеккер. 24. Аллигатор. 25. Гомер. 28. Визир. 32. Днепр. 33. Эдгар.

Ты гуру рекламного бизнеса, знаешь, что такое хороший пиар, процент от клиента и популяризация?

Отдел маркетинга главного медиахолдинга Крыма ждёт тебя!



Если хочешь работать рекламным агентом, позвони нам:

+7 (978) 207-90-81

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

ПО СТАРИНКЕ
ИЛИ ПО-СТАРИНКЕ?

Почему-то в этом сочетании допускается огромное количество ошибок. Всё из-за того, что есть правило дефисного написания наречий. Но давайте будем применять правило по всем правилам, как бы странно это ни звучало. Через дефис пишутся наречия, которые начинаются с ПО-, а заканчиваются на -ОМУ, -ЕМУ, -СКИ, -ЦКИ, -БИ: по-новому, по-моему, по-русски, по-немецки, по-собачьи и т. п. Сочетание «по старинке» же пишется раздельно. Это существительное с предлогом, перешедшее в разряд наречий. Такие сочетания всегда пишутся в два слова.

Рубрику ведёт Мария САВИНА.

АНЕКДОТЫ

...
Разговор двух соседей:
– У моей жены в воскресенье кулинарный поединок.
– Да ну! И с кем?
– С продуктами. Пока они выигрывают.
...
– Вы староста? Давайте зачётки, кто сегодня сдал.
– Вот.
– Напомните, какой курс?
– По курсу Центробанка, как и договаривались.

ОФОРМИТЕ ПОДПИСКУ

НА «КРЫМСКУЮ ГАЗЕТУ» И «КРЫМСКИЙ ЖУРНАЛ»
НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

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

ПРОСТО
ОТСКАНИРУЙТЕ
QR-КОД И
ПЕРЕЙДИТЕ НА
САЙТ ПОДПИСКИ



ГОРОСКОП НА ЗАВТРА



ОВЕН. Вам, возможно, покажется, что вы проиграли, но это не так. Надо лишь немного подождать. Не начинайте завтра ничего нового.



ТЕЛЕЦ. Основным вашим оружием будет слово. Постарайтесь придать ему максимальный вес интонационно, тогда можете не заботиться о его смысловом наполнении.



БЛИЗНЕЦЫ. Сейчас неподходящий момент, чтобы обсуждать свои чувства с не слишком заинтересованным человеком. Вам лучше побыть одному.



РАК. Интуиция может вам разоблачить в том диком количестве информации, которое на вас свалится. Порадуйтесь скептицизму, если таковое состояние вам присуще.



ЛЕВ. Вы всё обдумали накануне, по крайней мере, должны были это сделать. Теперь действуйте, только не очень агрессивно.



ДЕВА. Удачными и даже приятными будут контакты со Львами, Близнецами и Водолеями. К представителям же остальных знаков зодиака вам лучше не приходить – ничего хорошего из этого не выйдет.



ВЕСЫ. День может начать очередную полосу неудач. В ваших силах сократить её длительность до минимума. Небольшое усилие – и к вечеру всё будет в порядке.



СКОРПИОН. Не сдерживайте своего стремления к вербальному способу передачи информации. Изысканность вашей манеры выражаться будет высоко оценено слушателями.



СТРЕЛЕЦ. Остановитесь и передохните немного. Вы так захвачены гонкой, что забыли, зачем бежите. Заодно сбросьте того, кто едет на вашей спине.



КОЗЕРОГ. Вы можете почувствовать себя незаслуженно обиженным, но прежде чем заявлять об этом во всеулышание, подумайте, в чём, собственно, причина этой неприятности.



ВОДОЛЕЙ. Вам придётся заняться поисками. Возможно, вы даже не будете знать, что именно ищите, и будете вынуждены продолжать это занятие до тех пор, пока, найдя нечто, не поймёте, что оно и является искомым.



РЫБЫ. Если вы почувствуете робость, то немедленно отбрасывайте это чувство, ибо оно от лукавого.

