

# КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА



Издаётся с 6 июля 1934 года

№ 23 (21728)

ПЯТНИЦА  
9 февраля  
2024 года

GAZETACRIMEA.RU



ГЛАВНЫЙ ВРАЧ КОЛЬЧУГИНСКОЙ  
УЧАСТКОВОЙ БОЛЬНИЦЫ  
СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА  
**БОРИС ЛЕВИН**

об узких местах  
российской системы  
здравоохранения и  
личном секрете молодости

стр. 6-7



## ЗЕРКАЛА И КАМЕРЫ

В КРЫМСКИХ МНОГОЭТАЖКАХ ЗАМЕНЯТ ЕЩЁ 449 ЛИФТОВ

Стр. 27

Искусственный  
интеллект в Крыму:  
как технологии  
спасают отпуск  
и урожай

стр. 22-23

Как лечились  
средневековые жители  
Крыма и что общего у  
археологии и  
криминалистики

стр. 25

«Совы», «жаворонки»  
и «голуби»: как  
использовать  
биоритмы в своих  
целях

стр. 28



## СКАЗАНО

**Сергей АКСЁНОВ,**  
ГЛАВА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ:



«Наука и технический прогресс двигают страну вперёд, являются залогом её развития, и за всем этим всегда стоят неравнодушные, целеустремлённые люди: учёные, изобретатели, первооткрыватели. Наша общая задача – сделать так, чтобы путь от научного открытия до его внедрения в жизнь был максимально коротким и быстрым. Правительство республики будет и далее делать всё возможное, чтобы обеспечить условия для развития отечественной науки, плодотворной работы исследователей. Ведущие вузы, КФУ им. В. И. Вернадского и КИПУ, уверенно наращивают потенциал, создают совместные площадки для работы, продвижения талантливой молодёжи».

**Владимир КОНСТАНТИНОВ,**  
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ГОСУДАРСТВЕННОГО СОВЕТА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ:



«Основная подготовка иска к Украине по энергоблокаде завершена, его претензионная часть сформулирована. Сейчас нашей рабочей группой уточняется ряд последних деталей. Предприятиям и бюджету полуострова был нанесён колоссальный урон».

## В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ



Фото: Михаил ГЛАДЧУК

ПО НОВОМУ  
ПУТИ

В Симферополе скоро начнут ремонтировать «Горбатый мост», а из Ялты поедут автобусы в Южную Осетию

**Крымчане впервые  
могут проголосовать на  
выборах главы государства  
ДИСТАНЦИОННО**

**ВЫБОРЫ  
ПРЕЗИДЕНТА  
РОССИИ  
15–17 МАРТА 2024**

**ШАГ 1.** Подайте заявление на «Госуслугах» с 29 января по 11 марта 2024 года. Понадобится подтверждённая учётная запись. Заявление можно отозвать, если передумаете.



**ШАГ 2.** Получите код подтверждения. Он придёт на номер телефона, который указан в «Личном кабинете».

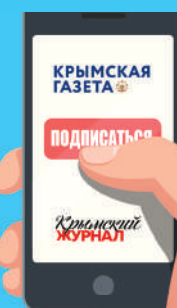
**ШАГ 3.** Дождитесь решения. Если в статусе заявления указано «Учтено», вы можете участвовать в дистанционном голосовании.

**ШАГ 4.** С 08:00 15 марта до 20:00 17 марта войдите на портал [vybory.gov.ru](http://vybory.gov.ru) – используйте логин и пароль от «Госуслуг». При голосовании учитывается местное время.

КРЫМСКАЯ  
ГАЗЕТА

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

ПРОСТО  
ОТСКАНИРУЙТЕ  
QR-КОД  
И ПЕРЕЙДИТЕ  
НА САЙТ ПОДПИСКИ



**ПОДПИСАТЬСЯ МОЖНО  
ПО ВСЕЙ РОССИИ!**

А ЕСЛИ НЕТ ВРЕМЕНИ  
РЕГИСТРИРОВАТЬСЯ САМОМУ,  
ТОГДА МЫ СДЕЛАЕМ ЭТО ЗА ВАС!  
ОТПРАВЬТЕ СООБЩЕНИЕ СО СЛОВОМ  
«ПОДПИСКА»  
ПО ТЕЛ.: +7 (978) 000 00 33





**“** ПРОДОЛЖАЕТСЯ СТРОИТЕЛЬСТВО ТРАССЫ СИМФЕРОПОЛЬ – ЕВПАТОРИЯ – МИРНЫЙ. ГОТОВНОСТЬ ОБЪЕКТА ОКОЛО 87%. НА НЁМ РАБОТАЮТ 170 ЧЕЛОВЕК И 60 ЕДИНИЦ ТЕХНИКИ, В ТОМ ЧИСЛЕ НОЧЬЮ

млрд рублей. Планируется ремонт 532 км дорог, – сообщил первый заместитель начальника ГКУ РК «Служба автомобильных дорог» Роман Парамонов.

Особое внимание уделяется транспортным артериям, ведущим на курорты. Так, продолжается строительство трассы Симферополь – Евпатория – Мирный. Готовность объекта около 87%. На нём работают 170 человек и 60 единиц техники, в том числе ночью.

Также полным ходом идёт строительство южного обхода на участке Донское – Перевальное. Сдать дорогу в эксплуатацию планируют в следующем году.

Совсем скоро в Симферополе начнётся ещё одна масштабная стройка: реконструкция «Горбатого моста». Хотя он проходит над железнодорожными путями, движение поездов на время проведения работ ограничивать не станут.

По информации министра транспорта РК Николая Лукашенко, мост планируют закрыть для движения транспорта примерно на полгода. Всех жителей города заблаговременно известят о начале работ. А

чтобы свести к минимуму неудобства, доставленные симферопольцам, на подъездах к мосту установят схемы объезда.

#### ПОКА ТРИ РАЗА

Вместе с новыми дорогами полуостров также получает дополнительные международные маршруты. В этом году планируется открыть автобусное сообщение с Южной Осетией.

– Одним из приоритетных направлений у нас выступает автобусное сообщение с Южной Осетией. Надеемся, что к курортному сезону мы его откроем. Предварительно автобус будет ходить до трёх раз в неделю. Если будет спрос и высокий пассажиропоток, возможен переход на ежедневное расписание, – рассказал Николай Лукашенко.

Перевозчики уже определены. Маршрут планируют запустить из Ялты, чтобы автобус заходил в Симферополь, Феодосию и Керчь.

Стоит отметить, что добраться из Южной Осетии в Крым можно и сегодня, но для этого необходимо сделать пересадку во Владикавказе, что не совсем удобно и увеличивает время в пути.

Несколько новых маршрутов появилось также в прошлом году. В частности, начали курсировать автобусы сообщением Евпатория – Сухум и Ялта – Минск.

Кроме того, республика наращивает количество регулярных автобусных рейсов в новые российские регионы. И сегодня в каждый из них можно добраться практически из всех городов Крыма.

Ирина ГУЛИВАТАЯ.

## СЛОВО РЕДАКТОРА



Пока все телеграм-каналы следили за передвижениями по Москве Такера Карлсона и ждали информации о его интервью с российским президентом, в наш хит-парад вошло множество не менее интересных заявлений и событий. Благодаря героям нового выпуска информационного рейтинга #всё\_как\_есть мы побываем в далёком Голливуде и узнаем о роли украинской дипломатии в современном кинематографе, ужаснёмся новым веяниям в среде украинских раскольников, удивимся здравомыслию польских политиков в противовес их коллегам из Еврокомиссии, а также узнаем, кто из мировых лидеров пользуется стопроцентной известностью в Германии.

### #ТАКОЕ\_КИНО\_НАМ\_НЕ\_НУЖНО

Открывает наш хит-парад новость из далёкого Голливуда, где тоже решили приобщиться к тенденциям «культуры отмены». Стало известно, что сербского актёра Милоша Биковича, давно и активно снимающегося в российских фильмах и даже получившего российское гражданство, уволили из популярного телесериала НВО «Белый лотос». К слову, сериал-то отличный – посмотрите, не пожалеете. Бикович должен был сыграть в третьем сезоне русского учителя йоги, однако под давлением украинских дипломатов студия приняла решение прекратить сотрудничество с актёром. Милош Бикович охарактеризовал происходящее как «торжество абсурда» и «поражение искусства». Сложно не согласиться.

### #УКРАИНСКАЯ\_ИНКВИЗИЦИЯ

Однако «отменяют» нынче не только российских артистов. Украинские деятели решили пойти дальше и в прямом смысле замахнулись на святое. Православная церковь Украины исключила решением Синода святого благоверного князя Александра Невского из списка поминаемых святых. На минуточку, князь Александр Невский был причислен к лику святых Русской православной церковью в 1547 году. То есть, по сути, современная политическая власть начала решать уже, кто святой, а кто нет. Что дальше? Канонизируют Зеленского, Бандеру или, может быть, Байдена?

### #КРЫМ\_НАШ

Тройку призёров рейтинга этой недели открывает президент Польши Анджей Дуда, который неожиданно признал, что Украине вряд ли удастся вернуть Крым. Более того, польский лидер заявил, что «фактически, если посмотреть на историю, Крым находился в руках России большую часть времени». Ещё более удивило, что подобное заявление не вызвало никакого бурления в политическом истеблишменте Польши. Напротив, вице-спикер Сейма и вовсе присоединился к оценкам Дуды. Кшиштоф Босак заявил, что согласен с сомнениями президента Польши Анджея Дуды насчёт возможности Украины вернуть Крым: «Президент Дуда сказал правду. Польше пытаются навязать проукраинскую политкорректность, но мы здесь не для того, чтобы резонировать с линией украинской дипломатии. <...> Мы должны дисциплинировать друг друга и доказывать, что Крым больше украинский, чем русский? Для меня это странно. Крым был сдан Украиной без единого выстрела, и это было не случайно». Если уже главные соратники украинского режима начинают сдавать назад, то дела у Зеленского и компании явно плохи.

### #КТО\_ВИНОВАТ

Серебро недели достаётся ещё одному европейскому гостю – Урсуле фон дер Ляйен, отличившейся куда меньшим здравомыслием и логикой, нежели соседи по рейтингу из Польши. Глава Еврокомиссии, недолго думая, а в данном случае, видимо, не думая вовсе, нашла двух главных виновников в проблемах европейских фермеров. Угадать, честно говоря, не так и сложно. Конечно же, во всём снова оказалась виновата Россия, а на пару с ней – изменение климата. В общем, давно проверенный западными политиками ход: во всех своих проблемах обвиняй Россию. Правда, уже пора перестать считать собственное население глупым и рассчитывать, что подобные объяснения его удовлетворят.

### #НОМЕР\_ОДИН

А лидером этой недели стала новость из Германии, где провели опрос жителей на улицах, чтобы определить самого узнаваемого политика. Немецкие граждане не смогли узнать в лицо лидеров Италии, Чехии, Латвии, Бразилии, Саудовской Аравии, однако фотография Владимира Путина никаких сложностей не вызвала. Все без исключения опрошенные узнали в лицо российского президента. Кто бы сомневался! Наш номер один – и в Германии номер один!

Мария ВОЛКОНСКАЯ, главный редактор «Крымской газеты».

### ВРЕМЕННЫЕ НЕУДОБСТВА

Около 300 километров новых дорог появилось в Крыму за последние десять лет. А сколько приведено в порядок – и не считать!

– В прошлом году сделано 562 км дорог. В текущем году на эти цели запланировано около 43,5

### ТОЧКА ЗРЕНИЯ

# ПОРТАЛ В КНИЖНЫЙ МИР

10 февраля проходит День памяти Александра Пушкина, 11 февраля – День волшебных сказок на ночь, а 14 февраля – День дарения книг. Целых три праздника, связанных с литературой. По этому случаю мы попросили крымчан рассказать о своих любимых авторах и произведениях.



#### НЕ СТОИТ ЗАБЫВАТЬ

**Елена Тихонова, директор МБУК «Черноморская ЦБС»:**

– «А зори здесь тихие...» Бориса Васильева – книга, конечно, с трагической концовкой, но прочитать её стоит всем. Хотя бы для того, чтобы не забывать о тех жертвах, которые осознанно принесли наши предки во имя мира на Земле. Девушки приняли удар противника на себя, не жалели своей жизни, чтобы истребить не только оккупантов, но и саму идею нацизма. Ведь ни одна из героинь не была профессиональным военным, у каждой была своя судьба, но война сплотила их, они воевали наравне с мужчинами.

#### ОТ КЛАССИКИ ДО ФАНТАСТИКИ

**Андрей, таксист:**

– Меня учили ценить литературу и тот вклад, который она вносит в нашу жизнь. С самого детства меня завораживали рассказы из книги «Тысяча и одна ночь», которые погружали в культуру другого народа, в древний эпос арабского и персидского мира. Моим последним литературным открытием стал отечественный писатель-фантаст Дмитрий Емец. Меня вдохновляет то, как человек, который начал с пародии, смог создать свой волшебный мир, который даже через много лет после публикации привлекает и вдохновляет новых читателей.

#### ИЗНАНКА ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ДУШИ

**Ксения Ричардовна, медработник:**

– Мне очень нравится «Преступление и наказание» Фёдора Достоевского. Меня восхищает, как автор показывает внутренний мир Раскольникова, его борьбу с собой и поиск смысла жизни. Тема вины, наказания, искупления делает книгу интересной и заставляет задуматься. Достоевский в своих романах умело рисовал сложные психологические портреты персонажей и показывал, как человеческая природа может быть подвержена моральным дилеммам.

Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.



ЛИЧНЫЙ  
БЛОГ В  
«ТЕЛЕГРАМ»



## ЗАКОНЫ ФЕВРАЛЯ



Более 40 выплат проиндексируют на 7,4%.  
Фото Галы АМАРАНДО.

## КОРОТКО

- В рамках ежегодной индексации повысились тарифы на проезд большегрузов по федеральным трассам. Размер платы в государственной системе «Платон» теперь составляет 3,05 рубля за километр пробега (прежде – 2,84 руб/км).
- Расширился перечень профессий и специальностей, для освоения которых неприменимы формы электронного и дистанционного обучения. В их числе флорист, кинолог, медицинский администратор, тренер лошадей, жокей, судовой повар, художник миниатюрной живописи и т. п.

объём сбережений россиян в банках составил более 45 триллионов рублей. Как видим, нововведение актуально и станет удобным подспорьем для вкладчиков.

## БАЗА «ОГОНЁК»

В стране появится автоматизированная система предупреждения и ликвидации ЧС. Её оператором станет МЧС России. Новшество начали формировать с 3 февраля, а ввести в эксплуатацию должны до конца года. Главная задача системы – совершенствование информационной поддержки госорганов, задействованных в предупреждении и ликвидации ЧС. Ожидается, что она поможет ускорить принятие решений в области защиты населения и территорий.

Кроме того, с февраля законодатели разрешили организациям создавать добровольные пожарные подразделения. Это можно будет делать даже без формирования общественной объединения пожарной охраны. Такой подход призван повысить эффективность системы пожарной безопасности в организациях и способствовать развитию волонтерской деятельности.

Ольга НАГОРНАЯ.

# У МЕНЯ ЗАЗВОНИЛ ТЕЛЕФОН...

## Роботы-коллекторы выходят на охоту?

Последний зимний месяц традиционно начинается с индексации десятков социальных пособий и материнского капитала. Также с 1 февраля банки будут обязаны сообщать клиентам, что у них заканчивается срок вклада, а коллекторы смогут привлекать роботов-помощников. Об этих и других законодательных нововведениях – в материале «Крымской газеты».

### СЛЫШУ ГОЛОС ИЗ ПРЕКРАСНОГО ДАЛЁКА?

С этого месяца взаимодействовать с должниками, просрочившими платежи, смогут автоматизированные интеллектуальные агенты, которые умеют имитировать человеческий голос. Электронный помощник применяет системы генерации и распознавания речи, придерживаясь определённых сценариев разговора. Звонки от электронных «коллекторов» считаются равноценными действиям человека, потому тре-

бования к ним аналогичные: частота взаимодействия с должником – не больше раза в сутки, не больше двух раз в течение недели и не больше восьми раз в течение календарного месяца.

При этом коллекторские агентства, банки и микрофинансовые организации обязаны записывать и хранить разговоры с нерадивыми заёмщиками.

### ВЫПЛАТЫ ПОВЫШАЮТСЯ

В феврале более 40 социальных выплат проиндексированы

на 7,4%. Это касается отдельных выплат для семей с детьми. Например, единовременное пособие при рождении или усыновлении ребёнка увеличится до 24 604 рублей, а размер ежемесячного пособия по уходу за ребёнком до полутора лет неработающим родителям после индексации будет варьироваться от 9 227 до 18 454 рублей. Проиндексированы с учётом инфляции и некоторые выплаты инвалидам, ветеранам, Героям СССР и РФ, полным кавалерам ордена Славы, Героям Соцтруда и Труда РФ,

полным кавалерам ордена Трудовой Славы, гражданам, подвергшимся воздействию радиации.

### ЗВОНОК НА ФИНИШЕ

С начала месяца у российских банков появилось новое обязательство. Они должны бесплатно информировать граждан об истечении срока их банковского вклада. Такой подход позволит вкладчикам избежать «зависания» средств и потери процентов при снятии вклада вне срока депозита. По данным ЦБ на начало года,

**К** Крымское  
информационное  
агентство

Ведущее новостное агентство  
входит в ТОП-5

самых цитируемых СМИ Крыма



г. Симферополь, ул. Козлова, 45а  
8 (3652) 51-88-46, 7 (978) 20-790-81  
info@kianews24.ru  
Отдел рекламы: 7 (978) 00-000-33

ГОВОРИМ ПРОСТО О СЛОЖНОМ,  
КОРОТКО О ГЛАВНОМ





## КРЫМСКИЙ ВЗГЛЯД

«ДО ПРОЯСНЕНИЯ  
СИТУАЦИИ»

Видео с частью разговора пранкеры опубликовали в своём телеграм-канале. Они пообщались с Улицкой, представившись главой офиса президента Украины Андреем Ермаком. В той же беседе писательница допустила, что в случае, если Украина захватит Крым, оттуда могут быть изгнаны все неудобные русские. Более того, она заявила, что считает себя «в некотором роде крымчанкой» и полагает, что «приехавшие в Крым русские – это люди, как правило, без корней. ...В большой степени асоциальные».

А после беседы на разоткровенничавшуюся Улицкую с родных просторов стали набегать одна за одной волны возмездия. Издательство АСТ приостановило выплату писательнице гонораров «в связи с заявлением о переводе авторских отчислений на Украину... до прояснения ситуации и возможных официальных разъяснений со стороны автора относительно адресатов отчислений с проданных книг». В издательстве уточнили, что романы, сборники эссе и рассказы, а также пьесы и автобиографическая проза Улицкой выходят в АСТ с 2011 года.

Эффект домино не заставил себя долго ждать. Пермский театр юного зрителя отменил запланированный на 6 февраля спектакль «Еврейское счастье», поставленный по пьесе Улицкой. Постановку «Потанцуйем...» по драме писательницы сняли с репертуара и в

легендарном московском «Современнике». В стороне от отмен не остался Челябинский камерный театр, где вопреки планам не состоится ближайший спектакль, поставленный по пьесе Улицкой «Мой внук Вениамин».

## ПОСЛЕ ВСЕГО СКАЗАННОГО

Утверждённый накануне Советом Федерации закон о конфискации имущества за фейки о Вооружённых Силах РФ распространится и на тех россиян, которые присылают «донаты» ВСУ, в том числе на Людмилу Улицкую, считает **зампред Комитета Госдумы по информационной политике, информационным технологиям и связи Олег Матвейчев**.

– Закон о конфискации имущества, который только-только был принят, как раз относится к таким случаям, – сказал парламентарий. – В нём речь идёт не только о фейках, но и о любой дискредитации, любой помощи врагу. В том числе

«донаты» ВСУ полностью подпадают под этот закон.

И вот здесь самое время сделать паузу и задаться резонным вопросом: а чем лучше мы европейских театров, музеев и прочих учреждений культуры, которые после начала специальной военной операции вдруг стали ловко отменять всё русское? Да хотя бы тем, что Улицкая, в конце концов, далеко не всё русское искусство, и в данном случае речь исключительно о персональной ответственности. Общество, власть чётко дают понять: мы не хотим потреблять созданный вами продукт, а следовательно, платить вам за него, чтобы вы затем полученные средства «ничтоже сумняшеся» переводили врагу. Точка. Подчеркнём: ответственность персональная, а не коллективная, как в случае с теми же ни в чём не повинными российскими олимпийцами, которых МОК принуждает выступать под ней-

ОТМЕНА  
УЛИЦКОЙ

Писательница Людмила Улицкая в разговоре с российскими пранкерами Владимиром Кузнецовым (Вованом) и Алексеем Столяровым (Лексусом) заявила, что отправляет на Украину гонорары с продажи своих книг. Это признание, без преувеличения, разделило её писательскую жизнь в России на «до» и «после».

▶ Признанием о помощи ВСУ Людмила Улицкая спровоцировала отмену своих произведений в России.  
Фото: freepik.com

тральным флагом, превращая таким образом в Иванов, не помнящих родства.

И если сама Улицкая, комментируя покушение на писателя Захара Прилепина, в результате погубил его охранник Александр Шубин, охотно оставляет за киевским режимом право убивать неудобных тому российских деятелей культуры, то уж, как говорится, сам Бог велел российским библиотекам решать, как поступать с книгами попутавшей берега соотечественницы. Библиотеки Москвы, например, уже перестали выдавать книги Улицкой. И не надо сюда приплетать 10 мая 1933 года – день, объявленный в нацистской Германии «Праздником костра», когда студенты в нацистской форме с жаром бросали книги неудобных гитлеровскому режиму писателей под лозунгом «Долой негерманский дух!». В конце концов, сжигать книги Улицкой, как, впрочем, и разбираться в стелени их духовности, никто не собирается. Просто патриоты и граждане России среди библиотекарей не хотят участвовать в распространении произведений одиозного автора. Ведь имеют право, а Людмила Евгеньевна?..

Антон ЛЕЙКИН.

## СКАЗАНО



**Первый зампред Комитета Совета Федерации по международным делам Владимир ДЖАБАРОВ:**

– Всегда в минуту испытаний проявляется истинная суть каждого человека. Людмила Улицкая раскрыла суть своей чёрной, по сути, души. Пусть пишет и издаёт свои книги где хочет.

Только не в России. Тем более что никто у нас не считал и не считает её великой писательницей.



**Публицист Егор ХОЛМОГОРОВ:**

– Давно уже многих филологов мучил вопрос: как именовать литературу, создаваемую формально на русском языке, но людьми нерусскими и антирусскими не только по происхождению, но и по самосознанию, агрессивно ненавидящими всё русское? Называть это русской литературой и русскими писателями – глупо. Попытались использовать термин «русскоязычные». Однако русофобы очень обижались: мол, с Пушкиным мы на короткой ноге, это только вы, ватники, нам не нравятся, всякий, кто называет нас русскоязычными, – антисемит. И вдруг клиенты сами себе подобрали точнейшее определение: они – клоачноязычные (имеется в виду подписание Людмилой Улицкой в 2019 году письма в поддержку тогдашнего профессора Высшей школы экономики филолога Гасана Гусейнова, назвавшего русский язык клоачным. – Ред.).

## САМОЕ ЧИТАЕМОЕ НА gazetacrimea.ru

КРЫМСКАЯ  
ГАЗЕТА

КРЫМЧАНАМ, ПОСТРАДАВШИМ ОТ ШТОРМА, ВЫПЛАТЯТ 3,3 МЛРД РУБЛЕЙ



ЧЕМ ЗАКОНЧИТСЯ БИТВА ЗА КАПРЕМОНТ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО ДОМА НА САЛГИРЕ



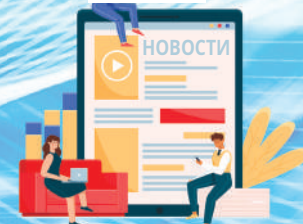
В СИМФЕРОПОЛЕ ПОЧТИЛИ ПАМЯТЬ ДВАЖДЫ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА АМЕТ-ХАНА СУЛТАНА



В ВЫХОДНЫЕ В СИМФЕРОПОЛЕ ПРОЙДУТ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЕ ЯРМАРКИ



ПОРЫВЫ И ПРОРЫВЫ: ЧЕМУ РАДУЮТСЯ И НА ЧТО ЖАЛУЮТСЯ ЖИТЕЛИ НОВОСЕЛЬСКОГО ЧЕРНОМОРСКОГО РАЙОНА





## ИНТЕРВЬЮ

## ДЕНЬ И НОЧЬ

– Вы уже более 40 лет трудитесь в отечественной системе здравоохранения, причём в первичном звене – руководите Кольчугинской участковой больницей Симферопольского района. Вам не составит труда поставить «диагноз» российской медицине, назвать проблемы, достоинства и недостатки?

– Лечить болезнь гораздо сложнее, чем предупредить. Для меня это железное правило, которому сам следую всю жизнь, реализуя его в профессиональной деятельности. И со всей ответственностью могу сказать, что если в украинский период Крыма профосмотры населения были профанацией от а до я, то сейчас наши граждане в них заинтересованы. Сегодня стало реальностью то, к чему стремились медики: людей уже не приходится затягивать арканом на профосмотры, они сами приходят и спрашивают, когда можно пройти диспансеризацию. Народ стал в этих вопросах очень грамотным.

Меняется и психология медработников, хотя, чего греха таить, со многими приходилось работать, чтобы они искали другие подходы к пациентам. В итоге в Крыму оказание медицинской помощи населению поднялось на очень высокую ступеньку. До 2014 года я сначала писал перечень препаратов, которые пациенту необходимо приобрести в аптеке, и только потом мог вести с ним разговор о его здоровье и лечении. К счастью, эти тяжёлые и для медицины, и для пациентов времена уже в прошлом.

Раньше при первых симптомах инсульта мы говорили пациенту, что ему необходим тромболитис (расщепление тромбов с помощью медикаментов. – Ред.). Он шёл в аптеку, платил до четырёх тысяч гривен за флакон препарата, и только после этого мы начинали лечение. Теряли время, теряли так называемый золотой час, а порой, к сожалению, теряли и пациента. Аналогичная ситуация была и при инфарктах миокарда. Сегодня, пообщавшись с пациентом, мы сразу назначаем лечение, в том числе и хирургическое, если оно требуется. И здесь очень важно, чтобы люди вовремя обращались за консультацией.

Если говорить, например, об инсультах, мы можем госпитализировать пациента в Республиканскую больницу им. Н. И. Семашко. К тому же в Крыму уже функционирует целая сеть сосудистых центров, и для постановки точного диагноза – гипертонический криз или инсульт – мы направляем своих пациентов и туда. И если инсульт подтверждается, человека оставляют там на лечение. Словом, состояние крымского здравоохранения сегодня и во времена «незалежной» Украины – это, как говорят, день и ночь.

## В ПОИСКАХ БАЛАНСА

– Ваш отец руководил Домом санитарного просвещения, и вы знаете, как серьёзно тогда относились именно к профилактике заболеваемости насе-



# ДИАГНОЗ ДЛЯ МЕДИЦИНЫ

Главный врач Кольчугинской участковой больницы Симферопольского района Борис Левин об узких местах российской системы здравоохранения и личном секрете молодости.

ления. Это направление сегодня следует активнее развивать?

– Однозначно. И я делаю это постоянно – и в своей врачебной практике, и в ходе публичных выступлений. Однажды группа жителей Кольчугина, которые работают в сфере ЖКХ, прошла медосмотр. Им провели минимальное обследование: анализ крови, мочи, определили уровень холестерина, сахара в крови, сделали флюорографию и ЭКГ. И один из результатов буквально поверг меня в шок: у человека показатель гемоглобина был 58 при норме 120-140, СОЭ – 70 при норме 15-20. Я тут же вызываю этого пациента, спрашиваю, беспокоят ли его головкружения и боли. «Бывает, – говорит он, – покачивает, пошатывает». Мы тут же провели дополнительное обследование. В итоге во вторник человек сдал анализы, а в пятницу ему уже был поставлен диагноз «хроническая почечная недостаточность третьей стадии». Сейчас этот пациент на гемодиализе. То есть благодаря диспансеризации буквально за пять дней был поставлен диагноз и назначен гемодиализ. Мы фактически спасли человека. Этот пример я постоянно привожу всем пациентам и сотрудникам больницы, когда напоминаю о необходимости приглашать на медосмотр жителей участка. Не менее наглядным примером ста-

“ В 2023 ГОДУ В СИСТЕМУ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ КРЫМА УЖЕ БЫЛО ПРИНЯТО НА РАБОТУ 730 ВРАЧЕЙ И МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЁР»

ла ситуация с одним из наших докторов. Во время диспансеризации он тоже сдал все необходимые анализы, и результаты одного из них – анализа так называемых трансаминаз – оказались в 13 раз выше нормы. Дополнительное обследование выявило гепатит С, о котором коллега даже не подозревал. Но читателям

«Крымской газеты» сразу скажу фразу, которую говорю всем своим пациентам и медикам: «Гепатит С излечим!»

– И всё же нельзя сказать, что вся система здравоохранения работает так эффективно. Почему? Сказывается нехватка специалистов, медицинского оборудования или больничных учреждений?

– Здесь я не полностью согласен. Потому что, например, если говорить о сердечно-сосудистой патологии (одной из доминирующих причин смертности), то по итогам 2023 года в Крыму зафиксировано снижение этого показателя. Происходит это и потому, что, работая вместе в профилактическом направлении, и пациенты изменили отношение к здоровью, и доктора. Результаты могли быть ещё лучше, но время врачей «съедает» электронный документооборот, который, увы, не отменяет и бумажного варианта. Да, они адаптировались к тому, что больничный лист, свидетельство о смерти теперь можно выдавать в электронном виде. Но появляются всё новые указания по ведению медицинской документации, что забирает время, отпущенное для приёма и консультации больных. Приходится искать баланс, чтобы и пациенты не пострадали, и учётно-отчётная документация была оформлена.

Выбивают из колеи и многочисленные проверки. Знаю, что, например, в налоговой системе их количество значительно ограничили, чтобы продуктивно работали наши экономические структуры. Хочется, чтобы и в медицине это произошло.

## КУПЛЮ СТУДЕНТА, ДОРОГО

– Даже неспециалисту понятно, что постоянные проверки забирают драгоценное время у медиков, а значит, и у их пациентов. А это недопустимо при остром дефиците врачей, особенно узких специалистов.

– В Кольчугинской больнице штат почти укомплектован. Единственная вакансия – это лаборант. Но при этом объём обследований наших пациентов не страдает, поскольку мы выстроили чёткий график их проведения. Но в целом в крымском здравоохранении сейчас большой дефицит врачей, особенно узких специалистов. Возможное решение – вернуться на какое-то время к системе распределения выпускников медрес, как это было в советское время. Хорошо помню, как в мои студенческие годы в коридоре Крымского института сидели «покупатели» (люблю это слово!) и после госэкзамена наперебой уговаривали выпускников ехать работать к ним, предлагая или жильё, или возможность построить дом, или работать на полторы ставки плюс ещё ряд материальных благ и т. д. Сейчас такого, увы, нет.

– Но есть так называемый целевой набор. Хотя, к сожалению, даже получив специальность по такому набору, выпускники часто «не доезжают» туда, где обязаны отработать положенное время.

– В том-то и дело. Необходимо очень жёстко контролировать всю цепочку трудоустройства этих молодых специалистов. Не



хотите работать в первичном звене здравоохранения – будьте добры вернуть все средства, которые государство потратило на ваше обучение в мединституте, поскольку это налоги граждан, которых вы не хотите лечить. Но в 2023 году в систему здравоохранения Крыма уже было принято на работу 730 врачей и медицинских сестёр, которых, кстати, тоже не хватает. Сейчас мы собираем информацию о состоянии медицины в регионе и готовим предложения. Уже очевидно, что необходимо пересматривать систему оплаты по программам «Земский доктор» и «Земский фельдшер»: выделяемых сегодня средств явно не хватает на обустройство специалиста, пожелавшего трудиться на селе. Как минимум для этого необходимо выделять врачу два миллиона рублей, а фельдшеру – миллион.

**– Возможно, стоит внимательно изучить историю отечественного земского здравоохранения. Был же опыт, который сегодня можно использовать?**

– Любой положительный опыт пойдёт только на пользу пациенту. Часто вспоминаю работу Кольчугинской больницы в период существования совхоза «Виноградный». Кстати, 26 февраля исполнилось бы 100 лет его легендарному директору Георгию Николаевичу Авраамову, хозяйственнику с большой буквы. Я ежемесячно предоставлял ему отчёт о том, как работало наше лечебное учреждение. Если эффективно, он выплачивал сотрудникам больницы 13-ю зарплату. Убедиться в этом было очень просто: я брал себестоимость одного дня в совхозе, умножал на количество дней нетрудоспособности работников «Виноградного». И статистика чётко показывала, насколько сокращались расходы благодаря современным технологиям лечения, которые мы применяли. Эффект был очевиден, поэтому Георгий Николаевич денег на премии медработникам не жалел и за счёт совхоза содержал ещё и стоматолога в нашей участковой больнице.

**– Возможно, отсутствие подобных материальных стимулов тоже ведёт к оттоку кадров из медицины?**

– Я бы так не сказал. До 2014 года хирург, который, условно говоря, сделал в месяц 40 операций, и хирург, прооперировавший

двух человек, получали одинаковую зарплату. Сейчас у главврача больницы, поликлиники есть очень важный инструмент – это стимулирующие доплаты сотрудникам. И на основании отчётов о работе каждого специалиста сумма этих дополнительных выплат может быть очень существенной.

Если в месяц два моих врача должны сделать, например, 150 диспансеризаций, а сделали 170, я пишу рапорт руководству района и эти люди получают дополнительную оплату. И у моих докторов при выполнении стандартов, которые есть в российском здравоохранении, реальная зарплата – 60-70 тысяч рублей. Плюс социальная доплата в размере 18 тысяч рублей врачам и 7 тысяч медсёстрам от Социального фонда России. Есть и региональные доплаты: 750 рублей на оплату ЖКХ, до 30 тысяч рублей на оплату съёмного жилья. Врачи и средний медперсонал получают ещё и так называемую региональную льготу, что в сумме даёт специалисту очень неплохие деньги. Просто не надо ничего, извините, хитрить, а чётко работать по тем стандартам, которые определены Минздравом России. Я готов делиться с коллегами опытом работы нашей Кольчугинской участковой больницы.

### ЦАРСКИЕ ХОРОМЫ В СЕЛЬСКОМ ФАПЕ

**– Иногда невозможность своевременно получить медицинскую помощь вынуждает людей обращаться в частные клиники. А стоимость услуг в них высокая. Возможно, следует законодательно обязать частные медицинские учреждения лечить пациентов по полису ОМС?**

– В этом направлении уже многое сделано. Например, офтальмологическая помощь в частных клиниках оказывается по полису ОМС. Есть клиники, которые и диагностику, и хирургические вмешательства проводят по полису ОМС. Но случаются, скажем так, сложные взаимоотношения частных клиник с Фондом ОМС, который выделяет им квоты. Выбрала клиника квоты по операциям удаления катаракты, значит, больше денег. – Ред.) не получит. Почему бы на основании анализа статистических показателей работы клиники не пересмотреть систему выделения квот? Ведь

“ ЗА 10 ЛЕТ В ЛЕЧЕБНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РОССИЙСКОГО КРЫМА ПОЯВИЛОСЬ БОЛЕЕ 8 ТЫСЯЧ ЕДИНИЦ НОВЕЙШЕГО МЕДИЦИНСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ. ЦИФРА КОСМИЧЕСКАЯ, НО НЕ ПРЕДЕЛЬНАЯ!»

для пациента не имеет значения, в государственной или частной клинике его будут лечить. Только при таком подходе граждане смогут получать качественную и своевременную медицинскую помощь. Надо соблюдать принцип: деньги должны идти за пациентом в медицинскую организацию. К слову, об этом говорит статья Закона РФ «Об обязательном медицинском страховании». Этот вопрос, безусловно, необходимо дорабатывать во благо пациентов, тогда и очередей в государственных клиниках станет меньше, и нагрузка на врачей будет адекватной.

**– В небольших населённых пунктах зачастую люди не могут получить необходимую помощь, потому что там нет даже ФАПа. Всё это – результат «оптимизации» отрасли в украинскую бытность. Как улучшить медицинское обслуживание жителей села?**

– Здесь я не соглашусь, потому что после 2014 года в Крыму уже построено около 300 модульных амбулаторий и ФАПов. Только на территории Кольчугинского сельского поселения их два. Если, например, здание ФАПа в селе Прудовом на протяжении всех лет моей работы отапливалось углём и дровами, специалисты принимали пациентов в стеснённых условиях, то сегодня у них царские хоромы: отдельные кабинеты для акушера-гинеколога, педиатра, стоматолога, семейного врача, компьютеры, ноутбуки, Интернет. ФАП в Равнополе, по-

строенный чуть раньше, тоже ни в чём не уступает – и для медперсонала, и для пациентов созданы комфортные условия.

За 10 лет в лечебных учреждениях российского Крыма появилось более 8 тысяч единиц новейшего медицинского оборудования. Цифра космическая, но не предельная! Например, в нашей больнице недавно за бюджетные средства поменяли стоматологическую установку стоимостью более 500 тысяч рублей. А это уже совсем иной уровень оказания стоматологической помощи населению.

В Кольчугинской участковой больнице есть всё необходимое оборудование для оказания медицинской помощи. Более того, в период пандемии ковида мы даже помогали 7-й городской больнице Симферополя, которая тогда стала ковидным госпиталем: давали ей свои кислородные концентраторы для спасения пациентов.

**– По утверждению специалистов ВОЗ, здоровье на 50-55% зависит от образа жизни, на 20-23% – от наследственности, на 20-25% – от экологии и на 8-12% – от работы национальной системы здравоохранения. То есть наше здоровье, по сути, в наших руках. Если не секрет, как вы поддерживаете своё?**

– Как бы загружен я ни был накануне, в 6:30 подъём, разминка, банные мероприятия, а в 7:30 выезд в родную Кольчугинскую больницу. Общение с людьми, пациентами тоже помогает мне сохранять бодрость духа. Моё сегодняшнее состояние, наверное, доказывает правильность темпа, в котором я живу. Недавно отмечал 70-летний юбилей, и многие ко мне подходили и говорили: «Паспорт покажите, не верим» (смеётся. – Ред.). Но у меня есть самый эффективный молодильный допинг – это общение с внуком. Каким бы напряжённым ни был мой рабочий день, в 17:00 я иду в садик, забираю ребёнка и балдею от общения с ним. А когда на Новый год я спросил у него, что ему хочется получить в подарок от Деда Мороза, он сказал: «Чтобы Боря никогда не болел». Я, конечно, с трудом сдержал слёзы, но стал моложе на пару десятков лет точно.

Беседовала Елена ОЗЕРЯН.  
Фото Евгения ЛЕТОВА.

### БЛИЦПРОС

**– Главная черта характера, необходимая в вашей работе...**

– Умение доверять людям.

**– Кем бы вы были, если бы пришлось сменить сферу деятельности?**

– Спортивным комментатором.

**– Какой ваш девиз?**

– Правильно спланировать – наполовину сделать.

**– За что любите жизнь?**

– За то, что эта любовь взаимна.

**– Чего не терпите в людях?**

– Вранья, конечно. Это самое страшное, что может быть.

**– Где ваше любимое место в Крыму?**

– В Крыму от Керчи до Евпатории я знаю всё, но любимым местом всё равно многие годы остаётся Гурзуф.

**– Ваше любимое времяпрепровождение вне работы?**

– Играть с внуком, это однозначно.

16+

Подписаться на «Крымскую газету» можно по всей территории РФ

«Крымская газета» в подписных каталогах «Почты России»

подписной индекс:

**П3449**

# ПОДПИСКА-2024

на I полугодие\*

\* цены указаны за один месяц

Ежедневный выпуск, включая пятничный:

61055 для физлиц 702,12 руб.

21724 для юрлиц 769,24 руб.

Выпуск в пятницу (+ ТВ-программа):

30364 для физлиц 366,92 руб.

30366 для юрлиц 402,50 руб.



## ПАМЯТИ ГЕРОЕВ

## ПАМЯТЬ В ГРАНИТЕ



На фасаде Советской средней школы № 2 им. Героя Советского Союза П. П. Исаичкина установлена мемориальная доска в честь военнослужащего **Алиярова Элдорбека**, погибшего в зоне специальной военной операции. Он родился 13 января 2000 года в Республике Узбекистан, в Коканде. В 2008 году переехал в Крым, в посёлок Советский. В том же году пошёл в Советскую среднюю школу № 2. Окончив её в 2018 году, поступил в Крымский инженерно-педагогический университет им. Февзи Якубова на факультет экономики и права. Прочувшись шесть месяцев, по семейным обстоятельствам вынужден был забрать документы и вернуться в Советский. В 2019 году поступил в Чапаевский агротехнологический техникум. В октябре 2021 года был призван на срочную воинскую службу, которую проходил в Севастополе. Уже в ноябре перешёл на службу по контракту сроком на два года. С тех пор он посвятил свою жизнь служению Родине, мужественно стоял на её защите. После начала специальной военной операции на Украине, пройдя подготовку, был направлен в ряды ВС РФ. 23 августа 2022 года погиб при исполнении воинского долга.

## ЗАЩИТНИК РОДИНЫ



Керчане простились с героем **Александром Анатольевичем Фандюшиным**. Он родился 21 августа 1990 года в Керчи. В 2005 году окончил школу № 4, затем Славянский железнодорожный техникум в Донецкой области по специальности «локомотивы». Заочно учился в Днепрпетровском национальном университете железнодорожного транспорта, получил степень магистра железнодорожного транспорта. По окончании техникума устроился в Керченское локомотивное депо. В своё время Александр был главным энергетиком на космодроме «Восточный», работал на строительных объектах России. По воле сердца ушёл защищать Родину. 6 января 2024 года погиб при исполнении воинского долга. Село Работино Запорожской области стало последним местом пребывания героя.

## ПОГИБ, СПАСАЯ ТОВАРИЦА



Севастополь простился с командиром отделения батальона оперативного назначения внутренних войск ДНР Александром Александровичем Бойцовым. Он родился и вырос в Севастополе, окончил школу № 6. Срочную службу прошёл в морской пехоте. Работал на разных предприятиях города. Будучи патриотом и воином по призванию, Александр в 2014 году уехал защищать Донбасс от неонацистов. Поступил в ряды Народной милиции ДНР. Воевал очень умело, пользовался заслуженным авторитетом и уважением боевых товарищей. За мужество и доблесть, проявленные на поле боя, был награждён государственными наградами ДНР и России. Александр Александрович героически погиб, закрыв своим телом товарища в бою под Новомихайловкой ДНР.

Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

## НАШИ ЛЮДИ

КНОПКИ  
«ВЫКЛ.» НЕТ

Павел Бунеску – волонтер. Он привозит на передовую гуманитарные грузы для солдат. Это человек с горящим сердцем.

ЧЕЛОВЕКУ НУЖЕН  
ЧЕЛОВЕК

До начала СВО, будучи профессиональным спортсменом, Павел создал движение «Спорт без границ». Проводил товарищеские матчи на разных площадках, в том числе поддерживал ребят в колониях для несовершеннолетних. С единомышленниками разработал футбольную программу реабилитации для детей с ментальными расстройствами. А сейчас уже больше года Павел – друг и брат всех защитников Отечества.

– Спорт – это стержень, который даёт человеку опору. Учит самодисциплине. Самоотречению, если нужно. Учит уважению товарищей и уменью быть командой. Спорт сделал меня тем, кто я есть, – так начался наш разговор с добровольцем. Много лет он был профессиональным спортсменом в молодежной сборной «Урал». Когда-то его семья уехала из Молдавии, спасаясь от последствий развала Советского Союза. Им помогли родные и просто добрые люди. Возможно, уже тогда были заложены основы человеколюбия в душе патриота.

После завершения карьеры в профессиональном спорте Павел с единомышленниками создал движение «Спорт без границ». Вскоре ему предложили войти в состав комиссии по соблюдению прав человека в местах лишения свободы Свердловской области. Часто проводил товарищеские матчи между заключёнными и звёздами. Чаще всего это бы-

ли весёлые ребята из команды «Уральские пельмени».

– Я видел ребят таких, которые остушились, запутались. Мне очень хотелось их поддержать. Мы проводили матчи со звёздами, видели, как это поднимает самооценку парней, даёт ощущение нормальной жизни... Однажды мы с женой и маленькой дочкой шли по улице. Подошёл молодой мужчина, пожал руку мне и сказал, что устроился на работу, встретил хорошую девушку, он поблагодарил меня за помощь. Даже не сразу узнал его, но ему было важно сказать, что я в нём не ошибся. И мне было это важно. Классное ощущение полёта души! Словами не передать.

## ВСЕ СВОИ

– С первых дней спецоперации понимал, что просто сидеть нельзя. Где-то есть фронт, а где-то тыл. Мы обязаны помогать максимально. Это было решение сердца, душевный порыв. Разум начал просчитывать возможности. Есть такая организация «Офицеры России». Мы на Урале создали своё, местное подразделение, я как заместитель вышел на войсковые части. Сначала мы помогали тем, кто уходил в зону СВО по контракту. Но вскоре стало ясно, что нужно помогать всем. У мобилизованных парней меньше опыта в военных сборах, в спешке они многое не успевали собрать. Началась помощь с тёплых вещей и медикаментов для солдат. На сегодняшний день мы с предпринимателями, офице-

## ОБ ОБЩЕМ ДЕЛЕ

– Меня часто спрашивают, страшно ли гонять на передовую? Страшно. Волнительно. Но только там я отдыхаю душой. Меня поражает воинское братство, их терпение, их оптимизм. Они все мои братья. Сборы, дорога выматывают. Но как только возвращаюсь домой, в голове уже кручу план новой поездки. Честно, я совсем не «вынырываю» из этой темы, просто забыл, где у меня кнопка «Выкл.»... Но нашим парням сложнее: у них и вовсе передышек нет. Поэтому работаем, работаем. Придёт время – будем отдыхать.

рами, верующими и объединением «Вместе За мир» организовали 12 больших фур гуманитарной помощи бойцам. И это не считая посылок, легковых автомобилей и прочего. Большой гуманитарный конвой формируется примерно раз в два месяца. Этот груз мы доставляем лично в руки бойцам. Созваниваемся, договариваемся о встречах. И доставляем сразу в 10-12 подразделений. На передовой нет Урала, Москвы или Алтая – наши все!

В одной из последних поездок волонтеры везли целую фуру утеплителя. Он

пригоден для блиндажей и защищает от холода технику. Пока отдыхали на трассе, к ним подъехал водитель бронетранспортера. Предложили ему взять несколько рулонов теплоизоляции, тот обрадовался.

– Через несколько километров догнал нас снова: «Братцы, можно ещё для наших взять «тепла»? Замерзают». В общем, по радию этот водитель сообщил всем, что мы отдаём утеплитель в добрые руки. Многие подразделения мы тогда согрели и сами порадовались.

## ОТКЛЮЧУ ТЕЛЕФОН

Спросили у Павла, что он будет делать после Победы, и он, смеясь, ответил, что выключит свой телефон.

– Всех парней обниму по телефону или очно и сразу отключу! Как-то ради интереса посчитал, что за день мне поступает от 50 до 70 звонков. Звонят ребята с передовой, оставляют заявки. Звонят их жёны и матери. Звонят спонсоры, готовые оказать поддержку, и я им безмерно благодарен. Я как мостик между тем и этим миром... Мой телефон не молчит никогда. Жена ворчит, но прощает, понимая, что без этого я уже не смогу. У меня две маленькие дочки, обожаю их. Как-то старшая мне говорит: «Папочка, ты так устал солдатикам помогать, давай я им тоже помогу». Потом мне воспитательница в садике сказала, что дочка всех ребят своей группы организовала рисунки для бойцов нарисовать... Честно, я чуть не расплакался. Мы ведь всё делаем ради наших детей. Конечно, ради страны, ради Победы, но очень важно, чтобы наши дети понимали и чувствовали эти важные вещи. Так хочется, чтобы их будущее было мирным и счастливым.

Елена САХАРОВА.

Фото из личного архива героя публикации.



## МЫ ПОБЫВАЛИ

## НЕПРОГЛЯДНАЯ ТЕМЕНЬ

**Татьяна, продавец:**

– Сделали дорогу на центральной улице. Хотелось бы ещё, чтобы на Заречной возле амбулатории тоже сделали. Там просто ужас, а не дорога: её постоянно размывает, невозможно пройти. Газа в селе нет. Неизвестно, когда проведут. Освещение сделали только на улице Ленина, причём даже не на всей, остальное село в потёмках. Вывоз мусора чётко по графику, каждую пятницу забирают. Зимой вода идёт практически постоянно, а вот летом частенько без неё сидим: Тополёвка очень много на полив забирает. Очень хочется, чтобы в селе появились аптека и банкомат. Дом культуры закрыт уже несколько лет. Раньше и праздники там проводили, и утренники детские, а теперь на площади перед магазином.

## НА КРУЖОК – В ГОРОД

**Ирина, местная жительница:**

– Начали заниматься благоустройством села. Наняли дворников, которые убирают территорию, косят траву и газоны. Уложили асфальт на центральной улице. Сделали косметический ремонт в школе, садике и амбулатории. Электрические щитки и провода меняют, хотя особых улучшений в этом плане пока не заметно, обрывы постоянно. Для малышей никакого досуга тут нет. Дом культуры закрыли, детей за дообразованием нужно возить в Судак или Белогорск.

## РАДЫ РЕЗУЛЬТАТАМ

**Ильмира Кодирова,  
заместитель директора  
по УВР Курской СПШ:**

– Выиграли в конкурсе школьного бюджетирования, теперь у нас появится актовый зал. Стараемся участвовать во всевозможных конкурсах и программах, чтобы улучшить нашу школу. Появились кабинеты «Точка роста» по биологии, физике и технологии. Ремонт делаем своими силами. После присоединения к России в нашей школе заменили все окна, крышу, в каждом кабинете появились ноутбуки, заменили всю мебель, отремонтировали пищеблок. В школе также учатся дети из Тополёвки, их возит школьный автобус. У нас автономная ко-



# БЕЗ ВЕТРОВ, НО И БЕЗ СВЕТА

## Чему радуются и на что жалуются жители Курского Белогорского района

Село Кишлав (ныне Курское) было крупнейшей в Крыму болгарской колонией. Возникла она в 1828 году на месте татарского поселения, которое находилось в урочище Кишлав, представляющем собой природную котловину, защищённую от ветров и непогоды.

тельная, топим хорошо, даже жарко. Преподавателей хватает. Хотелось бы, чтобы появились и молодые специалисты. Но нет пока в селе таких условий, чтобы они захотели сюда приехать работать. Дороги в селе ужасные, сделали только центральную улицу, освещения нет. Вода у нас по графику. Мусор стали регулярно вывозить, это радует. ДК не работает уже давно, здание в аварийном состоянии, а сотрудники все уже поувольнялись. Раньше все мероприятия и праздники проводили там, собиралось всё село. Детских и спортивных площадок у нас в достатке. В библиотеку провели свет. Когда у нас появится газ – неиз-



За дополнительным образованием родители возят детей в Белогорск и Судак.

вестно. Запустили рейсовый автобус, который ходит три раза в день. Раньше, чтобы уехать из села, нужно было либо нанять такси, либо ловить попутку на трассе.

## ОСТАЛИСЬ БЕЗ КУЛЬТУРЫ

**Наталья, местная жительница:**

– Дорога, которая спускается от амбулатории, просто ужасная! После дождя там вообще невозможно пройти. ДК закрыли, там нет ремонта, крыша течёт, отопления нет, поэтому все сотрудники поувольнялись. Они бы хотели там работать, но нет условий. В амбулатории сделали отопление. Вокруг села

есть несколько садов, и с каждым годом они всё ближе подбираются к селу. А летом деревья в садах опрыскивают всякой химией. Не так давно появился сад возле того места, где мы пасём коров. У нас на село осталось одно стадо, 30 голов. Такими темпами скоро их пасти будет негде. Понятно, что благодаря этим садам есть рабочие места, но всё же... Магазинов у нас много, а вот банкоматов нет. Аптека тоже нужна, ближайшая в Грушевке. Врачей в амбулатории не хватает, стоматолог один на несколько сёл.

Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.  
Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

В школе есть всё необходимое для того, чтобы давать детям качественное образование.

## ПО ДЕЛУ



**Анна Глухова,  
председатель  
Курского  
сельского совета  
– глава  
администрации**

**Курского сельского поселения:**

– В 2020 году благодаря соглашению между правительством Москвы и РК были поставлены детская площадка и три контейнерные. В 2022 году в Тополёвке мы сделали освещение на шести улицах из восьми. В Курском на сегодняшний день освещена только улица Ленина. В 2021 году на ней был сделан капитальный ремонт. В планах на 2024 год ремонт дороги на улице Заречной. В 2023 году был приобретён детский игровой комплекс. За счёт местного бюджета решили потихоньку обновлять детские площадки. Касаемо газификации в 2027-2028 годах у нас должны начаться проектно-изыскательские работы. В засушливый период в селе есть проблемы с водоснабжением, вода по графику раз в четыре дня, но при наличии излишков подаётся дополнительно. Сейчас вода есть. Система водоснабжения построена ещё в 60-70-х годах, поэтому нужна замена труб. По двум улицам нас обещали включить в производственную программу на 2024 год. Дом культуры в селе не работает. Пытаемся договориться с местными жителями, но на данный момент работать там никто не желает. А пока нет работников, ремонт делать бессмысленно. С транспортным сообщением проблем нет: три раза в день ходит автобус. Предыдущим главой был установлен многофункциональный спортивный комплекс. К сожалению, так как бюджет у нас дотационный, пока нет возможности огородить эту площадку, а несколько тренажёров уже сломаны. Оставшиеся тренажёры мы собрали и увезли на охраняемую территорию. Как только будет возможность, мы эту площадку огородим и отремонтируем.



Новым асфальтом пока может похвастаться только центральная улица.



## ЗАЧЕМ И ПОЧЕМУ?

Бывает, что вас мучит какой-то вопрос, а задать его неудобно. Спросите газету, мы ответим.

## Какой остров Колумб назвал Эспаньолой?

Гаити. Великий мореплаватель впервые высадился на этом острове 6 декабря 1492 года. Местные пейзажи напомнили Колумбу родную Кастилию и вдохновили на выбор названия острова. В переводе название острова означает «испанский». Здесь была основана первая в Новом Свете испанская колония Ла-Навидад. Местные жители предпочитали называть свою родину Гаити, то есть «страна гор». На острове и правда большая часть территории приходится на гористую местность, покрытую тропическими лесами. Влажный и жаркий климат способствует буйному росту растений. Сейчас на Гаити много национальных парков, среди них «Пик Макая» и «Ла-Визит». На Гаити в изобилии растёт многолетняя трава ветивер. Эфирное масло, полученное из её корня, широко используется в современной парфюмерии для создания ароматических композиций.

## Можно ли сфотографировать мираж?

Да. Мираж – это не обман зрения, а реальное оптическое явление, которое возникает из-за неоднородного нагрева атмосферы. Свет преломляется (то есть поворачивает) в сторону большей плотности воздуха. Над горячим песком или асфальтом воздух у поверхности земли сильно прогревается и расширяется, так что горизонтальный луч отклоняется вверх, к более плотным холодным слоям. Ещё выше плотность воздуха падает, луч вновь устремляется вниз. При многократных отражениях перед глазами могут появляться причудливые очертания, дрожащие в мареве.

## Какие птицы самые умные?

Лучшие результаты показывают врановые и попугаи. Обычно об «уме» тех или иных животных судят по результатам тестов, требующих выделения абстрактных признаков, улавливания объективных свойств вещей (например, что объёмное лакомство не может находиться внутри плоской картонной фигурки) и т. д. В этих тестах лучше всего проявили себя птицы семейства врановых: вóроны, ворóны и некоторые другие. В частности, новокаледонский ворон считается рекордсменом среди птиц в деле изготовления и использования орудий. В то же время крупные попугаи (жако, ара, какаду) уверенно лидируют по части осмысленного и адекватного использования человеческой речи (врановые также способны к этому, но в меньшей степени). Необходимо добавить, что на сегодня далеко не все виды (и даже крупные группы) птиц изучены на предмет их интеллектуальных способностей.

## Существовал ли на самом деле единорог?

Науке такое животное неизвестно. В основе создания образа единорога могли лежать сведения об африканских и индийских носорогах. До периода Великих географических открытий эти животные практически не попадали в Европу живыми или в виде цельных туш. Однако некоторые античные авторы записывали рассказы о них. Эти сюжеты кочевали из сочинения в сочинение, причём ни использующие их авторы, ни иллюстраторы не представляли, как выглядит животное, о котором идёт речь. В результате на основе этих текстов сложился образ лошади с рогом во лбу.

Подготовила Мария САВИНА.

## РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ



# КЛЮЧИКИ УСПЕШНОСТИ

Родители с детства объясняют детям, что есть волшебные слова, которые помогают общаться и добиваться успеха в жизни. В чём сила этих слов и как они работают в жизни? Об этом поговорим сегодня.

## ВЕЖЛИВЫЕ ЛЮДИ

Вся наша жизнь состоит из мыслей, слов и поступков. Человек вежливый – значит достойный, умный, заслуживающий уважения. И такие ассоциации с вежливостью, как лампочка, включаются у каждого человека в голове на каком-то глубинном, подсознательном уровне. Вежливые люди кажутся окружающим более успешными, более умными, обладающими внутренним стержнем и какими-то тайными знаниями. Чтобы стать таким, важно не только употреблять в лексиконе слова «спасибо», «извините», «доброй вечер». Нужно научиться мыслить как вежливый человек. А это целая наука...

Любую переделку мира нужно начинать с себя, поэтому родителям необходимо пересмотреть свой лексикон, убрать «мусорные» слова, которые мы часто произносим в порыве эмоций. И постараться ради собственного чада прожить один день в позитивном, доброжелательном к окружающим настроении, вычеркнув лишние негативные реакции. Попробуйте в качестве эксперимента, это очень увлекательное занятие!

## УЛЫБКА – ЛУЧШИЙ АРГУМЕНТ

Больше всего на свете дети любят игры и приключения.

Помните об этом и используйте во благо. Если вы пытаетесь приучить быть вежливым ребёнка от пяти лет и старше, с ними вполне можно поиграть в «день вежливости». Пусть ваша расположенность к людям начинается с искренней улыбки. Попробуйте вместе с ребёнком на грубость в очереди в магазин улыбнуться и ответить человеку: «Хорошего вам дня!» Убегая утром на работу и провозжая ребёнка в школу, договоритесь, что вечером обсудите, сколько людям вы сказали спасибо и что из этого вышло. Пусть это будет некий батл – марафон доброты.

Игры – это хорошо, но в этой «битве за воспитание» выигрывает тот, кто делает вежливость своим постоянным «оружием». Дома даже в разговорах без участия детей важно сохранять вежливый, сдержанный тон, не позволять негативным эмоциям брать верх. Если семья всерьёз увлечётся этим экспериментом, то почти наверняка у мамы и папы карьера тоже пойдёт вверх.

## ОТКУДА ВЗЯЛАСЬ ДОБРОТА

Погружайте ребёнка в мир добрых слов постепенно. Расскажите, что в каждой стране есть свой культурный код, эта тайна доступна многим,

но только умные люди умеют ей пользоваться. Не забывайте благодарить малыша за помощь, когда он прибрал игрушки, вытер пыль, полил цветы... Между делом добавте: «А ты знаешь, дорогой,

что слово «спасибо» состоит из двух: «Спаси, Бог». И каждый раз, произнося их, мы призываем высшую силу добра нам на помощь». Это же касается удивительного слова «пожалуйста» от старорусского «жаловати», то есть дарить что-либо по собственной воле тому, кого любишь. Образно говоря, волшебные слова – это оберег, который связывает нас с нашими предками. Эти слова-обереги придают нам внутренней силы, храбрости, помогают достичь цели. А цель у всех одна – быть счастливым и успешным.

Елена САХАРОВА. Фото из архива «Крымской газеты».

## ЭКСПЕРТНОЕ МНЕНИЕ

## Анна СМЕРНОВА, психотерапевт:

Вежливость – это черта характера, которая относится к категориям нравственности и поведения. Важно прививать навыки в детстве, чтобы потом не сожалеть о погрешностях воспитания. Пусть малыш пока не понимает значения слов, но он видит, в каких ситуациях родители и близкие люди их используют. Всё это фиксируется на подсознательном уровне, а позже осознаётся. По мере взросления говорить волшебные слова ребёнок станет осознанно. Давайте ребёнку примеры, как работает вежливость и грубость. Для этого можно просто понаблюдать за прохожими и обсудить увиденное. Грубиянов никто не любит, у них мало друзей, а вежливый человек всегда в центре внимания.

Обязательно подчеркните разницу в общении со сверстниками и взрослыми. К детям можно обращаться по имени, к взрослым – по имени и отчеству.

Родители – это пример, и вам также необходимо выполнять несложные правила:

- не кричите на детей, не оскорбляйте их, не применяйте физические меры наказания;
- перестаньте делать замечания по пустякам, всячески поощряйте детскую самостоятельность;
- придерживайтесь единой системы воспитания, чтобы папа и мама были на одной стороне;
- деликатно ведите себя с друзьями и окружающими;
- помните, что правила поведения важно прививать постоянно, а не время от времени.



## ТВ-ОБЗОР



## «СЕМЕЙКА» 16+

### Супружеская пара пытается преодолеть кризис

Продолжение комедийной драмы о семье Нестеровых. Сериал высоко оценили зрители, поэтому создатели проекта решили снять продолжение истории.

Быть супругами непросто, ещё сложнее быть родителями. Нестеровы поженились 17 лет назад. Они растят троих детей, двое из которых уже подростки. Водоворот бытовых проблем и ухудшающиеся отношения друг с другом усугубляются постоянным вмешательством матери Сергея. Женщина терпеть не может свою невестку. Она считает, что её сын – лучший мужчина на свете, на-

стоящий подарок. Бабушка Тамара искренне верит, что Надежда обманула «её мальчика», вынудив взять себя в жёны. И даже тот факт, что Нестеровы уже сами родители, не останавливает женщину в попытках влезть в дела взрослого сына.

Дополнительное напряжение вносят две дочери героев. Красавица Василиса уже вполне осознанно размышляет об отношениях с противоположным полом, чем серьёзно озадачивает маму и папу. Молодые люди обращают внимание на привлекательную девушку, что ей очень льстит и вынуждает старших уста-

навливать строгие рамки. Катя приносит гораздо меньше хлопот, но тоже порой беспокоит родителей. Она не похожа на Василису, однако также грезит о романтической любви и популярности в социальных сетях. Михаил, сын Нестеровых, – чрезвычайно активный тинейджер. Мальчик постоянно находится в движении, что нередко приводит к инцидентам в школе и дома. Неугомонный ребёнок часто поддразнивает сестёр, создавая в квартире хаос. Постепенно проблем накопилось так много, что Сергей и Надежда осознали: их брак разваливается! Как же его спасти, учитывая, что никому из окружающих нет дела до их трудностей?

**Не пропустите премьеру комедийной драмы «Семейка» на телеканале СТС в понедельник, 12 февраля. Начало в 19:30.**

## СМОТРИТЕ НА ТВ

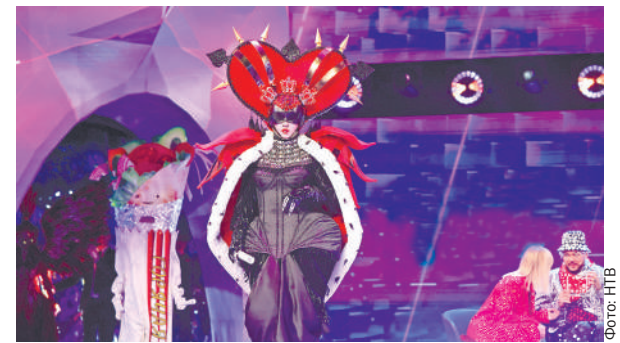
**«БЕДНЫЕ СМЕЮТСЯ, БОГАТЫЕ ПЛАЧУТ» 16+**  
С 12 ФЕВРАЛЯ, ТНТ, 21:00



Катя, скрываясь от проблем, которые ей «подкинул» родной брат, устраивается на работу с проживанием в особняке на Рублёвке. Олигарх Сергей, хозяин огромного поместья, собирает под одной крышей всю семью (свою настоящую жену и трёх бывших жён и детей от прежних браков), чтобы объявить, что он смертельно болен и «жить осталось недолго». Бывшие жёны уже мысленно делят наследство...

**«МАСКА» 12+**

18 ФЕВРАЛЯ, НТВ, 20:20



Премьера пятого, юбилейного сезона шоу «Маска». Традиционно одной из главных интриг нового сезона остаются названия масок, под которыми будут скрываться популярные представители музыки, кино, телевидения, спорта и Интернета. В этом году об участниках можно сказать, что они суперпопулярны, в их общей кинематографической копилке есть около 130 ролей в кино, сериалах, на театральной сцене. Разгадать тайну и узнать, кто скрывается под маской, предстоит звёздным членам жюри.

## КИНО

# ТОП-3 ФИЛЬМА НА ВЫХОДНЫЕ

**«САНКТУМ» 16+**

10 ФЕВРАЛЯ, ТВ-3, 19:00

Группа дайверов предпринимает очень рискованную экспедицию в самую большую систему пещер на Земле, невероятно красивую и почти недоступную. Неожиданный тропический шторм вынуждает их спуститься глубоко в пещеры. Единственное спасение для исследователей – найти неизвестный второй выход к морю, преодолевая неистовую стихию бушующих вод, коварные ловушки подземелий и смертельный ужас...



**«ПОЗДНЯЯ ЛЮБОВЬ» 16+**

11 ФЕВРАЛЯ, «РОССИЯ-К», 20:25

О верности и коварстве, о чистоте человеческих чувств и вере в подлинное счастье... Блестящий адвокат Маргаритов, имя которого «гремело по Москве», вёл большие дела. Но предательство писателя поставило адвоката на грань банкротства. Жена от горя умерла, а сам Герасим Петрович уже хотел наложить на себя руки, но мысль о том, что сиротой останется двухлетняя дочь Людмила, остановила его. Через много лет он живёт с дочерью в бедном доме захолустного города. Однажды купец Дороднов доверил ему крупное денежное дело с условием: выиграешь дело – половина твоя...

**«ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА» 12+**

11 ФЕВРАЛЯ, «МИР», 11:45

Комедийная мелодрама с криминальным оттенком рассказывает о том, как разбогатевший и обаятельный мужчина из провинции попадает в трудную жизненную ситуацию. Дима Медякин не расплатился вовремя с кредиторами, и те захотели его убрать. Автомобиль взрывают, но Дима чудом остаётся жив. Совершенно осатаневшая от совместной жизни жена отвозит мужа в деревню, где его, ещё толком не протрезвевшего и не пришедшего в себя, принимает родная сестра жены, которая была когда-то его невестой...



Подготовила Диана БЕКМАМБЕТОВА.



ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



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



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



06:00 «Формула-1. Гаснут огни» 12+
06:30 «Всё о главном» 12+
07:00, 08:30, 13:05, 15:00, 17:45, 03:55 Новости



04:50 Т/с «Утро» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня



05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 06:10, 06:55 Т/с «Ментовские войны» 16+



06:30 «Пешком...» Москва победная
07:05 «Черные дыры. Белые пятна»
07:45 Д/с «Первые в мире. Александр Максимов. Тайны ствольных клеток»



05:00, 06:00, 07:00, 08:00, 10:00, 10:25, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 16:30, 15:00, 18:00, 20:00, 22:00, 23:00, 02:00 Новости 16+



05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:30 М/с «Край Бебис. Волшебные слезки» 0+



06:00 Х/ф «Девичий источник» 16+
07:30, 20:00 «Календарь» 12+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 13:00, 14:00, 15:00, 18:00 Новости



06:00 «Настроение»
08:20, 04:20 Д/ф «Берегись автомобиля» 16+
08:55 Т/с «Академия» 12+
10:55 «Городское собрание» 12+



05:00, 18:00, 02:40 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С бодрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+



05:00, 00:00 «День Патриарха» 0+
05:10 Х/ф «Актриса» 0+
06:35 Мультфильмы на Спасе 0+



06:00, 05:10 «Ералаш» 0+
06:30 М/с «Машинки страшилки» 0+



06:30 «б кадров» 16+
06:35, 06:05 «По делам несовершеннолетних» 16+



06:00, 05:15 Мультфильмы 0+
07:45 М/с «Леди Баг и Суперкот» 6+



05:00, 04:50 М/с «Простоквашино» 0+
05:20 «Кондитер» 16+
06:20, 01:40, 04:20 «Пятница News» 16+



04:10 Т/с «Лето волков» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 19:00 Новости дня 16+



05:00, 06:25, 10:20 Т/с «Михайло Ломоносов» 12+
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:30 Новости



07:00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023» 16+
08:50 «Вьожит в Самарканде» 16+



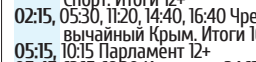
05:00, 00:30 Муз/тив 16+
05:50 Лайкер 16+
07:00 Каждое утро 16+



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+



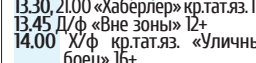
00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 06:45, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 20:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+



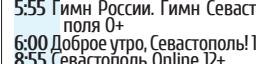
00:30 Х/ф «Мелкие мошенники» 16+
02:00 Д/ф «Вне зоны» 12+
02:15 «Мирас» 12+



00:30 Х/ф «Мелкие мошенники» 16+
02:00 Д/ф «Вне зоны» 12+
02:15 «Мирас» 12+



07:00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023» 16+
08:50 «Вьожит в Самарканде» 16+



5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00 Доброе утро, Севастополь 12+



05:50 М/с «Три кота» 6+
06:30 М/ф «Три богатыря и Конь на троне» 6+



01:05 Т/с «Долгая дорога в дюнах» 12+
07:10 Х/ф «Тесты для настоящих мужчин» 16+



01:35 Х/ф «Пышка» 16+
04:25 Х/ф «Страшно красив» 16+
06:00 Х/ф «Дружба и никакого секса?» 16+



05:00 М/с «Маша и Медведь» 0+
08:55 Т/с «Семейные узы» 16+



06:00, 05:45 «Дорожные войны 2.0» 16+
07:40 «Дорожные войны» 16+



07:00 Х/ф «Неверно» 16+
08:50 Х/ф «Скрытая любовь» 16+



05:55 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+



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



06:25 «Утро. Самое лучшее» 16+
07:45, 08:25, 10:40 Т/с «Пес 6» 16+



07:00 «Настроение»
09:35, 05:15 Д/ф «Берегись автомобиля» 16+



06:10, 22:30 «Попкорн ТВ» 12+
06:40, 22:55 «Смеяться разрешается» 12+



ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

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

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

МАТЧ!. 06:00 «Здоровый образ. Регби» 12+ 06:30 Футбол. Журнал Лиги чемпионов 6+

НТВ. 07:00, 08:30, 12:00, 15:00, 03:55 Новости 07:05, 15:35, 21:45, 01:00 Все на Матч! 12+

НТВ. 04:50 Т/с «УГРО» 16+ 06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня 08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+

5 ПЯТЫЙ канал. 05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+ 05:25, 05:45, 06:30, 07:05 Т/с «Напарники» 16+

РОССИЯ К. 06:30 «Пешком...» Москва Жолтовского 07:05 «Легенды мирового кино» 07:35, 15:20 Д/ф «Леонардо да Винчи и секреты замка Шамбор»

РОССИЯ 24. 05:00, 07:50, 01:45 День в истории 6+

Крысьяб. 05:00 «Ранние пташки» 0+ 07:00 «С добрым утром, малыши» 0+

СТС. 06:00, 05:10 «Ералаш» 0+ 06:30 М/с «Машинки страшилки» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ. 06:00, 00:45 «Большая страна» 12+ 06:50 «Очень личное с Виктором Лошаком» 12+

ТВЦ. 06:00 «Настроение» 08:10 «Доктор И.» 16+ 08:40 Т/с «Академия» 12+

ПЯТНИЦА!. 05:00 «Кондитер» 16+ 06:00, 01:40, 04:30 «Пятница News» 16+

ЗВЕЗДА. 05:05, 13:45, 15:05, 17:15, 03:25 Т/с «Приказа умирает не было» 16+

СТС. 06:00, 05:10 «Ералаш» 0+ 06:30 М/с «Машинки страшилки» 0+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН. 06:30, 06:10 «По делам несовершеннолетних» 16+

ТВ 3. 06:00, 05:30 Мультфильмы 0+ 07:45 М/с «Леди Баг и Суперкот» 6+

ПЯТНИЦА!. 05:00 «Кондитер» 16+ 06:00, 01:40, 04:30 «Пятница News» 16+

ЗВЕЗДА. 05:05, 13:45, 15:05, 17:15, 03:25 Т/с «Приказа умирает не было» 16+

МИР телеканал. 05:00, 03:15 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» 12+

ТНТ. 07:00 «Однажды в России. Спецдажесты 2023» 16+ 09:00 Т/с «Интерны» 16+

МУЗ. 05:00, 01:30 Муз'итив 16+ 05:55 «Яна Муз'итив» 16+

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

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

ЗВЕЗДА. 05:05, 13:45, 15:05, 17:15, 03:25 Т/с «Приказа умирает не было» 16+

МИЛЕТ. 00:15 Т/с «Любовь и прочие глупости» 16+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ. 5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ. 6:00 Доброе утро, Севастополь! 12+ 8:55 Севастополь Online 12+

ДОМ КИНО. 05:10 М/ф «Пиноккио. Правдивая история» 6+

РОДНОЕ КИНО. 01:05 Т/с «Долгая дорога в дюнах» 12+

РОДНОЕ КИНО. 01:05 Т/с «Долгая дорога в дюнах» 12+

КИНОСВИДЕНИЕ. 01:20 Х/ф «Дело в тебе» 16+

Ю. 05:15 М/с «Маша и Медведь» 0+ 08:55 Т/с «Семейные узы» 16+

Ю. 05:15 М/с «Маша и Медведь» 0+ 08:55 Т/с «Семейные узы» 16+

ЧЕ. 06:00, 05:45 «Дорожные войны 2.0» 16+

ЧЕ. 06:00, 05:45 «Дорожные войны 2.0» 16+

XXI. 07:00 Х/ф «Я и ты» 16+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ. 05:45 «Доброе утро» 0+ 09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости 09:20 «АнтиФейк» 16+

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

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

НТВ МИР. 06:25 «Утро. Самое лучшее» 16+ 07:45, 08:25, 10:40 Т/с «Лес 2» 16+

ТВЦИ. 07:00 «Настроение» 09:50 «Доктор И.» 16+

САРАФААН. 06:55 «Даешь, молодежь!» 12+ 07:25, 01:15 «Русские не смеются» 16+

САРАФААН. 06:55 «Даешь, молодежь!» 12+ 07:25, 01:15 «Русские не смеются» 16+



ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

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

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

МАТЧ!
06:00 «Здоровый образ. Фигурное катание» 12+
06:30 Фрирайд. Мировой тур 6+

ТВ
04:50 Т/с «УТРО» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+

5 ПЯТЫЙ канал
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:45, 06:30, 07:20 Т/с «Группа Зета» 16+

РОССИЯ К
06:30 «Пешком...» Москва шоколадная
07:05 «Легенды мирового кино»
07:35, 15:20 Д/ф «Легендарные замки. Нойшванштайн»

РОССИЯ 24
05:00, 07:45, 08:50, 10:45, 11:00, 12:00, 12:40, 18:00, 23:00, 00:00, 01:00 Новости 16+

Карусель
05:00 «Ранние птицы» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00, 00:45 «Большая страна» 12+
06:50 «Преодоление». Прокудин-Горский. Краски окружающего мира» 12+

ТВУ
06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И...» 16+
08:45 Т/с «Академия» 12+

ПЯТНИЦА!
05:00 «Кондитер» 16+
06:10, 02:00, 04:30 «Пятница News» 16+

ТВ ЗВЕЗДА
05:10 Т/с «Приказа умирать не было» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+

СТС
06:00, 05:10 «Ералаш» 0+
06:30 М/с «Машины страшлики» 0+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН
06:30 «По делам несовершеннолетних» 16+
07:35 «Давай разведемся!» 16+

ТВ 3
06:00 Мультфильмы 0+
07:45 М/с «Леди Баг и Суперкот» 6+

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

телеканал МИР
05:00, 06:25, 10:10 Т/с «Братья» 16+
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:30 Новости

Миллет
00:15 Т/с «Любовь и прочие глупости» 16+
01:00 Т/с «Воя земля» 16+

ТНТ
07:00 «Однажды в России. Спецдайджиты 2023» 16+
09:00 Т/с «Интерн» 16+

МУЗ
05:00 Муз'итив 16+
05:50, 18:20 10 самых! 16+

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

телеканал МИР
05:00, 06:25, 10:10 Т/с «Братья» 16+
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:30 Новости

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00 Доброе утро, Севастополь! 12+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00 Доброе утро, Севастополь! 12+

ДОМ КИНО
05:00 М/с «Три кота» 6+
05:40 М/ф «Карлик Нос» 6+

РОДНОЕ КИНО
00:35 Х/ф «Жизнь и удивительные приключения Робинзона Крузо» 0+

КИНОСВИДАНИЕ
01:25 Х/ф «Дружба и никакого секса?» 16+

Ю
05:25 М/с «Маша и Медведь» 0+

Че
06:00, 05:45 «Дорожные войны 2.0» 16+

XXI
07:00 Х/ф «Последний раз, когда я видел Париж» 12+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ
05:45 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+

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

ТВ МИР
06:40 «Утро. Самое лучшее» 16+

ТС
07:00 «Настроение»
09:50 «Доктор И...» 16+

сарафан
07:30 «Городок: Городок откуда ветер дует» 12+



ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

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

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

МАТЧ!
06:00 «Здоровый образ. Борьба» 12+
06:30 «Вид сверху» 12+
07:00, 08:30, 13:05, 15:00, 17:55, 03:55 Новости

НТВ
04:50 Т/с «УГРО» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня

5 ПЯТЫЙ канал
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 06:10, 06:55 Т/с «Группа Zeta 2» 16+

РОССИЯ К
06:30 Лето Господне. Сретение Господне
07:05 «Легенды мирового кино»
07:35, 15:20 Д/ф «Легендарные замки. Верхний Кёнигсбург»
08:30 «Жизнь и судьба»
08:50, 22:10 Д/ф «12 стульев. Главы из романа»

РОССИЯ 24
05:00, 06:30, 07:10, 08:00, 08:50, 10:45, 12:00, 12:45, 14:00, 18:00, 20:00, 22:00, 23:35, 01:00 Новости 16+

КПРУСАВ
05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:30 М/с «Край Бебис. Волшебные слезинки» 0+
07:40 М/с «Морки Дорки» 0+
07:50 М/с «Школьный автобус Гордон» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00, 00:45 «Большая страна» 12+
06:50 «Моя история. Михаил Лавровский» 12+
07:30, 20:00 «Календарь» 12+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 13:00, 14:00, 15:00, 18:00 Новости 16+

ТВЦ
06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И.» 16+
08:40 Т/с «Академия» 12+
10:40 Д/ф «Николай Караченцов. Наш Бельмондо» 16+
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События 16+
11:50, 02:50 Т/с «Анатомия убийства. По прозвищу принц» 12+

РЕН
05:00, 18:00, 02:10 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С добрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+

СТС
06:00, 05:10 «Ералаш» 0+
06:30 М/с «Машины страшилки» 0+
07:00 М/с «Маша и Медведь» 0+
08:00, 18:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «Семейка» 16+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН
06:30, 05:40 «По делам несовершеннолетних» 16+
07:30, 04:30 «Давай разведемся!» 16+
08:30, 02:50 «Тест на отцовство» 16+

МУЗ
05:00, 01:30 МузИтив 16+
05:55 #ЯнаМузТВ 16+
06:40, 08:40, 15:00, 18:00, 23:00 Pro-Новости 16+

ТВ 3
06:00, 05:30 Мультфильмы 0+
07:45 М/с «Леди Баг и Суперкот» 6+
08:15, 16:15 Т/с «Слепая» 16+
09:15 «Хорошие Новости с Василисой Володиной» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00 «Кондитер» 16+
06:10, 01:20, 04:00 «Пятница News» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 19:00 Новости дня 16+

телеканал МИР
05:00, 03:20 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» 12+

ТНТ
07:00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023» 16+
09:00 Т/с «Интерны» 16+
19:00 Т/с «СашаТаня» 16+

МУЗ
05:00, 01:30 МузИтив 16+
05:55 #ЯнаМузТВ 16+
06:40, 08:40, 15:00, 18:00, 23:00 Pro-Новости 16+

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

24 КРЫМ
00:00, 01:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 19:00, 21:00, 23:00 Новости 24 12+

00:15, 03:30, 13:30 Главное 12+
00:45, 09:30, 17:30 Эпоха 12+
01:15, 10:45, 14:15, 17:15, 19:15 Интервью 24 12+

01:30, 16:30 Открытая власть 12+
02:00, 05:30, 12:00, 18:00, 22:00 Время регионов. Новости телеканала «Северный Крым 24» 12+

02:12, 05:42, 12:12, 18:12, 22:12 Время регионов. Новости телеканала «Восточный Крым 24» 12+

04:15, 11:15, 15:15 ПолитОтдел 16+
05:15, 10:30, 14:45, 16:15, 21:45 Сказано на радио 12+

07:00 Утро нового дня 12+
09:15, 21:30, 23:30 Новости 24. Севастополь 12+

10:20, 14:35, 17:45 Экономика 12+
10:15, 14:30, 23:45 Чрезвычайный Крым 16+

ДОМ КИНО
05:45 М/ф «Смешарики. Дежавю» 6+
07:00 М/ф «Три богатыря на дальних берегах» 6+

РОДНОЕ КИНО
00:55 Х/ф «Любовь с привилегиями» 16+
03:55 Х/ф «Поезд вне расписания» 12+

КИНОСВИДАНИЕ
01:40 Х/ф «Страшно красиво» 16+
03:50 Х/ф «Пышка» 16+

Ю
05:35 М/с «Маша и Медведь» 0+
09:00 Т/с «Семейные узы» 16+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+

06:00, 05:45 «Дорожные войны 2.0» 16+
07:40 «Дорожные войны» 16+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ
05:45 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+

PLANETA RTR
06:00 «Утро России»
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+

НТВ МИР
06:40 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:00 Сегодня

Ц TVCI
07:00 «Настроение»
09:50 «Доктор И.» 16+

сарафан
06:20 «Смех с доставкой на дом» 12+

07:20 «В сети» 12+
07:50, 22:50 «Русские не смеются» 16+



ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



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



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



04:50 Т/с «УГРО» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня



05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 06:10, 07:00, 08:05, 09:30, 10:30, 11:25, 12:25, 13:30, 14:00, 15:00, 16:00 Т/с «Спецотряд Штурм» 16+



06:30 «Пешком...» Москва помещичья
07:05 «Легенды мирового кино»
07:30, 15:20 Д/ф «Шеннон: королевская жизнь у реки»



05:00, 06:30, 07:10, 08:00, 08:50, 10:45, 12:00, 13:00, 15:00, 18:00, 22:00, 00:00, 01:00 Новости 16+



05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:30 М/с «Край Бебис. Волшебные слезки» 0+



06:00 «Настроение»
08:20, 11:50 Х/ф «Вопреки очевидному» 12+



05:00 «День Патриарха» 0+
05:10 Х/ф «Новый дом» 0+
06:35 Мультфильмы на Спасе 0+



06:00, 05:10 «Ералаш» 0+
06:30 М/с «Машины страшилки» 0+



06:00, 05:30 Мультфильмы 0+
07:30 М/с «Леди Баг и Суперкоты» 6+



07:45, 09:20 Х/ф «Сильные духом» 12+



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



07:00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023» 16+



05:00, 02:00 Муз'атив 16+
05:50, 11:25 10 самых! 16+



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



00:00, 01:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 19:00, 23:00 Новости 24 12+



00:15 Т/с «Любовь и прочие глупости» 16+



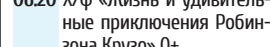
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+



05:35 М/ф «Коты Эрмитажа» 6+
06:50 М/ф «Три богатыря и Шамаханская царица» 12+



00:35 Х/ф «Если можешь, прости» 12+



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



01:15 Х/ф «Тихая гавань» 16+



05:20 М/с «Маша и Медведь» 0+



06:00, 05:45 «Дорожные войны 2.0» 16+



07:00 Х/ф «Последний шанс Харви» 16+



05:45 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+



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



06:25 «Утро. Самое лучшее» 16+



07:00 «Настроение»
09:40, 04:10 «Москва резиновая» 16+



06:25 «Городок: Городок с физическим лицом» 12+



ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

ПЕРВЫЙ канал
06:00 «Доброе утро. Суббота» 0+
09:00 «Умницы и умники» 12+
09:45 «Слово пастыря» 0+

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

МАТЧ!
06:00 Смешанные единоборства. Опе FC 16+

НТВ
04:50 Т/с «УГРО» 16+
06:25 «Жди меня» 12+
07:25 «Мотр» 0+

НТВ
04:50 Т/с «УГРО» 16+
06:25 «Жди меня» 12+
07:25 «Мотр» 0+

5 ПЯТЫЙ канал
05:00, 05:10, 05:50, 06:30, 07:15, 08:10, 09:30, 10:25 Т/с «Условный мент» 3+

РОССИЯ K
06:30 М/ф «Пес в сапогах»
07:00, 07:20, 07:40, 08:00, 08:20, 08:40, 09:00, 09:20, 09:40 Т/с «Порук» 16+

РОССИЯ 24
05:05, 07:05, 18:20 Вести. Дежурная часть 16+

картинки
05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 М/с «Волшебная кухня» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00 Х/ф «Похождения Насреддина» 12+

ТВЦ
06:00 Х/ф «Любовь на выживание» 12+

РЕН
05:00, 02:10 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

СТАС
06:00, 05:10 «Ералаш» 0+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИНЫ
06:30 Х/ф «Нелюбимый мой» 16+

ТВ 3
06:00, 05:45 Мультфильмы 0+
09:30 «Вкусно с Ляйсан» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00 М/с «Тайны Медовой долины» 0+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА
06:20 Х/ф «Волшебная лампа Аладдина» 6+

телеканал МИР
05:00, 06:15, 09:05 Мультфильмы 6+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
05:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+

КРЫМ
06:00, 06:45 Мультфильмы 6+
06:35 «И в шутку, и в серьезе» 6+

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

06:20 Х/ф «Волшебная лампа Аладдина» 6+

00:15 Т/с «Любовь и прочие глупости» 16+

05:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+

ДОМ КИНО
05:30 «Ералаш» 6+

РОДНОЕ КИНО
01:35 Х/ф «Хочу в тюрьму» 12+

КИНОСВИДЕНИЕ
01:15 Х/ф «После полуночи» 16+

Ю
05:40, 04:50 М/с «Маша и Медведь» 0+

ХХХ
07:00 Х/ф «Африканец» 12+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ
06:30 «Доброе утро. Суббота» 0+
09:00 «Умницы и умники» 12+

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

НТВ МИР
06:10 Т/с «Гонимые» 16+

ТВЦИ
07:00 Х/ф «Забывший ангел» 12+

сарафан
06:00, 13:40, 04:50 «б кадров» 12+



ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости
06:10 Подкаст Лаб «Легкие день-ги» 16+



06:10, 01:30 Х/ф «Золотые неба-са» 16+



06:00 Смешанные единоборства. UFC. Александр Волкановски против Илии Топурица 16+



04:50 Т/с «УГРО» 16+
06:30 «Центральное телевидение» 16+



05:00 Т/с «Прокурорская проверка» 16+



06:30 М/ф «Дудочка и кувшинчик», «Возвращение блудного полугая»



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



05:00 «Ранние птицы» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+



06:00 Х/ф «Набережная туманов» 12+



05:55 Х/ф «Разоблачение Единобога» 12+



05:00, 23:55 «Самые шокирующие гипотезы» 16+



05:00 «Новый завет вслух» 0+



06:00, 05:10 «Ералаш» 0+



06:30 Т/с «Невеста» 16+



06:00, 08:30, 05:45 Мультфильмы 0+



05:00 М/с «Тайны Медовой долины» 0+



05:30 Т/с «Краповый берет» 16+



05:00 Д/ф «Яростный стройотряд. Школа миллиардеров» 16+



07:00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023» 16+



05:00, 03:00 Карaoke 16+



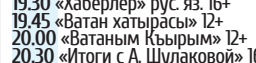
06:00, 06:45 Мультфильмы 6+



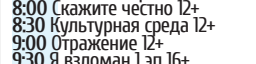
00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+



01:45 Д/ф «Конные забавы» 16+



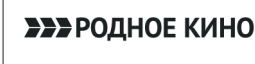
01:30 «Тек арzum Ватан» 12+



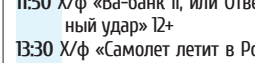
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+



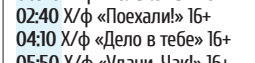
05:35 М/ф «Урфин Джюс возвращается» 6+



00:20 Х/ф «Небеса обетованные» 0+



00:40 Х/ф «Только ты» 16+



05:00, 04:50 М/с «Маша и Медведь» 0+



06:00 «Улетное видео» 16+



07:00 Х/ф «Балтиморская пуля» 16+



09:00 Х/ф «Человек без лица» 16+



05:45, 06:10 Подкаст Лаб «Мелодии моей жизни» 16+



05:45, 01:30 Х/ф «Счастливые маршруты»



06:10 Т/с «Гонимые» 16+



07:00 Х/ф «Репейник» 12+



06:55, 23:10 «Женская лига» 12+







## КРЫМСКАЯ АФИША

## ТЕАТР

## Симферополь

Государственный академический музыкальный театр Республики Крым

«Нежное сердце» 12+

9 февраля, 18:30

«Беда от нежного сердца» – это самый известный водевиль графа Владимира Соллогуба, современника Александра Пушкина. Он написал комедию в 1850 году, в этом же году она была поставлена в Александринском театре в Петербурге и много десятилетий оставалась на сцене. Спектакль рассказывает об интриге со сватовством богатого молодого человека, готового влюбиться в каждую милостивую девушку. В комедии с ярко выраженной любовной линией использованы практически все приёмы водевильной техники: путаница, неожиданные встречи, случайные подслушивания, узнавания, каламбуры. В основе спектакля – извечные, нестареющие темы любви и денег. С кем останется Александр, наследник миллионного состояния? Кого выберет себе в жёны: наивную Машу, авантюрную Катю или бесприданницу Настю? Ведь он сделал предложение всем трём барышням...



Сцена из спектакля «Нежное сердце». Фото: muzteatr.net

«Табачный капитан» 12+

10 февраля, 18:00

События спектакля разворачиваются в Санкт-Петербурге и Амстердаме. Пётр I посылает в Голландию обучаться морскому делу ленивого, глупого, невежественного боярина Антона Свинына. Ведь, по мнению государя, «можно ли державе великой, морями омываемой, без мощного флота быть?» Вместе с дворянином в Европу едет его крепостной холоп Иван, которого

боярыня-матушка много лет назад выменяла на заморское зелье – табачный лист – по весу (на

одну чашу он встал, на другую табак сыпали, пока вес не сравнялся). Кто впитает все знания,

станет офицером по возвращении в Россию и кого царь назначит капитаном?

# СВЕЧИ, ЗВЕРИ, САМОВАР

## Куда сходить и что посмотреть с 9 по 15 февраля

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

## КОНЦЕРТЫ

## Симферополь

«Люблю тебя!» 6+

11 февраля, 15:00, Симферопольский художественный музей

В Крымской государственной филармонии обещают, что концерт поразит своей искренностью и силой. Прозвучат романсы великого русского композитора Сергея Рахманинова. Его сочинения – достойные отечественной классической музыкальной школы.

## Бахчисарайский район

«Космос в музыке» 6+

11 февраля, 17:00, пгт Научный, зал Крымской астрофизической обсерватории

Концерт в сиянии тысяч свечей состоится в зале Крымской астрофизической обсерватории в посёлке Научном Бахчисарайского района.

Для гостей в исполнении солистов Крымского камерного симфонического оркестра «Новая гармония» прозвучит музыка великих классических и культовых композиторов XX века.

## ВЫСТАВКИ

## Ялта

«Из новых поступлений Ливадийского дворца-музея» 6+

Ежедневно, Парадная столовая Ливадийского дворца

Фото Ливадийского дворца-музея



Выставка показывает редкие предметы, пополнившие дворцовую коллекцию за последние пять лет. Среди представленных экспонатов – произведения декоративно-прикладного искусства XIX – начала XX веков. В центре экспозиции – коллекция столовых приборов и предметов сервировки с изысканным набором для мороженого ювелирной фирмы Franz Mosgau, фарфоровый чайный сервиз, украшенный орнаментом в рокайльном стиле. Его основные цвета – королевский синий и розовый помпадур по

## ВСТРЕЧА

## Евпатория

Экологическая познавательная программа «Лесные полянки Виталия Бианки» 6+

9 февраля, 12:30, Центральная детская библиотека им. А. С. Макаренки

В ходе мероприятия дети познакомятся с биографией и творчеством Виталия Бианки. Сотрудники библиотеки расскажут о книге знаменитого писателя-натуралиста «Лесная газета», в которой

типу производства на заводах Попова и Гарднера в Российской империи начала XIX столетия.

Всего за пять лет коллекцию Ливадийского дворца-музея и Музейного фонда Российской Федерации дополнили более 600 предметов, многие из них подарили частные лица и организации.

## Симферополь

«Четыре стихии» 6+

Ежедневно, Крымский этнографический музей

Узнать о давних традициях работы гончаров, увидеть посуду, сделанную по старинным образцам, и полюбоваться художественной керамикой приглашает заслуженный ремесленник Крыма Павел Ермоленко.

На своей выставке «Четыре стихии» мастер представит авторскую керамику разных стилей и направлений. Одной из уникальных работ станет жаровой самовар, сделанный исключительно из глины. Как отметил гончар, подобные создавались в XVII–XVIII веках и сейчас хранятся в музеях Золотого кольца России.

описано всё самое обычное и необычное, что происходит в природе каждый месяц, каждый день. Затем ребята примут активное участие в интерактивной игре «Горячие новости из «Лесной газеты», в литературной викторине «Птичья галерея»: отгадают загадки, определят, какое животное о чём поёт, правильно расскажут жильцов в домики, ответят на занимательные вопросы викторины. В завершение познавательной программы ребята посмотрят мультфильм «Первая охота». Участие бесплатное.



## С ТАВРИДОЙ СВЯЗАННЫЕ СУДЬБЫ

## ПОЛВЕКА КРАСОТЫ

Приятно поражает и хронологический спектр представленных произведений, от ранних картин маслом 1930-х годов до акварелей и рисунков 1990-х, поступивших в фонды музея в разное время. Таким образом, выставка позволяет оценить более чем полувековую эволюцию живописца.

– Басов наиболее тесно связан с Алушкой, где построил в Приморском переулке мастерскую, двери которой были открыты для всех ценителей прекрасного, – напомнили в музее. – Художник создал целую сюиту картин маслом и акварелью, посвящённых Алушке, и теперь есть уникальная возможность видеть её разрушенные со временем здания и утраченные ландшафты. Впоследствии город наградил своего художника: ему первому присвоили звание почётного гражданина Алушки. Кроме крымских пейзажей, кисти Басова принадлежат многочисленные виды Санкт-Петербурга, городов Прибалтики, пейзажи Русского Севера и Сибири. Менее известен, хотя и не менее талантлив он был как мастер натюрморта и портрета.

## «КИСЛОРОДНАЯ ПОДУШКА»

Басов умер ровно за 10 лет до исторического референдума, на котором его земляки-крымчане сделали долгожданный исторический выбор. Ему было девяносто лет – возраст, вполне соразмерный с внушительным масштабом и его таланта, и самой личности. А десять лет назад, когда победивший в Киеве майдан грозил кровавым ураганом обрушиться на воспетый художником полуостров, в родном для Басова Симферополе широко отмечали его столетие. Потому что и сам этот «солнечный художник», как Якова Александровича называли современники, и его творчество – неотъемлемая часть крымской истории. Уже признанным художником он говорил: «Детство впаяло в меня «мой» Крым. Дворики, улочки, яркость людей и глуге голубое небо. Больше ничего не было... Я – крымский художник... Крым во мне, и я сам – Крым...»

Яков Басов был убеждён, что «вышел на цвет».

– Цвет, как мне кажется, истинный, – считал он. – Не тот локальный, каким увлекаются художники, локальный – механический, без жизни, без воздуха. Я вижу цвет в его живой структуре, тёплой, единственно сущий. Он не окрашенный, он – сама природа.

В удушающей атмосфере современного мира, где отнимающий свободное дыхание ковид соседствует с усиливающейся день ото дня угрозой ядерной (равно последней) войны, по особому звучит признание сына художника Александра Басова:

– Для меня в самые тяжёлые моменты жизни просто прикосновение к его работам – как кислородная подушка. Я просто бросался перебирать его работы, смотрел и приходил в себя. Настолько животворяще его творчество!..

«И Я САМ –  
КРЫМ...»

В выставочном конференц-зале Алушкинского музея-заповедника проходит выставка работ народного художника Украины и почётного гражданина Алушки Якова Басова (1914-2004). Экспозиция, которую составили более 80 работ из фондов учреждения, приурочена к 110-й годовщине со дня рождения мастера. Она будет открыта до конца апреля.

## ЦЕНА ВОПРОСА

Судя по предложениям в Интернете, акварель мастера размером 43 × 40 см на сайте предлагают приобрести за 15 тысяч рублей. Вместе с тем выполненные маслом на холсте пейзажи Басова «У Михайловского замка» и «У дома» выставлены на продажу за 210 тысяч и 240 тысяч рублей соответственно.

По словам Александра Яковлевича, всю жизнь отец был окружён друзьями, работал для людей и всем своим творчеством утверждал, что искусство делает человека лучше, благороднее, искреннее, счастливее.

– Он и книгу свою назвал «Творчество – это судьба», – отметил Александр Басов. – Работал непрерывно, страстно, эмоцио-

нально, всецело отдаваясь творческому процессу. Столь же искренне и щедро дарил свои работы. С гордостью могу сказать, что ныне его произведения находятся в более чем сорока музеях России и Украины, в частных коллекциях Японии и Соединённых Штатов Америки.

## НА ВОЙНЕ «НИ МАЗКА»

Яков Александрович Басов родился в Симферополе. Основы художественного образования получил в студии академика батальной живописи Николая Самокиша, затем в 1933-1938 годах – в Ленинградском институте живописи, скульптуры, архитектуры в мастерских Павла Наумова, Дмитрия Кардовского, Василия Шухаева. Позже признавался, что в академии «начал хиреть, как растение, попавшее не в свою почву». С 1935-го участвовал в выставочной деятельности. Завершив учёбу, работал в Ленинграде. Прошёл всю Великую Отечественную войну, за время которой, по собственному признанию, «не сделал ни единого мазка»: считал кощунством в такое время писать красочно. Старший научный сотрудник Алушкинского дворца-музея Надежда Ковалевская рассказывала, что Яков Александрович поведал ей, что окончил Ленинградское во-

енно-инженерное училище имени А. А. Жданова и встретил Победу в звании капитана инженерных войск.

С 1946 года Басов жил и работал в Крыму.

– Наша семья прожила год в Симферополе, – вспоминает сын художника Александр Басов. – Отец побывал в Севастополе, Алушке, Ялте в поисках постоянного пристанища. Выбор пал на Алушку: это был живописный уголок. К тому же моя мама (Людмила Басова, в девичестве Борштейн, вдова поэта Бориса Корнилова. – Ред.) ещё с войны болела туберкулёзом, ей нужен был целебный воздух. Поначалу меняли жильё, а потом обосновались в доме на улице Приморской, в шестидесяти метрах от моря. Там же построили творческий кабинет, где работал мой отец.

Редактор Мара Довлатова, подруга Людмилы Григорьевны, вспоминала, как в 50-х годах прошлого века вместе с писателем Юрием Либединским и его супругой Лидией Борисовной навестила жившую в Алушке подругу.

– Люся была так счастлива приездом родных ей ленинградцев, что разволновалась до слёз, – рассказала Мара Степановна. – Соскочив с постели, в длинном халатике голубого цвета, тонкая, бесплотная, с глазами большими,

## КСТАТИ

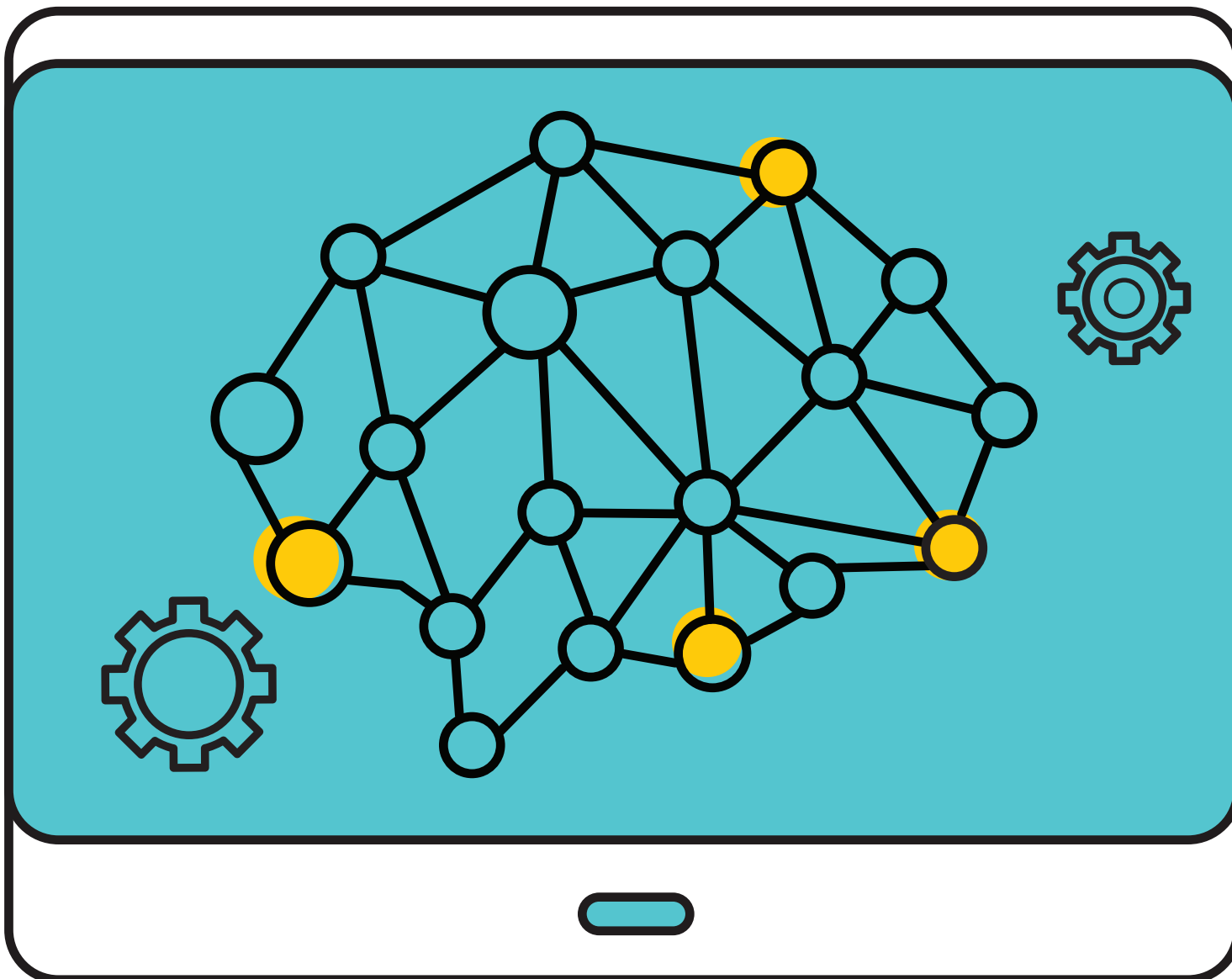
Произведения художника при его жизни экспонировались в 22 странах мира и находятся в собраниях 42 музеев Крыма, России и зарубежья.

как на иконах, она увела нас в мастерскую Басова – показать его картины. Это были хорошие картины. На холстах Басова было столько солнца, море было таким многообразным, таким многокрасочным. Пейзажи Крыма, цветущий миндаль, осенние виноградники, цветы, плоды, а главное, люди... Все картины художника Басова были объединены особым восприятием мира – светлым, радостным, даже нарядным, если можно так выразиться.

Алексей ВАКУЛЕНКО. Фото: Алушкинский дворцово-парковый музей-заповедник.



## ТЕНДЕНЦИИ



# ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

## Как технологии спасают отпуск и урожай в Крыму

Узнать, чем болеет виноградная лоза и как её вылечить, понять, как не попасться на уловки мошенников, составить лучший маршрут по Крыму для незабываемого отпуска можно за несколько дней, изучив горы информации в Интернете. А можно за несколько секунд, используя возможности искусственного интеллекта. «Крымский журнал» узнал у экспертов, есть ли реальные перспективы в этой области и какое применение технология находят в жизни крымчан.

Словарь английского языка Коллинза назвал слово 2023 года, им стало «ИИ», аббревиатура от «искусственный интеллект». Как уточняет издание, суть ИИ – моделирование психических функций человека с помощью компьютерных программ.

– ИИ считается следующей великой технологической революцией, он пережил быстрое развитие, о нём много

говорили в 2023 году, – значит, в заявлении британского издательства словарей.

В Крыму технологиям искусственного интеллекта, ориентированным на развитие и безопасность человека, уделяют большое внимание.

### ЗАБОТА ОБ УРОЖАЕ

В Крымском федеральном университете им. В. И. Вернадского разработана интеллектуальная система контроля состояния развития растений в виноградарстве на основе компьютерного зрения.

– Мы разрабатываем комплекс сервисов, направленных на цифровизацию аграрной области. Для внедрения технологии искусственного интеллекта нам необходима платформа, где человек сможет получить доступ к сервисам с искусственным интеллектом. Мы разработали мобильную платформу «Агротех», которая

поддерживает основные сервисы вроде «Помощника агронома» с доступом к ГИС-системам, метеорологическим станциям и с интеллектуальной системой распознавания. Сейчас платформа проходит тестирование у предприятий-партнёров. С её помощью будет работать сервис, способный прогнозировать, при каких погодных условиях могут возникнуть те или иные заболевания винограда, – рассказала директор Центра искусственного интеллекта и анализа больших данных КФУ им. В. И. Вернадского, доцент кафедры компьютерной инженерии и моделирования Физико-технического института Марина Руденко.

Модель может распознавать болезни винограда (чёрная и серая гниль, милдью, оидиум, бактериальный рак, эска) и вредителей (червец, красный плодовой клещ, виноградный зудень, долгоно-

### ЭТО ИНТЕРЕСНО

#### Топ-10 сервисов с искусственным интеллектом:

- ChatGPT – платформа для тестирования и исследования языковых моделей ИИ, которые могут имитировать человеческий разговор и генерировать тексты на разные темы.

- YandexGPT – аналог ChatGPT от «Яндекса». Эта бесплатная российская нейросеть уже работает в ряде продуктов компании. В голосовом помощнике «Алиса» её можно запустить через навык «Давай придумаем». ИИ умеет отвечать на вопросы, переводить тексты, генерирует идеи, пересказывает и редактирует тексты.

- Kandinsky 2.2 – нейросеть от «Сбера» для генерации изображений на основе текстовых запросов.

- Bard AI – помощник писателя, который использует ИИ для креативного повествования, генерации контента и мозгового штурма. Он может помочь вам написать истории, стихи, песни, речи и другие тексты.

- «Шедеврум» – ещё одна бесплатная российская нейросеть, генератор изображений на базе ИИ от «Яндекса». Работает только в мобильном приложении.

- Bing AI – ИИ поисковой системы, который предоставляет персональные рекомендации, релевантные результаты поиска, изображения, новости и другую информацию, связанную с запросом.

- Visper – генератор видео из текста от «Сбера». Создаёт ролики только с диктором или с диктором и презентацией. Десятки персонажей на выбор, можно сделать аватар со своим лицом.

- Elsa Speak – приложение для изучения английского языка, которое использует ИИ для оценки и улучшения вашего произношения, грамматики и словарного запаса. Оно предлагает персонализированные уроки, игры, тесты и обратную связь.

- Confusion AI – сервис для создания персонажей, которые могут вести диалоги с вами на разные темы. Вы можете выбрать имя, пол, возраст, характер и интересы вашего персонажа, а также задать ему вопросы или рассказать о себе.

- GigaChat – ответ ChatGPT от «Сбера». Особенность – поддержка русского языка лучше, чем у конкурентов.



сик, виноградный точила, листовёртка, скосарь, табачный трипс, золотистая бронзовка, ложнощитовка акациевая, бронзовка мохнатая).

Заказчиками и партнёрами проекта стали такие крупные предприятия, как завод марочных вин «Коктебель», агрофирма «Золотая балка», НИИ виноградарства и виноделия «Магарач» РАН.

– Но самые большие поддержку и ожидания мы видим от небольших хозяйств и фермеров. Они не могут позволить себе специалиста по защите растений, теряют время и урожай, потому что не могут оценить угрозу и получить рекомендации, – подчеркнула Марина Руденко.

Также в университете уже проводят конференцию по ИИ. Она направлена на предоставление возможности учёным и бизнесменам из разных стран поделиться результатами научных исследований в области искусственного интеллекта.

– Центр искусственного интеллекта и анализа больших данных был создан полтора года назад. Мы стараемся реализовывать проекты для экономики и работаем на образование. У нас есть и программы переподготовки «Технологии искусственного интеллекта» для IT-специалистов и неспециалистов. Мы проводим профилизацию, дополнительное обучение студентов по этим направлениям. Это обязательная отрасль, которая должна развиваться, и мы не можем остаться в стороне и не воспользоваться всеми преимуществами ИИ. Сейчас идут обсуждения того, чтобы внести специализацию по искусственному интеллекту в магистерские программы, – отметила Марина Руденко.

Кроме того, учёные занимаются системой поддержки принятия врачебных решений в урологии с использованием технологий компьютерного зрения.

“ ПОЛИЦИЯ КРЫМА ДЛЯ БОРЬБЫ С ДИСТАНЦИОННЫМ МОШЕННИЧЕСТВОМ ЗАВЕЛА БОТ N.A.T.I, С ПОМОЩЬЮ КОТОРОГО РАССКАЗЫВАЕТ О НОВЫХ УЛОВКАХ В СФЕРЕ ЦИФРОВОГО ЖУЛЬНИЧЕСТВА. В РАЗРАБОТКЕ ПРОТОТИПА БОТА БЫЛ ИСПОЛЬЗОВАН ЖЕНСКИЙ ОБРАЗ, ТАК КАК ОН ВЫЗЫВАЕТ БОЛЬШЕ ДОВЕРИЯ У АУДИТОРИИ

#### МОШЕННИКАМ – БОЙ!

Полиция Крыма для борьбы с дистанционным мошенничеством завела бот N.A.T.I, с помощью которого рассказывает о новых уловках в сфере цифрового жульничества. В разработке прототипа бота был использован женский образ, так как он вызывает больше доверия у аудитории, отметили в пресс-службе МВД республики.

Основная функция помощника на основе ИИ – ведение новостного блока о дистанционном мошенничестве. N.A.T.I рассказывает гражданам, как уберечься от действий аферистов.

#### ПЛАН ЗА СЕКУНДУ

– Нейросети не будут делать всю работу за вас, они будут помогать. Один из самых частых вопросов: когда нейросети заменят людей? Хороших специалистов, наверное, никогда не заменят. А ежедневную простую работу на себя возьмут, чтобы у нас было время работать и творить, – объясняет начальник отдела дирекции производства видео медиагруппы «Россия сегодня» Александр Петров, который регулярно использует в работе нейросети и технологии искусственного интеллекта.

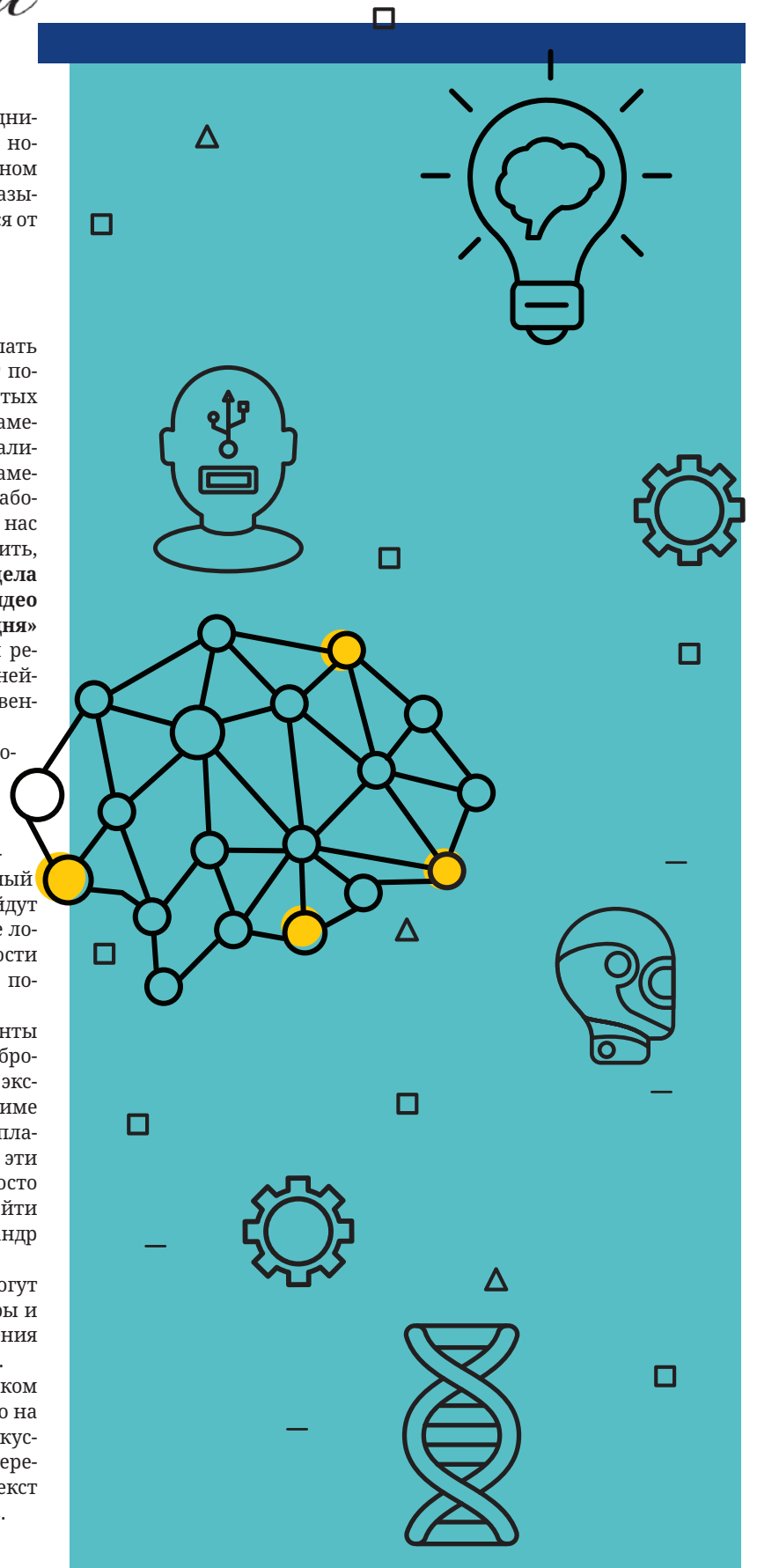
С помощью ИИ можно создавать персонализированные рекомендации. К примеру, по запросу «Как провести семь дней в Крыму?» сервис может написать подробный план путешествия. Туда войдут подборка отелей, интересные локации, достопримечательности и рекомендации, где можно поесть.

– Чат-бот подберёт варианты размещения, предложит забронировать машину, варианты экскурсионных поездок. В режиме общения вы можете быстро спланировать тур. Конечно, все эти данные есть в Интернете, просто с помощью ИИ всё можно найти за секунды, – говорит Александр Петров.

Многие функции ИИ могут взять на вооружение отельеры и рестораторы для продвижения бизнеса на новых площадках.

– Вы ведёте блог на русском языке и хотите расширить его на иностранную аудиторию. Искусственный интеллект может перевести и озвучить любые тексты или видео, – отмечает Петров.

Андрей НОВОХАТЬКО.



Крымский  
ЖУРНАЛ

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

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

12+





## СПАСИБО ЗА КРЫМ!

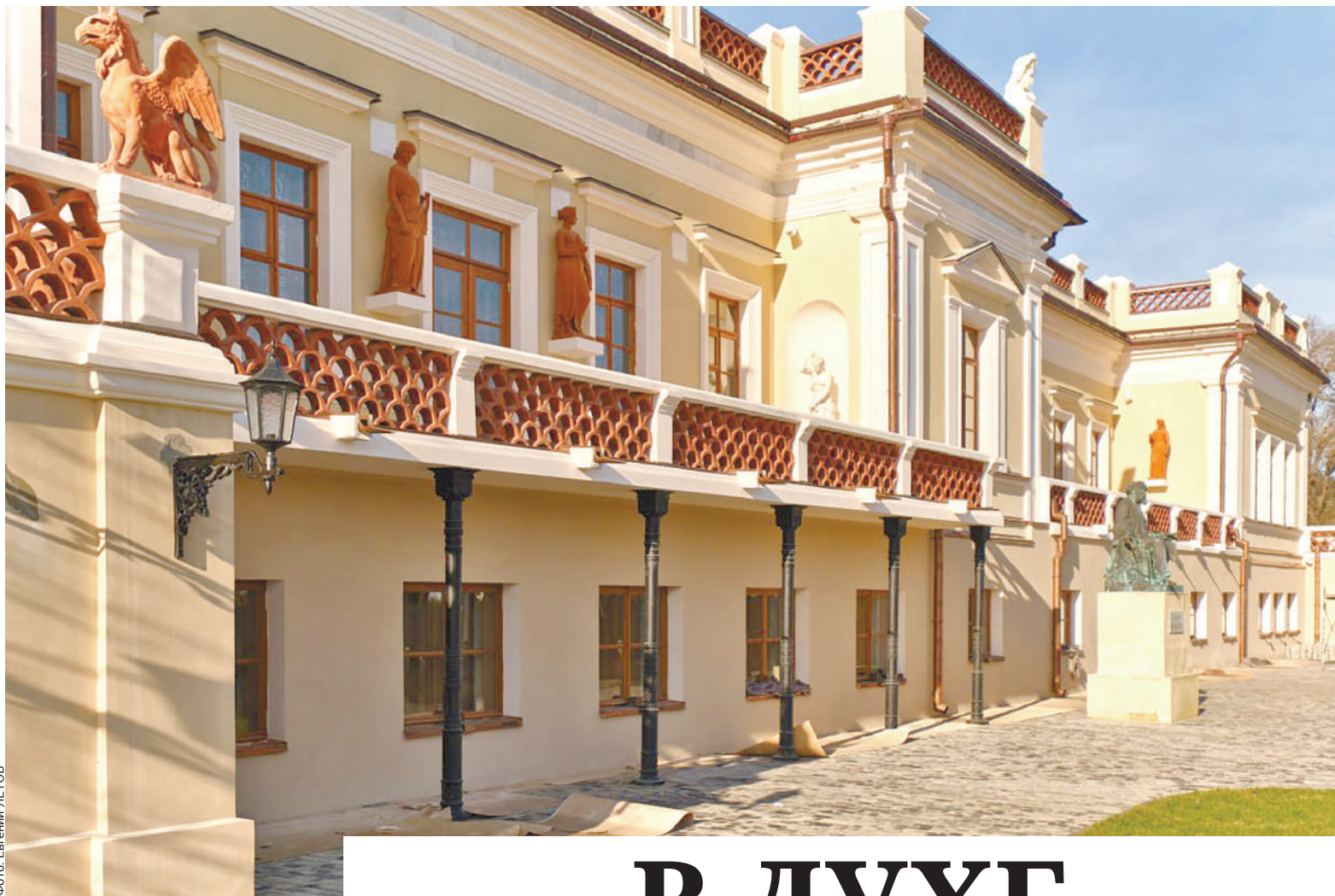


Фото: Евгений ЛЕТОВ

ДОМ, НАПОЛНЕННЫЙ  
СВЕТОМ

Музей выдающегося художника Ивана Айвазовского – визитная карточка Феодосии. Именно там маринист открыл в 1880 году первую частную публичную галерею в России. На данный момент в одном из крупнейших музеев маринистической живописи в мире хранится более 13 тысяч экспонатов, связанных с жизнью Айвазовского и его работой. Именно там находится и самая большая коллекция художника, состоящая из 417 картин. Наиболее известные из них – «Севастопольский рейд», «Корабль «Мария» на Северном море», «Георгиевский монастырь». Некоторые из полотен мастера весят около 300 кг, а самая большая картина «От штглия к урагану» имеет размер 212 × 708 см.

В 2021 году в галерее началась масштабная реконструкция. Сумма вложений в достопримечательность составила более 580 млн рублей. Основной акцент сделали на восстановлении главного выставочного зала, который был аварийным и не принимал ценителей искусства с 2007 года.

Главное выставочное пространство стало более светлым. В зале восстановили стеклянную крышу. Благодаря естественному освещению все художественные произведения Айвазовского теперь вос-

# В ДУХЕ РОМАНТИЗМА

Феодосия основана более 2 530 лет назад греческими купцами, но до сих пор сохранила аутентичные черты и продолжает радовать достопримечательностями. «Крымская газета» прогулялась по приморскому городу, который когда-то входил в состав Боспорского царства, и посмотрела, как он изменился за последнее время.

принимаются, как и задумывал маринист, в соответствии с временем суток и года. Весь секрет в так называемом зенитном фонаре. Он был оборудован ещё в те времена на потолке так, чтобы прямые солнечные лучи не касались картин, а ложились мягко.

Кроме этого, во время капремонта восстановили все характерные фрагменты дома Айвазовских. Обновили деревянный балкон, который соединял мастерскую с выставочным залом, мраморные и керамические скульптуры, воссоздали сцену, оживили орнамент на стенах и герб семьи Айвазовских.

В начале марта обновлённая галерея примет первых посетителей.

## СЕМЕЙНАЯ ИСТОРИЯ

Дача табачного фабриканта Иосифа Стамболи, которую он в

1914 году построил в качестве подарка для супруги Рахили Бобович, сейчас приобретает прежний вид. Её восстанавливают под музей.

Когда-то в шикарном здании, построенном в стиле модерн, размещались штаб Всероссийской чрезвычайной комиссии, санаторий для пролетариата, военный госпиталь, клиника доктора Довженко. Было задействовано оно и в коммерческих целях: дельцы «переодевали» его под банки, рестораны и даже гостиницу. В 2013 году особняк стал доступным для посещения в рамках культурной программы – там открыли Музей подводной археологии. Теперь местные власти восстанавливают историческую справедливость и воссоздают уютное гнездышко семьи Стамболи.

К работам приступили в 2016 году. Уже на начальном этапе стало понятно, что задача по ре-

конструкции особняка общей площадью 1,5 тысячи квадратных метров предстоит непростая. В здании сгнили основные деревянные конструкции, пришли в негодность балки перекрытия, стропила крыши и кирпичная кладка на башнях, в ужасном состоянии находится и винтовая чугунная лестница. От внутреннего дизайнерского стиля Стамболи почти ничего не осталось.

Ремонт особняка, который был в своё время построен за миллион золотых рублей, осуществляется в рамках федеральной целевой программы социально-экономического развития Крыма. Уже привели в порядок фасад, заменили кровлю и завершают внутренние отделочные работы. По финансированию пытаются уложиться в сумму около 123 млн рублей. В планах передача объекта Феодосийскому музею древностей.

“БЛАГОДАРЯ ЕСТЕСТВЕННОМУ ОСВЕЩЕНИЮ ВСЕ ХУДОЖЕСТВЕННЫЕ ПРОИЗВЕДЕНИЯ АЙВАЗОВСКОГО ТЕПЕРЬ ВОСПРИНИМАЮТСЯ, КАК И ЗАДУМЫВАЛ МАРИНИСТ, В СООТВЕТСТВИИ С ВРЕМЕНЕМ СУТОК И ГОДА. ВСЁ СЕКРЕТ В ТАК НАЗЫВАЕМОМ ЗЕНИТНОМ ФОНАРЕ

## ПАРК НА ПУСТЫРЕ

Достойным внимания местом отдыха в Феодосии является парк у моря. Его в далёком 1959 году закладывали комсомольцы, местные моряки и военнослужащие танковой части. Акция по озеленению тогда проходила на пустыре, но со временем зелёная зона достигла шести гектаров. На территории парка высажено более двух тысяч деревьев и кустарников, в том числе ливанские кедровые.

Реконструкция полностью преобразила территорию. Зона отдыха получила яркую «вывеску», для этого были установлены объёмные световые буквы – «Комсомольский парк». Территорию условно разделили на несколько тематических частей: художественную, патристическую, историческую и детскую. Была полностью заменена система освещения, приведена в порядок центральная аллея, которая теперь поливается автоматически. Для детей установили игровой комплекс. На эти работы из республиканской казны выделили 35 млн рублей.

Кроме этого, в парке установили сцену с амфитеатром, беседки и скамейки, деревянные перголы и арки, дорожки выложили плиткой. В зелёной зоне появились площадка для дрессировки собак, стационарные туалеты и тренажёрный комплекс. Навели порядок и у мемориалов, установленных в память о защитниках Родины.

Надежда ЛЮБИМОВА.

КРЫМСКАЯ  
ГАЗЕТА

## ИНФОРМАЦИЯ СТАЛА ЕЩЁ ДОСТУПНЕЕ!

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



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



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





## НАУКА ДЛЯ ВСЕХ

## МАШИНА ВРЕМЕНИ

– Почему решили связать свою жизнь именно с археологией?

– Вообще, с детства хотела стать историком. В археологию влюбилась уже на старших курсах, когда стала ездить на раскопки. Меня захватило это удивительное ощущение открытия, когда приходишь на совершенно пустое место и после тяжёлой, кропотливой работы вдруг переносишься на несколько столетий назад. Такая вот машина времени. Кроме того, работа археолога сродни труду криминалиста, только мы расследуем события давно минувших дней. Так и получилось, что этой наукой занимаюсь вот уже более 30 лет.

– Что, на ваш взгляд, отличает археологию от других наук?

– Археология – самая техническая из всех гуманитарных наук. Современный археолог должен владеть навыками геодезии, разбираться в антропологии, геологии, почвоведении. Изучая руины, мы должны понимать технологии строительства, основы архитектуры. Археология невозможна без естественно-научных методов исследования. Сегодня мы работаем в тесном сотрудничестве со специалистами НИЦ «Курчатовский институт», и благодаря нашим совместным исследованиям удалось установить, например, что в Крыму, в средневековом пещерном городе на плато Эски-Кермен использовалось оконное стекло, изготовленное в X–XI веках на территории Малой Азии.

## ОТ АМУЛЕТОВ ДО ХРАМА

– В каких местах Крыма удалось найти наибольшее количество артефактов за сезон?

– Считаю Крым настоящим Клондайком для археологов. Могу сказать, что российская археология возникла именно здесь. На полуострове находятся и два древнейших античных центра: Босфор и Херсонес. Находки из них известны на весь мир. Это руины зданий, строительная керамика, надписи, многочисленные предметы быта, по которым археолог восстанавливает повседневную жизнь людей, населявших эту территорию много веков назад.

В прошлом сезоне на плато Эски-Кермен Бахчисарайского района нам удалось полностью раскопать уникальный христианский храм. Он располагался в узкой части плато, около северного входа в город – здание прикрывало этот вход. В представлении жителей святой, чьи мощи в нём хранились, должен был защищать поселение от врагов и всяких бед. Над входом в храм располагался портал с высеченными крестами. Сохранился и алтарь, состоящий из плиты и подпиравшего её гранёного столба с высеченными крестами. На алтарном столбе вырублены углубления для мощей и реликвий, которые, к сожалению, не сохранились, поэтому мы не можем определить, кому был посвящён храм. Нами обнаружены и обломки черепицы с метками в виде креста, что является редкой находкой. В Средние

века мастера, изготавливавшие черепицу, часто помечали её буквами или различными знаками и изображениями. Крест на черепице мы находим впервые. Возможно, таким образом мастер помечал партию черепицы, предназначенной исключительно для храма.

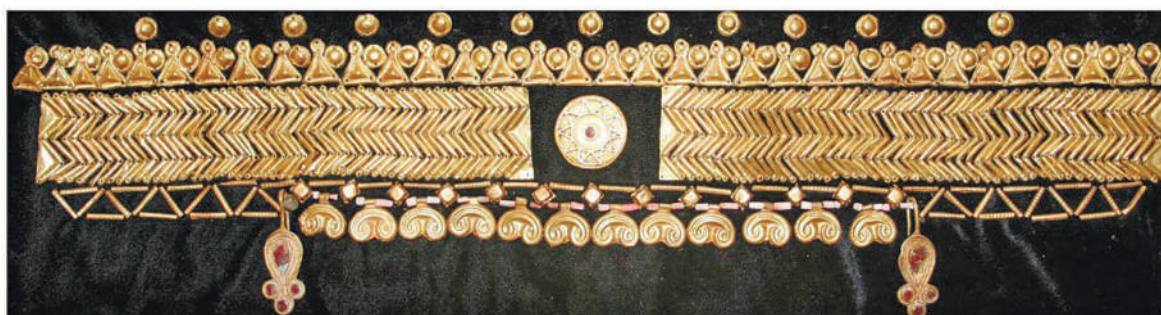
– Какая черта характера необходима археологу?

– Терпение! Зачастую, чтобы определить и интерпретировать ту или иную находку, приходится изучить большое количество источников. Так было с перстнем с изображением Хнубиса, обнаруженным в одном из женских захоронений первой четверти VII века. Древние астрологи считали, что это существо с телом змеи и головой льва отвечало за здоровье пищеварительной системы, поэтому перстень можно отнести к группе медицинских магических амулетов. Интересно, что в погребении он располагался не



# ПЕРЕМЫЛИ КОСТОЧКИ

Как лечили болезни желудка средневековые жители Крыма, что общего у археологии и криминалистики и какую уникальную находку сделали учёные недалеко от Лучистого? Об этом и не только нам рассказала заместитель директора Института археологии Крыма РАН Эльзара Хайрединова.



Диадема первой половины V века была найдена в могильнике у села Лучистого.

ОСОБО ХИЩНИЧЕСКИ УНИЧОЖАЮТСЯ ПАМЯТНИКИ, КОГДА ЛЮБИТЕЛИ АКТИВНОГО ОТДЫХА «РАССЕКАЮТ» НА КВАДРОЦИКЛАХ ПО ДРЕВНЕЙ ДОРОГЕ, КОТОРАЯ ПРОХОДИТ ВДОЛЬ ПЛАТО ЭСКИ-КЕРМЕН»

на руке владелицы, а в области живота, на бусах. Женщина носила его в составе ожерелья таким образом, чтобы он находился на уровне желудка – именно так предписывали делать древние врачи. Артефакты подобного рода позволяют говорить о долгом существовании и широком распространении зародившихся в Египте ещё в Античности предстательства. Это также расширяет наши знания о верованиях жителей раннесредневекового Крыма и связях региона с провинциями Византии.

## ВСЕМУ СВОЁ МЕСТО

– А какой находкой вы больше всего гордитесь?

– Мне удалось реконструировать редкую диадему (это налобная повязка, на органическую основу которой в определённом порядке нашивались вытисненные из золотой фольги бляшки). Она была найдена недалеко от села Лучистого. Сейчас украшение является одним из интереснейших экспонатов золотой кладовой Центрального музея Тав-

риды. Для меня это настоящая ценность и гордость.

– Какие археологические памятники Крыма нуждаются в особой защите?

– Прежде всего это все крымские пещерные города: Эски-Кермен, Чуфут-Кале, Бакла, Качи-Каньон, Кыз-Кермен, Мангуп-Кале, Тепе-Кермен. Многие из них мало исследованы, кроме того, разгуливая в таких местах, люди часто ищут своего рода «места силы». Особо хищнически уничтожаются памятники, когда любители активного отдыха «рассекают» на квадроциклах по древней дороге, которая проходит вдоль плато Эски-Кермен.

## ТАКАЯ РАЗНАЯ НАУКА

– Есть ли у археологов приметы?

– Традиционно с началом нового полевого сезона в первые

«АРХЕОЛОГИЯ КАК НАУКА ВОЗНИКЛА, ЧТОБЫ ПОНЯТЬ ПРОШЛОЕ, В БУДУЩЕМ ОНА БУДЕТ ИНОЙ. ИСТОРИЯ, НА МОЙ ВЗГЛЯД, БУДЕТ ИЗУЧАТЬСЯ ДРУГИМИ СПОСОБАМИ»

дни экспедиции не принято желать хорошей погоды.

– Как думаете, что будут говорить археологи будущего, раскопывая нашу цивилизацию?

– Считаю, что про нас оставлено достаточно письменных и визуальных источников. Археология как наука возникла, чтобы понять прошлое, в будущем она будет иной. История, на мой взгляд, будет изучаться другими способами.

– Какие советы начинающему археологу вы бы могли дать?

– Не стоит ожидать, что, один раз воткнув в раскоп лопату, сразу же что-то обнаружишь.

– Быть археологом – это...  
– Одновременно большой труд и радость познания.

Беседовала Анастасия ЧЕБАНОВА.  
Фото из личного архива Эльзарты ХАЙРЕДИНОВОЙ.

На правах рекламы



«ООО «Типография «Мандарин», ИНН 9109006631, оказывает услуги по изготовлению печатных материалов для проведения предвыборной агитации на выборах.»



## ТЕРРИТОРИЯ ПРОФИ



## ЦЕНА ПРЕОБРАЖЕНИЯ

– Вы помогаете разбирать гардеробы и сопровождаете на шопинге. Насколько востребованны такие услуги среди крымчан? Кто ваши клиенты?

– Я переехала в Крым из Санкт-Петербурга более трёх лет назад. За эти годы интерес к услугам персонального стилиста заметно вырос. В этом заслуга «сарафанного радио» и изменения сознания: люди понимают, что с помощью стилиста могут значительно упростить себе жизнь в вопросах моды и стиля. Обращаются клиенты разных профессий: юристы, психологи, предприниматели, бизнесмены... Есть среди них и молодые мамы. Это те люди, которые почувствовали, что настало время для перемен в стиле, и пришли к осознанию, что внешний вид – неотъемлемая часть имиджа. Они ценят своё время и готовы делегировать выбор гардероба специалисту, который в этом силён.

– А как строится ценообразование на вашу работу? Сколько может зарабатывать стилист?

– Гонорары столичных специалистов могут достигать 70-100 тысяч рублей. В Крыму ценник скромнее: услуга разбора гардероба стоит 12 тысяч рублей, а шопинг-сопровождение – 15 тысяч.

Заработок зависит от количества клиентов, опыта и объёма работы. Например, на разбор гардероба отводится 4-5 часов, 2-3 дня уходит на разработку индивидуального файла клиента (составление программы). Столько же дней я провожу в поисках подходящих комплектов, чтобы клиенту не приходилось бесцельно блуждать по магазинам.

# БЫТЬ СОВОЙ, НО ЛУЧШЕ

Стильный актуальный образ – это плюс 200 очков к первому впечатлению, как уверяет наша героиня, персональный стилист Анна Плюта.

– Какой процент получает стилист с продаж на сопроводительном шопинге при сотрудничестве с магазинами?

– В больших сетях проценты с продаж стилистам не удастся получить. Но в некоторых магазинах предусмотрены накопительные бонусные системы, если стилист часто совершает покупки для клиентов. Такая скидка может быть существенной и, как правило, является хорошим бонусом для самого клиента. Есть маленькие магазины, владельцем которых я знаю лично и где часто бываю, в них возможна скидка 7%.

## ЭТОТ ТРЕНД С НАМИ НАДОЛГО

– Расскажите о трендах 2024 года.

– Развивается тренд на женственность: переходим от маскулинных вещей «оверсайз» к феминным. Это проявляется в приталенных силуэтах, разрезах, во всём, что подчёркивает женственность. Прозрачные детали и фактура (кожа, пушистые и мягкие ткани, трикотаж) заняли особое место на модном олимпе. Меняются и наши силуэты. И надо отметить, этот глобальный тренд с нами надолго.

– Какая локальная мода на полуострове? Есть ли признаки в образах, по которым легко отличить крымчан?

– Безусловно, южный менталитет отличается от северного, что отражается на местной моде. Я бы охарактеризовала крымские образы как более яркие. Наблюдается любовь к цвету, принтам, женственным и прилегающим силуэтам.

– Есть ли у стилистов профессиональная деформация? Бывает ли такое, что, познакомившись с новым человеком, вы мысленно меняете его образ?

– Конечно! Я всегда отмечаю, что можно улучшить, дополнить и как добиться того, чтобы стиль органично подчеркнул личность.

“ПРОЗРАЧНЫЕ ДЕТАЛИ И ФАКТУРА (КОЖА, ПУШИСТЫЕ И МЯГКИЕ ТКАНИ, ТРИКОТАЖ) ЗАНЯЛИ ОСОБОЕ МЕСТО НА МОДНОМ ОЛИМПЕ. МЕНЯЮТСЯ И НАШИ СИЛУЭТЫ. И НАДО ОТМЕТИТЬ, ЭТОТ ГЛОБАЛЬНЫЙ ТРЕНД С НАМИ НАДОЛГО»

Но стараюсь отключать критическую оценку в быту. Одежда и внешний вид – достаточно тонкая и интимная часть нашей жизни, поэтому не лезу с непрошеными советами и не предлагаю человеку переодеться. Впрочем, в любой области должно быть чувство профессионального такта.

– Знакомые часто обращаются с просьбами посмотреть их фото из примерочных?

– Конечно, часто отправляют такие фотографии. И я с удовольствием откликаюсь на эти просьбы.

## У ВАС ЕСТЬ НЕСКОЛЬКО СЕКУНД...

– Говорят, что встречают по одежке. На что вы в первую очередь как стилист обращаете внимание?

– Мне нравится высказывание Коко Шанель: «У вас есть всего несколько секунд для того, чтобы произвести первое впечатление». Одежда – это визуальный язык, на котором мы разговариваем с окружающими. Она должна гармонично дополнять характер. Поэтому в таком контексте одежда существует для человека, а не человек для одежды. Мы живём в

социуме и считываем людей, стиль которых в нас откликается, поэтому вполне естественно определять по образу, насколько человек «свой». Как стилист я с удовольствием рассматриваю людей, которые нашли свой стиль, отмечаю актуальность комплекта, посадку, обращаю внимание, насколько человек хорошо чувствует себя в одежде и в подобранных аксессуарах.

– Расскажите о стереотипах, связанных с вашей профессией.

– Многие думают, что стилист одевает клиента по своему подобию. На самом деле профессионал должен хорошо разбираться в разных стилях и направлениях и отталкиваться от личности, темперамента, характера, образа жизни.

– Случалось ли, что смена стиля способствовала переменам в жизни клиента?

– Конечно! Уверенность в своей привлекательности способствует успеху во всех областях – от продвижения по карьерной лестнице до перемен в личной жизни. У женщины загораются глаза, и противоположный пол это чувствует.

## СТИЛЬ – ЭТО ИНТЕЛЛЕКТ

– Чувство стиля – это врождённое или приобретённое качество?

– Врождённый вкус имеет место. Но ещё очень важна «насмотренность» – важно, что мы наблюдаем с детства, в какой среде растём, как одевались наши родители, какие места посещали. Можно сказать, что стиль – это интеллект. Человек развивается, следит за современной повесткой, ему нравится время, в котором он живёт, и вместе с тем тренируется его вкус.

– Какие клиенты самые сложные?

– Каждый случай по-своему сложный. Зачастую клиент приходит в состоянии растерянности, неуверенности в себе. Поэтому первая встреча, на которой мы знакомимся, бесплатная. Бывает, несколько часов ходим по магазинам и ни к чему не приходим. В этом случае делаем паузу и возвращаемся к честному разговору. Тогда выявляются банальные причины неудачи: плохое настроение, конфликты с близкими, нежелание принимать себя в новом весе (не нравится, как сидит одежда на новых формах).

– И как с помощью одежды скорректировать недостатки фигуры, например, лишний вес?

– Универсальный коррекционный принцип – посадка. Одежда ни в коем случае не должна обтягивать, особенно проблемные зоны. При этом не стоит скрывать формы под «оверсайзом». Лучший вариант – аккуратный полуприлегающий силуэт.

Диана МАСЛОВА. Фото из личного архива героини публикации.

Горячая линия Министерства здравоохранения Республики Крым по вопросам профилактики новой коронавирусной инфекции:  
с моб.: 8 (800) 733-33-12,  
со стац.: 0 (800) 733-33-12  
(с 08:00 до 20:00 в рабочие дни).

## ВАКЦИНАЦИЯ –

единственный способ  
победить коронавирус



Будьте  
здоровы!  
Берегите  
друг друга!

КРЫМСКАЯ  
ГАЗЕТА



## ЖКХ МЕНЯЕТСЯ

## ЖДЁМ БОНУСА

– В соответствии с региональной программой (капремонта МКД до 2050 года. – Ред.) всего плановой замене подлежат 3 452 единицы лифтового оборудования, из которых 1 410 уже заменено. До конца года планируем произвести замену ещё 449 лифтов, срок эксплуатации которых – 25 лет – подходит к завершению. Общая сумма затраченных средств составит около 1,4 млрд рублей, – говорит **первый заместитель гендиректора НО «Региональный фонд капремонта МКД РК» Аламдар Амирасланов.**

В фонде надеются, что правительству удастся изыскать средства на замену ещё 102 лифтов, не вошедших в годовой план.

## КАК «СМЕНИТЬ ПЛАСТИНКУ»?

Многие новые лифты имеют «музыкальную начинку». На свой этаж вы поднимаетесь с определённым музыкальным сопровождением и, соответственно, настроением. Были случаи, когда люди жаловались на траурные мелодии, которые сопровождали их после рабочего дня. Есть ли возможность по просьбам жителей «сменить пластинку»?

**Представитель подрядной организации ООО «Стройплюс» Дмитрий Барцишок** рассказал «Крымской газете»:

– После сдачи лифта в эксплуатацию он передаётся обслуживающей организации, с которой заключает договор управляющая компания. Они подключают к своей диспетчерской, откуда могут менять музыку, это не проблема. В диспетчерском комплексе «Обь» 7.2 стоит стандартная классическая музыка: Чайковский, Шопен и т. д. Выставляется время, допустим, с 19:00 до 7:00, когда она приглушается и её практически не слышно, а днём громкость увеличивается. То есть всё можно настроить, можно вообще музыку отключить.

## ГОСТ НЕ ПРОСТ

А теперь о серьёзном: напомним, что постановлением Совмина РК установлена предельная стоимость на каждый вид работ по капремонту МКД. Например, замена грузового лифта в девятиэтажном доме не должна стоить больше 3,4 млн рублей, пассажирского – 3,2 млн рублей. Отметим, что два года назад этот норматив был ещё меньше.

Дмитрий Барцишок говорит:

– На нас не только замена лифтового оборудования. В машинных помещениях, где находятся двигатель и шкафы со станциями управления, все двери и люки в соответствии с требованием ГОСТ меняем на огнестойкие. Меняем также двери и люки для подъёма



# ЗЕРКАЛА И КАМЕРЫ

## В крымских многоэтажках заменят ещё 449 лифтов

До 15 февраля следующего года должны быть заменены все лифты старше 25 лет.

“ ПОСЛЕ СДАЧИ ЛИФТА В ЭКСПЛУАТАЦИЮ ОН ПЕРЕДАЁТСЯ ОБСЛУЖИВАЮЩЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ, С КОТОРОЙ ЗАКЛЮЧАЕТ ДОГОВОР УПРАВЛЯЮЩАЯ КОМПАНИЯ

оборудования. При этом в машинном помещении (на крыше) вместо старых, чуть ли не советских стеклоблоков устанавливаем окна. В полу прокладываем кабели. Проводим замену силового кабеля: по ГОСТ он должен быть медный, а часто стоят алюминиевые. Плюс делаем косметический ре-

монт помещения. И если мы говорим, что на лифт необходимо тратить до 3,2 млн, то по факту, если смотреть по сметной стоимости работ, которые мы обязаны делать, выходит около 4 млн рублей. Но мы подписываем контракт, за собственные средства оплачиваем эти работы, потому что по ГОСТ они должны быть выполнены.

## ДОЛГ ПЛАТЕЖОМ КРАСЕН?

Многие жильцы МКД обращаются в региональный Фонд капремонта с надеждой ускорить начало работ. Но прежде чем требовать ускорить замену лифта или кровли, следует задуматься о том, что годовая собираемость взносов на капремонт в Крыму держится примерно на уровне 80%. По данным фонда, из почти 5 млрд рублей, которые были затрачены на работы по капремонту, только 1,4

млрд рублей – это взносы собственников жилья.

Аламдар Амирасланов отмечает:

– Надо разбудить наше общество, ведь процент непривлечённых денежных средств на сегодняшний день – это люди, которые не перерегистрировали украинские документы в российском законодательном поле. С ними осложняется ведение судебно-претензионной работы, потому что фактических данных о собственниках нет в органах государственной власти. Поэтому, когда на наших встречах с собственниками МКД некоторые граждане пытаются нас обвинить в том, что у них течёт крыша или что-то поломано, мы говорим: «Проводите работу в своём МКД, работайте с должниками».

Мила ШИПШИНОВИЧ.  
Фото Галы АМАРАНДО.

## КОМПЕТЕНТНО

Первый заместитель гендиректора НО «Региональный фонд капремонта МКД РК» Аламдар Амирасланов: – В тендерной программе участвуют одни из крупнейших заводов-производителей лифтового оборудования: белорусский «Могилёвлифтмаш» и московский «Щербинский лифтостроительный завод». Мы предъявляем требования по кабинам: они должны иметь зеркала, поручни, хорошее светодиодное освещение, также используем противовандальные алюминиевые полы и просим в соответствии с условиями контракта устанавливать в кабинах видеокamеры и аэраторы воздуха.

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.



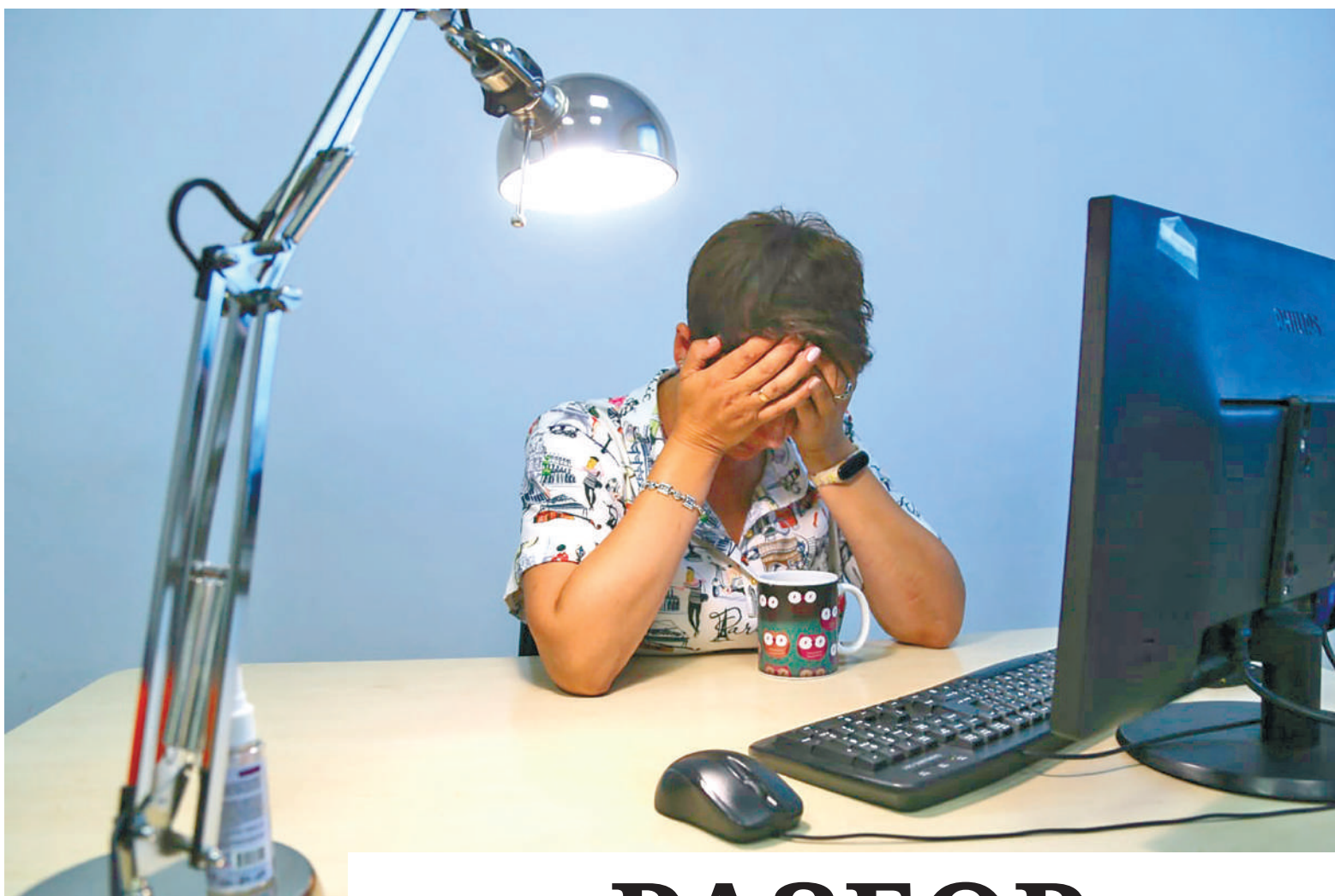
старше 40 лет и др. категории граждан – ежегодно,

в т. ч. работающие пенсионеры и работающие граждане за 5 и менее лет до наступления пенсионного возраста.

ЗАБОТЬСЯ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ ВОВРЕМЯ



## РЕЖИМ ДНЯ



## ВСЯКАЯ «ПТИЦА» ХОРОША

Одни спокойно встают по утрам бодрые и полные сил, другие не могут и глаза открыть без чашки кофе или крепкого чая. Есть теория, что это работа хронотипов, которые регулируют нашу активность в течение дня и определяют образ жизни. В организме любого животного в течение дня сотни белков взаимодействуют друг с другом в рамках 24-часового цикла. Они не только контролируют, когда мы засыпаем и просыпаемся, но и влияют на аппетит и обмен веществ.

Разделение людей на «сов», «голубей» и «жаворонков» перестало считаться мифом после признания официальной наукой: в 2017 году группа учёных получила Нобелевскую премию в области медицины за обоснование хронотипов. По их мнению, мы живём в соответствии с работой своих биологических часов – циркадных ритмов. Они есть у всех живых существ на планете, даже у бактерий. Необходимы для того, чтобы клетки организма участвовали в определённых процессах в нужное время суток.

Профессор кафедры медицинской реабилитации, спортивной медицины и адаптивной физической культуры Медицинской академии имени С. И. Георгиевского Юрий Бобрин разделяет это мнение и относит себя к «совам», наблюдая, что его продуктивность повышается вечером.

– Наука, исследующая хронотипы, называется хронобиологией. Её ответвление – хрономедицина, которая как раз изучает влияние биоритмов на жизнь человека и наоборот. Хронотип закладывается на генетическом уровне, поэтому стать «совой» из-за неправильного образа жизни нам невозможно, – считает профессор. – С точки зрения медицины, здоровее будут «голуби», которые могут подстраиваться под

# РАЗБОР ПОЛЁТОВ

Пока ведутся споры, существуют ли «совы» и «жаворонки», мы выяснили, как начать использовать биоритмы в своих целях.

любой режим работы и отдыха, в зависимости от обстоятельств. Если «совы» установят режим дня в соответствии со своим хронотипом, но будут спать достаточное количество времени (восемь часов в сутки), их здоровье не окажется под ударом. Если не соблюдать этих правил, развивается десинхронизация – рассогласование работы внутренних часов.

А вот группа учёных из университетов Теннесси и Пенсильвании заявила, что разделение на «сов» и «жаворонков» имеет глубокие исторические корни. Оно отражает разницу между метаболизмом неандертальцев, денисовцев и современных людей. Чтобы изучить циркадные ритмы неандертальцев и денисовцев, учёные исследовали 246 генов, контролирующих биологические часы, и сравнили их с генами современных людей. Было найдено более тысячи мутаций, уникальных только для одного из трёх подвидов человека. Пришли к заключению: «жаворонки» – это потомки неандертальцев и денисовцев, а «совы» – нет.

## ТРУДНО БЫТЬ «СОВОЙ»

Если «сову» заставить вставать рано, в её поведении могут наблюдаться раздражительность, резкие перепады настроения и склонность к депрессии. Заявление начальнику о том, что у нас гены «совы», поэтому рано приходиться больше не намерены, вряд ли поможет изменить гра-

фик работы. Но мы можем позаботиться о здоровье. Для этого важно ложиться в одно и то же время, даже если оно позднее, проветривать перед сном комнату, не есть за четыре часа до сна и избегать физических нагрузок вечером. Для нормализации сна используют саше с лавандой у изголовья и убирают искусственное освещение вечером, в том числе экраны с синей подсветкой, бодрящей организм.

Недавно в России провели исследование, которое показало, что 41% жителей нашей страны – «совы», 25% скорее относят себя к «жаворонкам» (соблюдают соответствующий режим, стараются лечь спать пораньше и рано встают). 34% респондентов заявили, что режим их сна и бодрствования больше зависит от сезона. Среди представительниц прекрасного пола «сов» оказалось больше (44% женщин против 37% мужчин).

## А ВЫ НА ЧЬЕЙ СТОРОНЕ?

Среди «сов» чаще встречаются гуманитарии и творческие люди. У «жаворонков» же преобладают аналитики, расположенные к расчётам и точным наукам. Зато «голуби» наиболее устойчивы к динамичному темпу жизни, они быстро и легко адаптируются к смене суточного ритма.

Но не всё так однозначно. Психологи Ричард Робертс из Сиднейского университета и Патрик Киллонен из Исследовательской

## «ПТИЧИЙ» ГРАФИК

- «Жаворонки» – люди, имеющие сдвинутый вперёд циркадный ритм. Они предпочитают ложиться с наступлением темноты, вставая при этом с первыми лучами солнца. Если вам нужно, чтобы жаворонок принял важное решение, обратитесь к нему в утренние часы.

- «Голуби» – люди дневного склада. Встают позже «жаворонков», а ложатся раньше «сов», при этом сохраняют нормальный уровень физической активности на протяжении всего дня.

- У «сов» наблюдается систематическое отставание фазы отдыха. В тёмное время суток они не могут заснуть и находятся в состоянии повышенной физической активности. Как правило, они ложатся спать после 2-3 часов ночи, поэтому ожидать от них раннего пробуждения не стоит. Активность начинается ближе к послеобеденному времени. Наиболее работоспособны в районе 15 часов, а также ближе к 21 часу.

Вы ошибаетесь, если думаете, что этими «птицами» список ограничивается. «Орлы» утром непродуктивны, энергичны днём, а вечером чувствуют усталость. «Цапли» не прочь отдохнуть в течение дня. А «утки» чуть менее энергичны, чем «голуби».

лаборатории ВВС изучили мозг «сов» и «жаворонков». Участниками опыта стали 420 человек. Им дали два теста на интеллект, одновременно с которыми проверяли профессиональные навыки, скорость обработки информации, память. Так вот, «совы» показали лучшие результаты в тестах на память и скорость обработки информации. И это притом что исследование проходило утром!

Зато «жаворонки» лучше в сотрудничестве, о чём говорит исследование, участниками которого стали 346 человек. Они более настойчивы и хороши в коллективной работе. При этом «жаворонки» более дисциплинированы, им практически несвойственна прокрастинация.

Диана МАСЛОВА.

Фото Михаила ГЛАДЧУКА.



## РОУП-СКИППИНГ

## УМНЫЙ ТРЕНАЖЁР

Кто из нас в детстве не прыгал через скакалку во дворе, на школьных переменах, на спортплощадке? Правда, мы считали это забавой и не думали, что со временем прыжки со скакалкой объявят видом спорта под названием роуп-скиппинг, по которому будут проводиться соревнования и чемпионаты.

– Скиппинг – это не только прыжки через скакалку, но и танцевальные движения, которые исполняются в сочетании с такими стилями танцев, как брейк-данс, хип-хоп,



Фото из архива Виктории Жмакиной.

# ПРЫГАЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ!

Этот вид спорта отличают доступность, мобильность, универсальность. В переводе с английского «роуп» – «верёвка», «скип» – «скакать, прыгать». Роуп-скиппинг, то есть прыжки со скакалкой, в 2019 году признан в России официальным видом спорта.

S-walk, рок-н-ролл, – рассказывает **Виктория Жмакина, профессиональный педагог-хореограф, а вдобавок – мастер спорта.**

Именно по её инициативе два года назад создана Федерация роуп-скиппинга в Крыму и Севастополе, которую она сама успешно возглавляет.

А началось с того, что руководитель коллектива современного танца в поисках новых форм работы с воспитанниками предложила в занятия включить упражнения со скакалкой. Нововведение настолько понравилось её подопечным, что вскоре нехитрый тренажёр появился у каждого, благо использовать его можно в любом удобном месте. А родители, поначалу сомневающиеся в необходимости таких «прыгательных» тренировок, очень скоро наглядно удостоверились в их эффективности.

О пользе занятий роуп-скиппингом Виктория рассказывает на мастер-классах, которые по собственной инициативе проводит

для крымских учителей физкультуры. По её мнению, этот вид спорта можно включить в программу: он увлекателен, общедоступен, а необходимый для занятий инвентарь наверняка имеется в каждой школе.

## КСТАТИ

Упражнения со скакалкой благотворно влияют на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, тренируют мышцы, помогают сбросить лишний вес. Вывод однозначен: хотите держать себя в хорошей форме – занимайтесь самым распространённым видом спорта своего детства.

## САМЫЕ ПРЫГУЧИЕ

Отряд приверженцев скиппинга становится всё более многочисленным. Наиболее активно «прыгают» в Симферополе, Севастополе, Ялте, Феодосии, Красноперекоске и Армянске – так констатирует Виктория Жмакина.

В июне 2022 года в Крыму прошли первые соревнования по роуп-скиппингу среди школьников, спустя полгода – чемпионат и первенство республики. Сборная лучших крымских скипперов принимала участие в первом официальном чемпионате и первенстве России.

Региональные соревнования проводятся в рамках проекта «Спорт в каждый двор». В минувшую субботу зрелищные состязания скипперов прошли в Симферополе в МБУ «Городской подростково-молодёжный центр». В них приняли участие 12 команд. Участники были разделены на возрастные группы и демонстрировали своё умение в трёх прыжковых дисциплинах.

“ ЭТОТ ВИД СПОРТА МОЖНО ВКЛЮЧИТЬ В ПРОГРАММУ: ОН УВЛЕКАТЕЛЕН, ОБЩЕДОСТУПЕН, А НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ИНВЕНТАРЬ НАВЕРНЯКА ИМЕЕТСЯ В КАЖДОЙ ШКОЛЕ

## СКАКАЛКУ В РУКИ – И ВПЕРЁД!

Кстати, прыжки через скакалку – спорт не только для юного поколения. Этот с детства знакомый атрибут смело берут в руки и используют по назначению представители старшего поколения.

– В начале января мы провели необычную тренировку под названием «Встреча поколений», когда вместе с ребятами через скакалку прыгали их мамы, папы и даже бабушки и дедушки. Яркие, незабываемые эмоции переполняли всех, особенно старшее поколение прыгунов. Тогда же родилась идея организовать в ближайшее время семейные соревнования по скиппингу. Спорт, спортивные традиции объединяют людей разного возраста, это особенно актуально в нынешний год, объявленный президентом Годом семьи, – отмечает наша собеседница.

## БОРЬБА

## КАЖДОЙ – ПО ОДНОЙ

Представители сборной Республики Крым завоевали три призовые медали на первенстве ЮФО по греко-римской борьбе памяти заслуженных тренеров России Фёдора Чакуриды и Александра Краснова в Сочи. Соревнования проводились среди юниоров до 21 года.

В активе крымчан – по золоту, серебру и бронзе.

Победителем первенства в весовой категории до 130 кг стал Эльдар Эмиров из Куйбышева Бахчисарайского района (тренеры – Ленур Мамедов, Болат Абдулаев и Виталий Левадный).

В весе до 77 кг серебро взял мастер спорта России Адам Абдулаев из Алушты (тренеры – Болат Абдулаев, Сергей Солодкий и Виталий Левадный).

На третью ступеньку пьедестала почёта поднялся Иман Сеттаров из Куйбышева Бахчисарайского района (до 72 кг, тренер – Ленур Мамедов).

Все спортсмены являются воспитанниками Училища олимпийского резерва (Краснолесье, Симферопольский район).

В первенстве приняли участие почти 250 спортсменов из Крыма, Севастополя, Адыгеи, Калмыкии, Краснодарского края, Ростовской, Волгоградской и Астраханской областей. Были разыграны десять комплектов наград.

Все победители и призеры соревнований в Сочи получили путёвки на юниорское первенство России, которое с 26 февраля по 1 марта пройдёт в Омске.

## ФУТБОЛ

## «КРЫМСКИЙ ПОДСНЕЖНИК – 2024»

Матчем между командами ГБУ «СШ № 3» (Севастополь) и ФК «Заречное» (Джанкойский район) стартовал XXVI Республиканский турнир по футболу «Крымский подснежник – 2024».

Встреча прошла на стадионе «Юность» в Севастополе и завершилась со счётом 2:6 в пользу ФК «Заречное». 4 февраля команда из Джанкойского района разгромила на выезде симферопольский «Триад-SOAK», счёт – 2:7. 3 февраля феодосийская «Гвардия» на выезде переиграла ГБУ «СШ № 3» (2007) – 1:4.

«Крымский подснежник» – ежегодный товарищеский футбольный турнир, который проводится в период зимней паузы в чемпионатах и является для команд хорошей подготовкой перед стартом нового сезона.

## ШАХМАТЫ

## ШАХ И МАТ!

Симферопольский городской шахматный турнир памяти В. Петрова прошёл на базе шахматного клуба «ИнтелКиммерия». Программа состязаний включала турнир А (быстрые шахматы) и турнир Б (блиц).

Участие в турнире А приняли 54 спортсмена, представляющие семь муниципальных образований полуострова и три субъекта Российской Федерации. Победителем стал Александр Трускавецкий, финишировавший с 7,5 очка.

В полушаге от него пришёл к финишу Сергей Ярый, завоевавший серебряную медаль.

Дополнительные показатели вывели на третью строчку турнирной таблицы Сергея Родичева.

Участие в турнире по блицу приняли 27 спортсменов. С результатом 9,5 очка победителем турнира стал евпаториец Роман Носач, второе место завоевал Александр Тряпишко, а бронза у Александра Трускавецкого.

## СКАЗАНО



“ Нужно уделять внимание молодёжи, меньше думать о результате. Молодые игроки должны взрослеть, матереть, возрождать крымский футбол и в будущем достойно представлять его на российском пространстве. Молодёжь – это резерв крымского футбола».

Александр ШУДРИК, главный тренер  
ФК «Алустон-ЮБК».



“ У меня главная цель – выиграть и отдохнуть. В этом глобальная идея. Раз не выиграл пока, получается, что отдых не заслужил. Несколько лет назад мне казалось, что уже выйти на титульный матч – это хорошо. А сейчас я поднялся на ступеньку выше. А когда так близко подходишь, уже хочется закончить начатое».

Ян НЕПОМНЯЩИЙ, сильнейший шахматист России,  
вице-чемпион мира.



“ Вы подтягиваетесь на турнике и чувствуете, что силы покинули вас? Выдержите последние секунды, продержитесь ещё на несколько секунд больше. И вы поймёте, что победили! В следующий раз вы сможете больше. Так и в жизни, в каждой жизненной ситуации. Преодолевайте себя!»

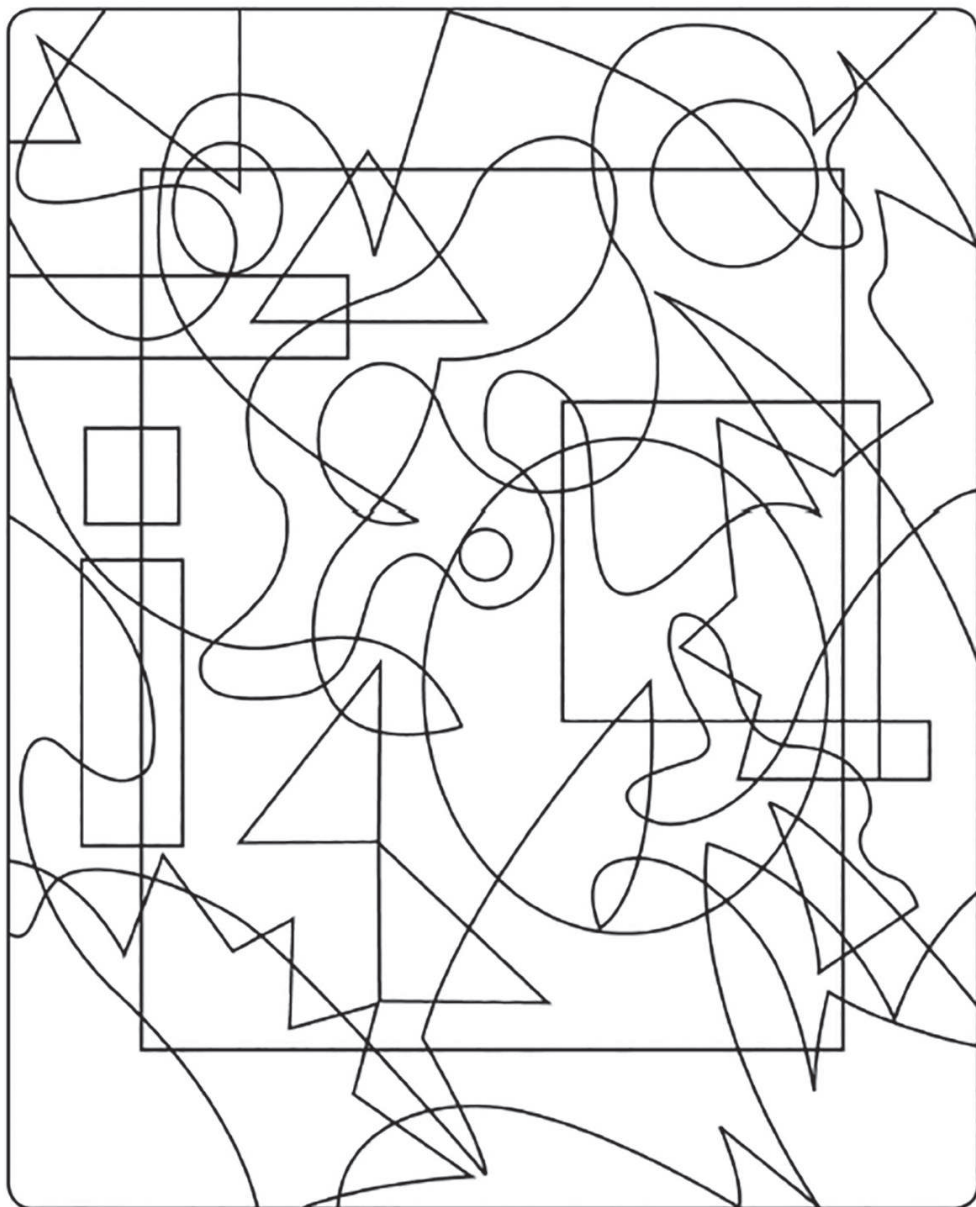
Алексей ТАЛАЙ, паралимпиец, мастер спорта,  
мотивационный тренер.



НАЙДИ НА КАРТИНКЕ ЗНАКОМЫЕ ТЕБЕ ГЕОМЕТРИЧЕСКИЕ ФИГУРЫ  
И ОБВЕДИ ИХ РАЗНЫМИ ЦВЕТАМИ

НАЙДИ 10 ОТЛИЧИЙ

e-bookshelf.info



zooclub.ru

РЕШИ ПРИМЕРЫ

$$8 + 4 - 3 - 2 + 6 = \square$$

$$12 - 3 + 5 - 8 + 4 = \square$$

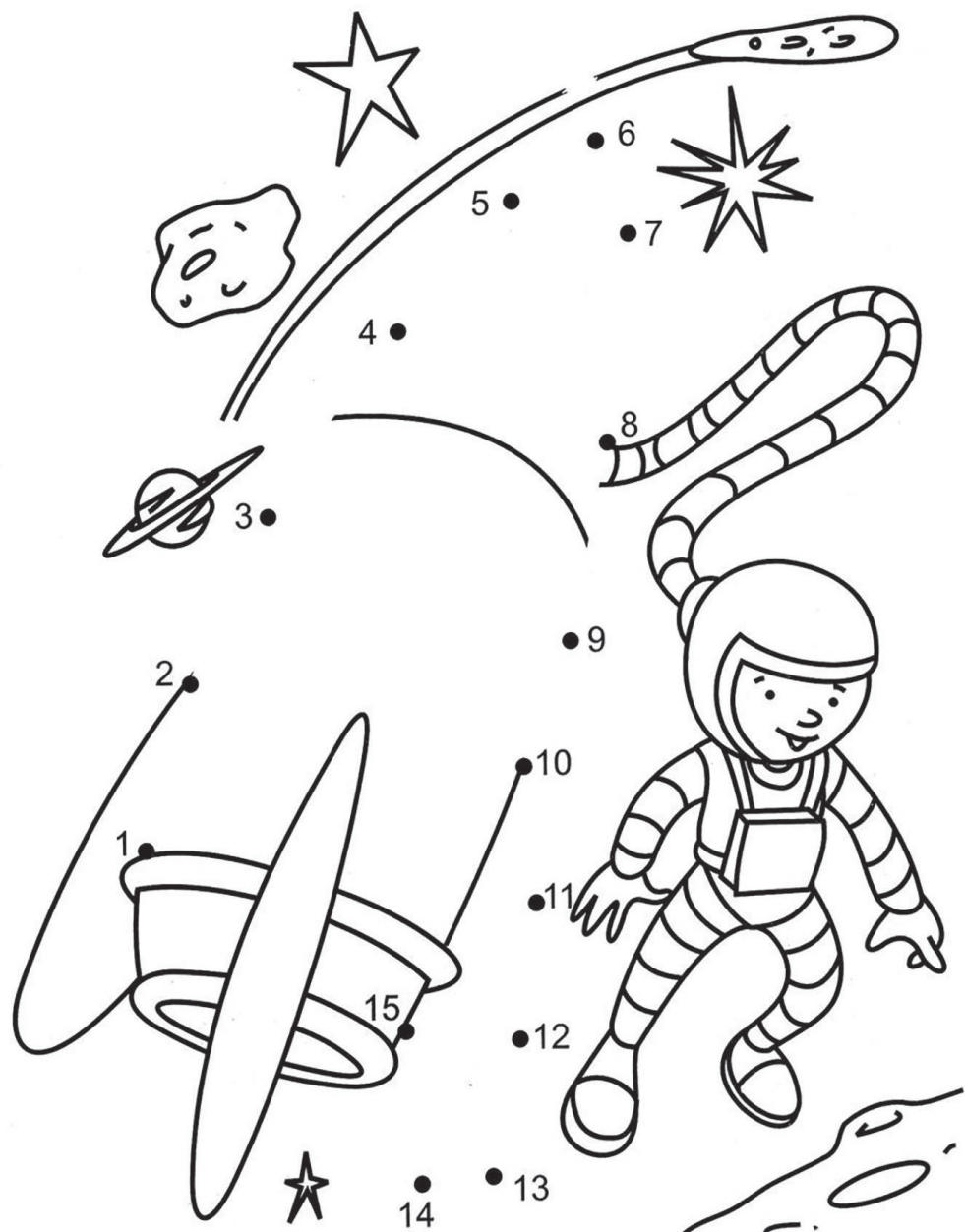
$$15 + 5 - 4 + 3 - 4 = \square$$

$$16 - 4 + 3 + 5 - 7 = \square$$

$$7 - 3 + 2 + 6 - 2 = \square$$

kladraz.ru

СОЕДИНИ ЦИФРЫ ПО ПОРЯДКУ И РАСКРАСЬ РИСУНОК



ped-kopilka.ru



## ЭТО ВКУСНО

ЗАВАРНОЙ КРЕМ С АВОКАДО  
И КЕШЬЮ ФРИ

gastromom.ru

## Приготовление:

Смешайте в кастрюле с толстым дном сливки с половиной цедры, нагрейте на небольшом огне почти до кипения. Желтки с сахаром разотрите венчиком до бела, добавьте крахмал и снова разотрите.

Продолжая перемешивать, тонкой струйкой влейте остывшую сливочную смесь. Поставьте крем на небольшой огонь и готовьте, постоянно перемешивая, пока он не загустеет. Остудите крем 15 минут, часто помешивая. Добавьте нарезанное кусочками размягчённое сливочное масло и оставшуюся цедру, перемешайте.

Взбейте мякоть авокадо блендером. Смешайте заварной крем с полученным пюре, приправьте соком лайма по вкусу. Разложите по бокалам или креманкам, накройте плёнкой. Охлаждайте в холодильнике минимум два часа. Кешью положите в холодную воду, доведите на слабом огне до кипения, варите 10 минут. Одновременно нагрейте в кастрюле масло для фритюра до 160 градусов. Откиньте кешью на сито, затем сразу же обваляйте в сахарной пудре. Партиями обжаривайте кешью во фритюре до тёмно-золотистой карамельной корочки. Обсушите готовые орехи на бумажных полотенцах, затем порубите, посыпьте орехами заварной крем, украсьте полностью очищенными дольками мандаринов и сахарной пудрой.

## ИНГРЕДИЕНТЫ НА 6 ПОРЦИЙ:

- 2 средних спелых авокадо,
- 250 мл сливок жирностью 10-11%,
- 300 мл сливок жирностью от 30%,
- 30 г кукурузного крахмала,
- 125 г сахара,
- 6 желтков крупных яиц С0,
- 80 г сливочного масла,
- цедра и сок трёх лаймов,
- мандарины для украшения.

## Для кешью фри:

- 200 г нежареных кешью,
- 1 л растительного масла для фритюра,
- 200 г сахарной пудры с кардамоном.

## ЧТИВО

## 7 ЦИТАТ О...

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



«Иногда мы стилизовались на улице. Глупо было спрашивать: на что ты живёшь? Вероятно, ей удалось добиться какого-то пособия. Маруся говорила, что Лёвушка болеет. Что она пытается давать уроки музыки. Предполагает открыть небольшой детский сад. Я почти не слушал. В таких делах, если начнёшь прислушиваться, одно расстройство. Как говорится, беспомощный беспомощному – не помощник...»

Сергей Довлатов,  
«Иностранка».

«Когда мужчина помогает коллеге, тот чувствует себя обязанным и чаще всего впоследствии возвращает долг. Но если помощь оказывает женщина, признательность оказывается куда слабее. Ведь она же должна заботиться об окружающих, правда? Она сама хочет помочь. Профессор Флинн называет такое отношение проблемой гендерной скидки. Женщине приходится расплачиваться за то, что все считают её готовой помогать окружающим и бескорыстно работать ради общего блага».

Шерил Сэндберг, «Не бойся действовать. Женщина, работа и воля к лидерству».

«Я сказала, что ты можешь обратиться ко мне за помощью. Я не говорила, что смогу её оказать».

Джоди Пиколт, «Цвет жизни».

«Надеясь на помощь, становишься маленьким; ещё меньше становишься, когда помощь не приходит».

Июнь Ли, «Добрее одиночества».

– И последнее. Если тебе ещё когда-нибудь понадобится помощь, если ты окажешься в безвыходном положении, на краю пропасти...

– Да?

– Прощу тебя, не раздумывай долго и прыгай в пропасть к чертям собачьим!

Дуглас Адамс,  
«Автостопом по галактике».

«Прежде чем помогать другим, помогите себе. Или хотя бы поймите, что можете вам помочь. Пока вы не признаете полностью свои личные проблемы и промахи, ваша помощь другим будет бесполезна».

Дэн Вальдшмидт, «Будь лучшей версией себя. Как обычные люди становятся выдающимися».

«Спасибо тем, кто отказал мне в помощи. Именно благодаря им я справился сам».

Андрей НОВОХАТЬКО.

Роберт Энтони.

## ГОРОСКОП

9 – 15 февраля



**ОВЕН.** Займитесь решением проблем и не ищите отговорки: на этой неделе в вашей жизни нет места лени. Но перетруждаться ни к чему, учитесь дозировать отдых и работу.



**ТЕЛЕЦ.** Звёзды советуют чаще искать компромисс и не поддаваться на провокации коллег и знакомых. Деловые партнёры порадуют интересными предложениями. Удастся заключить несколько выгодных и перспективных контрактов.



**БЛИЗНЕЦЫ.** Вспоминайте правило золотой середины, и эта неделя принесёт только приятные сюрпризы. В понедельник Близнецы смогут наладить отношения с руководством. Возможно, их профессиональные качества заинтересуют новых деловых партнёров.



**РАК.** Период подарит возможность для творческого взлёта. Но не залетайте слишком высоко, чтобы не пропустить приход конкурентов. В конце недели ваши соперники станут чересчур дерзкими. В среду старайтесь контролировать траты.



**ЛЕВ.** Укрепляйте своё финансовое положение. От серьёзных трат звёзды советуют воздержаться: шопинг, устроенный в понедельник или во вторник, окажется бесплодным, вы можете закупить массу дорогих и ненужных вещей.



**ДЕВА.** Не поддавайтесь чересчур заманчивыми предложениями партнёров, они могут вести нечестную игру. Четверг идеален для занятий творческим трудом – ваши идеи гениальны, с этим соглашались даже конкуренты. В пятницу желательно подумать о семье.



**ВЕСЫ.** В романтической сфере перемен не ожидается, однако в пятницу появится повод для волнений: возникнут поклонники из далёкого прошлого. Берите пример со своих друзей и будьте оптимистами.



**СКОРПИОН.** Попробуйте быть более искренними. В этот период вам придётся общаться с разными людьми. Возможно, в вашем окружении появятся чересчур нежные и впечатлительные. Вторник хорош для работы с документами.



**СТРЕЛЕЦ.** Сосредоточьтесь на своих обязанностях, но мечтать о развлечениях вам никто не запретит. Старайтесь заранее обговорить детали будущих мероприятий. На среду звёзды советуют ничего не планировать.



**КОЗЕРОГ.** Готовьтесь к встрече гостей. Особенно богатым на встречи станет понедельник: Козерогам придётся вести душевные беседы с родственниками, друзьями и даже с коллегами.



**ВОДОЛЕЙ.** Водолеи будут решать финансовые проблемы. Успех обязательно придёт, не опускайте руки. Самые интересные события произойдут в четверг. На любовном фронте тихо, но на воскресенье звёзды приготовили несколько сюрпризов.



**РЫБЫ.** Понедельник идеален для коллективного труда, а вот в среду захочется уединиться. Есть шанс найти работу на дому, только не принимайте необдуманных решений. В конце этой недели ожидаются интересная деловая поездка и выгодные предложения.





7 февраля, Симферополь. В Крымской республиканской универсальной научной библиотеке им. И. Я. Франко торжественно отметили 240-летие создания финансовых органов Крыма. В рамках мероприятия прошли презентация книги «Финансовая система Крыма: факты, события, люди», а также выставка Банка России «Время и деньги» и выставка архивных документов «История финансовых органов Крыма (1784-2024)». Отметим, что сегодня Министерство финансов Республики Крым работает в проактивном режиме, системно и эффективно решая задачи по обеспечению стабильности финансовой системы и совершенствованию деятельности финансовых учреждений Крыма. И всё это для того, чтобы экономика нашего полуострова работала стабильно и надёжно. Фото: Михаил ГЛАДЧУК.

## АНЕКДОТЫ

В зоомагазин влетает разъярённый покупатель и кричит:

– Взгляните, что вы мне подсунули! Вчера я купил у вас эту канарейку, а у неё, оказывается, перебита лапка!

– Ну и что? – удивляется продавец. – Вы же покупали её как певичку, а не как балерину!

\* \* \*

Мужик забегает в магазин «Тысяча мелочей»:

– Тысячу не разменяете?  
– Только мелочью.

\* \* \*

– А ты помнишь, как в «Основном инстинкте» Шерон Стоун в полицейском участке ножку перекидывала?

– Да.

– Вот это ты помнишь, а то, что у нас сегодня годовщина свадьбы, ты забыл...

\* \* \*

Самым коротким школьным сочинением на тему «В гостях у бабушки» было такое: «Мы приехали к бабушке, а она нам не открыла».

\* \* \*

Вчера шёл по улице и увидел, как бабушка поскользнулась, помог ей встать. Сегодня опять помог упавшей бабушке. Я всё понимаю, но когда я загадывал на Новый год поднять бабок, то не это имел в виду.



## ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

## ИСПАНСКИЙ СТЫД

Испанский стыд – это чувство смущения, которое возникает при наблюдении за смущающими действиями других людей. Вызывать его могут, к примеру, выкрики зрителей в кинотеатре, громкие семейные скандалы в общественных местах или выброс мусора мимо урны прохожими. Психологи говорят, что этому ощущению чаще подвержены люди с повышенной эмпатией. Согласно самой популярной версии стыд назвали испанским потому, что испанцы первыми описали эту эмоцию и придумали для неё термин vergüenza ajena. Дословно он переводится как «стыд других».

Подготовила Мария САВИНА.

### ПОГОДА 10 февраля

Джанкой, Армянск	+16	+9
Керчь, Ленино	+13	+8
Симферополь	+15	+11
Феодосия, Судак	+13	+10
Ялта, Алушта	+16	+10

В пятницу ожидается магнитная буря. Будьте внимательны к своему здоровью.

■ Магнитосфера спокойная ■ Магнитосфера возбуждённая ■ Магнитная буря

07:54  
Восход

18:02  
Заход

10:08  
Долгота дня

71%  
Влажность

Атмосферное давление:  
**736-737 мм**

### Прогноз магнитных бурь 9 – 15 февраля

09	10	11	12	13	14	15
----	----	----	----	----	----	----

### ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ НА 9 – 15 ФЕВРАЛЯ

9 февраля (убывающая луна)	09.02 – Проводите всевозможные очищения организма.	11.02 – Активные ступни, нервная система. Избегайте алкоголя.	13.02 – Пейте побольше воды. Меньше употребляйте сладкого.
10 февраля (новолуние)	10.02 – Очищайте лобные и гайморовы пазухи. Проводите процедуры для глаз.	12.02 – Активные шея и голосовые связки. Хорошо петь.	14.02 – Практикуйте ароматерапию.
11 – 15 февраля (растущая луна)			15.02 – Не еште куриные яйца и мясо.

