



С Тавридой связанные судьбы.
Григорий Распутин

СТР. 4-5 | Почему кровь густеет
и чем это опасно для здоровья

СТР. 6



В СТРАНЕ И МИРЕ

ЗНАЙ НАШИХ. За успешное выполнение задач в населённом пункте Работино морские пехотинцы Черноморского флота получили медали «За отвагу». Об этом сообщает Минобороны России.

ЦЕНЫ – ВНИЗ. Министерство сельского хозяйства РФ выдало разрешение на ввоз в рамках беспошлинной квоты ещё 216 тонн мяса кур. Таким образом, весь объём ввезённой без оплаты пошлин курятины превысит 4778 тонн. По прогнозам, это должно увеличить количество предложений на рынке и тем самым способствовать стабилизации цен.

В ФОКУСЕ – СЕМЬЯ. Правительство России готовится продлить действие льготной семейной ипотеки после 1 июля 2024 года. Об этом сообщила вице-премьер РФ Татьяна Голикова. За время существования программы улучшились жилищные условия более 918 тысяч семей.

ЧАСТЬ БОЛЬШОЙ СТРАНЫ. Большинство посетителей международной выставки-форума «Россия» на ВДНХ заявили, что представленные достижения заставляют их гордиться своей Родиной. В опросе участвовало более 6,5 тысячи респондентов. При этом 97% гостей после посещения выставки почувствовали себя частью большой страны.

ИЗ РЕЗЕРВНОГО ФОНДА. Около 3,3 млрд рублей из резервного фонда Правительства РФ будет дополнительно направлено аэропортам центральных и южных регионов на частичную компенсацию их расходов из-за ограничений полётов.

ЦИФРА

ОКОЛО 300 НОВЫХ ОСТАНОВОЧНЫХ ПАВильОНОВ установят в Крыму до конца года.

СКАЗАНО



«Для того чтобы провести Олимпийские игры (в России. – Ред.), нас должно очень серьёзно попросить международное сообщество. Как только они придут в себя и созреют для того, чтобы проводить Игры таким образом, чтобы это было востребовано не только текущим поколением, но и будущим, мы будем открыты к диалогу. Россия – щедрая душа».

Станислав ПОЗДНЯКОВ, президент Олимпийского комитета России.



МЫШИНАЯ ОХОТА

Что будет с озимыми в Крыму

Несмотря на всевозможные негативные прогнозы, которые сыплются на крымский урожай в Интернете, эксперты в этом вопросе сохраняют уверенный оптимизм.

ДОЖДЬ НАМ НЕ ВРАГ

Мощные ливни вымывают удобрения глубоко в почву, что серьёзно усложняет подкормку озимых. Но это ещё не всё: фитосанитарный мониторинг выявил увеличение численности мышей в посевах и лесополосах. Об этом сообщили в пресс-службе ФГБУ «Россельхозцентр» по Республике Крым. Такое нашествие грызунов в ведомстве связывают с достаточно тёплой зимой.

Впрочем, ставить крест на урожае-2024 не стоит. **Директор ФГБУН «Научно-исследовательский институт сельского хозяйства Крыма» Владимир Паштецкий** отметил:

– По основным факторам это обычный год. Очень радуется, что у нас достаточно много

СПРАВКА

Озимые культуры сеют осенью, до наступления зимы они прорастают, а весной продолжают свой жизненный цикл. Яровые – однолетние культуры, высеваемые весной. Озимые сорта, как правило, дают более высокий урожай, но они менее засухоустойчивы и во многих случаях обладают худшими хлебопекарными качествами в сравнении с яровыми.

влаги. Но чтобы получить хороший урожай, необходима подкормка озимых культур азотными удобрениями, потому что осадки, которых выпало в два-три раза больше, чем мы привыкли, вымыли (питательные вещества. – Ред.) на горизонты, которые расположены глубже. Растения не смогут в начале своего развития – в момент вегетации и кущения – взять тот азот, который ушёл ниже. Поэтому подкормка нужна обязательно. Повторюсь: в этом году достаточно влаги, и, если будет вносён в почву. – Ред.) азот и фосфор, можно рассчитывать на хороший урожай.

НЕ ПАШЕМ, НО СЕЕМ

А вот в нашествии мышей наш собеседник не видит ничего выдающегося.

– Самый обычный год по грызунам. Понятно, что в морозы они прятались, ну а сейчас, с потеплением, выходят в поисках пропитания. Наше дело – уничтожить вредителей

По оперативным данным районов, на сегодня в хорошем состоянии находится 25% от общей посевной площади озимых, в удовлетворительном – 75%. Фото: Гала АМАРАНДО

там, где их больше обычного, чтобы сохранить урожай. Ничего критического на сегодняшний день нет. Есть поля, где, к примеру, фермеры только начинают заниматься «нотилом» (это методика обработки почвы без вспашки с оставлением стерни на поверхности поля. – Ред.), где они не пахали. Там на некоторых полях частично могут быть проблемы, – отмечает эксперт.

Начальник управления растениеводства Министерства сельского хозяйства Республики Крым Николай Тютюник в свою очередь добавляет:

– 75% площадей, засеянных озимыми зерновыми, находятся в нормальном состоянии, 25% – в удовлетворительном. Крымские поля, занятые посевами озимых, не находятся в зоне риска подтопления, поскольку основная часть сельхозгодий приходится на степной и центральный Крым. А вот азот почвы действительно может мигрировать в результате влияния воды. Это стоит воспринимать скорее как констатацию факта, что для аграриев сейчас началась горячая пора.

Продолжение на стр. 2

Центробанк РФ установил КУРС ВАЛЮТ НА 08.02.2024	Доллар США 91,1514 Евро 98,0936 Австралийский доллар 59,5127 Азербайджанский манат 53,6185 Армянский драм (100) 22,5477 Белорусский рубль 28,2859 Болгарский лев 50,0678	Бразильский реал 18,3462 Венгерский форинт (100) 25,3332 Вона Республики Корея (1000) 68,6484 Вьетнамский донг (10000) 38,0495 Гонконгский доллар 11,6756 Грузинский лари 34,2391 Датская крона 13,1257	Дирхам ОАЭ 24,8200 Египетский фунт (10) 29,5056 Индийская рупия (100) 10,9715 Индонезийская рупия (10000) 57,9328 Казахстанский тенге (100) 20,0513 Канадский доллар 67,4896 Катарский риял 25,0416	Киргизский сом (100) 10,1925 Китайский юань 12,6484 Молдавский лей (10) 51,1618 Новозеландский доллар 55,5796 Новый туркменский манат 26,0433 Норвежская крона (10) 85,4638 Польский злотый 22,5835	Румынский лей 19,7178 Сербский динар (100) 83,7629 Сингапурский доллар 67,8563 Таджикский сомони (10) 83,1962 Тайландский бат (10) 25,6550 Турецкая лира (10) 29,8513 Узбекский сум (10 000) 73,0146	Украинская гривна (10) 24,2260 Фунт стерлингов СК 114,6411 Чешская крона (10) 39,2759 Шведская крона (10) 86,0300 Швейцарский франк 104,6274 Южноафриканский рэнд (10) 48,3531 Японская иена (100) 61,6513
--	--	---	---	---	--	--

КОЛОНКА
ЭКСПЕРТАКоординатор проектов АНО «Переprava»
Елена АЛЕШКЕВИЧ.О РАБОТЕ ПРИЮТА, НОВЫХ ПРОЕКТАХ,
А ТАКЖЕ О ПОМОЩИ ГРАЖДАНМ,
ОКАЗАВШИМСЯ В СЛОЖНОЙ
ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Наша организация появилась в 2015 году, и на сегодняшний день АНО «Переprava» – это действующий приют, который рассчитан более чем на 50 человек. Сейчас там действуют женский и мужской стационары, есть мастерские, в которых люди восстанавливают свои трудовые навыки, – это швейная мастерская, а для мужчин работают столярный и сварочный цехи, есть действующая СТО. Именно на базе нашей станции техобслуживания восстанавливали автомобили, которые затем направляли в зону СВО.

На данный момент у нас работает приют в Ялте. Это проект, который нацелен на расширение географии, теперь мы помогаем бездомным также в Симферополе и Алуште.

На сегодняшний день в рамках программы «Социальный патруль» наши специалисты проводят постоянные обходы территорий, расклеивают объявления. Ребята активно информируют бездомных граждан о возможности обратиться в приют, и те люди, которые этого хотят, конечно же, получают помощь.

Проект в Алуште стал для нас пилотным. На сегодняшний день уже и в Симферополе открылся дом помощи, а с февраля при поддержке Фонда президентских грантов мы начинаем реализацию отдельного проекта «Приют», который нацелен на охват уже всей Республики Крым, а также Херсонской области. Хотя в настоящее время там работает только пункт выдачи гуманитарной помощи, которую мы туда регулярно направляем.

Конечно, нам очень нужны волонтеры, которые с открытым сердцем подошли бы к тем, кто нуждается в помощи. Зачастую людям, оказавшимся на улице, нужна не только крыша над головой, но и эмоциональная и психологическая поддержка. Также в наших приютах мы оказываем содействие в восстановлении утраченных документов.

Стоит отметить и внутреннюю работу, которая в приюте проводится нашими добровольцами. У нас есть групповые мотивационные занятия, которые проходят по турам. Обязательно у нас поддерживается порядок в жилых комнатах и на производстве.

Особое внимание уделяем культурно-массовым мероприятиям и арт-терапии. Наши подопечные занимаются вместе с психологами, и через рисунки, общение и тренинги нередко высвобождаются их внутренние проблемы.

Также в этом году мы планируем оказать первичную помощь не менее чем 180 гражданам, которые приходят в приют пока ещё без чёткого намерения остаться. Кроме того, продолжим раздачу гуманитарной помощи: около тысячи человек в текущем году её должны получить. Не остановит своей работы и пункт приёма вещей на гуманитарные нужды в Ялте.

Рубрику ведёт Егор ПЕТРУНИН.

ДАЁШЬ, МОЛОДЁЖЬ!

КУЛЬТУРНЫЙ
КОД

Где пройти уроки песочной анимации по «Пушкинской карте» и какие спектакли в топе у молодёжи.

«ДУБРОВСКИЙ» –
НЕ ТОЛЬКО НА УРОКАХ

С начала действия программы «Пушкинская карта» крымская молодёжь приобрела по ней 100 тысяч билетов.

– Важно, чтобы к программе присоединилось как можно больше ребят. На сегодня карту оформили 37% крымских юношей и девушек от 14 до 22 лет, – сообщил глава Крыма Сергей Аксёнов. – Отмечу, что потребность крымчан в познавательном и культурном досуге растёт, сфера культуры активно развивается и поддерживается государством. Повышение интереса к духовно-нравственным традициям, богатому историко-культурному достоянию, историям доблести и мужества наших героев влияет на пополнение репертуара театров новыми спектаклями, также проводятся тематические фестивали и встречи.

Самыми посещаемыми учреждениями в прошлом году стали Государственный академический музыкальный театр, Крымский академический русский драматический театр им. М. Горького и Крымская государственная филармония.

Заместитель директора музтеатра Эмин Новрузов отметил:

– За последнее время репертуар театра обогатился спектаклями, которые интересны молодёжи. Мы получили очень положительный отклик от молодых людей.

СПРАВКА

Всероссийская программа популяризации культурных мероприятий среди молодёжи «Пушкинская карта» была запущена по инициативе Президента РФ Владимира Путина в сентябре 2021 года. Карта действует на всей территории России, а средства в размере 5 тыс. рублей перечисляет государство. В прошлом году в учреждениях культуры Крыма по «Пушкинской карте» продано свыше 45 тысяч билетов (без учёта кинотеатров и частных организаций).

Например, самый востребованный у них спектакль – это мюзикл «Дубровский». На втором месте – рок-опера «Юнона и Авось», на третьем – военно-патриотиче-

ская оперетта «Севастопольский вальс».

Эмин Новрузов вспоминает, что на первом этапе пришлось приложить немало сил, чтобы донести до молодых людей значимость проекта «Пушкинская карта». Работники театра посещали школы, колледжи и вузы, помогли ребятам зарегистрироваться с помощью мобильного телефона и получить карту.

– Программа важна и нужна для культурного развития молодёжи. И динамика прослеживается: если на старте проекта мы насчитывали в месяц 200–250 билетов, приобретённых по «Пушкинской карте», то сегодня это более тысячи билетов в месяц, – отмечает замдиректора театра.

Постепенно проект набирает популярность. К концу прошлого года по «Пушкинской карте» было продано более 30 тысяч билетов на постановки Государственного академического музыкального театра.

В НОВОМ МЕСТЕ

Симферопольский художественный музей также посетили немало молодых людей по «Пушкинской карте». Одной из самых популярных стала выставка «Японская фотография». Как отметила

Дарья Фраценко, выставка попала в запрос молодёжи, увлекающейся Азией.

– Сейчас мы на постоянной основе проводим мастер-классы по песочной анимации. Это способ расслабления и творчества подойдёт каждому, – подчеркнула специалист.

В настоящее время музей закрыт на реставрацию, но готовится к открытию новая площадка в центре города, на улице Одесской, 3а. Именно там и можно будет заняться песочной анимацией по «Пушкинской карте».

И ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

На сегодняшний день озвучено немало разных предложений о расширении действия программы «Пушкинская карта».

В Республике Калмыкия, например, подсчитали, что средства на карте используются в среднем всего на 30%, и поэтому предложили расширить возможности для использования «Пушкинской карты» на территории Элисты. Например, разрешить посещать с её помощью ледовый центр, отчётные концерты детских школ искусств и игры Школьной лиги КВН.

В свою очередь депутат парламента Санкт-Петербурга Павел Крупник предложил распространить действие программы «Пушкинская карта» на пенсионеров.

– Уверен, что этот механизм возможно развивать и дальше. Например, можно было бы расширить его действие на наших пенсионеров или создать для них аналогичный проект. Обратился в Министерство культуры с таким предложением, – отметил депутат.

Ирина ГУЛИВАТАЯ.

ЗЕРНО ПРОБЛЕМЫ

Начало на стр. 1

БЕЗ ПОДКОРМКИ
СЕЗОНА НЕ БУДЕТ

Подкормка азотными удобрениями сейчас в самом разгаре. По информации Министерства сельского хозяйства Крыма, внести их планируют на площади, превышающей 348 гектаров. На 25 тысячах гектаров эта работа уже завершена.

Крымские аграрии готовятся и к севу яровых.

МЫШИНАЯ ОХОТА

Наибольшие площади, на которых для этого будет проведена подкормка, расположены в хозяйствах Красногвардейского, Ленинского и Сакского районов.

При этом в лаборатории филиала Россельхозцентра по Республике Крым ведётся проверка семян культур для ярового сева на кон-

диционность и посевные качества. Лабораторно выясняется, есть ли в посадочном материале вредители, изучается их всхожесть и жизнеспособность, анализируются и другие параметры, необходимые для расчёта нормы посева. Все показатели вносят в специальные карточки. На их основании, в соответствии со

всеми требованиями ГОСТа, составляется заключение (рекомендация), которое и передают аграриям.

По информации Минсельхоза Крыма, ежегодно в лаборатории исследуют около 6,5 тысячи образцов семян зерновых, зернобобовых и овощных культур.

Ольга НАГОРНАЯ.

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

КРЫМСКИЙ ВЗГЛЯД

РАСПЛАТА ЗА ФЕЙКИ

Совет Федерации одобрил закон о конфискации имущества за распространение фейков об армии и призывы к антигосударственным действиям.

РАСШИРЕНИЕ ПЕРЕЧНЯ

Сенаторы поддержали документ единогласно. Изменения предлагается внести в Уголовный и Уголовно-процессуальный кодексы. Большинство статей, наказание по которым пересмотрели, появились за последние два года. Так, ст. 280.3, предусматривающая уголовное преследование за дискредитацию ВС РФ, вступила в силу 5 апреля 2022 года. С тех пор Следственный комитет России возбудил по ней 273 дела, сообщил в середине января председатель ведомства Александр Бастрыкин.

Как рассказал первый зампред Конституционного комитета Со-

вфеда Владимир Полетаев, институт конфискации, как и в действующем законодательстве, остаётся не наказанием, а иной мерой воздействия, призванной «предотвратить дальнейшее совершение преступления» или «оказать профилактическое воздействие».

– Возможность конфискации такого имущества уже существует, – напомнил сенатор. – Законом лишь расширяется перечень преступлений: помимо террористических и экстремистских, к ним будут относиться и преступления против безопасности Российской Федерации.

СКАЗАНО

Глава Крыма Сергей АКСЁНОВ:

– Полностью поддерживаю принятие Государственной думой законопроекта о конфискации имущества за фейки о наших вооружённых силах. Всех этих мерзавцев надо бить по их самому больному месту – кошельку. Причём бить как можно сильнее. Надо перекрыть любые возможности зарабатывать в России, одновременно поливая её грязью. Пусть враги харчуются на вражеских территориях. Но вряд ли они там кому-то интересны. Так, расходный материал.



fk.gov.ru

Депутат Госдумы от Севастополя, член Комитета по международным делам Дмитрий БЕЛИК:

– Этот закон станет нокаутом для спонсоров украинских войск. Госдума своим решением перекрыла финансовый кран, который запитывал наших врагов. Теперь нужно дать пинка тем, кто называет себя заслуженными деятелями Российской Федерации и симпатизирует ВСУ. Их нужно лишить всех званий, наград и финансирования.



duma.gov.ru

Глава Донецкой Народной Республики Денис ПУШИЛИН:

– Никаких дискредитаций армии не должно быть. И соответствующие меры должны быть достаточно жёсткими в адрес тех лиц, которые это допускают. Потому что причина, по которой дискредитация может допускаться, – это работа на противника.



wikimedia.org

ОСТОРОЖНО:
ФЕЙК!

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

В пояснительной записке отмечается, что документ вводит механизм изъятия денег, ценностей и другого имущества за фейки о Российской армии, а также если оно используется для финансирования преступлений и любой другой деятельности, направленной против государственной безопасности. Под деятельностью, направленной против безопасности РФ, подразумеваются в том числе содействие диверсионной деятельности, прохождение обучения в этих целях и организация диверсионного сообщества.

Госдума приняла законопроект ещё 31 января. Как подчёркивалось, речь идёт о конфискации именно того имущества или денег, которые получены преступным путём или используются

ЗАКОН СУРОВ, НО СПРАВЕДЛИВ

для финансирования незаконной деятельности. Оба эти обстоятельства необходимо будет доказать. Кроме того, конфискации подлежат орудия совершения преступления.

Спикер Госдумы Вячеслав Володин подчёркнул, что документ направлен против «негодяев и предателей», которые перечисляют деньги армии противника, находясь за границей и получая доход в России.

– Это законопроект о тех, кто сегодня в спину плюет нашим солдатам, предал свою Родину, деньги перечисляет вооружённым силам страны, которая с нами воюет, находится за границей, доходы получает за счёт собственности, недвижимости, находящейся

на территории нашей страны, – пояснил председатель Госдумы. – Наша страна, её граждане этим людям сделали всё для того, чтобы они безбедно жили, получили почётные звания, награды, имущество.

Ранее глава Совета по правам человека при Президенте РФ Валерий Фадеев заверил, что закон вовсе не обязательно коснётся людей, которые лишь переехали за границу, но остались гражданами РФ.

– Абсолютное большинство релокантов никаких преступлений не совершили, – признал он. – Если они захотят вернуться, ничто не может препятствовать их возвращению.

Василий АКУЛОВ.

IT-НОВОСТИ

КРОХОТНАЯ, НО НЕ БЕСПОЛЕЗНАЯ. Один из энтузиастов от мира IT создал невероятную вариацию операционной системы Windows 11, которая занимает всего 100 Мегабайт. Для сравнения, полный официальный дистрибутив потянет на 64 Гб. В предельно урезанном виде ОС непригодна для полезной работы, однако сохраняет все свои базовые свойства. Новая сверхсжатая вариация «Окон» лишена графического интерфейса и большинства вторичных функций. Больше всего она напоминает старый DOS, поэтому и называется «NT-DOS». Всё управление осуществляется в текстовом режиме, однако система всё ещё поддерживает многозадачность.

БИОТЕХНОЛОГИИ В КОСМОСЕ. В этом году на МКС российские космонавты первыми в мире проведут эксперимент, в ходе которого с помощью переносимой 4D-биопечати планируют создать эквиваленты трубчатых человеческих органов. К марту этого года на Международную космическую станцию будет доставлен уникальный синтетический материал с клеточным поверхностным слоем. Из-за воздействия микрогравитации в биопринтере данная пластина самостоятельно свернётся в цилиндр благодаря наличию эффекта памяти формы, а клеточный материал в цилиндре создаст равномерный слой замкнутого вида. Технология перспективной 4D-биопечати, разработкой которой занимались специалисты отечественного института МИСиС, обеспечит получение в условиях невесомости полноценных эквивалентов человеческих органов, например, таких как уретра или мочеточник.

ПОВРЕМЕНИМ, БОЯРЕ. Разработчики российской игры «Смута» перенесли релиз проекта на апрель. За это время предполагается доработать игру и выпустить дневник разработчиков, в котором покажут новые особенности боевой системы. Напомним, исторический экшен с бюджетом свыше 500 млн рублей расскажет о событиях Смутного времени в России. Сюжет вдохновлён классическим приключенческим романом Михаила Загоскина «Юрий Милославский». Игроку предстоит вжиться в образ благородного боярина и принять участие в ключевых событиях той эпохи.

БУЛЬДОЗЕР БЕЗ БУЛЬДОЗЕРИСТА. В Челябинске завершили испытания беспилотного мини-бульдозера на гусеничном ходу, который в качестве тестов расчищал снег на городских улицах. Достаточно компактные размеры позволили устройству работать на труднодоступных участках. Также на уральский мини-бульдозер, разработанный ЮУрГУ и заводом «ДСТ-Урал», есть возможность установки различного навесного оборудования, так что использовать его можно не только в коммунальных целях, но и, например, для разминирования территорий. Управляется мини-бульдозер с помощью пульта.

МИКРОБЫ-РАБОТНИКИ. Команда учёных из Северо-Западного университета в США разработала конструкцию нового топливного элемента, в основе которого лежит работа микробов. Принцип действия микробного генератора основан на переработке микроорганизмами углерода из почвы, побочным продуктом чего являются свободные электроны. Остаётся только подвести электроды и обеспечить микробам постоянный доступ к воде и кислороду, другими словами, вкопать элемент в грязь и не давать ей высохнуть. Такие топливные элементы, как отмечают эксперты, идеально подойдут для снабжения энергией статических датчиков, отслеживающих, например, погоду.

Рубрику ведёт Егор ПЕТРУНИН.

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ



Набросок П. СОКОЛОВА

СОСТОЯЛСЯ ДУЭЛЬ МЕЖДУ ПУШКИНЫМ И ДАНТЕСОМ

1837 – под Петербургом, в перелеске близ Комендантской дачи состоялась роковая дуэль, на которой Пушкин был смертельно ранен в живот. Ответным выстрелом он легко ранил Дантеса в правую руку. С места дуэли поэта привезли домой, на набережную реки Мойки, 12, где в мучениях он прожил два дня. И, несмотря на усилия врачей, умер от перитонита.



airwater.ru

В РУССКОМ ЯЗЫКЕ ПОЯВИЛОСЬ СЛОВО «ВЕРТОЛЁТ»

1929 – в русском языке появилось новое слово – «вертолёт». Так авиаконструктор Николай Ильич Камов назвал своё изобретение – первый советский вертолёт КАСКР-1 «Красный инженер». Название аппарата образовалось от фамилий авторов: Камов – Скржинский.

ГОТОВИМСЯ К ВЫХОДНЫМ

СЕМЕЙНЫЙ МАСТЕР-КЛАСС
ПО РИСОВАНИЮ

Место: Севастополь, музей-заповедник «Херсонес Таврический».

Время: 10 февраля, 12:00.

Мастер-класс «Арт-выходные в Херсонесе» объединит знаменитые памятники и артефакты древнего города с мастерством художников, готовых поделиться своими секретами. За два часа начинающие живописцы создадут рисунок в технике скетчинга под чутким руководством художника.

СПЕКТАКЛЬ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

Место: Евпатория, Крымский ТЮЗ.

Время: 10 февраля, 16:00.

Как бы свою историю рассказала сама Каштанка? Мир людей, каким его видит полутакса-полудворняжка, показан в спектакле под названием «Каштанка». Классика Чехова, известная всему миру и покорившая читателей 135 лет назад темой доброты и душевной чуткости людей, актуальна и сегодня. У животного, даже если оно не говорит, есть мысли, чувства, переживания и свой целый мир...

МАСТЕР-КЛАСС
И КРАЕВЕДЧЕСКАЯ ЛЕКЦИЯ

Место: Феодосия, Музей рыбы и рыболовства.

Время: 10 февраля, 12:00 и 16:00.

На лекции из краеведческого цикла феодосиец Владимир Дьяков, занимающийся коллекционированием, изучающий историю денежного обращения и возглавляющий Клуб коллекционеров Феодосии, расскажет о банкнотах и денежных знаках, которые выпускались в городе в период Белого движения. Также в этот день в музее пройдёт мастер-класс по рисованию акварелью на тему «Зимний лес».

МУЗЕЙНАЯ ВЫСТАВКА

Место: Черноморский историко-краеведческий музей.

Время: до 22 марта.

На выставке «Эпоха Гиреев» представлены монеты, отчеканенные в период правления последнего крымского хана Шахина Гирея. Именно в это время произошёл переход от средневековой техники изготовления монет к более продвинутому монетному производству с применением современного оборудования. Также можно будет рассмотреть имитацию монет Османской империи правления Махмуда II.

КОНЦЕРТ КЛАССИЧЕСКОЙ МУЗЫКИ

Место: Бахчисарайский район, Крымская астрофизическая обсерватория.

Время: 11 февраля, 17:00.

В исполнении солистов крымского камерного симфонического оркестра «Новая гармония» прозвучит музыка великих классических и культовых композиторов XX века. В этот вечер художественный руководитель коллектива, стипендиат Правительства РФ, лауреат Государственной премии Республики Крым, заслуженный деятель искусств РК Денис Карлов выступит как скрипач виртуозного оркестра.

ЧТО ПОЧИТАТЬ

Место: собственный диван.

На далёком и бескрайнем Севере раскинулось то самое волшебное царство Деда Мороза. Вот туда и решили удрать из самого обычного двора два упрямых снеговика, чтобы не растаять весной. С тех самых пор на их долю выпало немало опасных приключений и открытий. Вот о чём рассказывает книга «Два снеговика» Владимира Голубева, написанная автором для юных читателей.

Рубрику ведёт Анастасия БЕРЕЗОВСКАЯ.

С ТАВРИДОЙ СВЯЗАННЫЕ СУДЬБЫ

В МИНУТУ ДУШЕВНОЙ
НЕВЗГОДЫ

«Познакомились с человеком Божиим – Григорием из Тобольской губернии», – записал 1 ноября 1905 года в дневнике Николай II.

Уходящий год был тяжким и для него, и для страны. 9 января у стен Зимнего дворца разыгрался ужас Кровавого воскресенья. Расстрел демонстрации петербургских рабочих повлёк массовые протестные выступления по всей России. Решившись на уступки, 19 октября царь подписал «Манифест об усовершенствовании государственного порядка». Император учредил парламент – Государственную думу, провозгласил политические свободы.

Помимо забот, связанных с ситуацией в державе, на самодержца обрушилась лич-

И тут появился 36-летний крестьянин-богоискатель. Молва называла его одарённым свыше подвижником – «старцем», несущим людям не только духовные наставления, но и способным исцелять телесные страдания.

ТВОЙ СЫН БУДЕТ ЖИТЬ

Через некоторое время Распутин стал настолько вхож в царские покои, что ему поведали тайну о болезни наследника престола.

Родители неоднократно отмечали: малыш испытывал облегчение, когда «избранник небес» находился возле него, тем более – когда молился о здравии ребёнка. Но в полной мере этот неординарный человек проявил свой дар целителя летом 1912 года, когда Николай с семейством отдыхал в Ливадии.

ПРИНЯЛИ ДОБРОГО
ГРИГОРИЯ

Кто он, Григорий Распутин, – божий человек, наделённый даром целительства, или корыстолюбивый авантюрист, умевший виртуозно манипулировать чувствами монархов? Со дня рождения одной из самых мистических личностей возле российского трона исполнилось 155 лет.

ная трагедия: у долгожданного наследника, годовалого младенца Алексея, обнаружилась неизлечимая хворь гемофилия – нарушение процесса свёртываемости крови. Дефектный ген, вызывавший заболевание, передался мальшу от матери. Это обстоятельство ещё более усугубляло горе Николая и Александры. Высочайшая семья искала любую возможность облегчить мучения сына и сохранить его жизнь.

На свежем воздухе восьмилетний Алексей распался, упал разок-другой, и у него открылось внутреннее кровотечение. Начали отказывать почки. Отчаявшись, послали за Григорием. «Всё прекратилось с его приходом», – констатирует Ксения, сестра Николая.

Однако беда продолжала преследовать цесаревича. Той же осенью он ушиб ногу. Гематома угрожала перейти в гангрену, но оперативное

вмешательство было чревато тем, что мальчик истёк бы кровью.

«Простец и юродивый» в те дни пребывал на родине, в Сибири. Ему немедленно отправили депешу о состоянии цесаревича. Вскоре императрица читала ответ: «Бог воззрил на твои слёзы и внял твоим молитвам. Не печалься. Твой сын будет жить». Буквально через пару часов температура у Алексея стала понижаться. Врачи только руками разводили.

МИЛЕНЬКИЙ МОЙ
АЛЕКСЕЮШКА

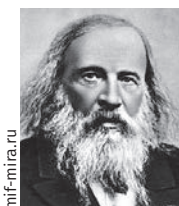
Ни тогдашние, ни современные медицинские светила не имеют однозначного ответа на вопрос, каким образом Распутин благотворно воздействовал на самочувствие подопечного. Гипноз, внушение, магия, молитва? Бесспорно одно: Григорий Ефимович обладал потрясающей харизмой и умело пользовался своим даром.

В мемуарной литературе описан характерный случай.

“КРЕПКИЙ СУХОПАРЫЙ МУЖИЧОК С ПРОНЗИТЕЛЬНЫМИ ГЛАЗАМИ УМЕЛ ОБЛЕГЧАТЬ НЕ ТОЛЬКО ФИЗИЧЕСКИЕ БОЛИ, ТЕРЗАВШИЕ ЦАРЕВИЧА, НО И НРАВСТВЕННЫЕ МУЧЕНИЯ ЕГО РОДИТЕЛЕЙ. И В СКОРОМ ВРЕМЕНИ СТАЛ НЕЗАМЕНИМЫМ СОВЕТЧИКОМ НЕ ТОЛЬКО В СЕМЕЙНЫХ ПРОБЛЕМАХ



В энотке «Массандры» хранятся образцы мадеры – любимого вина Распутина. Фото автора



1834, ДМИТРИЙ МЕНДЕЛЕЕВ

Русский учёный-энциклопедист: химик, физик, метролог, экономист, технолог, геолог, метеоролог, нефтяник, педагог, приборостроитель. Среди самых известных открытий – периодический закон химических элементов, один из фундаментальных законов мироздания, неотъемлемый для всего естествознания.



1928, ВЯЧЕСЛАВ ТИХОНОВ

Советский и российский актёр театра и кино, народный артист СССР. Наибольшую известность ему принесла роль разведчика Исаева «Штирлица» в фильме Татьяны Лиозновой «Семнадцать мгновений весны».



1949, ИРИНА МУРАВЬЁВА

Советская и российская актриса театра и кино, народная артистка России. Запомнилась зрителям ролями в фильмах «Москва слезам не верит», «Карнавал», «Самая обаятельная и привлекательная» и др.

РОДИЛИСЬ В ЭТОТ ДЕНЬ



Григорий Распутин – одна из самых загадочных личностей возле российского трона. Фото из открытых источников

НАША ОПОРА И ПОМОЩЬ

Крепкий сухопарый мужичок с пронзительными глазами умел облегчать не только физические боли, терзавшие царевича, но и нравственные мучения его родителей. И в скором времени стал незаменимым со-

В Ливадийском дворце Григорий Распутин был желанным гостем. Фото: Наталья СОМОВА



Замок «Ласточкино гнездо» предполагалось сделать местом расправы с Распутиным. Фото: Гала АМАРАНДО

В квартире Распутина раздаётся телефонный звонок: у Алёши разболелось ухо, он плачет, не может уснуть.

– Ну-ка, дайте его к телефону, – махнул гостям, мол, сидите тихо. – Ты что же, Алёшенька, полношничаете? Ушко болит? Ни-че-го не бо-лит! Ушко больше не болит, говорю тебе. Слышишь? Иди сейчас, ложись. Доброй тебе ночи.

Через 15 минут позвонили опять, с восторгом: «Алексей Николаевич спойкожно уснули!»

ветчиком не только в семейных проблемах.

Александра безоглядно поверила в Распутина как в молитвенника-чудотворца, охранителя её единственного сына – наследника престола. И воспринимала «нашего Друга» как залог благоденствия дома Романовых.

Высшие сановники пытались убедить Николая, что «религиозному авантюристу» не место в ближайшем окружении венценосной четы, но тот был непреклонен: «Это наше

совершенно частное дело. Кому он мешает?»

Мешал «хитрый сибирский колдун» очень многим, поскольку имел реальное влияние на первых лиц страны. А кому из приближённых к власти понравится, что у трона ошивается какой-то мутный малый и никакой управы на него нет? «Несчастливая моя невестка губит и династию, и себя. Она искренне верит в святость проходимца», – сетовала вдовствующая императрица Мария. Следует признать: тревожилась она не зря.

КРЫМСКОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ

Находясь в обществе правителей державы, Григорий Ефимович просто излучал праведность. Однако вне дворца жизнь «старца» добродетелью не отличалась. Разнузданное поведение Распутина давало обильную пищу жёлтой прессе и всячески смаковалось в великосветских салонах.

Особенно пикантной была тема пьяных выходов. Кстати, мадера, к которой возмутитель спокойствия питал особую симпатию, имела крымское происхождение. Первые образцы вина «по мадерному типу» царский завод «Массандра» произвёл в конце XIX века, а после командировки учёного винодела Ярослава Вадарского на остров Мадейра напиток достиг абсолютного совершенства.

«Опытный странник», обладавший своеобразным мироощущением, очень уважал легендарное вино, дважды рождённое солнцем на земле Тавриды. И, есть уверенность, черпал из него жизненные силы.

РАЗРЕШИТЕ ИЗБАВИТЬСЯ...

Все попытки нейтрализовать «дворцового советника» посредством интриг успеха не имели. И тогда заговорщики решили: только физическое устранение ненавистного шарлатана освободит «хозяина земли Русской» от пагубного влияния. Секретный документ гласил: «Последнее слово по распутинской эпопее будет сказано в Крыму».

Осенью 1913 года императорская семья отправилась в любимую Ливадию. Вскоре Николай вызвал Распутина: наследник без «старца» захандрил, плохо себя чувство-

вал. Григорий немедленно выехал.

А из Крыма в Санкт-Петербург уже мчалась шифровка: ялтинский градоначальник Думбадзе просил у министра внутренних дел разрешения избавиться от Распутина во время его переезда на катере из Севастополя в Ялту. План был прост и надёжен: в Севастополе встретить дорогого гостя с поезда хлебом-солью и мадерой, устроить ему морской пикник с посещением новой достопримечательности – замка «Ласточкино гнездо». Попойка завершится печально: полетит виновник торжества с 40-метровой скалы либо поскользнётся на палубе катера. В крайнем случае – «нападут разбойники».

Начальство не ожидало такой прыти от подчинённого и категорически запретило ему самостоятельность в деликатном вопросе. «В Ялте старец находился в хорошем расположении духа, выглядел весёлым и жизнерадостным», – сообщает светская хроника.

Я БУДУ РЯДОМ...

В последний раз августейшие владельцы посетили «милую сердцу Ливадию» в мае 1914 года. В мире уже вовсю носился запах пороха, и Николай пребывал в тяжких раздумьях по поводу грядущего. Некоторое успокоение вносило присутствие рядом человека, готового внимательно выслушать и при том высказать своё мнение. Многочисленные записи в личном дневнике императора свидетельствуют, что встречи происходили постоянно: «Вечер провели с Григорием, он вчера прибыл в Ялту. Видели Григория. Простились с Григорием».

Все последующие трагические события хорошо известны. Русско-германская война. Пророчество Распутина: «Покуда жив я, будет жить и династия». И зверские убийства: в 1916 году – «прозорливца», в 1918 году – Николая и его семьи.

...В свой скорбный путь на екатеринбургскую голгофу царственные мученики взяли письма «Друга» и его подарки – иконы и ожерелья из топазов. Поверье гласит: «камни душевной чистоты», излучающие небесное сияние, укрепляют в человеке веру и надежду.

Иван КОВАЛЕНКО, краевед.

ПРОИСШЕСТВИЯ/КРИМИНАЛ

18+

ПОПАЛИ ПО-КРУПНОМУ. Полицейские пресекли деятельность двоих жителей Сакского района, причастных к совершению ряда наркопреступлений. Установлено, что мужчины покупали в интернете запрещённые вещества для дальнейшей перепродажи. Полицейские уличили подозреваемых в сбыте 0,1 грамма синтетического наркотика, что послужило поводом для начала расследования. При личном досмотре у одного из подозреваемых оперативники обнаружили и другие наркотики, а в его доме были найдены 13 патронов к охотничьему ружью. В жилище второго фигуранта полицейские изъяли самодельное приспособление для употребления наркотиков, а также два снаряда времён ВОВ.

ВСЁ В СЕМЬЮ. В Феодосии мужчина пополнял банковскую карту и ушёл, не убедившись, что операция завершена. Стоявший за ним в очереди крымчанин решил воспользоваться ситуацией и присвоил деньги, не принятые терминалом. Их злоумышленник отдал супруге, однако то, что средства были похищены, не уточнил.

УСТРОИЛ ПОГРОМ. В дежурную часть Керчи поступило сообщение о том, что в одном из магазинов посетитель ведёт себя неадекватно: нецензурно выражается, сбрасывает товары с витрин. Незамедлительно на место происшествия прибыли сотрудники полиции и Росгвардии, которые остановили мужчину. Нарушителем оказался ранее судимый местный житель, который вышел из себя из-за замечания, сделанного ему одним из работников магазина. Выяснилось, что мужчина стал употреблять товар, отказавшись его оплачивать. Работники торгового заведения сделали посетителю замечание и препятствовали его выходу из магазина.

ВОСПОЛЬЗОВАЛСЯ УЯЗВИМОСТЬЮ. В Симферополе полицейские раскрыли аферу с заказом на одном из маркетплейсов цифровой техники на 16 млн рублей. Подозреваемый воспользовался техническими неполадками интернет-магазина. При оформлении заказов он использовал свой «личный кабинет» с пустым банковским счётом. Товар злоумышленник получил в 19 пунктах выдачи на территории различных городов полуострова. Предварительно установлена причастность симферопольца к хищению путём обмана около 100 единиц дорогостоящей цифровой техники и принадлежностей к ней на общую сумму более 16 млн рублей. По месту жительства злоумышленника проведён обыск, в результате которого большая часть краденого была изъята.

ВОР-РЕЦИДИВИСТ. В Алуште мужчина пришёл в магазин, чтобы купить мобильный телефон. В качестве примера консультант продемонстрировала потенциальному покупателю собственный смартфон, приобретённый недавно в этом же салоне. Когда потерпевшая отвлеклась, злоумышленник, воспользовавшись моментом, спрятал телефон под гипс на руке, после чего поспешил покинуть место преступления. Выяснилось, что мужчина ранее был судим за аналогичные преступления. Украденный телефон он продал за 5000 рублей.

УКРАЛ – ВЫПИЛ – В ТЮРЬМУ. В одном из магазинов Симферополя при проведении инвентаризации была выявлена кража алкоголя общей стоимостью около трёх тысяч рублей. Злоумышленниками оказались местные жители, которые явились в продовольственный магазин в поисках горячительных напитков. Но вместо того чтобы расплатиться, мужчины спрятали бутылки под куртку и в личную сумку и ушли.

Рубрику ведёт Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

Всё самое интересное из жизни Крыма –
в одном телеграм-канале



телеграм-канале



ТЕЛЕГРАМНЫ
ИЗ КРЫМА



КОРОТКО

ВЫИГРАЛИ В ТИХОМ БОЮ. Нейрохирурги в Ялте провели сложнейшую операцию на головном мозге. Мужчине удалили опухоль размером в теннисный мяч через нос. Без разрезов и трепанации. Опухоль находилась в гипофизе, из-за чего мужчина почти потерял зрение. Малоинвазивная операция сложнее, чем трепанация черепа. Но это была единственная возможность спасти пациента, и врачи приняли смелое решение. Операция прошла успешно, а реабилитация займёт не более двух недель. Первая в истории нейрохирургии Ялты операция была выполнена благодаря программе ФМБА России по совершенствованию медицинской помощи и развитию нейрохирургической службы в Крыму.

Для сравнения: подобная операция в израильской клинике стоила бы около 65 тысяч долларов, в США в два раза дороже! В Ялтинском многопрофильном медицинском центре ФМБА России помощь можно получить абсолютно бесплатно, и для этого не нужно месяцами ждать очереди и выезжать за пределы республики.

ПОМОЩЬ РЯДОМ. В двух сёлах Красногвардейского района – Полтавке и Колодезном – открылись врачебные амбулатории. Стоимость строительства каждого объекта составила более 30 млн рублей. В новых зданиях предусмотрены кабинеты приёма пациентов, дневной стационар, стоматологический, прививочный, процедурный и другие кабинеты. Все помещения оснащены необходимым медицинским оборудованием и новой мебелью. Амбулатории компьютеризированы и подключены к сети Интернет. Здания оборудованы с учётом доступной среды для маломобильных групп населения. Теперь местные жители смогут получить первичную медико-санитарную помощь: пройти консультацию и осмотр специалистов, иммунизацию, первый этап диспансеризации. По графику в сёла также будут приезжать узкопрофильные специалисты и передвижные медицинские комплексы с возможностью проведения маммографии и флюорографии. К слову, в селе Полтавка проживает почти три тысячи человек, а в селе Колодезном – более тысячи.

РАДИОАКТИВНЫЙ СОСЕД. Радон в воздухе помещений – второй после курения фактор риска возникновения рака лёгких. Но оказалось, что этим его вред для здоровья не исчерпывается. Американские учёные проанализировали данные 160 тысяч пожилых женщин почти за 30 лет и выяснили, что с ростом концентрации этого газа повышается риск инсульта, даже при уровнях в пределах установленных норм. Кстати, концентрация радона в энергоэффективных новостройках в 1,2–2,4 раза выше, чем в старых домах. Радиоактивный газ накапливается в квартирах из-за утеплённых балконов, окон с двойными камерами, особого расположения лестниц – всё это снижает обмен воздуха между помещениями и улицей. Простые и эффективные меры борьбы с накоплением газа в квартирах – обычное проветривание, герметизация пола и стен.

ЖИЗНЬ – ЭТО КАБАРЕ. Учёные проанализировали результаты опроса более тысячи человек и выяснили, что игра на музыкальном инструменте благотворно сказывается на работе мозга. Обычно деменция предшествует постепенное накопление когнитивного дефицита. Срок и степень развития такого дефицита напрямую зависит от когнитивного резерва – способности головного мозга сохранять свои функции при различных повреждениях и заболеваниях за счёт использования незадействованных нейронных связей и создания новых. Не секрет, что некоторые факторы образа жизни увеличивают когнитивный резерв. К ним относятся рабочие умственные нагрузки, уровень образования и отдельные виды хобби. Одним из таких хобби выступают занятия музыкой. Так что игру на музыкальном инструменте можно рассматривать как эффективную меру профилактики деменции.

ПРОСНИСЬ И ПЕЙ

ПРОЦЕНТ РАСТЁТ

Кровь состоит из эритроцитов, лейкоцитов и тромбоцитов, а также плазмы и элементов, которые она переносит, – гормонов, ферментов и т. д. Если баланс всех этих составляющих нарушается, количество клеток увеличивается относительно жидкой части, кровь «густеет», течёт медленнее и труднее, тем самым задерживая транспортировку питательных веществ и кислорода к органам и тканям. Стулки могут блокировать кровеносные сосуды в сердце, головном мозге или лёгких. Это способствует атеросклерозу, варикозу и геморрою, а также тромбозу, инфаркту, инсульту и другим осложнениям. Остановка сердца или закупорка лёгочных артерий в случае не оказания помощи в первые часы нередко становится причиной смерти.

Мы заговорили об этом, потому что количество пациентов с «густой» кровью в Крыму растёт.

ПРОДУКТЫ, РАЗЖИЖАЮЩИЕ КРОВЬ

ВОДА

ФРУКТЫ И ОВОЩИ, БОГАТЫЕ ВИТАМИНОМ E (авокадо, киви, манго, помидоры, шпинат, брокколи)

ОРЕХИ И СУХОФРУКТЫ

ЧЕСНОК

ФРУКТЫ И ОВОЩИ С ВЫСОКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САЛИЦИЛАТОВ (огурцы, помидоры, укроп, абрикосы, дыня, виноград, мандарины, апельсины, киви, нектарины, арбуз, слива)

ЯГОДЫ

СПЕЦИИ (куркума, кайенский перец, корица, имбирь)

МЁД

ПРОДУКТЫ С ВЫСОКИМ СОДЕРЖАНИЕМ ЖИРНЫХ КИСЛОТ ОМЕГА-3 (тунец, анчоусы, сельдь, озёрная форель, макрель, лосось, растительное масло)

Инфографика: noskachev.gov.ru

РЕКА ЖИЗНИ

Почему кровь густеет и чем это опасно для здоровья, мы поинтересовались у гематолога.

– В среднем на приёме у гематолога 15% пациентов со сгущением крови. Это достаточно высокий процент, – отмечает **главный внештатный специалист-гематолог Министерства здравоохранения Республики Крым Алим Амдиев.** – Такая тенденция связана преимущественно с образом жизни. Это обезвоживание, постоянный стресс, высокий уровень физической нагрузки при малом потреблении жидкости (показывается необходимость назначения разжижающей терапии пациентам старше 55–60 лет) или сидячий образ жизни, генетика, патология печени, гипертоническая болезнь, хронические заболевания – сахарный диабет и ожирение, недостаток незаменимых жирных кислот, беременность, старение, курение, злоупотребление алкоголем, истинная полицитемия... К сожалению, такие процессы всё чаще встречаются среди молодых пациентов.

ЗАПОДОЗРИТЬ ТРУДНО

Не всегда такое состояние вызывает жалобы у пациентов, оно может протекать абсолютно бессим-

ДОБАВЬТЕ ТОФУ

Принципы, которые могут сделать кровь более жидкой, доступны всем:

- в первую очередь важен питьевой режим – выпивайте 10 стаканов чистой воды в сутки. Также в рацион можно включить зелёный или травяной чай, натуральные соки из овощей и фруктов;
- для разжижения крови рекомендуется употреблять виноград. Благодаря некоторым соединениям, например, биофлавоноидам, эта ягода считается наиболее полезной для сердечно-сосудистой системы;
- к продуктам, разжижающим кровь, относятся чай с гранатом, имбирь, куркума, тмин, чеснок, лук, зелёный чай, дикий лосось, тофу и грецкие орехи. Скумбрия улучшает эластичность сосудов, текучесть крови, нормализует артериальное давление;
- для поддержания движения крови не забывайте делать хотя бы простые физические упражнения, особенно если при вашей работе неизбежен сидячий образ жизни.

птомно. Поэтому гематолог советует честно ответить себе на вопрос, закрываем ли мы суточную норму жидкости – 1,5–2 литра воды. Тут же он рекомендует пройти диспансеризацию и проследить за уровнем гемоглобина, лейкоцитов, тромбоцитов и эритроцитов в общем анализе крови. Нормальное количество тромбоцитов в крови в среднем колеблется пределах 180–320 × 10⁹ клеток на литр крови. Всё, что выше, трактуют как тромбоцитоз. А это повод обратиться к врачу.

Помимо количества тромбоцитов, обязательно смотрят на их средний объём. Но всё же это не главный показатель. Покажет риск тромбозов и анализ D-димер, скорость оседания эритроцитов поможет выявить сгущение крови, а коагулограмма поведает о факторе свёртываемости.

– Иногда по самочувствию можно распознать синдром. Обратите внимание на необоснованную усталость. Например, если ранее вы без труда поднимались на шестой этаж, а теперь делаете остановку на третьем, испытываете головные боли и головокру-

жение, покалывание и онемение в конечностях, тяжесть и боли в ногах, наблюдаете медленное кровотечение при порезах, у вас краснеют губы и кисти, – может быть, виновато загущение крови, – предостерегает специалист.

ВОЗВРАЩАЯСЬ К ИСТОЧНИКУ ЗДОРОВЬЯ

Нужно учитывать и генетическую предрасположенность к тромбозам – тромбофилию. Её можно выявить с помощью генетических анализов и в последующем при стрессах, воспалительных процессах и инфекциях принимать препараты, разжижающие кровь. Интересно, что тромбофилия в 80% выявляется у молодых женщин, переживающих проблемы, связанные с беременностью. Если в прошлом был эпизод с выкидышем или замиранием плода, вероятно склонность к сгущению крови, которая и поспособствовала недостаточному кровоснабжению плода.

Достаточно часто повышенная вязкость крови – следствие неправильного питания. Если она связана с нехваткой жидкости, гематологом назначается пересмотр рациона. В случае симптома на фоне гематологических диагнозов эффективна разжижающая терапия, снижающая уровень клеток крови. Люди старше 60 лет особенно нуждаются в постоянном приёме разжижающих препаратов.

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 11 ФЕВРАЛЯ

1 ПЕРВЫЙ канал
06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости
06:10 Подкаст: Лаб «Мелодии моей жизни» 16+

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

ТНТ
07:00 «Однажды в России. Спец-дайджесты 2023» 16+

РЕТРО
06:20, 17:15 Х/ф «Улица младшего сына» 6+

КРЫМ
06:00, 06:45 Мультфильмы 6+



«ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ» 16+

Великобритания, 1971 год. Терри встречает старую знакомую Мартин, которая предлагает ему ограбить банк и одним махом решить все финансовые проблемы.

РОССИЯ 1
06:10, 02:20 Х/ф «По секрету всему свету» 12+

ТВУ
05:55 Х/ф «Любовь вне конкурса» 12+

СТС
06:00, 05:15 «Ералаш» 0+

КИНОХИТ
00:20 Х/ф «Пиджак» 16+

МИЛЛЕТ
05:00 «Миллет яньгырай» 6+



«ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА» 16+

«Первая передача» — это познавательный проект про автомобилистов и для автомобилистов — для тех, кто хочет из простого автолюбителя стать автопрофессионалом!

5 ПЯТЫЙ канал
05:00, 05:35, 06:25 Т/с «Прокурорская проверка» 16+

РОССИЙСКИЙ РОМАН
06:00 Х/ф «Ангел в сердце» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00, 05:45 М/с «Тайны Медовой Долины» 0+

КИНОКОМЕДИЯ
00:50 Х/ф «Возвращение высокого блондина» 0+

В программе телепередач возможны изменения. За содержание программы редакция ответственности не несёт.

ОПЕРАТИВНЫЙ МОНИТОРИНГ МИНИМАЛЬНЫХ РОЗНИЧНЫХ ЦЕН

НА ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫХ ТОВАРОВ ПЕРВОЙ НЕОБХОДИМОСТИ В РАЗРЕЗЕ КРУПНЫХ ТОРГОВЫХ СЕТЕЙ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ*

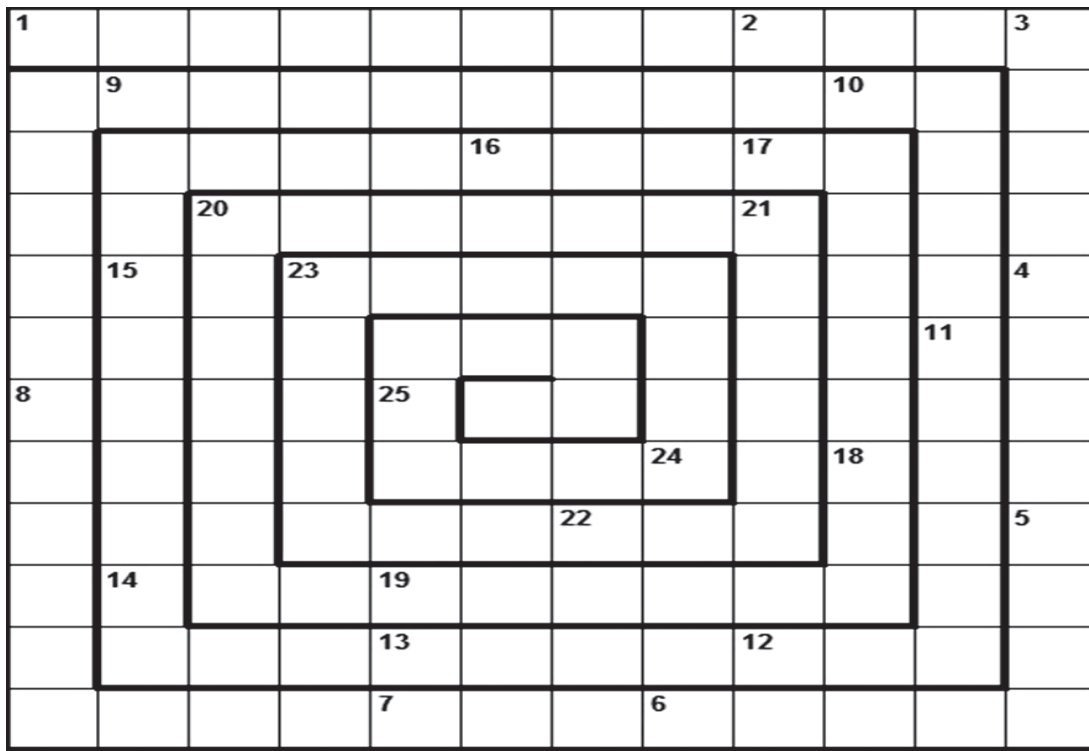
Table with 11 columns: Наименование товара, Ashan, ZM BEZ CEN, PVA, KOPZINA, and Yabloko. Rows list various goods like meat, fish, oil, flour, and vegetables with their prices and brands.

*По состоянию на 06.02.2024. Данные предоставлены Министерством промышленной политики Республики Крым.

ПОГОДА
НА ЗАВТРА

- Симферополь**
 +14
+10
- Севастополь**
 +12
+9
- Ялта, Алушта**
 +15
+11
- Евпатория**
 +11
+9
- Черноморское**
 +12
+8
- Феодосия**
 +12
+10
- Керчь**
 +12
+8
- Бахчисарай**
 +14
+9
- Армянск**
 +11
+7
- Джанкой**
 +15
+9
- Судак**
 +11
+9
- Белогорск**
 +17
+11
- Кировское**
 +18
+7

ЧАЙНВОРД



1. Автор балета «Гаянэ». 2. Киногерой Стивена Сигала. 3. Кудесница леса из Белоруссии. 4. Повелитель зверей для индейцев майя. 5. Музыкальное произведение на темы народных песен. 6. Дерево, пришедшее с повинной. 7. Автор картины «Опять двойка!». 8. Мазь на все случаи жизни. 9. Жёлто-оранжевый цветок, капуцин. 10. Охотничья сумка. 11. Он написал музыку к мультфильмам «Крошка Енот», «Чебурашка», «Мама для мамонтёнка». 12. Имя композитора Гайдна. 13. Литературный персонаж, произнёсший фразу: «Остановись, мгновенье! Ты прекрасно!» 14. На этом полуострове находится самая северная точка Евразии. 15. Настоящая фамилия Джеймса Чейза. 16. Испанский сюрреалист. 17. Вдохновитель партии. 18. Подснежник. 19. Кусок золота. 20. Житель Оттавы. 21. Ирландский мох. 22. Сыграл инженера Щукина в фильме Леонида Гайдая «Двенадцать стульев». 23. Цепная головоломка. 24. Курорт в Швейцарии. 25. Вишня «в кино».

Составила
Лина НОВИЦКАЯ.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 21 ОТ 07.02.2024

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Кабинет. 6. Какарик. 10. Афина. 11. Вазелин. 12. Белотал. 13. Такса. 14. «Лилличка». 15. Топоним. 16. «Лисео». 19. Иголка. 23. Токаор. 26. Кантата. 27. Улитка. 28. Мариец. 29. Канатка. 30. Каисса. 33. Скачок. 37. Пааво. 40. Зарядка. 41. Пилорыл. 42. Рабар. 43. Чинарик. 44. Антоним. 45. Устав. 46. Адаптер. 47. Арагорн.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Кавалли. 2. Базилио. 3. Нальчик. 4. Тантал. 5. Дискус. 6. Кабато. 7. «Калипсо». 8. Ротонда. 9. Кальмар. 17. Изнанка. 18. Ерастов. 20. Гелла. 21. Лотос. 22. Акака. 23. Тамас. 24. Карга. 25. Озеро. 30. Казачка. 31. Игрунка. 32. Сидерит. 34. Калитка. 35. Чаранго. 36. Кальман. 37. Паркур. 38. Арбитр. 39. Оправа.

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

Отдел маркетинга главного медиахолдинга Крыма ждёт тебя!



Если хочешь работать рекламным агентом, позвони нам:
+7 (978) 207-90-81

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

КАКОЙ ИЛИ НИКАКОЙ?

Нужен между словами дефис или не нужен? В очередной раз пытаемся найти ответ на один из вечных вопросов русского языка. Итак, здесь мы имеем дело с неопределённым местоимением, состоящим из двух частей. По правилу, сочетания двух одинаковых слов, одно из которых осложнено префиксом или суффиксом, пишутся через дефис. Вот как это правило работает с другими сочетаниями: просто-напросто, крест-накрест, мало-мальски. Правильно: какой-никакой.

Рубрику ведёт Ирина ГУЛИВАТАЯ.

АНЕКДОТЫ

Обидно, когда ты в прекрасной спортивной форме, а она на тебе не застёгивается.

– Поздравляю, ваш фильм о том, что Земля плоская, завоевал премию!
– Какую?
– «Золотой глобус».

На правах рекламы

Утерянный аттестат № 13150438 о среднем общем образовании, выданный СОШ № 31 на имя Привалихина Степана Борисовича, считать недействительным.

ОФОРМИТЕ ПОДПИСКУ на «Крымскую газету» и «Крымский журнал» НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!



Просто отсканируйте QR-код и перейдите на сайт подписки **PODPISKA-CRIMEA.RU**

Если нет времени регистрироваться самому, тогда мы сделаем это за вас! Отправьте сообщение со словом «ПОДПИСКА» на номер: **+7 (978) 000-00-33**



ГОРОСКОП НА ЗАВТРА

ОВЕН. Вам не придётся опасаться, кто-то не выполнит своего обещания и тем самым подведёт вас под монастырь. Можете безбоязненно взваливать поручения на друзей и близких – сделают как миленькие.

ТЕЛЕЦ. Финансы поют романсы. Действительно ли вы хотите потратить на развлечения ту сумму, которую собирались?

БЛИЗНЕЦЫ. Вы будете склонны придираться к окружающим. Возможно, они в полной мере этого заслуживают, но следует учитывать, что вам это чести не добавит.

РАК. Вы можете оказаться немного более эгоцентричным, чем следовало бы. И вам не замедлят на это обстоятельство указать. Нынешний день чреват ссорами.

ЛЕВ. Вы собираетесь сказку сделать былью? Так действуйте – у вас получится! Только выберите хорошую сказку, нестрашную.

ДЕВА. Постарайтесь подавить в себе желание на что-либо пожаловаться. В противном случае обязательно найдётся кто-то, кто с готовностью объяснит вам, что вы же во всем и виноваты.

ВЕСЫ. Возможны серьёзные столкновения на почве разногласий по вопросам морали. Постарайтесь не довести до рукоприкладства.

СКОРПИОН. Вы не будете особенно ранимы, а посему сможете без потерь воспринять суровую прозу жизни. Только не пересказывайте никому, предварительно не уверившись в устойчивости слушателя.

СТРЕЛЕЦ. Обмен идеями и прочей информацией с другими людьми всегда был важен, однако сегодня он жизненно необходим. Постарайтесь, чтобы сегодня вас было легко найти.

КОЗЕРОГ. Будьте добрым и отзывчивым. Обращайте больше внимания на то, что творится вокруг вас. Не переходите дорогу в неподобающем месте.

ВОДОЛЕЙ. От вас может потребоваться немедленная реакция и готовность помочь, ни минуты не раздумывая о том, насколько это помешает вашим собственным делам. Наверстаете после.

РЫБЫ. Меньше всего вы нуждаетесь в мелодраматических настроениях. Не поддавайтесь на провокации, пусть даже вас и обзовут циником.

