

КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА



Издаётся с 6 июля 1934 года

№ 176 (21397)

ПЯТНИЦА

30 сентября

2022 года

GAZETACRIMEA.RU

16+



Крымские аграрии собирают щедрый урожай яблок осенних сортов

стр. 2-3



ПРЕДСЕДАТЕЛЬ КОМИТЕТА ГОСУДАРСТВЕННОГО СОВЕТА РК ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ, СОЦПОЛИТИКЕ И ДЕЛАМ ВЕТЕРАНОВ
АННА РУБЕЛЬ

О планах, новшествах в медицине и социальных гарантиях

стр. 6-7

МЫ ЗА ЦЕНОЙ НЕ ПОСТОИМ ЧТО ПОЛОЖЕНО ТЕМ, КТО ИДЁТ СЛУЖИТЬ В АРМИЮ ПО КОНТРАКТУ



Стр. 21

Фото: Гала АМАРАНДИ

В Крыму прошла международная медицинская выставка

стр. 24

В библиотеки переданы экземпляры Книги Памяти «Черноморский флот в Великой войне 1914-1918 годов»

стр. 25

Радуга Звуков

Слуховые аппараты

Симферополь, пр-т Победы, 54
+7 (3652) 57 39 34
+7 (978) 980 02 16

Центры хорошего слуха

ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН

www.radugazvukov.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

На правах рекламы

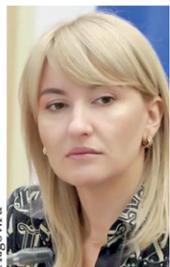
СКАЗАНО

Ирина КИВИКО,
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ СОВЕТА МИНИСТРОВ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ – МИНИСТР ФИНАНСОВ РЕСПУБЛИКИ
КРЫМ:



«В рамках государственно-частного партнёрства в Крыму реализуется 14 проектов, из которых два концессионных соглашения по созданию технологических элементов обустройства автомобильных дорог, предназначенных для обеспечения безопасности дорожного движения на территории Крыма (контроль нарушений ПДД), а также 12 концессионных соглашений в отношении централизованных систем холодного водоснабжения, отдельных объектов таких систем муниципальных образований».

Анна АНЮХИНА,
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ СОВЕТА МИНИСТРОВ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ:



«К сожалению, на текущий момент процедура оформления земельных участков гаражными кооперативами не завершена в силу ряда объективных препятствий, возникающих при оформлении прав. В связи с высокой востребованностью процедуры и её перспективностью для республики принято решение о продлении сроков подачи заявлений о предоставлении земельных участков гаражным кооперативам до 1 августа 2023 года».

ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

ПОЛНЫМ ХОДОМ

На данное время в республике удалось собрать урожай яблок – порядка 50 тысяч тонн, что на 10 тысяч тонн больше в сравнении с аналогичным периодом прошлого года.

– Яблоки осенних сортов созревания начали собирать во второй половине августа. Ежегодно площадь яблоневых садов на полуострове увеличивается. Например, за последние пять лет было заложено более полутора тысяч гектаров. Сейчас общая площадь яблоневых садов в Крыму в сельхозорганизациях составляет более шести тысяч гектаров, из них в плодоносящем возрасте находятся около пяти тысяч гектаров. В этом году аграрии планируют собрать урожай не меньше уровня прошлого года, – рассказала **первый заместитель министра сельского хозяйства Республики Крым Алимэ Зарединова.**

Напомним, в 2021 году валовой сбор урожая яблок составил более 130 тысяч тонн. Самые крупные яблоневые сады расположены в Красногвардейском, Нижнегорском, Бахчисарайском и Симферопольском районах. Одним из таких



НАЛИВНОЙ САД

Крымские аграрии собирают щедрый урожай яблок осенних сортов

УРОЖАЙ И СТАТИСТИКА

Согласно расчётам на 1 сентября 2022 года, проведённым по всем категориям хозяйств Крыма (сельхозорганизации, фермеры, население),

• зерновые и зернобобовые культуры (без кукурузы) обмолочены с площади **498,5 тыс. гектаров**, что: **на 6,6% меньше,** чем на 1 сентября 2021 года, и составляет **95%** всех посевов зерновых и зернобобовых культур.

• зерновых и зернобобовых культур намолочено **1898,7 тыс. тонн** (в первоначально оприходованном весе), что **на 32,4% больше** соответствующего уровня предыдущего года.

В том числе пшеницы – **1200,7 тыс. тонн.**

• Масличных культур убрано **79,0 тыс. тонн**, в том числе подсолнечника на зерно – **19,3 тыс. тонн.**

• Овощей открытого и закрытого грунта собрано **32,9 тыс. тонн**, что составляет **109,0%** соответствующего уровня прошлого года.

В том числе овощей **открытого** грунта – **21,4 тыс. тонн.**

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

**КСТАТИ**

В этом году планируется заложить около 1200 гектаров садов многолетних насаждений. На эти цели выделено 650 миллионов рублей. В эту сумму входят закладка семечковых, косточковых, орехоплодных культур, приобретение саженцев, шпалер, противодождевой сетки.

В ПЛАНАХ

В 2022 году предприятие планирует закладывать ещё 48 гектаров садов интенсивного роста. В ближайшей перспективе здесь будут построены собственный водонакопитель и фруктохранилище на пять тысяч тонн.

Кроме уборки яблок в саду, на земле, которая не обрабатывалась более 15 лет, сейчас проводятся работы по культуртехнической мелиорации. Площадь более 180 гектаров очищается от пней, деревьев, кустарников и будет приведена в состояние, пригодное для закладки нового сада.

Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

предприятий является ООО «Грушевые сады», расположенное под Судаком. На предприятии полным ходом кипит работы по сбору полезных плодов. Здесь растут яблоневые деревья на

площади более 40 гектаров. Вся продукция, насыщенная крымским солнцем, не только реализуется на территории полуострова, но и успешно продаётся на материке.

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

ОТРАЖЕНИЕ ДУШИ



Начиная с 1975 года 1 октября отмечается Международный день музыки. Какую роль она играет в вашей жизни?

ПОД РИТМ СЕРДЦА

Александр Андреев,
студент:

– Музыка не просто набор звуков и текста. Это отражение состояния души. Можно говорить, что было лучше или хуже, а можно наслаждаться моментом и эмоциями, которые дарит конкретная композиция. Я любитель всегда слушать музыку: дома, в дороге, на работе. Мелодия – некая терапия души в нашем безумном и динамичном мире. К сожалению, загрузка не позволяет медитировать, но включив музыку, можно нормализовать и ды-

хание, и ритм сердца, а современные технологии позволяют подобрать наиболее подходящую к той или иной жизненной ситуации композицию.

У КАЖДОГО СВОЯ!

Анна Николаевна,
библиотекарь:

– Не представляю, какой была бы жизнь без музыки. Вероятно, серой и беззвучной. Неважно, какая музыка. Для каждого человека она разная. Когда мне грустно или занимаюсь домашними делами, включаю мелодию под настроение. Она сопровождает меня везде: дома, в транспорте и даже на улице. С ней самый

унылый и безрадостный день может стать лучше.

**С МУЗЫКОЙ
ДО КОНЦА**

Анастасия Бойко,
музыкант:

– Был период в жизни, когда я не могла заниматься музыкой. В тот момент я поняла, насколько она для меня важна, без неё сложно жить. Когда я играю (неважно, для себя или на публике), то чувствую, что живу. Без гитары я как будто другой человек. Всё плохое уходит из головы, когда беру в руки музыкальный инструмент.

Подготовил
Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

СЛОВО РЕДАКТОРА

Конечно, говорить о чём-либо, кроме сюжетов, связанных с состоявшимися референдумами в ДНР, ЛНР, Запорожской и Херсонской областях, а также реакции на объявленную в России частичную мобилизацию на этой неделе сложно. Как всегда, крайне важно отделять правдивую информацию от намеренной дезинформации, которой заполнено информационное пространство. Поэтому решила подобрать самые невероятные фейки о прошедших референдумах и ходе мобилизации в России и развеять их. Встречайте пятёрку финалистов нашего еженедельного хит-парада #всё_как_есть.

#ВЫБОРЫ_ПОД_ДУЛОМ_АВТОМАТА

Открывает перечень самых лживых и не соответствующих реальности заявлений наша хорошая знакомая и частый гость рейтинга – глава МИД ФРГ Анналена Бербок. Немецкий министр «на полном серьёзе» заявила, что выборы в ДНР, ЛНР, Херсонской и Запорожской областях проходят в прямом смысле слова «под дулом автомата». Как сообщила госпожа Бербок, избиратели «должны в течение трёх дней крестик ставить, пока рядом с ними стоит солдат с автоматом Калашникова». Более того, несогласных ещё и предвзято насилуют. Невольно вспоминается бывшая уполномоченная по правам человека Украины Людмила Денисова, тоже повёрнутая на изнасилованиях. Конечно, за столь богатое воображение и фантазию немецкому министру нельзя не присудить пятое место.

#МОБИЛИЗАЦИЯ_ОТ_ЦИПСО

На четвёртом месте рейтинга запущенный украинскими ципсошниками фейк о том, что в Крыму происходит настоящий «геноцид крымскотатарского народа». В украинских и западных СМИ с подачи запрещённой в Российской Федерации организации «Меджлис крымскотатарского народа» пишут, что якобы 90% повесток в рамках частичной мобилизации получили именно крымские татары, хотя их численность в регионе едва достигает 15% от всего количества местного населения. Официальные лица нашей республики уже опровергли эту информацию и подчеркнули злонамеренный характер этого вброса. Врио военного комиссара Республики Крым Евгений Кутузов заявил, что призыв в рамках частичной мобилизации проходит согласно военно-учётным специальностям, которые требуются в войсках, а национальный состав призывников, получивших повестки, в пропорции примерно такой же, как и состав населения полуострова.

#ЭТОТ_ПОЕЗД_В_ОГНЕ

Продолжая тему мобилизации, обратимся к бронзовому призёру нашего хит-парада, которым стал широко распространённый в сети фейк о том, что в Луганской Народной Республике сгорел поезд, на котором ехали мобилизованные россияне.

Автором сего шедевра также стали украинские источники, сообщившие, что «первая партия» мобилизованных россиян погибла в ЛНР в результате возгорания железнодорожных вагонов, в которых они находились.

Как всегда, позаботиться хоть о какой-то минимальной достоверности фейка его авторы не смогли. В качестве подтверждения они, конечно, выложили фотографию, где запечатлён горящий поезд. Но маленький нюанс: на самом деле снимок сделан на месте аварии, которая произошла в ноябре 2010 года в польском городе Белостоке, когда загорелась одна из цистерн, а огонь перекинулся на другие вагоны с топливом. Не говоря уж о том, что никого из мобилизованных в Российской Федерации чисто технически даже не могли успеть отправить в ЛНР, так как они не прошли обязательную переподготовку.

#ПОВЕСТКА_ПО_ПОЧТЕ

Серебро нашего рейтинга фейков достаётся творчеству всё тех фантазёров из ЦИПСО, кто активно распространяет в социальных сетях и мессенджерах информацию, а точнее, дезинформацию о том, что в почтовый ящик мобилизованным бросают повестку и список вещей, которые необходимо им купить и взять с собой. Причём публикацией этого вброса отметился и ряд российских коллег по цеху, что особенно прискорбно.

Хочется сказать, что военкоматы по определению не могут оставить повестку в почтовом ящике, так как она вручается лично и под подпись, а иначе попросту не считается выданной. Что касается списка вещей, то Минобороны России лишь распространило рекомендации с перечнем предметов первой необходимости (термобельё, зубная щётка), которые человек может взять с собой, но речь уж точно не идёт о необходимости приобретения пауэрбанков или кнопочных телефонов. Так что не ведитесь на подобную информацию, даже если её авторами выступают когда-то уважаемые и небезвестные журналисты.

#ДЕТСКОЕ_ГОЛОСОВАНИЕ

Лидером же среди без преувеличения миллионов фейков стала распространённая в дни проведения референдумов в украинских телеграм-каналах новость о том, что в Донецкой Народной Республике к голосованию на референдуме по вопросу вхождения в состав Российской Федерации будут привлекать 13-летних детей. В свойственной им манере украинцы сослались на некий документ, который они не опубликовали, не подкрепили свои слова какими-либо доказательствами.

Безусловно, абсурдность подобного утверждения не подлежит сомнению. В соответствии с законодательством ДНР принять участие в голосовании могли только лица, достигшие 18 лет и имеющие при себе действующий паспорт. Полную легитимность всех электоральных процедур подтвердили и международные наблюдатели, не зафиксировавшие никаких нарушений, тем более связанных с привлечением к голосованию несовершеннолетних.

В целом ничего оригинального. До этого в украинских источниках также публиковалась информация, что к голосованию в ДНР и ЛНР будут привлекать заключённых из Ростовской области. Своим вниманием украинцы обошли, пожалуй, только животных. Недоработка, ведь наверняка и все домашние питомцы Донбасса также отдали свой голос за присоединение к России под дулами автоматов и будучи предварительно изнасилованными российскими военнослужащими. Такая ведь методичка спущена украинским источникам «информации»?

Мария ВОЛКОНСКАЯ,
главный редактор «Крымской газеты».

МЕСЯЦ В КАДРАХ

КАК В СКАЗКЕ

1 сентября, Белогорский район. Открытие школы в Зеленогорском.

В День знаний состоялось торжественное открытие после полной реконструкции школы в селе Зеленогорском. Это образовательное учреждение не узнать, потому что изменения произошли кардинальные: отремонтированы кабинеты, появился пищеблок с современным оборудованием, установлен полный комплекс системы безопасности, построен новый многофункциональный стадион. Учебный год в школе начали более 500 детей из близлежащих сёл, при этом проектная мощность общеобразовательного учреждения составляет 834 ученика. Примечательно, что это учебное заведение также с крымскотатарским языком обучения.



Фото: Михаил ГЛАДЧУК

БУДЕТ РОДИНА КРЕПКА

Сентябрь потребовал от крымчан особого патриотического настроения, решимости и консолидации. На защиту Отечества поднялись тысячи резервистов, оказывается всесторонняя помощь жителям на освобождённых территориях Украины, но не останавливается и мирное строительство, направленное на процветание нашего полуострова.



Фото: Наталья СОМОВА

ДОЛГ ЧЕСТИ

2 сентября, Нижнегорский район. Открытие памятной таблички Герою СВО.

В Крыму свято чтят светлую память о земляках, которые погибли во время проведения специальной военной операции на Украине. Одним из таких молодых героев стал добрый и трудолюбивый парень из села Уварово – командир боевой машины «Град» Тимофей Перепелица. Он погиб 17 марта этого года во время выполнения боевого задания в Николаевской области. Указом Президента Российской Федерации № 174 от 31 марта 2022 года младший сержант награждён орденом Мужества посмертно. Односельчане тепло отзываются о Тимофее, отмечают, что парень всегда был дружелюбным и ответственным. В родной школе открыли мемориальную доску в честь погибшего защитника.



Фото: Михаил ГЛАДЧУК

ШАШКИ НАГОЛО



Фото: Михаил ГЛАДЧУК

4 сентября, Ялта. Фестиваль «Крымские тулумбасы».

В шестнадцатый раз на полуострове прошёл фестиваль казачьей культуры «Крымские тулумбасы». В праздничных мероприятиях приняли участие более 200 артистов – не только местные коллективы, но и ансамбли из Ростовской, Липецкой, Курской областей и Ставропольского края. На гала-концерте прозвучали известные казачьи песни, в том числе презентованы новые, например, композиция, посвящённая штурмовому батальону «Таврида», в который вошли добровольцы из Черноморского казачьего войска. Кроме того, в рамках фестиваля проводились разнообразные мастер-классы.

С БОЛЬШОЙ ВЫГОДОЙ

7 сентября, Симферопольский район. Сев рапса.

В сентябре аграрии приступили к севу рапса. Сельхозпроизводители работали в Джанкойском, Красноперекопском, Красногвардейском и Симферопольском районах. Общая площадь, отведённая под эту востребованную культуру, составляет более девяти тысяч гектаров. В текущем году на полуострове было собрано 13,8 тысячи тонн рапса. В настоящее время существует устойчивый спрос на эту масличную культуру, поскольку она имеет широкий профиль применения. Вдобавок преимущество выращивания рапса заключается в том, что это безотходное производство.



Фото: Гала АМАРАНДО

С ПУШКИНЫМ ЗА РУЧКУ

19 сентября, Симферополь. Спектакль-экскурсия.

В Крыму набирают популярность спектакли-экскурсии, которые посредством небольших театрализованных представлений по ходу маршрута знакомят экскурсантов с достопримечательностями различных городов полуострова. Сценарии пишут профессиональные экскурсоводы-краеведы, а воплощают подлинных исторических личностей настоящие актёры из крымских театров или любительских коллективов. Подобный формат мероприятия распространён в России, например, в признанных туристических центрах – Москве и Санкт-Петербурге. Но теперь этот необычный опыт воплощается на крымской земле. Спектакли-экскурсии уже прошли в Бахчисарае, Ялте, Балаклаве, Симферополе. К слову, администрация крымской столицы представила туристический портал Visitsimferopol.ru, где можно узнать о новостях и событиях, происходящих в Симферополе.



ПРИВОКЗАЛЬНЫЙ КОТЛОВАН

21 сентября, Симферополь. Строительство коллектора.

Возле железнодорожного вокзала начались работы по прокладке трубопровода, который будет врезан в главный канализационный коллектор. Строительные мероприятия планируют завершить в конце ноября. Общая стоимость реконструкции коллектора в Симферополе составляет 10,7 млрд рублей. Проект предусматривает обустройство 35 шахт, к настоящему времени 25 из них завершены. Пропускная способность объекта составит 40 тыс. куб. м в сутки. Это позволит полностью принять хозяйственно-бытовые стоки крымской столицы и части Симферопольского района.

Фото: Наталья СОМОВА

ВМЕСТЕ НАВСЕГДА

23 сентября, Симферополь. Митинг в поддержку ДНР и ЛНР.

На протяжении всех восьми лет крымчане сопереживают жителям Донбасса, стараясь поддержать их во всём как в тяжёлые минуты, так и в моменты радости. Поэтому желание жи-

телей ЛНР, ДНР, Херсонской и Запорожской областей, которые путём волеизъявления решили войти в огромную российскую семью, нашло большой отклик в сердцах жителей нашей республики. Тысячи людей крымской столицы пришли в парк Гагарина, чтобы поприветствовать своих братьев на освобождённых территориях, где прохо-

дит народный референдум о вхождении этих регионов в Российскую Федерацию. Как и во время Крымской весны, жители полуострова считают, что их соотечественники заслужили право самостоятельно решать свою судьбу, говорить на родном языке, любить историю, почитать героических предков, не боясь украинских репрессий.



Фото: Наталья СОМОВА

ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН

25 сентября, Севастополь. Присяга мобилизованных крымчан.

После объявления о частичной мобилизации крымские военкоматы оперативно провели мероприятия по призыву резер-

вистов. И уже через несколько дней на базе 810-й отдельной гвардейской ордена Жукова бригады морской пехоты прошла торжественная церемония приведения к военной присяге бойцов, пополнивших ряды участников СВО. Глава Крыма Сергей

Аксёнов отметил: «Испытываю особое чувство гордости за наших ребят. Видел в их глазах решительность и уверенность. Это настоящие мужчины с внутренним стержнем, которых характеризуют не слова, а дела, конкретные поступки».



Фото: Гая АМАРАНДО



Фото: Михаил ГЛАДЧУК

ПРАВО НА ГОЛОС

27 сентября, Симферополь. Референдум на освобождённых территориях Украины.

С 23 по 27 сентября на освобождённых в ходе специальной военной операции территориях Украины проходил референдум, определяющий дальнейший статус ДНР, ЛНР, Запорожской и Херсонской областей. Участки для голосования беженцев, которые в настоящее время пребывают в нашей республике, были организованы и в Крыму. Всего открыто пять участков: в Симферополе, Ялте, Керчи, Евпатории и Джанкое. За ходом народного волеизъявления следили и наблюдатели – представители Белоруссии, Боснии и Герцеговины, Бразилии, Германии, Египта, ЮАР, Того и других стран. Они подтвердили, что процедура соответствовала всем демократическим принципам и давления на голосовавших людей не оказывалось.



Фото: Михаил ГЛАДЧУК

НЕ СДЕРЖИВАЯ СЛЁЗ

27 сентября, Симферополь. Траурное мероприятие в память о жертвах трагедии в Ижевске.

Трагические события, произошедшие в удмуртской столице, в школе № 88, острой болью отозвались в сердцах крымчан. В Симферополе и Ялте рядом со зданиями городских администраций созданы стихийные мемориалы, к которым все неравнодушные люди могли принести цветы и игрушки. Многие не скрывали слёз. Напомним, в результате стрельбы, которую открыл в ижевской школе вооружённый преступник, погибли 17 человек, большинство из которых – дети.

Борис СЕДЕНКО.

ИНТЕРВЬЮ

МЕДИЦИНА «ПРИШЛА»

– Анна Дмитриевна, судя по информации в социальных сетях, вы часто выезжаете в больницы, которые находятся в отдалённых районах Крыма. Как оцениваете качество медицинского обслуживания и уровень технического оснащения?

– Для повышения доступности и качества медпомощи не только ведётся строительство ФАПов, амбулаторий, но и работают передвижные флюорографы, маммографы для обслуживания жителей небольших сельских населённых пунктов с численностью населения менее 100 человек. Значительно повысилась доступность дорогостоящих методов исследований. В 2014 году в регионе было не более двух аппаратов магнитно-резонансной томографии и до пяти компьютерных томографов. Сейчас такое серьёзное оборудование есть везде, в том числе в Керчи и в Черноморском районе. Ультразвуковое исследование тоже теперь можно проходить в отдалённых районах, имея полис ОМС. Качество медицинской помощи в Крыму за восемь лет намного улучшилось. Можно с уверенностью заявить, что медицина «пришла» к людям.

– Действительно, обеспечение региональных медучреждений оборудованием в последние годы впечатляет. А как обстоят дела с кадрами?

– Если мы говорим о врачах и среднем медицинском персонале, то в республике этот уровень выше среднего по Южному федеральному округу. Обеспеченность кадрами на уровне 80-90%. Если рассматривать каждый конкретный регион, то статистика разнится. Бытует мнение, что столица более привлекательна, специалистов должно быть больше, но это не так. Много зависит от руководителя медицинской организации и отдела кадров. Сегодня у нас есть районы, где обеспеченность персоналом чуть более 60%. Не буду называть имена коллег, чтобы не ставить их в неловкое положение. К примеру, в Ленинский и Черноморский районы было за последнее время привлечено много моло-



НА БЛАГО ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ

Где в Крыму появятся новые центры для лечения сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний? Насколько доступна медицина в сёлах? Об этом и не только «Крымская газета» побеседовала с председателем Комитета Государственного Совета Республики Крым по здравоохранению, социальной политике и делам ветеранов, депутатом Госсовета РК по Белогорскому одномандатному избирательному округу Анной Рубель.

дых специалистов по программе «Земский доктор». Это серьёзное подспорье, гарантированы не только выплаты, но и полный пакет мер социальной

поддержки. Существуют доплаты медикам узких специальностей, за работу в сельской местности, компенсация по оплате коммунальных услуг, обеспече-

ние социальным жильём. Со всем недавно ключи ещё от двух квартир были вручены медицинским работникам в Евпатории.

– А какова ситуация с персоналом в медучреждениях Симферополя?

– Необходимо рассматривать каждое учреждение в отдельности. Есть больницы, где штат укомплектован на 100%. Например, 4-я городская поликлиника. Но есть учреждения, где ощущается острая нехватка специалистов первичного звена здравоохранения. Терапевт может вести два-три участка, хотя должен – один. Но, повторюсь, у нас есть готовые решения всех проблем, осталась только позиция руководителя, который заинтересован в поиске и привлечении специалистов.

– Каких новшеств в сфере здравоохранения крымчанам стоит ждать в ближайшее время?

ПОДПИСКА-2022

на II полугодие

* цены указаны за один месяц



ПОДПИСАТЬСЯ
НА «КРЫМСКУЮ
ГАЗЕТУ»
МОЖНО ПО ВСЕЙ
ТЕРРИТОРИИ РФ

Ежедневный выпуск,
включая пятничный:

61055
для физлиц **593,16** руб.

21724
для юрлиц **646,46** руб.

Выпуск в пятницу
(+ ТВ-программа):

30364
для физлиц **284,00** руб.

30366
для юрлиц **310,30** руб.

«Крымская газета» в подписных каталогах «Почты России»

подписной индекс: **П3449**



“ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ – ЭТО ТО НОВШЕСТВО, С КОТОРЫМ МЫ РАБОТАЕМ ВОСЕМЬ ЛЕТ, ОБ ЭТОМ Я НЕ УСТАНУ ПОВТОРЯТЬ. СЕГОДНЯ В РЕСПУБЛИКЕ СОЗДАЁТСЯ СЕТЬ ОТДЕЛЕНИЙ, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ В ЛЕЧЕНИИ И ДИАГНОСТИКЕ ОСТРОГО НАРУШЕНИЯ МОЗГОВОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ, А ТАКЖЕ В ОКАЗАНИИ СВОЕВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ОНКОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ»

– Национальные проекты – это то новшество, с которым мы работаем восемь лет, об этом я не стану повторять. Сегодня в республике создаётся сеть отделений, которые помогают в лечении и диагностике острого нарушения мозгового кровообращения, а также в оказании своевременной медицинской онкологической помощи. Это такие филиалы, при которых пациенту не нужно будет ехать в Симферополь. Лечение можно будет проходить по месту жительства. Но главный филиал находится в крымской столице. Это Обособленное подразделение «Региональный сосудистый центр для больных с острым коронарным синдромом», которое действует на базе ГБУЗ РК «Республиканская клиническая больница им. Н. А. Семашко». Также первичные сосудистые отделения открыты в ГБУЗ РК «Феодосийский медицинский центр», ГБУЗ РК «Джанкойская ЦРБ», ГБУЗ РК «Симферопольская городская клиническая больница № 7» и ГБУЗ РК «Евпа-

торийская городская больница». Данные учреждения открыты и оснащены всем необходимым оборудованием в рамках реализации на территории Республики Крым регионального проекта «Борьба с сердечно-сосудистыми заболеваниями» национального проекта «Здравоохранение». Это очень удобно. Раньше диагноз «инсульт» ставили по клиническим симптомам, не было возможности подтвердить его с помощью компьютерной томографии. Сегодня пациент из Красноперекоска, например, может сделать это в Джанкое за короткое время. И восстановиться максимально эффективно. Это во многом поможет людям и снизит риск получить инвалидность.

В рамках реализации регионального проекта «Борьба с онкологическими заболеваниями» национального проекта «Здравоохранение» в Республике Крым открыто два центра амбулаторной онкологической помощи (ЦАОП) – на базе ГБУЗ РК «Евпаторийская городская

больница» и Филиала ФГБУ ФНКЦ ФМБА в Крыму (г. Ялта). До конца 2024 года планируется открыть ЦАОП в Джанкое, Керчи и Феодосии.

ВЗАИМОДЕЙСТВУЕМ РЕШИТЕЛЬНО

– Что сейчас происходит с рынком иностранных лекарств на полуострове? Есть ли перебои с поставками?

– Минздравом строго ведётся учёт таких лекарств. У нас есть 12 препаратов, поставки которых будут, вероятно, ограничены. Скрывать не будем, есть сложности, объективные причины на это существуют. Ведётся работа с пациентами для того, чтобы заменить препарат или вообще изменить тактику лечения. Хочу привести пример на Джанкойском районе. Там десяти пациентам изменили назначение, у них появилась возможность получить другое лекарство. Вопрос на контроле. В случае возникновения сложностей остро и быстро реагируем. Проблема есть, но обращений стало меньше.

Сеть государственных аптек «Крым-Фармация» вместе с руководителями медицинских учреждений работает в направлении обеспечения лекарствами сельских жителей. Например, амбулатория выписывает рецепт, и в течение нескольких дней препарат доставляется в эту амбулаторию. То есть пациенту не нужно ехать в районный центр, просто необходимо будет немного подождать. Это уникальный опыт, я не знаю другого региона, где бы так внимательно относились к льготникам.

– Крымские медики, которые добровольно выезжали на территорию Донбасса с целью оказания помощи, получили награды от Главы Республики Крым. В чём заключалась миссия наших врачей?

– Наша делегация самая большая из всех, которые были. Мы отправили 28 человек в ДНР. Это очень важно, люди приняли решение участвовать абсолютно безвозмездно, поездка не была оформлена командировкой, это был отпуск. Вместо отдыха на пляже они выбрали работу на передовой. Желающих было больше, но не хотелось оставлять наши города без специалистов. Ещё было желание поехать у двух травматологов из Сакской районной больницы. Но они также нужны были на своём рабочем месте. В составе был юрист, который обеспечивал работу нашей бригады в течение

двух недель. Также находилась бригада в Мариуполе, которая работала практически без еды, воды, транспорта, связи. Если нужно будет, специалисты снова отправятся туда.

– Стоит отметить, что вы ещё и депутат Госсовета, избранный по Белогорскому одномандатному избирательному округу. Расскажите о последних успехах района.

– Когда я только начала работать, говорили, что район – один из самых отстающих и упадочных в Крыму. Но сейчас всё поменялось. Реализуется десяток инвестиционных проектов: яблоневые сады, виноградники, овечьи сыры. Общий объём инвестиций – более двух миллиардов рублей. Идёт активная застройка, налажено транспортное сообщение. Скоро будет реализовываться проект по строительству нового жилья, этого не было последние 30 лет. Два детских сада будут введены в эксплуатацию.

Белогорский район заключил договор о побратимстве с Республикой Башкортостан. С 2014 года эта республика патронирует наш район. Нам была оказана серьёзная поддержка, практически на всех объектах социальной инфраструктуры обновлены крыши и окна. В село Чернополье проводится газопровод за счёт средств Республики Баш-

кортостан. Для меня Белогорский район – сердце Крыма, приглашаю всех посетить уникальные объекты: Белую скалу, Тайганское водохранилище.

СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА

– О каких новых социальных законах нужно знать крымчанам?

– Президентские выплаты в прошлом году о многом говорят. В Крыму действует пакет мер социальной поддержки для многодетных семей, ветеранов. Также буквально на последней сессии Государственного Совета в первом чтении рассмотрен закон, который будет гарантировать получение земельного участка для всех участников специальной военной операции. Несмотря на то что действуют серьёзные бюджетные ограничения, всё равно позиция главы республики позволяет дополнить или расширить те или иные меры. Также действует закон, принятый в этом году и касающийся ежемесячной денежной выплаты на ребёнка в возрасте от восьми до семнадцати лет.

– Что делается для улучшения жизни крымских ветеранов?

– Сейчас в Республике Крым проживает 73 гражданина, которым исполнилось 100 и более лет. В 2022 году данной категории граждан оказана материальная помощь в виде единовременной денежной выплаты в размере 50 000 рублей. Общая сумма выплат – 1,45 млн руб. С 2014 года у нас действует закон «О мерах социальной поддержки отдельных категорий граждан и лиц, проживающих на территории Республики Крым». Так, ветераны Великой Отечественной войны включены в список лиц, которым социальные услуги в форме социального обслуживания на дому и в полустационарной форме социального обслуживания предоставляются бесплатно.

В преддверии празднования 77-й годовщины со Дня Победы на базе центров социального обслуживания для ветеранов ВОВ были организованы праздничные и досуговые мероприятия. Это посещение музеев, памятников боевой славы. Для ветеранов, которые не имели возможности посетить центры самостоятельно, праздничные мероприятия и поздравления были организованы на дому.

Диана БЕКМАМБЕТОВА.
Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

ЗАРПЛАТА – ОТ 185 000 РУБЛЕЙ В МЕСЯЦ

КРЫМЧАНЕ МОГУТ ПОДПИСАТЬ КОРОТКИЙ КОНТРАКТ ДО ОДНОГО ГОДА

Государством определены социальные гарантии для военнослужащих.

- Денежное довольствие составляет от 185 000 рублей в месяц. Также при поступлении на военную службу по контракту в именные подразделения 126-й гвардейской отдельной бригады береговой обороны пос. Перевальное Симферопольского района от правительства Республики Крым предусмотрена дополнительная выплата при заключении контракта на три-шесть месяцев – 100 000–200 000 рублей.
- При заключении контракта данная выплата предусмотрена в два этапа: с момента зачисления в списки части – 50 000–100 000 рублей и повторно по прошествии месяца службы в зоне специальной военной операции – 50 000–100 000 рублей.
- Возможность получения статуса ветерана боевых действий.

Обращаться в военный комиссариат по месту жительства или в пункт отбора на военную службу по контракту г. Симферополя по адресу: г. Симферополь, ул. Киевская, 152, тел. +7 (3652) 66-85-71.



В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ

НА РАЗНЫХ СКОРОСТЯХ

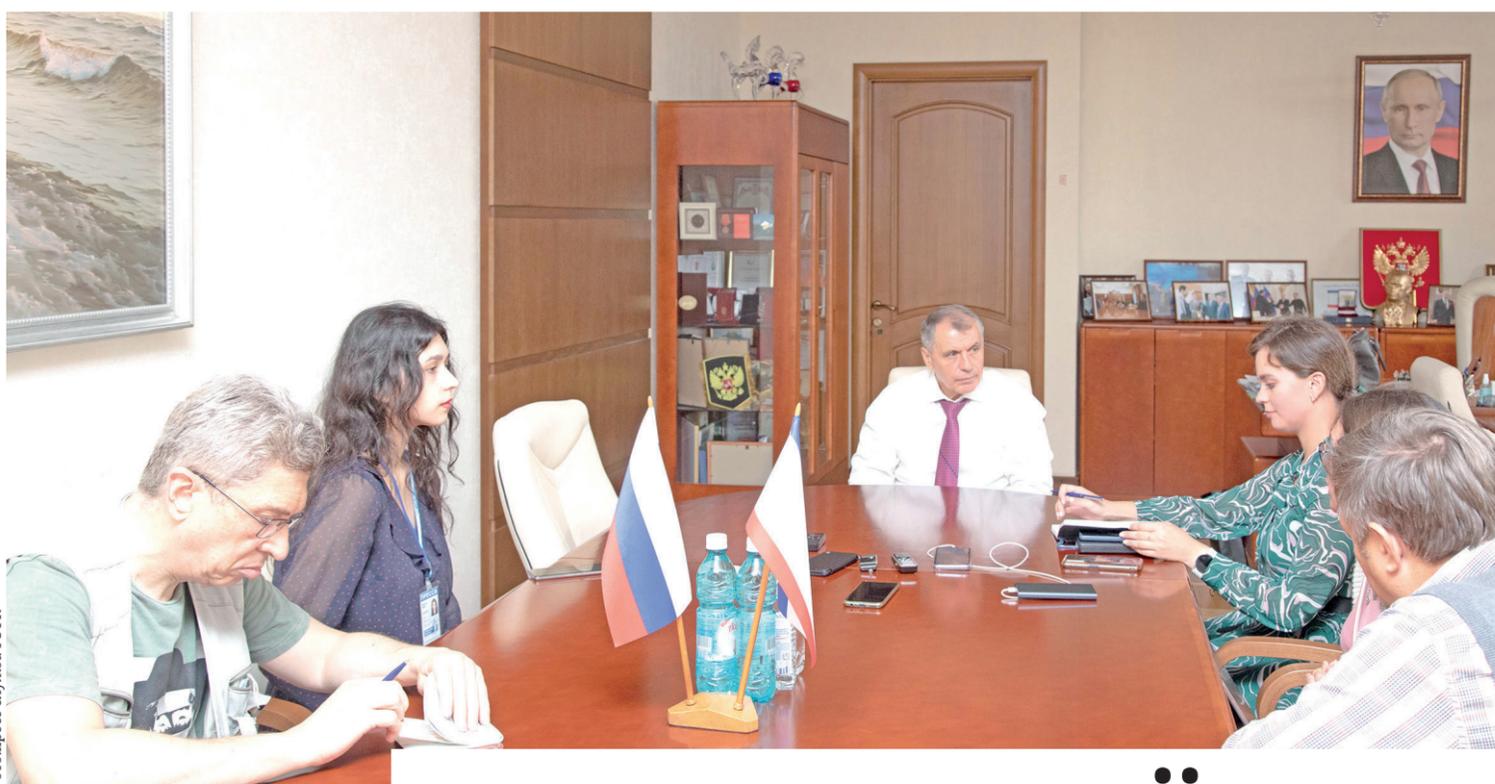
На референдумах в Донецкой и Луганской народных республиках, Херсонской и Запорожской областях подавляющее большинство высказалось за воссоединение с Россией. Но, по сравнению с опытом Крыма, интеграция проходит на разных скоростях.

– Мы находимся в эпицентре очень сложных тектонических сдвигов. Донецк и Луганск восемь лет сражались за свою независимость. В первые годы вопрос о России в политической плоскости не стоял. Люди ещё не знали природы украинской власти, которая пришла в результате госпереворота. Сейчас для них это праздник (освобождение территорий). Скорость интеграции будет высокой. Их сообщество мобилизовано в полном смысле этого слова. Административно это очень крепкие регионы (партии индустриальные, с хорошими традициями). Чётко обозначены лидеры. Народ трудолюбивый. Задача федеральной власти, как и наша, – сделать этот процесс максимально кратким, дать дышать экономике полной грудью, подобно результатам работы Главы Республики Крым и федеральной власти, – рассказывает **Владимир Константинов**.

ЭФФЕКТ ПРОПАГАНДЫ
РАССЕИВАЕТСЯ

С Херсоном и Запорожьем, по наблюдениям спикера, складывается иная история. Как утверждает Владимир Константинов, жители данных территорий долгое время существовали в системе лживого медиапространства. Там формировали мобилизационное общество по образцу фашистской Германии. Настроения в Херсонской и Запорожской областях были антироссийскими у значительной части населения. Спустя время эффект пропаганды начал рассеиваться: «Они стали смотреть на текущие положения, образ власти и преступления, которые до этого вуалировали и информационно обрабатывали. Народ сделал свой выбор. Убеждение «у них безвозвратно промыты мозги» далеко от истины. Русский солдат оказался лучше всякой пропагандистской машины – добрым и простым человеком. Больше жуткого страха у них вызывают диверсионные группы, убивающие учителей и активистов».

При этом интеграция осложняется тем, что социум, общественные организации, партийные структуры ещё не сформировались в том виде, в котором они должны быть. Возможно, в отношении этих регионов будет сформирована специальная программа, как и в отношении Крыма: «Мы готовы оказать законодательскую помощь. Ключевой аспект – наделение полномочиями на местах для принятия быстрых, оперативных решений, чтобы не вовлекать в традиционную бюрократию, которая может длиться годами. Люди жили под украинским законом. Необходимо весь перечень нормативно-правового поля переделать



Фотопресс-служба ГС РК

ПОВЕРНЁМ В ИНОЕ РУСЛО

ВАЖНО

На сессии Государственного Совета в первом чтении поддержали закон, предоставляющий право участникам специальной военной операции, имеющим постоянную регистрацию в Крыму на 24 февраля 2022 года, бесплатно и по упрощённой процедуре получать земельные участки в республике. В случае гибели воина это право должно переходить к членам его семьи.

на российское законодательство. Планируется большая стройка и организация достойных бизнес-процессов, скорость которых зависит от конкретных регионов».

В Мариуполь продолжают привозить гуманитарные грузы из России и ДНР. Крымом подготовлены новые гуманитарные грузы в 500 тонн, которые после согласования будут доставлены в течение двух недель. Для взаимодействия регионов будут заключены договоры по сотрудничеству на региональном уровне: «Это очень надёжная форма взаимоотношений. Она создаёт инструменты для общения, которое приводит к росту экономики. С херсонской сельскохозяйственной сферой у нас плотное разграничение, традиционное разделение труда. Донецк и Луганск – это индустриальные регионы. Они представляют взаимный интерес для инвестирования».

Председатель Государственного Совета Республики Крым Владимир Константинов ответил на ряд актуальных вопросов журналистов, в том числе из «Крымской газеты».

ЗАКОНОПОСЛУШНЫЙ ГРАЖДАНИН
В ЧУЖОЙ СТРАНЕ

Что касается народной дипломатии и региональных связей с друзьями из европейских и западноевропейских стран, которые не стали жертвами пропаганды, Владимир Константинов не исключает возможности взаимодействия, но отмечает, что пришло время историческому шагу – повороту русла от Европы. Не стремиться ни к какой из тенденций, перестать ностальгировать. По мнению спикера, евроцентризм затянулся. С фундаментальными изменениями в этом направлении и завершении участия в их институтах обретутся силы и самостоятельность в противостоянии.

На сессии Государственного Совета 28 сентября поднимался вопрос о том, что делать с теми, кто покинул территорию по причине мобилизации. Глава крымского парламента на встрече с журналистами сообщает: «Наша инициатива не пускать их обратно, приостановить гражданство или реализовать любую другую формулу. Вы получали в этой стране образование, зарабатывали здесь деньги. Вам нужен был этот народ. Во время сложностей вы побежали искать другую. Завтра «потеплеет» в вашей – попытаетесь вернуться вновь за землёй, социальными выплатами и пенсией. Не поймёшь, где справедливость».

НЕ ПО АДРЕСУ?

Ошибки в работе призывных комиссий и проблема обратной

связи с военкоматами ещё на этапе решения. Так, в Крыму вернули домой около 400 человек, которые были ошибочно призваны по частичной мобилизации.

– Глубинные выводы по организации на должном уровне мобилизационной работы делаются. Система требует серьёзного учёта. Мы реагируем на все нестыковки, которые происходят, – рассказывает спикер. – Причём парадокс заключается в том, что призывать нужно и тех, кто морально не готов, чтобы подготовиться, забрать на три месяца, научиться ходить, бежать, стрелять. В войсках очень широкий спектр. Если есть проблемы с сердцем, не удастся бежать шесть километров, лучше на передовую не становиться. Но можно присоединиться к вспомогательным или обслуживаю-

щим войскам. Армия – очень сложный организм. Мобилизационная работа должна проводиться и без привязки к специальной операции. Она полезна по жизни: воспитательная, обучающая, организующая общество.

ЗАТО ХОДЯТ ПОЕЗДА

Ранее были актуальны острая необходимость в квалифицированном обслуживающем персонале и развитие инфраструктуры. В этом году жалоб на колоссальный дефицит персонала не было. Проблемы всегда могут быть, но мы плотно держим связь с операторами.

– Восстановление авиационного сообщения – ключевой фактор сегодня, который сдерживает развитие туристической отрасли в том масштабе, в котором хотелось бы. Давайте пофантазируем: что произойдёт, когда завершится спецоперация? Куда отправятся люди? В Крым! Вместе с тем придут и новые специалисты. В этом году жалоб на колоссальный дефицит персонала не было. Проблемы всегда могут быть, но мы плотно держим связь с операторами.

На вопрос о том, видна ли динамика в осознанности и настроении жителей Крыма в нынешних реалиях, спикер однозначно ответил: «Здесь высоко развитое сообщество, не нужно проводить агитационных мероприятий. Спецоперация носит ярко выраженный крымский характер. Нас защитили от угрозы боевых действий на территории Крыма, с альтернативно тяжело идущими последствиями. Они были готовы к этому».

Подготовила Диана МАСЛОВА.

“ В МАРИУПОЛЬ ПРОДОЛЖАЮТ ПРИВОЗИТЬ ГУМАНИТАРНЫЕ ГРУЗЫ ИЗ РОССИИ И ДНР. КРЫМОМ ПОДГОТОВЛЕНЫ НОВЫЕ ГУМАНИТАРНЫЕ ГРУЗЫ В 500 ТОНН, КОТОРЫЕ ПОСЛЕ СОГЛАСОВАНИЯ БУДУТ ДОСТАВЛЕНЫ В ТЕЧЕНИЕ ДВУХ НЕДЕЛЬ»

МЫ ПОБЫВАЛИ

НЕ УНЫВАЕМ

Геннадий Иванович, 58 лет, инвалид:

– В советское время на улице Полевой положили асфальт, но сейчас там одни ямы. С тех времён не латали абсолютно. Нужно отметить, что в нашем селе везде такая ситуация с дорогами. Только в прошлом году на центральных улицах сделан ремонт. Эти улицы освещены, на других нет даже фонарей. Коммунальные службы работают нормально, мусор собирают вовремя. На водоснабжение тоже не жалуемся, проведена замена старой трубы на новую. Раньше мы получали воду по времени – всего два часа в день, сейчас вопрос решён. Однозначно стало лучше жить после того, как вошли в Россию. Отмечаем всем селом государственные и региональные праздники.

БЫЛО БЫ ЖЕЛАНИЕ



Артур Яковлевич, 50 лет, работник на ферме:

– Посмотрите, это бывший магазин. Но мне бы хотелось, чтобы такая развалюха не стояла в центре села. Пройдёте дальше по улице – увидите такой же ЗАГС! Можно же было сторожа в своё время поставить для охраны, тогда всё бы не растащили. Сельсовет не видит, что ли, этого? Ещё есть замечательный парк, который находится за старым Домом культуры. Там растут прекрасные деревья из ботанических садов. Но заброшено всё! Субботники проводятся только в центре, а в других местах куча мусора валяется бутылки. Из улучшений выделю то, что сделаны две улицы, отремонтированы школа и садик, утеплены дома, за магазином организована детская площадка. Существуют в селе и проблемы с работой, но кто хочет, тот её обязательно найдёт. Особенно летом появляется множество предложений. К примеру, в сельском хозяйстве всегда не хватает рабочих рук. Но молодёжь почему-то не особо хочет туда идти, а зря.

ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТЬ
СЕЛА

Инна Александровна, 31 год, повар

– Есть проблемы с освещением: либо лампы не горят, либо свет лампочек откровенно тусклый, который практически ничего не освещает. Но село развивается, дороги ремонтируются, возле школы поставили ограждение. Плохо, что парк наш погибает, а ведь это практически единственная достопримечательность села. Хорошо, что хоть автобус ходит, из Яркого Поля в Кировское можно три раза в день доехать. А ведь нужно дело, не у каждого есть машина или велосипед.

ДЕТЯМ НА РАДОСТЬ

Мария Викторовна, 39 лет, техничка

– Канализация – проблема всех наших многоквартирных домов. Она уже 20 лет точно не ре-



◀ В местной школе происходит много изменений, в том числе установили ограждение.

ДОБАВИТЬ
ЯРКОСТИЧему радуются и о чём мечтают жители
Яркого Поля Кировского района

Этот населённый пункт почти сросся с районным центром, поэтому собеседники «Крымской газеты» часто сравнивали изменения своего родного села с преобразованиями соседа. Они очень хотят идти по той же счастливой дорожке.

монтировалась, вся разрушена. На неё нет документов, дома без водоотведения. Собираем деньги в частном порядке. Откачиваем. В остальном – свет, газ, вода – всё стабильно. Считаю, что недостаточно детских площадок, детям негде играть. Есть одна, но она построена частным лицом. Теперь её необходимо разобрать. А вот песочницу и лавочку мы с мужем за свой счёт установили. В прошлом году президент давал по пять тысяч на детей – у нас их трое. Поэтому деньги отложили и сделали.

НОВОСЁЛАМ НЕСЛАДКО

Александр Николаевич, 50 лет:

– Всё движется в лучшую сторону. Но хотелось бы, чтобы больше внимания уделялось районам новосёлов. Участки раздали, а инфраструктуры совсем нет. Насыпали дорожек щебёнкой. Хорошо, что пока ещё скорая помощь



В скором времени должен завершиться ремонт ФАП.

и мусоровозка могут проехать. А насчёт электричества, газа? Улицы Комсомольская, Солнечная, Зелёная и Степная ничего не имеют. Я два года уже свет не могу себе провести. Понимаю, проблема создана ещё теми (украинскими. – Ред.) властями, но нуж-

но же ускорить процесс, сделать так, чтобы людям было комфортно жить.

УЕХАЛИ В ГОРОДА

Илья Александрович, 20 лет:

– Как минимум дороги починили. Не везде, но положительный момент уже присутствует. Школу оградили – правильно сделали! Мне нравится, что облагораживанию центральной улицы уделяется максимальное внимание. В принципе, всего хватает, ведь зависит не от места, а от того, как всё воспринимаешь. Если людей мало, то никакая увеселительная площадка для проведения досуга не поможет. Молодёжь действительно уезжает в города, там больше возможностей, есть работа.

Борис СЕДЕНКО.
Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

КОМПЕТЕНТНО



Начальник отдела по оргвопросам работы с населением, предоставления муниципальных услуг администрации

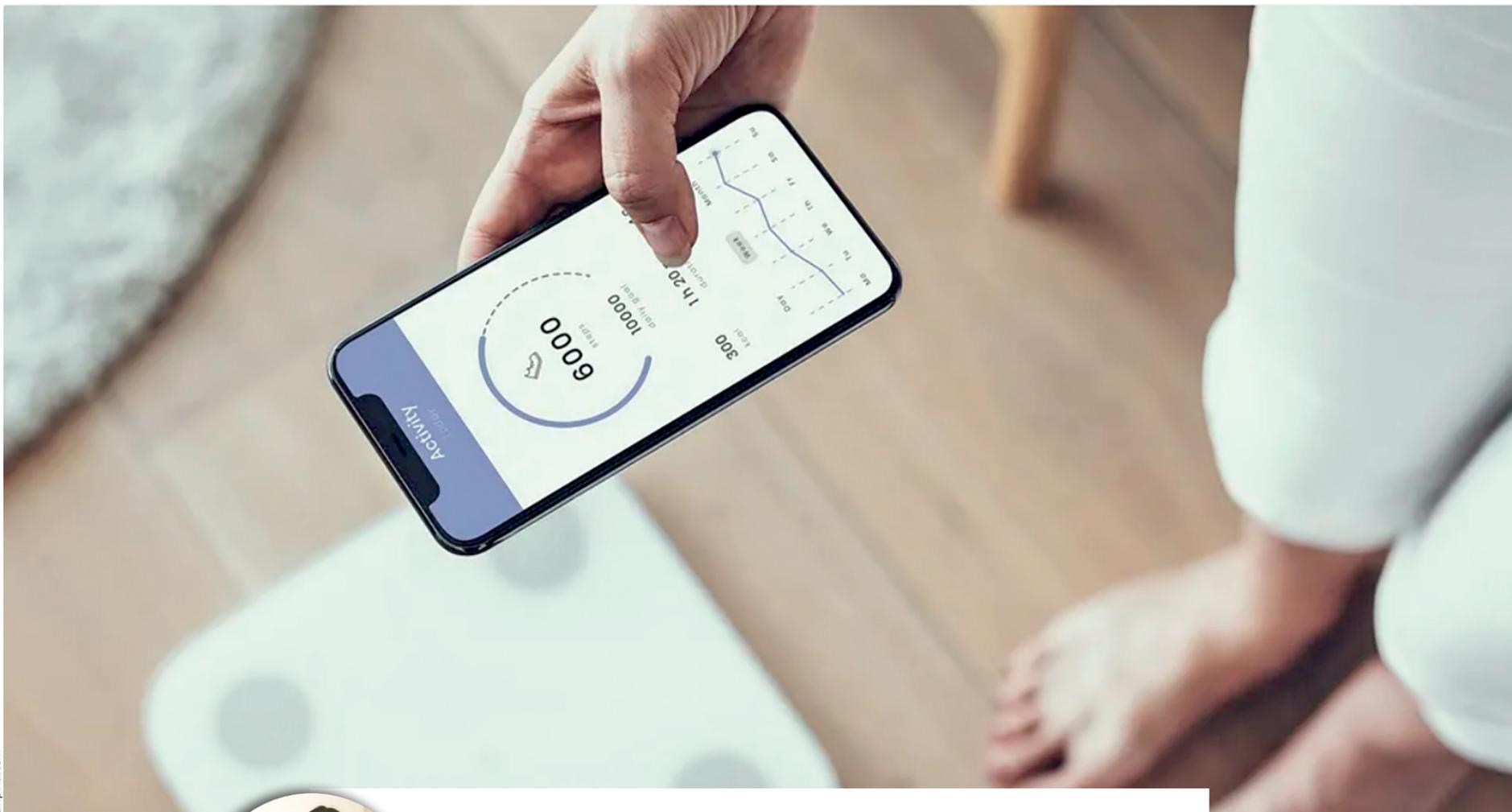
Яркополенское сельское поселение Кировского района
Елена Данчук:

– У нас разработаны проекты по благоустройству парков сёл Трудолюбивка и Яркое Поле. Ждём финансирования. В селе Яркое Поле территория парка обширная, поэтому сумма требуется значительная, в том числе на размещение детских площадок. Занимались освещением улиц. До конца года должны осветить улицу Курскую в селе Яркое Поле. Приятно, что газифицировано село Ореховка. Дорогами занимается районная власть. Проводятся работы по грейдированию улиц, на которых нет асфальтного покрытия: в селе Красносельском – две улицы, в Ярком Поле – на улице Десантников. В этом году запланировано асфальтирование улицы Курской в Ярком Поле и улицы Центральной в селе Ореховка. В прошлом году сделано две дороги на Садовой и Учительской. По Садовой у нас едут школьные и муниципальные автобусы, поэтому её в первую очередь отремонтировали. В этом году завершился капитальный ремонт клуба в селе Трудолюбивка. Сейчас там ремонтируют и ФАП.



Главная проблема жителей многоквартирных домов – изношенная канализация.

РАЗГОВОР С ПСИХОЛОГОМ



Екатерина Демурия,
психолог, коуч,
игропрактик.



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ
ФАКТОР

Не затрагивала ещё эту тему в рамках рубрики «Разговор с психологом», а она крайне важна. Когда я училась на курсах повышения квалификации по психологическим причинам женских болезней, в частности, бесплодия, нам рассказывали, что примерно 85% болезней могут иметь психологические причины возникновения.

Да, бывает так, что болезнь – это просто болезнь, но когда ты с чем-то сталкиваешься часто и регулярно и не можешь вылезти, есть смысл обратить внимание и на психику. Даже врачи, когда после обследования не находят явных физических причин, рекомендуют обратиться к психологу, психотерапевту.

КОВАРНЫЕ ЖЕЛАНИЯ

Так и в отношении лишнего веса. Помимо наследственной предрасположенности и болезней, появление дополнительных килограммов может быть спровоцировано нашими негативными эмоциями. И в этом случае существует только один способ исправить ситуацию – разобраться в тех причинах, которые «удерживают» вес. Давайте рассмотрим частые:

« ПОМИМО НАСЛЕДСТВЕННОЙ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ И БОЛЕЗНЕЙ, ПОЯВЛЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ КИЛОГРАММОВ МОЖЕТ БЫТЬ СПРОВОЦИРОВАНО НАШИМИ НЕГАТИВНЫМИ ЭМОЦИЯМИ

• «Заедание» эмоций и чувств. Когда с помощью еды мы стараемся снять нервное напряжение, заглушить переживания в отношении себя, своей ценности или в отношениях с другими, пытаемся «заесть» конфликты, злость, обиды и другие негативные эмоции. А всё потому, что еда – это быстро и доступно.

ПРИЧИНЫ – В ГОЛОВЕ

На связи психолог Екатерина Демурия, и сегодня в рамках рубрики «Разговор с психологом» мы поговорим о психологических причинах лишнего веса, узнаем, как себе помочь.

• И сюда же, когда еда – это единственный источник удовольствия. Когда, кроме еды, нет другой радости.

• Психологическое или физическое насилие. У женщин, переживших подобное в детстве или в зрелом возрасте, существенно повышается риск располнеть.

• Вес как своего рода возможность себя обезопасить от повторения подобных ситуаций. Сюда же отказ от сексуальности и привлекательности для противоположного пола.

• Подсознательное желание защититься от внешнего мира. Когда не сформированы или нарушены базовые потребности (доверие к миру и безопасность), жировая прослойка выступает в роли своеобразного защитного панциря. Чем она толще, тем в большей безопасности чувствует себя человек.

• Постоянное недовольство своим телом и, как следствие, вечные эксперименты над ним

– диеты, изнуряющие физические нагрузки. А за этим желанием может быть скрыта психологическая травма. Поняв причину, вы получите возможность исцелить себя, принять своё тело. Тогда вес уйдёт, стабилизируется в нужных параметрах.

• Инфантильная позиция ребёнка, который вырос, но не повзрослел. Нет желания взять ответственность за свою жизнь, своё здоровье.

• «Принимайте меня такой, какая я есть!» Но не с точки зрения любви и заботы о себе и излучения здоровья на всех уровнях жизни, а когда ничего не хочется решать и делать.

ЛЮБИТЕ СЕБЯ

Если глобально, то все вышеперечисленные пункты можно объединить в один: неумение себя любить. Когда я не хочу, не умею или не знаю, как увидеть причины, из-за которых форми-

руется «порочный круг», я ем – вес растёт – потом издеваюсь над телом – срываюсь – потом виню себя или других, снимая ответственность за свой выбор и решения, и опять ем. И цикл повторяется. Как выйти из такого порочного круга?

Мне безумно нравится цитата: «Худейте, чтобы жить, а не живите, чтобы худеть». Она о том, что важно находить решения в своей жизни, которые помогут нам чувствовать себя хорошо как физически, так и психоэмоционально. О том, чтобы делать всё для счастливой жизни.

Существуют базовые рекомендации:

• Признать, что ваши отношения с телом и едой не норма. Вас это не устраивает.

• Начать вести свой пищевой и эмоциональный дневник. Наблюдать за ситуацией в течение двух-трёх недель. Отслеживать все процессы осознанно: «Я ем, потому что физиологически хочу есть, или я сотый раз тянусь к холодильнику, потому что мне скучно, обидно, я злюсь, нахожусь в панике?»

Если начать уже сейчас такую осознанную работу над собой, над собственным состоянием, то можно многое понять, отследить и разобраться. Увидеть причины своей потребности «заедать» проблемы. Если самим сложно – идите за помощью к специалисту, который поможет заметить психологические причины, их прожить, а также принять и полюбить своё тело, начать именно заботиться о нём.

Соблюдайте меры профилактики:

Будьте
здоровы!



мойте
руки



рекомендуем
носить
маски



соблюдайте
дистанцию

Берегите
друг
друга!

ТВ-ОБЗОР



«МАСКА. ТАНЦЫ» 16+

Кто скрывается за маской?

На СТС стартует премьера танцевального шоу. Это первая российская версия успешного формата The Masked Dancer, спин-оффа знаменитого The Masked Singer. По правилам, все участники разделены на группы. После выступления героев зрители выбирают номинантов на выбывание, один из которых раскрывает свою личность и покидает проект. Художники проекта поставили перед собой сложнейшую задачу: сделать яркие объёмные костюмы, в которых можно дышать, легко двигаться, выполнять хореографические движения и акробати-

ческие трюки. Только представьте, как сложно угадать человека по танцу.

Как отметила пресса, старт проекта на канале ITV получил неутешительные рейтинги. Первый эпизод собрал 3,09 млн зрителей, рейтинг второго эпизода упал до 2,17 млн и больше не поднялся до самого финала, вышедшего в эфир 5 июня.

Мог ли «выстрелить» ещё один образец бездумного развлекательного телевидения с явным оттенком сюрреализма? Практика показала, что надежды на большой успех были безосновательны. И это

в странах, где танцы очень популярны.

Но успех «Маски», песенного шоу от НТВ, не даёт покоя телевизионщикам. Теперь эстафету принимает Россия. Сможет ли формат прижиться у нас? В новом проекте выступят четырнадцать звёздных участников, а четыре члена жюри с помощью подсказок попытаются угадать, кто скрывается за маской. За одним судейским столом окажутся Сергей Светлаков, Егор Дружинин, Клава Кока и Тимур Родригез. Кто станет пятым членом жюри и ведущим, телезрители узнают во время эфира. Осталось выяснить, понравится ли российским зрителям танцевальная версия «Маски». Или проект, в отличие от американского близнеца, не доживёт до второго сезона?

Не пропустите премьеру танцевального шоу «Маска. Танцы» на телеканале СТС 9 октября, в 17:00!

СМОТРИТЕ НА ТВ

«ТЁТА МАРТА» 16+

С 3 ОКТЯБРЯ, СТС, 19:00



Марта в свои восемь лет ведёт жизнь, полную недетских забот. Единственный родственник рядом – дедушка, но он больше внучки нуждается в присмотре. Чтобы не оказаться в детском доме, Марта скрывает правду от учительницы, участковой и гламурной соседки, просит актёра-неудачника притвориться её отцом. На помощь приходит казанская родня в лице авантюриста Марата. Только в планах нагловатого паренька не забота о девочке, а её московские апартаменты.

«РАЗВОД» 16+

С 3 ОКТЯБРЯ, ТНТ, 21:00



Илона и Виктор в своих отношениях всё сделали быстро. Познакомившись и влюбившись, они не стали откладывать женитьбу в долгий ящик. Сразу вслед за ней была куплена в ипотеку квартира. После покупки сделан дорогой ремонт, который, разумеется, убил всю любовь. Новоселье совпало с разводом. Наши герои разошлись и хотели бы разъехаться. Но не тут-то было. Выяснилось, что прекрасную квартиру с замечательной ипотекой и незаконной перепланировкой не так просто продать. В итоге квартира есть, а чувств нет... По крайней мере, так кажется нашим героям.

КИНО

ТОП-3 ФИЛЬМА НА ВЫХОДНЫЕ

«РОБО» 6+

1 ОКТЯБРЯ, ТВ-3, 11:00

12-летний Митя Привалов мечтает рисовать комиксы о супергероях. Но родители мальчика, инженеры-робототехники, хотят, чтобы он пошёл по их стопам. Понимание и поддержку Митя находит там, где не ждал: у созданного родителями робота-спасателя А-112, или просто Робо. Их ждут невероятные приключения, в ходе которых Митя научит нового друга верить в себя и свои мечты, а Робо станет для мальчика примером мужества и ответственности.



«ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО» 12+

1 ОКТЯБРЯ, СТС, 23:30

После кораблекрушения моряк Робинзон Крузо оказывается на необитаемом острове. Он – единственный выживший из всей команды. Поначалу Робинзон охватывает отчаяние. Но жизнь продолжается, и ему приходится обустраиваться на острове. К счастью, часть вещей с корабля, севшего на мель неподалёку от берега, удалось спасти. Здесь, на необитаемой земле, затерянной в океане, островитянина ждут невероятные приключения и множество испытаний.

«КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ» 12+

2 ОКТЯБРЯ, СТС, 16:20

Хитростью и немалой сноровкой раздобыв бесценную карту верховьев Амазонки, бойкий археолог Лили Хоутон отправляется в экспедицию, чтобы найти волшебное дерево, цветок которого, согласно легенде, обладает невероятными целебными свойствами. Девушка прихватила с собой младшего брата, который не в восторге от перспективы поездки в дикие джунгли.



Подготовила Диана БЕКМАМБЕТОВА.

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+
09:55 «Жить здорово!» 16+
10:45, 12:15, 15:15, 18:20, 23:45, 03:05 «Информационный канал» 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 Смешанные единоборства. UFC. Хабиб Нурмагомедов против Конора Макгрегора 16+
07:00, 10:00, 12:55, 15:30, 18:35, 02:55 Новости
07:05, 18:40, 21:50 Все на Матч! 12+

НТВ

04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 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 «Лесник» 16+

5 ПЯТЫЙ канал

05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+
05:40, 06:30, 07:15, 08:10 Т/с «Море. Горы. Керемзит» 16+
09:30, 10:20, 11:10, 12:05, 12:55, 13:30, 14:15, 15:10, 15:55, 16:45, 18:00, 18:10, 19:05 Т/с «Крепкие орешки 2» 16+

РОССИЯ К

06:30, 07:00, 07:30, 08:30, 10:00, 15:00, 19:30, 23:50 Новости культуры
06:35 «Пешком...» Москва площадная
07:05 «Невский ковчег. Теория невозможного. Евгений Боткин»
07:35 «Черные дыры. Белые пятна»
08:15 Дороги старых мастеров. «Лики неба и земли»

РОССИЯ 24

05:00, 06:00, 06:30, 07:00, 07:22, 08:00, 08:30, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 13:21, 14:05, 14:29, 15:00, 16:05, 16:20, 19:00, 22:00, 00:30, 01:00, 02:00, 03:08, 04:00 Вести 12+

Карусель

05:00 «Ранние пташки» 0+
06:55, 07:30 «Жужокалка» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:35 М/с «Команда Флоры» 0+
09:30 М/ф «Два хвоста» 6+

ОТР

06:00 Х/ф «Если можешь, прости» 12+
07:30, 11:05 «Календарь» 12+
08:00, 13:10, 19:20, 01:20 «Отражение» 12+

ТВЦ

06:00 «Настроение»
08:15 Д/ф «Неуловимые мстители» 12+
08:50 Т/с «Соколов подозревает всех» 12+
10:45, 18:10, 03:00 «Петровка, 38» 16+

ПЯТНИЦА!

05:00, 06:40, 02:40 «Кондитер» 16+
06:10, 02:10, 03:40 «Пятница news» 16+
08:00 Т/с «Комиссар Рекс» 16+
10:00, 13:40 «На ножах» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА

05:25 Х/ф «Взрыв на рассвете» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 18:00, 20:30 Новости дня 16+

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:05 М/с «Три кота» 0+
06:15 М/ф «Монстры против овощей» 6+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН

06:30, 05:10 «б кадров» 16+
06:45, 05:20 «По делам несовершеннолетних» 16+
09:15, 03:30 «Давай разведемся!» 16+

ТВ 3

06:00 Т/с «Женская доля» 16+
06:30 Мультфильмы 0+
09:00 «Дом исполнения желаний» 16+

ПЯТНИЦА!

05:00, 06:40, 02:40 «Кондитер» 16+
06:10, 02:10, 03:40 «Пятница news» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА

05:25 Х/ф «Взрыв на рассвете» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 18:00, 20:30 Новости дня 16+

ТЕЛЕКАНАЛ МИР

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

ТАТ

07:00 М/с «Смешарики» 0+
09:00 Т/с «Универ. Новая общага» 16+

МУЗ

05:00, 00:00, 02:00 Муз'итв 18+
06:00 Каждое утро 16+
07:30 Teen чарт 16+

КРЫМ

06:00 Мультфильм (6+)
07:00 «Утро нового дня» (12+)
09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00, 05:30 Новости 24 (12+)

24 КРЫМ

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

МИЛЛЕТ

01:45 Х/ф «Я буду рядом» 16+
03:15 Д/ф «Легенды Крыма» 12+
03:45 Д/ф «Заповедники РФ» 12+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ

5:55 Гимн России. Гимн Севастополя (0+)
6:00, 8:45, 10:30, 12:30, 14:30, 17:15 Акцент (12+)

ДОМ КИНО

06:20 М/с «Три кота» 6+
06:50 М/ф «Белка и Стрелка. Звёздные собаки» 6+
08:30 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта» 6+

РОДНОЕ КИНО

00:40 Х/ф «Любовь с привилегиями» 16+
03:25 Х/ф «Волкодав из рода Серых Псов» 16+

КИНОСВИДЕНИЕ

01:15 Х/ф «Бурлеск» 16+
03:30 Х/ф «Лицензия на брак» 12+
05:05 Х/ф «Во власти стихии» 16+

Ю

05:00, 04:30 «Папа попал» 16+
07:20 Т/с «Семейные узы» 16+
09:20 Т/с «Черная любовь» 16+

ЧЕ

06:00, 02:50 «Улетное видео» 16+
06:15 «Идеальный ужин» 16+
08:00 «Дорожные войны. Лучшее» 16+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ

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

PLANETA RTR

06:00 «Утро России»
10:00 «О самом главном». Ток-шоу 12+
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 «60 минут». Ток-шоу 12+

НТВ МИР

06:35 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:15 Сегодня
08:20, 13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+

TVCI

07:00 «Настроение»
09:45 «Доктор И.» 16+
10:10, 12:35 Х/ф «Соколова подозревает всех» 12+

САРАФАН

06:15, 22:40 «Попкорн ТВ» 12+
06:40, 23:05 «Смеяться разрешается» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

1 ПЕРВЫЙ канал
05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости культуры
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 «Есть тема!» 16+
07:00, 10:00, 12:55, 15:30, 19:00, 02:55 Новости
07:05, 15:55, 19:05, 00:00 Все на Матч! 12+

НТВ
04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня

НТВ
04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 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, 17:30 «Известия» 16+
05:25, 06:10, 06:50, 07:40 Т/с «Море. Горы. Керамзит» 16+

РОССИЯ К
06:30, 07:00, 07:30, 08:30, 10:00, 15:00, 19:30, 23:50 Новости культуры
06:35 «Пешком...» Москва веселая
07:05 «Легенды мирового кино»
07:35 Д/ф «Величайшая победа Цезаря. Осада Алезии»

РОССИЯ 24
05:00, 06:00, 06:44, 07:00, 07:30, 08:00, 08:31, 09:00, 10:00, 12:00, 13:15, 16:00, 17:10, 19:00, 21:47, 00:30, 01:00, 02:00, 03:08, 04:00 Вести 12+

Карусель
05:00 «Ранние пташки» 0+
06:55, 07:30 «Жужжалка» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00 «Очень личное с Виктором Лошаком» 12+
06:40, 10:10, 18:00 Т/с «Серебряный бор» 12+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00 «Очень личное с Виктором Лошаком» 12+
06:40, 10:10, 18:00 Т/с «Серебряный бор» 12+

ТВЦ
06:00 «Настроение»
08:20 «Доктор И.» 16+
08:55 Т/с «Соловова подозревает всех» 12+

РЕН
05:00 «Территория заблуждений» 16+
06:00, 18:00, 02:30 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

СПАС ТЕЛЕКАНАЛ
05:00, 00:10 «День Патриарха» 0+
05:10 «В поисках бога» 6+

СТС
06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:05 М/с «Три кота» 0+
06:15 М/с «Кунг фу Панда. Невыясненные тайны» 6+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН
06:30, 05:45 «По делам несовершеннолетних» 16+
09:05, 03:30 «Давай разведемся!» 16+

ТВ 3
06:00 Т/с «Женская доля» 16+
06:30, 05:45 Мультфильмы 0+
08:00 «Дом исполнения желаний» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00, 04:20 «Черный список» 16+
05:40, 02:20, 04:00 «Пятница news» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА
04:40, 13:20, 15:05, 03:55 Т/с «Русские амазонки» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+

МИР телеканал МИР
05:00, 03:25 Т/с «Развод» 16+
06:30 Х/ф «Дети Дон-Кихота» 6+

ТОН
07:00 М/с «Смешарики» 0+
09:00 Т/с «Универ. Новая общага» 16+

МУЗ
05:00, 01:30, 02:00 Муз'ивит 18+
06:00, 07:00 Каждое утро 16+
06:40, 08:40, 15:00, 18:00, 22:40 Про-Новости ТВ чарт 16+

КРЫМ
06:00 Мультфильм (6+)
07:00 «Утро нового дня» (12+)
09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00, 05:30 Новости 24 (12+)

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

МИЛЕТ
00:20 Т/с «Богатая и любимая» 16+
02:00 «Мирас» 12+
02:15 «Прайм-тайм» 16+

Ю
05:00, 04:30 «Папа попал» 16+
08:15, 15:20 «Супербабушка» 16+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя (0+)
6:00, 7:00, 8:00, 9:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:30, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 18:57, 19:30, 21:00, 22:00, 23:00 Новости (12+)

ДОМ КИНО
06:10 М/с «Три кота» 6+
06:50 М/ф «Урфин Джукс возвращается» 6+

РОДНОЕ КИНО
01:25 Х/ф «Классик» 16+
03:35 Х/ф «Хочу в тюрьму» 12+
05:20 Х/ф «Сестры» 16+

КИНОСВИДЕНИЕ
01:45 Х/ф «222» 16+
03:45 Х/ф «Джули и Джулия: Готовим счастье по рецепту» 12+

Ю
05:00, 04:30 «Папа попал» 16+
08:15, 15:20 «Супербабушка» 16+

ЧЕ
06:00, 02:50 «Улетное видео» 16+
06:15 «Идеальный ужин» 16+

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

PLANETA RTR
06:00 «Утро России»
10:00 «О самом главном». Ток-шоу 12+

НТВ МИР
06:35 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:20 Сегодня

ТВЦИ
07:00 «Настроение»
09:50 «Доктор И.» 16+
10:20 «Хватит слухов!» 16+

САРАФАН
06:35, 22:25 «Смех с доставкой на дом» 12+
07:40 «Рыжие» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

ПЕРВЫЙ канал

05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости культуры
06:35 «Лешком...» Мелихово
07:05 «Легенды мирового кино»
07:35 Д/ф «Скитания капитана армады»
08:35 Цвет времени. Камера-обскура
08:45, 16:50 Х/ф «Наше призвание» 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+
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 «60 минут». Ток-шоу 12+

МАТЧ!

06:00 «Есть тема!» 16+
07:00, 10:00, 12:55, 14:50, 19:00, 02:55 Новости
07:05, 17:00, 19:05, 00:00 Все на Матч! 12+
10:05 Специальный репортаж 12+
10:25 Футбол. Лига чемпионов. Обзор 0+

НТВ

04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 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 «Лесник» 16+
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+

5 ПЯТЫЙ канал

05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+
05:25, 06:15, 07:00, 07:40 Т/с «Мужские каникулы» 16+
08:40, 09:30, 10:10, 11:05, 12:05 Т/с «Одессит» 16+

РОССИЯ К

06:30, 07:00, 07:30, 08:30, 10:00, 15:00, 19:30, 23:50 Новости культуры
06:35 «Лешком...» Мелихово
07:05 «Легенды мирового кино»
07:35 Д/ф «Скитания капитана армады»
08:35 Цвет времени. Камера-обскура
08:45, 16:50 Х/ф «Наше призвание» 16+

РОССИЯ 24

05:00, 06:00, 06:30, 06:45, 07:00, 07:10, 07:25, 07:50, 08:00, 08:30, 08:59, 10:00, 12:00, 13:00, 15:00, 17:00, 22:00, 23:00, 00:05, 01:00, 01:31, 02:30, 03:28, 04:10 Вести 12+

Карусель

05:00 «Ранние пташки» 0+
06:55, 07:30 «Жужжалка» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:35 М/с «Школьный автобус Гордон» 0+
08:35 М/с «Турбозавры» 0+
10:45 «Игра с умом» 0+

ОТР

06:00 «За дело!» 12+
06:40, 10:10, 18:00 Т/с «Серебряный бор» 12+
07:30, 11:05 «Календарь» 12+
08:00, 13:10, 19:20, 01:20 «ОТражение» 12+

ТВУ

06:00 «Настроение»
08:20 «Доктор И.» 16+
08:55 Т/с «Соколова подозревает всех» 12+
10:45, 04:40 Д/ф «От Шурика до Шарикова. Заложники одной роли» 12+

Звезда

05:00 «Территория заблуждений» 16+
06:00, 18:00, 02:20 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
07:00 «С добрым утром» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+

Мир

05:00, 00:50 «День Патриарха» 0+
05:10 Д/ф «Благоверные князья» 0+
05:55 Х/ф «Дело» 0+
07:30, 09:00 «Утро на Спасе» 0+

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:05 М/с «Три кота» 0+
06:15 М/с «Сказки Шрэквова бо-лота» 6+

Домашний

06:30, 05:30 «По делам несовершеннолетних» 16+
09:35, 03:30 «Давай разведемся!» 16+
10:30, 01:50 «Тест на отцовство» 16+

ТВ 3

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

Пятница!

05:00, 02:10, 03:50 «Пятница news» 16+
05:30, 02:40 «Кондитер» 16+
08:00 Т/с «Комиссар Рекс» 16+

Звезда

05:20, 13:20, 15:05, 03:55 Т/с «Русские амазонки» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 18:00, 20:30 Новости дня 16+

Мир

05:00, 03:05 Т/с «Развод» 16+
06:25 Х/ф «Алые паруса» 6+
07:55, 10:10 Т/с «Анна Герман» 16+

НТВ

07:00 М/с «Смешарики» 0+
09:00 Т/с «Универ. Новая обща-га» 16+

МУЗ

05:00, 00:00, 02:00 Муз'итив 18+
06:00, 07:00 Каждое утро 16+
06:40, 08:40, 15:00, 18:00, 22:40 Прон-ности 16+

КРЫМ

06:00 Мультфильм (6+)
07:00 «Утро нового дня» (12+)
09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00, 05:30 Новости 24 (12+)

24 КРЫМ

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

МИЛЛЕТ

00:20 Т/с «Богатая и любимая» 16+
02:00 «Ватан хатырасы» 12+
02:15, 11:00, 18:45 «Прямой эфир» 16+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ

5:55 Гимн России. Гимн Севастопо-ля (0+)
6:00, 7:00, 8:00, 9:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 18:57, 19:30, 21:00, 22:00, 23:00 Новости (12+)

ДОМ КИНО

07:00 М/ф «Смешарики. Леген-да о золотом драконе» 6+
08:30 М/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч» 6+

РОДНОЕ КИНО

00:20 Х/ф «Сестры» 16+
01:55 Х/ф «Волкодав» 16+
04:20 Х/ф «Не посылать ли нам... гонца?» 12+

КИНОСВИДАНИЕ

00:45 Х/ф «Во власти стихии» 16+
02:20 Х/ф «Лишний багаж» 0+
04:00 Х/ф «Пари на невесту» 12+

Ю

05:00, 04:30 «Папа попал» 16+
08:15, 15:50 «Супербабушка» 16+

Че

06:00, 02:50 «Улетное видео» 16+
06:15 «Идеальный ужин» 16+

ХХХ

10:00, 18:00, 02:00 Т/с «Манекен-щица» 16+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ

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

PLANETA RTR

06:00 «Утро России»
10:00 «Ю самом главном». Ток-шоу 12+

НТВ МИР

06:35 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:20 Сегодня
08:20, 13:25 «Чрезвычайное про-исшествие» 16+

TVCI

07:00 «Настроение»
09:50 «Доктор И.» 16+
11:10, 12:40, 18:05, 19:30 Т/с «Анато-мия убийств» 12+

САРАФАН

07:00, 23:25 «6 кадров» 12+
07:30 «Петросян-шоу» 12+
09:45, 02:25 «Чумовая скрытая ка-мера» 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 «Есть тема!» 16+
07:00, 10:00, 12:55, 15:30, 02:55 Новости
07:05, 16:05, 19:15, 00:00 Все на Матч! 12+

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

04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 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, 17:30 «Известия» 16+
05:25, 06:10, 07:00, 07:55, 09:30, 09:55, 10:55, 11:55 Т/с «Гетеры майора Соколова» 16+

РОССИЯ К
06:30, 07:00, 07:30, 08:30, 10:00, 15:00, 19:30, 23:50 Новости культуры
06:35 «Пешком...» Москва. Дома играющих людей

РОССИЯ 24
05:00, 07:00, 07:25, 07:45, 08:00, 08:30, 09:00, 09:49, 10:00, 11:00, 12:00, 19:00, 19:30, 22:00, 00:00, 01:00, 04:10 Вести 12+

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

06:00 «Триумф джаза. Встречи с Игорем Бутманом» 12+
06:40, 10:10, 18:00 Т/с «Серебряный бор» 12+

ТВУ
06:00 «Настроение»
08:15 «Доктор И...» 16+
08:50 Т/с «Соколова подозревает всех» 12+

05:00 Документальный проект 16+
06:00, 18:00, 02:35 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

05:00, 00:15 «День Патриарха» 0+
05:10 Д/с «Александра доророга» 0+

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:05 М/с «Три кота» 0+
06:15 М/с «Забавные истории» 6+

06:30, 05:55 «По делам несовершеннолетних» 16+
09:15, 03:30 «Давай разведемся!» 16+

ТВЭ
06:00, 01:30 Т/с «Женская доля» 16+

05:00, 02:10, 03:20 «Пятница news» 16+

05:20 Т/с «Русские амазонки» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+

05:00, 03:10 Т/с «Развод» 16+
07:00, 10:10, 13:15, 17:55 «Дела судебные. Деньги верните!» 16+

07:00 М/с «Смешарики» 0+
08:30 «Перезагрузка» 16+

05:00, 01:30, 02:00 Муз'итив 18+
06:00, 07:00, 08:05 Каждое утро 16+

КРЫМ
06:00 Мультфильм (6+)
07:00 «Утро нового дня» (12+)
09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00, 05:30 Новости 24 (12+)

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

МИЛЛЕТ
00:20 Т/с «Богатая и любимая» 16+
02:00, 09:30, 12:15 «Мирас» 12+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ
5:55 Гимн России. Гимн Севастополя (0+)
6:00, 7:00, 8:00, 9:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:30, 21:00, 22:00, 23:00 Новости (12+)

ДОМ КИНО
05:50 М/с «Три кота» 6+
06:35 М/ф «Два хвоста» 6+
08:00 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк» 6+

РОДНОЕ КИНО
01:00 Х/ф «Золото Маккенны» 12+
03:25 Х/ф «На Дерибасовской хорошая погода, или На Брайтон-Бич опять идут дожди» 16+

КИНОСВИДАНИЕ
01:40 Х/ф «Испанский английский» 12+
04:00 Х/ф «После» 16+

05:00, 04:30 «Папа попал» 16+
08:15, 15:35 «Супербабушка» 16+

06:00, 02:50 «Улетное видео» 16+
06:15 «Идеальный ужин» 16+

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

PLANETA RTR
06:00 «Утро России»
10:00 «О самом главном». Ток-шоу 12+

ТВ МИР
06:35 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:20 Сегодня

TVCI
07:00 «Настроение»
09:45 «Доктор И...» 16+

07:55 «Улетные животные» 12+
08:25 «Это смешно!» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

ПЕРВЫЙ канал

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

РОССИЯ 1

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

МАТЧ!

06:00 «Есть тема!» 16+
07:00, 10:00, 12:55, 15:30, 18:55, 02:55
Новости

07:05, 15:35, 19:00, 21:05, 23:30 Все на Матч! 12+

10:05 «Лица страны. Владимир Бут» 12+

10:25 Футбол. Еврокубки. Обзор 0+

11:30 «Есть тема!» 12+

13:00, 03:00 Бокс. Чемпионат России. Мужчины 16+

15:50 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок «Крепость Грозная». Туринг 0+

16:55 Футбол. Товарищеский матч. Женщины. Россия - Белоруссия 0+

19:25 Гандбол. Чемпионат России. ОЛИМПЕТ Суперлига. Мужчины. «Чеховские медведи» (Московская область) - «Виктор» (Ставрополь) 0+

21:25 Футбол. Чемпионат Германии. «Хоффенхайм» - «Вердер» 0+

00:20 «Точная ставка» 16+

00:40 Бадминтон. Чемпионат России. Командный турнир 0+

02:30 «Как это было на самом деле» 12+

05:05 «РецептТура» 0+

05:30 «Всё о главном» 12+

НТВ

04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+

06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+

08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня

08:25 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим» 6+

09:25, 10:35 Т/с «Морские дьяволы» 16+

11:05 Т/с «Морские дьяволы. Северные рубежи» 16+

13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+

14:00 «Место встречи» 16+

16:45 «ДНК» 16+

17:55 «Жди меня» 12+

20:00 Т/с «Лихач» 16+

22:00 Т/с «Балабол» 16+

23:55 «Своя правда» 16+

01:40 «Захар Прилепин. Уроки русского» 12+

02:05 «Квартирный вопрос» 0+

03:00 Д/с «Таинственная Россия» 16+

03:40 Т/с «Мент в законе» 16+

5 ПЯТЫЙ канал

05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+

05:25 Х/ф «Командир счастливой Шукки» 12+

07:05, 07:55, 08:55, 09:30, 10:20, 11:15, 12:15, 13:30, 13:40, 14:35, 15:35, 16:30 Т/с «Три капитана» 16+

18:00, 18:45, 19:40, 20:30, 21:20, 22:15 Т/с «След» 16+

23:10 «Светская хроника» 16+

00:10 Д/с «Они потрясли мир. Адриано Челентано. Укрощение строптивого» 12+

00:55, 01:40, 02:25, 03:00 Т/с «Свои 5» 16+

03:40, 04:15 Т/с «Свои 2» 16+

04:50 Т/с «Филин» 16+

РОССИЯ К

06:30, 07:00, 07:30, 10:00, 15:00, 19:30, 23:20
Новости культуры

06:35 «Лешком...» Дорога на Кашину
07:05 «Легенды мирового кино»
07:35 Д/ф «Десять колец Марины Цветаевой»

08:25 Х/ф «Я - вожатый форпоста»
10:20 Х/ф «Роза»
12:00 Открытая книга. Анна Багряшина «И это взойдет»

12:30, 22:15 Т/с «Спрут 3»
13:30 Д/с «Первые в мире. Одиссея сибирского казака»

13:45 Д/с «История русской еды. Откуда что пришло?»
14:15 Д/ф «ШОУ. Точка отсчета»
15:05 Письма из провинции. Мордовия

15:35 Энигма. Франгиз Ализаде
16:20 Спектакль «Лунев сегодня и завтра»
17:25 Д/с «Первые в мире. Петля Петра Нестерова»

17:40 Музыка эпохи барокко
19:00 Смехостальгия
19:45 Х/ф «По главной улице с оркестром»

21:20 Линия жизни. Александр Азван
23:40 «2 Верник 2»
00:30 Х/ф «В тихом омуте»
02:40 М/ф для взрослых «Праздник»

РОССИЯ 24

05:00, 06:00, 06:15, 06:35, 06:41, 07:00, 07:30, 08:00, 08:31, 09:00, 09:30, 09:51, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 14:20, 17:00, 17:18, 22:00, 23:00, 00:00, 00:25, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00 Вести 12+

05:35, 17:34, 21:30 Вести. Дежурная часть 12+

06:10, 06:40, 07:07, 07:25, 07:40, 08:18 Экономика 12+

06:50, 07:50, 08:52 Погода 24 12+

07:20, 08:24, 09:44 Спорт 12+

07:45 День в истории 12+

10:14 Эксплуатив 12+

10:36, 13:28, 14:39, 15:37, 21:00 Вести. Обсуждение 12+

12:35 Футбол России 12+

18:00, 20:00 Факты 12+

19:00 Сенат 12+

01:35 Индустрия кино 12+

04:28 Национальные проекты 12+

Карусель

05:00 «Ранние пташки» 0+

06:55, 07:30 «Жужжалка» 0+

07:00 «С добрым утром, малыши» 0+

07:35 М/с «Три кота» 0+

10:45 «Студия Каляки-Малаяки» 0+

11:10 М/с «Монсики» 0+

11:40 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты» 6+

13:05 М/с «Дикие скричеры!» 6+

14:00 «Навигатор. У нас гости!» 0+

14:10 М/с «Сказочный патруль. Хроники чудес» 0+

17:25 М/с «Барбоскины» 0+

20:30 «Спокойной ночи, малыши!» 0+

20:45 М/с «Простоквашино» 0+

22:30 М/ф «Дед Мороз и лето» 0+

22:45 М/ф «Ивашка из Дворца пионеров» 0+

23:00 М/ф «Гуси-лебеди» 0+

23:15 М/ф «Чудесный колокольчик» 0+

23:40 М/ф «Вершки и корешки» 0+

23:50 М/ф «Сказка о попе и работнике его Балде» 0+

00:10 М/ф «Горе не беда» 0+

00:20 М/с «Клео и Кукин» 0+

03:10 «Студия Каляки-Малаяки. Подделки» 0+

03:30 М/с «Цветяшки!» 0+

04:45 «Семья на ура! Завтрак» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

06:00 «Моя история. Сергей Жилин» 12+

06:40 Т/с «Серебряный бор» 12+

07:30, 11:05 «Календарь» 12+

08:00, 13:10, 19:20 «ОТРажение» 12+

10:00, 13:00, 15:00, 19:00 Новости

10:10 Д/ф «Музыка. Фильм памяти. Леонид Утёсов» 12+

11:30 Х/ф «Зонтик для новобрачных» 12+

15:10 Д/ф «Микеланджело. Бесконечность» 12+

16:40 Д/ф «Хроники общественного быта. Подземный град» 6+

17:00 Д/ф «Диалоги без грима. Система. Станиславский» 6+

17:15, 02:00 Х/ф «Дама с попугаем» 16+

21:00 «Владимир Путин. Исполненные долги» 12+

21:40 Юбилейное шоу трёх роялей «Bei Suono. 10 лет» 12+

23:35 Х/ф «Квадрат» 18+

03:40 Х/ф «Зеркала» 16+

ТВУ

06:00 Настроение
07:50 Х/ф «Сельский детектив. Актриса» 12+

09:35 Х/ф «Сельский детектив. Дикая роза» 12+

11:30, 14:30, 17:50 События 16+

11:45 Х/ф «Сельский детектив. Коунс географический» 12+

13:30, 15:00 Х/ф «Сельский детектив. Кино по-ольховски» 12+

14:50 «Город новостей» 16+

18:05, 02:10 «Петровка, 38» 16+

18:20 Х/ф «Сельский детектив. Днем с огнем» 12+

22:00 «В центре событий» 16+

23:00 «Приют комедиантов» 12+

00:40 Х/ф «Дети понедельника» 16+

02:25 Х/ф «Кукулов» 12+

05:20 Д/ф «Семейные драмы. Несчастный кинобрак» 12+

ПЕН

05:00, 09:00 Документальный проект 16+

06:00, 18:00 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

07:00 «С бодрым утром!» 16+

08:30, 12:30, 16:30, 19:30 Новости 16+

11:00 «Как устроен мир» 16+

12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 12» 16+

13:00 «Загадки человечества» 16+

14:00, 03:45 «Невероятно интересные истории» 16+

15:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+

17:00 «Тайны Чапман» 16+

20:00 Х/ф «Охота на воров» 16+

23:00 Бойцовский клуб РЕН ТВ 16+

00:30 Х/ф «Бегающий человек» 16+

02:10 Х/ф «Власть огня» 12+

СТАС ТЕЛЕКАНАЛ

05:00, 00:10 «День Патриарха» 0

05:10 «Расскажи мне о Боге» 6+

05:40 Х/ф «Подвиг разведчика» 12+

07:30, 09:00 «Утро на Спасе» 0+

10:30 «Александрова дорога» 6+

11:05 «В поисках Бога» 6+

11:40 «Пилигрим» 6+

12:15 «Профессор Осипов» 0+

12:50 «Бесогон» 16+

14:00, 14:30 «Монастырская кухня» 0+

15:00 «Двенадцать» 12+

15:35, 16:50 Х/ф «Назначеешься вничую?» 12+

18:20 Х/ф «Наследники» 16+

20:30, 03:40 «Вечер на Спасе» 0+

22:00, 23:35 «Кино и смыслы» 12+

22:05 Х/ф «Я шагаю по Москве» 12+

00:25 Д/ф «Сергий Радонежский. Путь подвижника» 0+

00:55 «Простые чудеса» 12+

01:40 Д/с «Александрова дорога» 0+

02:10 «Следы империи» 16+

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+

06:05 М/с «Три кота» 0+

06:15 М/ф «Шрек. Страшилки» 6+

06:35 М/с «Сказки Шреквова болота» 6+

06:50 М/с «Забавные истории» 6+

07:00 М/с «Приключения Вуди и его друзей» 0+

08:00 Т/с «Тётя Марта» 16+

09:00 «Суперлига» 16+

10:35 «Уральские пельмени. Смехово» 16+

11:50, 19:30 Шоу «Уральских пельменей» 16+

21:00 Х/ф «Тройной форсаж. Токийский дрейф» 12+

23:00 Х/ф «Али, рули!» 18+

00:50 Х/ф «Такси 5» 18+

02:30 «б кадров» 16+

05:30 Мультфильмы 0+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН

06:30, 05:40 «По делам несовершеннолетних» 16+

09:40, 03:45 «Давай разведёмся!» 16+

10:40, 02:05 «Тест на отцовство» 16+

12:45, 01:10 Д/с «Понять. Простить» 16+

13:45, 23:00 Д/с «Порча» 16+

14:15, 00:05 Д/с «Знахарка» 16+

14:50, 00:40 Д/с «Верну любимого» 16+

15:25 Х/ф «Горная болезнь» 12+

19:00 Х/ф «Моя сестра лучше» 16+

04:35 Т/с «Женская консультация» 16+

05:25 «б кадров» 16+

ТВ 3

06:00 Т/с «Женская доля» 16+

06:30 Мультфильмы 0+

09:30, 17:20 Т/с «Слепая» 16+

11:15 «Новый день» 12+

11:50 «Мистические истории» 16+

12:50 Т/с «Все в твоих руках» 16+

13:25, 15:40 Д/с «Гадалка» 16+

14:30 «Вернувшиеся» 16+

19:30 Х/ф «Дивергент» 12+

00:30 Х/ф «Колдовство» 16+

02:15 «Тайные знаки. Вещие сны» 16+

03:00 «Тайные знаки. Формула счастья» 16+

03:45 «Тайные знаки. Опоздавшие на смерть» 16+

04:30 «Тайные знаки. Домовой. Инструкция по эксплуатации» 16+

05:15 «Тайные знаки. Екатерина I. Коронованная Воронья» 16+

ПЯТНИЦА!

05:00 «Черный список» 16+

05:30, 01:50, 04:30 «Пятница news» 16+

06:00 «Кондитер» 16+

09:30 «Новые пацанки

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



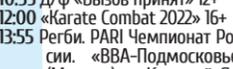
05:05, 06:10 X/ф «Егерь» 12+
06:00, 10:00, 12:00 Новости
07:00 «Играй, гармонь любимая!» 12+



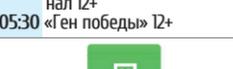
05:35, 03:15 X/ф «Кузнец моего счастья» 12+
07:15 «Устами младенца»
08:00 Местное время. Воскресенье



06:00 Смешанные единоборства. UFC. Чарльз Оливейра против Кевина Ли 16+



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



06:00, 14:05 «Большая страна» 12+
06:50 «Сделано с умом. Иван Сеченов. Отец русской физиологии» 12+



05:00, 05:45, 06:30, 07:10 X/ф «Медвежья хватка» 16+
08:05, 09:00, 09:55, 10:50 Т/с «Взрыв из прошлого» 16+



06:30 Д/с «Энциклопедия загадок. Тургайские географы. Тайна древних копейников» 16+



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



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



06:00, 14:05 «Большая страна» 12+
06:50 «Сделано с умом. Иван Сеченов. Отец русской физиологии» 12+



06:15 X/ф «Бархатные ручки» 12+
07:55, 03:00 X/ф «Идеальное убийство» 16+



05:00 «Тайны Чапман» 16+
07:00 «С бодрым утром!» 16+



05:00, 23:30 «День Патриарха» 0+
05:10 «Молитвослов» 0+



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



06:30, 05:55 «б кадров» 16+
06:50 Т/с «Сваты» 16+



06:00, 13:00, 09:30, 11:30, 23:10 «Дом исполнения желаний» 16+



05:00, 08:50, 03:10 «Черный список» 16+



04:50 Т/с «Русские амазонки 2» 16+



05:00, 04:05 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» 12+



07:00 М/с «Смешарики» 0+
09:00 М/ф «Аисты» 6+



05:00, 03:00 Караокинг 16+
07:30, 00:00, 02:00 Муз'ивитв 18+



06:00 Мультфильм (6+)
07:35 «И в шутку, и всерьёз» (12+)
08:00 Д/ф «Клятва Гиппократ» (12+)



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+



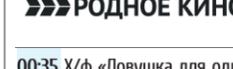
01:30 Д/ф «Заповедники РФ» 12+
02:00 Д/ф «Делать львов А. Тихонова» 12+



5:55 Гимн России. Гимн Севастополя (0+)
6:00, 15:30, 18:00, 23:30 Севастополь решает (12+)



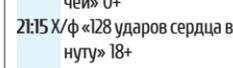
06:10 М/ф «Синдбад. Пираты семи штормов» 6+



00:35 X/ф «Ловушка для одинокого мужчины» 16+



00:05 X/ф «Во власти стихии» 16+



05:00, 03:15 «Папа попал» 16+



06:00, 02:00 «Улетное видео» 16+



10:00, 18:00, 02:00 X/ф «Новые миры» 16+



05:30, 06:10 X/ф «Егерь» 12+
06:00, 10:00, 12:00 Новости
07:20 «Играй, гармонь любимая!» 12+



05:35, 03:15 X/ф «Горожане» 16+



06:50 «Центральное телевидение» 16+



07:00, 08:55, 13:10, 15:55, 22:55, 02:05 Т/с «Анатомия убийства» 12+



06:20, 22:40 «Чумовая скрытая камера» 12+

КРЫМСКАЯ АФИША

ТЕАТРЫ

Симферополь

Крымский академический театр имени М. Горького

«Дон Жуан» 16+

30 сентября, 19:00

Многие великие авторы пытались разгадать загадку Дон Жуана. Кто он? Великий соблазнитель? Циник, бросивший вызов общественной морали? Или романтик в поисках истинной любви? В основе спектакля «Дон Жуан» вольная версия Владимира Магара по мотивам произведений Ж.-Б. Мольера, А. К. Толстого, Ш. Бодлера, Б. Шоу. В своих постановках В. Магар, как правило, ломает сложившиеся стереотипы, вот и Дон Жуан у него не столько соблазнитель, сколько человек, потерявший себя в окружающем мире.

Севастополь

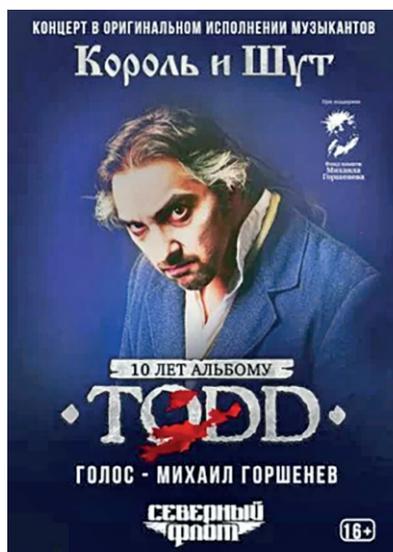
Севастопольский академический театр имени А. В. Луначарского

«Метод Грэнхольма» 16+

5 октября, 19:00

Конкуренция – идол современного мира. Как далеко в конкурентном поединке могут зайти люди? Чем пренебречь? Пожертвовать? А может, через что-то переступить – прежде всего, в себе самом? Действие спектакля разворачивается по нарастающей детективной спирали, каждый новый виток которой невозможно предугадать. В таинственном офисе всемирно известной корпорации собрались четыре претендента на должность мечты. В назначенный час весьма экзотическим способом их оповещают о том, что отбор будет проводиться по новейшей технологии – методу Грэнхольма, который позволит безошибочно определить самого достойного кандидата. Однако с этого шокирующие неожиданности только начинаются...

КОНЦЕРТ



автора и группы исполнилось: TODD наконец прозвучал в концертной версии! В этом году музыканты «Короля и Шута» и Лена Тэ возвращаются, чтобы показать вам обновлённую концертную программу и вновь окунуть в ту незабываемую атмосферу! Вас ждут полноценное шоу с мощнейшим звуком, отличным светом, а также сюрпризы на бис и любимые хиты.

Ялта

Ялтинский театр имени А. П. Чехова

«Осторожно! Тётки!» 16+

6 октября, 19:00

«Осторожно! Тётки!» – четвёртая пьеса в репертуаре большого друга театра, известного московского драматурга Александра Коровкина. Это типичная комедия положений, в которой есть всё, присущее искромётному жанру. Лихо закрученная интрига, путаница, череда недоразумений, которые заставляют публику смеяться без умолку. В старинном особняке в центре провинциального города живут две симпатичные пенсионерки, пекут пироги, ждут в гости племянника, и вдруг... С этого «вдруг» начинаются в жизни героинь комедии самые невероятные происшествия.

Евпатория

Крымский государственный театр юного зрителя

«Евпатория, я люблю тебя!» 6+

30 сентября, 11:00

Музыкальный спектакль-признание в любви родному городу презентует Евпаторию как детскую здравницу, яркое место для семейного отдыха и развлечений. За основу видеооформления спектакля взяты рисунки евпаторийских детей-художников. Зритель, не выходя из зала, пройдёт по достопримечательностям Евпатории, прогуляется по Малому Иерусалиму, посетит театр Пушкина, Краеведческий музей и другие прекрасные места Евпатории. В спектакле звучат хиты из рисованных мультфильмов и песни, написанные о городе, одна из которых – рэп-композиция «Очень жаль мне тех, которые не бывали в Евпатории» на стихи Владимира Маяковского.

Ялта

Ялтинский театр имени А. П. Чехова

10 ЛЕТ АЛЬБОМУ TODD

2 октября, 19:00

TODD – последнее творение Михаила Горшенёва и музыкантов «Короля и Шута». Двойной альбом группы, объединённый общей историей о цирюльнике Суини Тодде и вышедший в 2011 и 2012 годах. Тогда же Михаилом и музыкантами был задуман масштабный концертный тур в поддержку этого альбома, но он так и не состоялся из-за печальных событий 2013 года. И вот, спустя 10 лет с момента выхода пластинки, желание



Сцена из спектакля «Дон Жуан». Фото: qisckskets.ru

ЦИНИК ИЛИ СОБЛАЗНИТЕЛЬ?

Куда пойти и что посмотреть с 30 сентября по 6 октября

«Крымская газета» составила обзор самых ярких событий предстоящей недели

УЖЕ В КИНО

«ЧУДОВИЩЕ», ужасы 16+

В главной роли Кристина Риччи – американская актриса и продюсер, номинантка премий «Золотой глобус» и «Эмми», звезда «Семейки Аддамс» и «Сонной Лоцины». Кристина – одна из самых талантливых звёзд независимого и авторского кино, лицо модного дома Louis Vuitton. Сбежав от жестокого мужа, Лора с семилетним сыном переезжает в загородный дом. Она всеми силами пытается наладить новую жизнь, но вскоре сталкивается с непредвиденным: по ночам из близлежащего водоёма вылезает мерзкое чудовище с явно недобрыми намерениями...



Кадр из фильма

«СЕРДЦЕ ПАРМЫ», исторический 16+



Кадр из фильма

Князь Михан был рождён в языческих таёжных землях – там, где шаманы приносили кровавые жертвы, чтобы отогнать тёмных духов и сохранить равновесие. Здесь он встретил ту, в которой вся красота мира и сила ведьм-ламии. Ту, быть с которой ему запрещают законы. Эта любовь навсегда изменит судьбу Михана и его родной Пармы. Ему предстоит сражаться, защищая свой мир от злого рока и от тех, кто придёт с мечом в поисках богатств и новых земель.

ВАШЕ ПРАВО

МЫ ЗА ЦЕНОЙ НЕ ПОСТОИМ

Что положено тем, кто идёт служить в армию по контракту, выясняла «Крымская газета»

ОТ СЛУЖЕБНОЙ ДО СОБСТВЕННОЙ

Социальная защита военнослужащих России и повышение её уровня – в зоне особого внимания. Государство стремится оказать всю необходимую помощь как самим военнослужащим, так и членам их семей. Сразу после заключения контракта с Министерством обороны РФ военнослужащий и его семья имеют право на служебную жилплощадь. Семье жилые метры предоставляются в течение трёх месяцев после прибытия военнослужащего в войсковую часть.

Старшие офицеры и военнослужащие, подписавшие с Министерством обороны второй и последующие контракты, получают отдельную жилплощадь из фонда войскового подразделения. Либо для них арендуют квартиру. Семьи военных могут и сами снимать жильё – арендную плату им компенсируют.

Когда военнослужащий подписывает второй контракт с Минобороны, он получает возможность стать участником специальной госпрограммы – накопительно-ипотечной системы жилищного обеспечения военнослужащих (НИС). У военного появляется индивидуальный счёт, куда ежегодно из госбюджета поступают деньги. Через три года несения службы военнослужащий может воспользоваться накопленными деньгами для приобретения жилья или первоначального взноса по ипотеке.

Каждый гражданин России, прослуживший в армии более 20 лет, может бесплатно получить квартиру в собственность или получить деньги на её приобретение. Бесплатное жильё или госсубсидия предусмотрены и для военнослужащих с выслугой более десяти лет, уволенных в запас по состоянию здоровья, из-за сокращения должности, а также при достижении определённого возраста.

В ТЕМУ

С 21 сентября 2022 года в РФ была объявлена частичная мобилизация. Призванные на военную службу по мобилизации имеют статус военнослужащих, проходящих военную службу в Вооружённых Силах РФ по контракту.

ДЛЯ СИЛ И ЗДОРОВЬЯ

Федеральный закон «О статусе военнослужащих» предусматривает предоставление российским военным ряда медицинских услуг.

Каждый контрактник имеет право бесплатно:

1. Получать медицинскую помощь, в том числе по изготовлению и ремонту зубных протезов, по обеспечению медицинскими изделиями и лекарствами, проходить ежегодную диспансеризацию.

2. Проходить реабилитацию после стационарного лечения в ведомственных санаториях или после выполнения задач, неблагоприятно отражающихся на состоянии здоровья.

Военнослужащие, получившие увечье (ранение, травму, контузию) или заболевание при исполнении обязанностей, после лечения в стационаре имеют право на путёвку вне очереди в санаторно-курортные и оздоровительные организации Министерства обороны.

УЧЁБА ДЛЯ ВОЕННЫХ И ГРАЖДАНСКИХ

В Минобороны России предусмотрены и социальные льготы на дополнительное образование. Например, сержанты и прапорщики во время прохождения службы по контракту имеют право учиться в вузах заочно. После окончания обучения контрактникам могут присвоить внеочередное воинское звание.

Кроме того, каждый контрактник, прослуживший пять и более лет, после увольнения может за счёт Минобороны пройти переподготовку по любой гражданской специальности.

ПРИ УВОЛЬНЕНИИ И ПОЕЗДКАХ

1. Когда срок контрактной службы истекает, его можно не продлевать, а получить выходное пособие. Размер зависит от срока службы контрактника:

- если он составляет менее 20 лет, выдают два должностных оклада;
- при выслуге 20 лет и более – до семи окладов.

2. Служащий по контракту имеет право на бесплатный проезд:

- к месту службы,
- в служебные командировки,
- для лечения.

3. При переводе военного на новое место службы ему предоставляется контейнер для перевозки вещей объёмом до 20 тонн.

ЧТО ПОЛОЖЕНО СЕМЬЯМ?

Когда гражданин России проходит воинскую службу по контракту, его семья так-

же имеет право на получение ряда льгот. Жена и дети военного могут:

- получать детские пособия увеличенного размера и дополнительные ежемесячные дотации (они устанавливаются в каждом регионе отдельно),
- брать отпуск на работе одновременно с отпуском мужа-военнослужащего,
- определять детей в детсады и школы вне очереди, а компенсация за оплату детского сада составляет до 90%,
- получать медицинскую помощь в военно-медицинских организациях.

Жена имеет преимущество при поступлении на работу в госорганизации, воинские части и на оставление на работе при сокращении штата.

У жены будет преимущество на первоочередное направление на прохождение профобучения или дополнительного образования.

ЖКХ – ПОЛОВИНА ОПЛАТЫ

Для военнослужащих на региональном уровне предусматривается 50-процентная скидка на оплату услуг жилищно-коммунального хозяйства при получении статуса ветерана боевых действий.

Только напомним, что участники специальной операции на Украине признаны ветеранами боевых действий и могут претендовать на льготы, положенные ветеранам. Помимо компенсации расходов на оплату жилых помещений, у них:

- преимущество при вступлении в жилищно-строительные и гаражные кооперативы,
- первоочередное право на приобретение садовых и огородных земельных участков.

Ветеранов боевых действий обеспечивают жильём за счёт государства, а в случае их смерти его смогут получить члены семьи.

Ветеранам боевых действий также предоставляются очень существенные налоговые льготы и многие другие преференции.

ВСЕГО ГОД ДО ПРИКАЗА

В настоящее время жители Крыма имеют возможность подписать короткий контракт сроком до одного года. Помимо социальных гарантий, они получат и повышенное денежное довольствие – от 185 000 рублей в месяц.

Также при поступлении на военную службу по контракту в именные подразделения 126-й гвардейской отдельной бригады береговой обороны посёлка Перевальное Симферопольского района от правительства Крыма предусмотрена дополнительная выплата. При заключении контракта на три-шесть месяцев – от 100 000 до 200 000 рублей. Выплата будет проводиться в два этапа: с момента зачисления в списки части – 50 000–100 000 рублей и по прошествии месяца службы в зоне специальной военной операции – повторно 50 000–100 000 рублей. Также для крымчан, подписавших короткий контракт, есть возможность получить статус ветерана боевых действий.

Ирина ГУЛИВАТАЯ.



СПРОСИТЕ У ДОКТОРА

Психиатр-нарколог,
заместитель главного
врача ГБУЗ РК
«Крымский
научно-практиче-
ский центр
наркологии»
Марина Шоренко.



СТОЙКИЙ ИНТЕРЕС

Интерес к употреблению алкоголя возникает у многих как признак взросления. Впервые подросток пробует его обычно в компании друзей. Но воспитание традиций проходит в семейном кругу. В славянской культуре застолья было принято употреблять слабоалкогольные напитки (пиво, медовуху с содержанием алкоголя до 3,0%), однако если брать древние славянские обычаи, то к употреблению хмельного зелья никогда не допускались дети, молодежь и женщины.



СКАЗАТЬ «НЕТ» ПРИВЫЧКЕ

Алкоголизм пагубно влияет на все сферы жизни человека: развитие личности, семейное и общественное благополучие. Употребление любых психоактивных веществ начинается уже с первой пробы, как правило, в подростковом возрасте. Подробнее об этой зависимости узнавала у специалиста «Крымская газета».

В течение предыдущего столетия возникла некая трансформация. Доступность алкогольных напитков, выпуск новых марок повлекли приобщение молодёжи и массовый интерес к слабоалкогольным напиткам с содержанием спирта 4-9%. Это привело к тому, что меньше стало рождаться здоровых детей, снизилась устойчивость к влиянию стрессовых факторов. Последнее повлекло рост заболеваний сердца, лёгких и пищеварительной системы, вследствие чего уменьшилась продолжительность жизни. В то же время хронические алкогольные интоксикации ухудшают настроение и работоспособность, что сказывается не только на непосредственных результатах труда, но и на семейной жизни. Отсутствие желания что-либо делать не только для себя порождает конфликтные ситуации и приводит к увеличению стрессовой нагрузки. И как следствие ухода от неприятностей – снова приём алкоголя. Результатом является нисходящая спираль, на каждом витке которой идёт разрушение здоровья и личности. Не секрет, что это приводит в дальнейшем к отвратительному портрету опустившегося, неприятного и неприкаянного человека. А начиналось-то всё красиво и радостно!

ВАЖНО

При определённой частоте употребления спиртного возникает перестройка биохимических процессов организма, в том числе процессов в глубинных структурах головного мозга. Это приводит к изменению личности человека и всего процесса жизнедеятельности человеческого организма. Следствием является изменение всей жизни и, как правило, сам человек не готов принять возникшие изменения. В такой ситуации единственным выходом будет являться полное прекращение употребления алкогольных напитков.

НЕНУЖНЫЕ ОПРАВДАНИЯ

Как этого не допустить или как избежать? Один из способов – это полная трезвость. Хотя популярны такие возражения, как:

- «Мы живём в обществе, где принято употреблять спиртные напитки». При этом забываем, что традиции мы можем и должны построить сами.

- «Я пью не так часто и не так много, как мой сосед». Частота и количество – очень индивидуальные понятия. Важны не частота и количество принятого алкоголя, а субъективные и объективные признаки опьянения. Как вариант, предлагается эксперимент по документированию всех этапов возникающего состояния трезвым человеком и трезвая оценка внутренних ощущений и внешних проявлений (бывает очень полезно при увеличении частоты потребления алкоголя – более одного раза в неделю).

- «Я никогда не стану алкоголиком и мне не нужно будет лечиться». Пациентом может стать каждый человек, употребляющий алкогольные напитки. Причина – обычная передозировка с тяжёлой степенью опьянения, травмы в состоянии опьянения, кровотечения из желудка, панкреатит и другое.

Другой способ называют культурой питья (культурой

потребления алкоголя). Основным признаком является употребление алкогольных напитков без цели вызвать состояние опьянения. Правда, возражения бывают следующего характера:

- «Зачем тогда пить спиртное, ведь когда я пьяный, то весёлый». Алкоголь по своему химическому строению является веществом, снижающим порог восприятия всех раздражителей и угнетающим деятельность нервной системы.

- «Я не напиваюсь настолько и не похмеляюсь». Однако практически все в изменённом состоянии могут «вспомнить историю» внешне комические (поскольку закончились благополучно), но очень рискованные как для дальнейшего здоровья, так и для жизни. Посмотрите на это со стороны действительного близкого и дорогого человека, с высокой долей вероятности его мнение на этот счёт будет отличаться от вашего.

БОЛЕЗНЬ ДУШИ И ТЕЛА

Первыми признаками начала формирования наркологического заболевания являются увеличение переносимости алкогольных напитков (рост толерантности), а именно то, что чаще

всего двигает на дальнейшее употребление («Я теперь могу выпить больше, а пьянею меньше»), утрата рвотного рефлекса на фоне интоксикации. В такой ситуации самое время остановиться и выдержать длительную паузу. Причиной подобных состояний у человека является перестройка биохимических процессов, направленных на скорейшее обезвреживание и выведение яда (алкоголь), снижение порога возбудимости рвотного центра.

Вторым признаком является желание принять спиртное на фоне субъективно тяжёлого состояния после употребления (на фоне постинтоксикационного синдрома). При повторяющихся действиях формирование заболевания проходит очень быстро (три-четыре недели). В такой ситуации не нужно ждать, необходимо обращаться за медицинской специализированной помощью.

Следующая ступень – это осложнения уже имеющегося заболевания, а именно: судороги («алкогольная эпилепсия») и психотическое расстройство («белая горячка»). Здесь важно стационарное лечение, лучше в условиях специализированного наркологического (психиатрического) стационара.

Наличие постинтоксикационного синдрома (состояние, возникающее через 6-14 часов после употребления спиртного), выражающееся в вялости, слабости, иногда раздражительности, тяжести в голове, неприятных ощущениях в области живота и ряде других индивидуальных признаков предшествующей интоксикации, говорит о необходимости резко снизить «свою дозу». Следующим этапом может явиться в лучшем случае больничная койка.

ТЕРРИТОРИЯ ПРОФИ

ПОСЛАНИЯ ИЗ ПРОШЛОГО

– Можно ли считаться реставратором, если удалось незаметно склеить разбитую мамину вазу?

– Если незаметно – то да. Вы прирождённый домашний реставратор! Но чтобы стать профессионалом, придётся ещё много учиться, стажироваться и набирать опыт. К слову, в музейной (а значит – научной) реставрации главное не склеить незаметно, а склеить так, чтобы швы склейки были чуть видны. Чтобы не вводить в заблуждение зрителей, и в то же время чтобы работа не бросалась в глаза. А как это сделать – решают на особом реставрационном совете и реставраторы, и историки искусства, и хранители музея. Порой по этому поводу ведутся жаркие научные споры!

– Интересно, обнаруживались ли во время реставрации тайные послания или новые данные для историков?

– Да. Работа с археологическими памятниками часто подбрасывает сюрпризы. Однажды в месте излома древнегреческой стелы я обнаружила окаменевшие кости какой-то реликтовой птицы. Ещё удивительные находки – свинцовые пластинки. Их находят свёрнутыми в виде свитка. Осторожно развернув свиток, можно обнаружить текст письма или даже проклятия: процарапанные на свинце имена (как правило, оппоненты в суде). Видимо, проигравшей стороне ничего не оставалось, как только насыпать проклятия на судей, истцов или ответчиков, ну и свидетелей заодно. Эпиграфисты очень любят такие находки.

– С какими наиболее интересными объектами вам приходилось работать?

– Перед входом в Музей каменных древностей стоят изваяния грифонов. До февраля 2014 года они украшали Большую Митридатскую лестницу в Керчи. Во время ремонта лестницы их демонтировали, а реставрация грифонов, как оказалось, не была включена в проект. Скульптуры перемещены в Лапидарий, где их отреставрировали, очистили от атмосферных загрязнений, пятен краски и бетона, восполнили отбитые хвосты и крылья. Теперь они украшают музей и служат местом паломничества для жителей и гостей города. Несмотря на то что Большую Митридатскую лестницу украсили новые грифоны, работы керченских скульпторов Р. В. Сердюка, А. И. Мельника и В. Ф. Будина по-прежнему дороги керчанам.

НЕ УЛУЧШИТЬ
И НЕ УХУДИТЬ

– Какими компетенциями должен обладать современный реставратор?

– Принято считать, что реставратор должен быть художником, поэтому в учебных заведениях, которые готовят соответствующих специалистов, сдают экзамены по рисунку, живописи, композиции. Необходимо, чтобы реставратор также знал химию и физику (хотя бы свойства материалов, из которых сделаны музейные предметы). Но главному

Семинар-практикум по программе «Эрмитажная школа реставрации». Июль 2022 год.

С КИСТОЧКОЙ
И СКАЛЬПЕЛЕМ

С какими тайнами древности приходится сталкиваться реставратору, с какими величайшими произведениями искусства он работает? Ответы на вопросы получила «Крымская газета», побеседовав с Ниной Кучеровской, заведующей отделом «Лапидарий» ГБУ РК «Восточно-Крымский историко-культурный музей-заповедник», художником-реставратором высшей категории, кандидатом культурологии, в рамках рубрики, где задаются наивные вопросы профессионалам своего дела.

– Как отличить подделку экспоната от оригинала? Обнаруживали ли вы фальшь?

– Поскольку в фонды нашего музея-заповедника поступают в основном находки из археологических экспедиций, с подделками приходится сталкиваться крайне редко. В лапидарной коллекции хранятся интересные каменные пластины с рельефными изображениями и надписями на античную и средневековую религиозную тематику. Есть подобные экземпляры в собрании Эрмитажа и других музеев. Их датируют XIX веком. Можно ли их считать подделками? Скорее, сувенирной продукцией. По сути, они такие же оригиналы, как и античные экспонаты. И дождутся своего исследователя.

СОХРАНИТЬ ДАЖЕ ПЯТНА

– Когда объект восстановить уже невозможно?

– Восстановление объекта не есть цель реставрации. Мы сохраняем памятник в том виде, в каком он дошёл до наших дней. Главное – остановить процесс разрушения и продлить жизнь экспоната. В Музее каменных древностей есть мраморный стол на львиных лапах со множе-

более, других – несколько дней. Это зависит от многих факторов – свойств материала и техники, желаемого результата, результатов лабораторных исследований. Можно просто обеспылить поверхность мраморной скульптуры (консервационный процесс), а можно месяцами удалять соли из толщи керамики или камня в постоянно сменяемой дистиллированной воде. Реставратор стекла из крупинки собирает драгоценный античный сосуд на протяжении года и параллельно укрепляет целую низку бус.

ЕЩЁ НЕ ИГОРЬ ГРАБАРЬ

– Посоветуйте, куда пойти учиться на реставратора?

– Например, можно поступать в Российский государственный гуманитарный университет (РГГУ), Санкт-Петербургскую государственную художественно-промышленную академию имени А. Л. Штиглица. Обратите внимание на архитектурные и строительные вузы, которые обучают по специальности «реставрация и реконструкция архитектурного наследия».

– Сколько может зарабатывать специалист?

– Немного. Но низкая зарплата компенсируется возможностью работать с величайшими произведениями искусства.

– Каков карьерный рост для представителей вашей профессии?

– Заведование лабораторией или отделом, но не все к этому стремятся.

– Что нравится в профессии, а что раздражает?

– Работа реставратора позволяет оставаться романтиком, она подходит для людей, которым интересно искусство во всех сферах его проявления. Раздражает, когда отвлекают от работы и приходится прерывать реставрационный процесс.

Диана МАСЛОВА.

Фото героини публикации.

“ ВОССТАНОВЛЕНИЕ ОБЪЕКТА НЕ ЕСТЬ ЦЕЛЬ РЕСТАВРАЦИИ. МЫ СОХРАНЯЕМ ПАМЯТНИК В ТОМ ВИДЕ, В КАКОМ ОН ДОШЁЛ ДО НАШИХ ДНЕЙ. ГЛАВНОЕ – ОСТАНОВИТЬ ПРОЦЕСС РАЗРУШЕНИЯ И ПРОДЛИТЬ ЖИЗНЬ ЭКСПОНАТА

ством пятен и потёков на столешнице. Эти пятна – капли вина и окислы металла, из которого были изготовлены сосуды, – история бытования этого культового стола. И они не подлежат удалению, наоборот – специально законсервированы.

– Сколько времени длится процесс реставрации и какие этапы нужно пройти, чтобы прийти к результату?

– Здесь не удастся ответить однозначно. Обычно у реставратора в работе несколько предметов, так как реставрация некоторых экспонатов занимает год и

С ПЕРСПЕКТИВОЙ

НЕРЕАЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Современные технологии помогают в лечении и реабилитации. В одном из выставочных залов отеля раскинулись павильоны 120 предприятий, которые обеспечивают развитие медицинской отрасли. Невозможно просто пройти мимо и не протестировать последние образцы. Вот и сотрудники «Крымской газеты» не удержались, менеджер Андрей Пищанский любезно пригласил на терапию магнитом высокой интенсивности. Аппарат расслабляет мышцы и оказывает лечебный эффект на опорно-двигательную систему. Его уже широко используют в санаторно-курортном лечении на полуострове, в частности, санатории в посёлке Гаспра. Учитывая сидячий образ жизни многих и частое вождение автомобилей, такой сеанс терапии не помешает человеку, даже не имеющему серьёзных заболеваний. Также он рекомендует больным с хроническими заболеваниями. Благодаря механической стимуляции нервов ударно-волновая терапия облегчает боль. Это приводит к активации кровообращения и восстановлению повреждённых тканей. И это только часть разработок одной компании. Ещё один поставщик представил прибор для разработки нижних конечностей после тяжёлых заболеваний. Весь процесс цифровизированный – врач контролирует и отмечает показатели пациента с помощью компьютера. Пока человек выполняет упражнения, он переносится в виртуальную реальность, где может почувствовать себя персонажем компьютерной игры. Такое увлекательное времяпровождение помогает отвлечься и получить хорошие результаты в реабилитации.

ВЫЗОВЫ ВРЕМЕНИ

Рядом – выставочный комплекс московского предприятия по изготовлению изделий для экстренной помощи. Сейчас особой популярностью пользуются кровоостанавливающие жгуты. В день производят 3000 штук. Также популярен шприц-пистолет для внутрикостных инъекций. Ещё одна новинка – бинты с хитозаном, которые способны останавливать любое кровотечение, даже артериальное. На предприятии стараются отвечать современным запросам. Во времена бушующей пандемии они создали самый компактный аппарат искусственной вентиляции лёгких.

Организаторы запланировали насыщенную деловую программу выставки. В ней участвовали ведущие эксперты отрасли, руководители федерального и регионального уровней, а также представители научного сообщества. На южнорбережной площадке специалисты из разных сфер здравоохранения выступили с докладами. Темы семинаров: онкология, диагностика, коммуникация и эмпатия в практике врача, корпоративное образование.



Высокотехнологичное оборудование вызвало интерес у гостей выставки.

ТРЕНДЫ МЕДИЦИНЫ

Международная медицинская выставка «Здравоохранение. Крым – 2022» завершилась в Алуште. Ведущие компании медицинской отрасли представили современные образцы отечественного и зарубежного оборудования. Какие приборы пользуются успехом на российском рынке? Как они помогают избавиться от различных патологий? Новейшие разработки медицины испытала на себе «Крымская газета».



Журналист «Крымской газеты» получила навыки по оказанию первой медицинской помощи на манекене.

БЛАГОРОДНАЯ ЦЕЛЬ

Помимо полезных семинаров и практических занятий, участники ждали новые знакомства, выгодные партнёрские контракты.

– Для того чтобы развивать промышленное производство, необходимо, чтобы земельный участок для строительства был определён строго для этих це-

лей. Представители предприятий могут со своими идеями о развитии производства обращаться к нам в корпорацию. Мы уже будем подыскивать земельный участок, сопровождать их в дальнейшей реализации инвестиционных проектов. В первый день к нам подходили представители из Москвы и других регионов. Интересовались, как

они могут в Крыму развивать бизнес. Мы всегда разъясняем потенциальным инвесторам или руководителям предприятий, как развиваться в Крыму. Нам, со своей стороны, интересно развиваться, создавать новые рабочие места, расширять налоговую базу, – рассказали в Корпорации развития Республики Крым.

«ВЫСТАВКА ОБЪЕДИНЯЕТ СПЕЦИАЛИСТОВ ГЛАВНОЙ ЦЕЛЬЮ – УЛУЧШИТЬ КАЧЕСТВО ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ И СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ ПАЦИЕНТА. УЧИТЫВАЯ СОБЫТИЯ, КОТОРЫЕ ПРОИСХОДЯТ В РОССИИ И МИРЕ, ОЧЕНЬ ВАЖНО ИМЕТЬ СОВРЕМЕННОЕ И КАЧЕСТВЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ИНСТРУМЕНТЫ, МЕДИКАМЕНТЫ»

– Выставку «Здравоохранение. Крым» проводят уже седьмой раз при поддержке Министерства здравоохранения РК. Её цель – профессиональное общение и обмен опытом, ознакомление с новыми клиническими рекомендациями и инновационными технологиями в медицине. Выставка объединяет специалистов главной целью – улучшить качество оказания медицинской помощи и сохранить здоровье пациента.

Учитывая события, которые происходят в России и мире, очень важно иметь современное и качественное оборудование, инструменты, медикаменты. Данный форум прекрасно справляется с этими задачами, – подвели итоги организаторы выставки.

Диана БЕКМАМБЕТОВА.
Фото: Галы АМАРАНДО.

ЗНАТЬ И ПОМНИТЬ



18 КИЛОГРАММОВ БОЛИ

Руководитель некоммерческого проекта по изданию Книг Памяти Первой мировой войны, военный историк и архивист из Москвы Александр Григоров передал в дар центральным библиотекам некоторых городов Крыма и Севастополя многотомную Книгу Памяти «Черноморский флот в Великой войне 1914-1918 годов» и диск с электронной версией издания. Присутствовала на этом событии «Крымская газета».

МНОГО ЭТО ИЛИ МАЛО?

В шести томах Книги Памяти «Черноморский флот в Великой войне 1914-1918 годов» содержатся сведения о потерях и награждениях нижних чинов и офицеров, послужные списки офицеров и другие упоминания о военно-морских чинах и гражданских лицах, а также сведения о судьбе некоторых наших соотечественников после окончания Великой войны. По словам Григорова, это, в частности, черноморцы, которые в разное время были в подчинении или командующего Черноморским флотом, или начальника штаба командующего ЧФ, либо в подчинении начальников, наблюдавших за охраной обороны побережья Чёрного моря.

– Восемнадцать килограммов (масса всех шести томов. – **Ред.**) – такую характеристику любят журналисты, – отмечает руководитель проекта. – Мне больше нравится цифра 38 тысяч персоналий. Много это или мало? Для Балтийского флота, наверное, было бы маловато. Что касается Черноморского, тут не настолько активные боевые действия были, но всё-таки они велись. И я категорически не согласен с историками, которые утверждают, что это был неосновной театр военных действий на море. Здесь происходили важные и знаковые события, в том числе в исследовании новых технологий, методов ведения войны

(разведки). Морская авиация в те годы начинала свою историю.

ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЙ ТРУД

Первый том издания, по словам Григорова, посвящён плавсоставу Черноморского флота в годы войны.

– Он – самый важный, заглавный, там офицеры, нижние чины, потери, награждения, послужные списки, авиация, духовенство, флотская медицина и береговая артиллерия, – пояснил военный историк.

Во втором томе представлены сведения о сухопутных частях, которые находились в прямом подчинении командующего или начальника штаба ЧФ. В третьем – о совместных операциях Черноморского флота и сухопутных частей, которые не были в подчинении командующего ЧФ. Четвёртый и пятый тома посвящены охране и обороне побережья Чёрного моря.

– В шестом томе, приложении к предыдущим пяти, представлены образцы самых разных документов (по одному каждого типа), – рассказывает руководитель проекта. – Например, списки погибших, приказы командующего ЧФ за какой-то год, список погребённых на одном из флотских кладбищ Севастополя воинов, тактико-технические характеристики всех судов ЧФ, включая бывшие гражданские, впо-

следствии милитаризованные. Также есть раздел, посвящённый увековечению памяти черноморцев как в России, так и за рубежом.

Работа над изданием продолжалась восемь лет. В разные годы коллектив авторов включал в себя от пяти до десяти человек.

– Проект начинался под крылом Министерства обороны. К сожалению, многое в жизни страны изменилось и Минобороны перестало в этом участвовать, – рассказывает Григоров. – Но наша рабочая группа не смогла остановиться и всё-таки продолжала работу. Из тех, с кем мы начинали, сейчас живы не все. Немного не дождался выхода издания член авторского коллектива, историк из Севастополя Валерий Васильевич Крестьянников. Поэтому наш труд мы посвятили его памяти.

Многотомному изданию Книги Памяти «Черноморский флот в Великой войне 1914-1918 годов» предшествовало однотомное. Его в 2014 году тиражом 100 экземпляров опубликовал Московский издательский дом. Оно стало своего рода прототипом будущего фундаментального труда.

«ИХ КАК БЫ ВРОДЕ И НЕТ»

Страшно подумать, что всего этого могло и не быть, если бы несколько десятилетий назад Григоров не погрузился в архивистику с головой. Для этого ему, высококлассному реаниматологу, пришлось уйти из профессии.

– У меня специальность такая, что ты понимаешь, от чего у тебя человек умирает, – говорит он. – А если он умирает от того, что ты не смог обеспечить его необходимыми медикаментами, при наличии которых он

Александр Григоров надеется, что изданные под его руководством Книги Памяти станут для всех интересующихся историей инструментом познания.

бы жил, то после этого заведующим отделением очень трудно работать. Но приход в архивистику случился намного раньше, лет за десять до этого. Ею занимался в свободные дни, вечера. Как это обычно бывает, началось со своих. Дальше – больше. До революции мои предки служили в армии. Можно сказать, что я из семьи потомственных (до революции) военных. Отец попросил узнать, где погиб его дед, то есть мой прадед. У меня получилось. Он погиб во время осады Новогеоргиевской крепости в августе 1915 года на территории Польши. Неприятная, чтобы не сказать трагическая для нас страничка ухода из Польши, когда гарнизон крепости оставили в окружении на растерзание. Прадед там командовал батальоном полка и, возглавляя контратаку при попытке отбить левый, 15-й форт, погиб. Его вытащили с поля боя и похоронили у четвёртого форта. А через несколько дней крепость капитулировала. Там много ещё народа погибло. В итоге я занялся историей ополченской дружины, которой прадед командовал, уходя из Рязанской губернии, и которую позже преобразовали в батальон. Отец удивился: чего, мол, историю одной дружины пишешь, бери всё рязанское ополчение.

ЦЕННЫЕ ТОМА

В итоге под руководством Григорова были реализованы, в частности, проекты издания Рязанской, Воронежской и Крымской Книги Памяти Великой войны 1914-1918 годов. Вскоре историк намерен передать в дар крымским библиотекам второй том проекта «Крымская Книга Памяти Великой войны 1914-1918 годов». По экземпляру первого тома он ранее передал в дар центральным библиотекам крымских муниципалитетов.

– Второй том готов уже на 95 процентов. В течение полугода, думаю, работа будет завершена, – отмечает Григоров. – Надеюсь, что через полгода мы снова встретимся. Между прочим, в первом томе, судя по отзывам, больше сотни крымских семей нашли своих предков, большинство – крымские татары.

Историк убеждён, что неверно замалчивать имена русских воинов, павших в годы Первой мировой войны:

– Совсем несправедливо, что погибших в Великой Отечественной войне мы помним, а тех, кто на тридцать лет раньше, при защите той же самой Родины в землю отправился – их как бы вроде и нет. Радостно сообщаем, что «великая, забытая, неизвестная», считая, что этого достаточно, чтобы всех почтить скопом. А имена их – бог весть...

Алексей ВАКУЛЕНКО. Фото автора.

КСТАТИ

Изданных томов могло и не быть, если бы несколько десятилетий назад Григоров не погрузился в архивистику с головой. Для этого ему, высококлассному реаниматологу, пришлось уйти из профессии.

ТОРТА И ЗРЕЛИЩ



ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Как отпраздновать свадьбу в Крыму

Свадебный сезон на полуострове в самом разгаре. Сказать друг другу «да!» на фоне величественных гор или моря приезжают пары из разных уголков России. Этот год не стал исключением. Даже логистические особенности полуострова не помешали влюбленным, пожелавшим соединить свои судьбы в одном из самых романтичных уголков нашей страны. Сколько стоит бракосочетание в Крыму, как развивается свадебная индустрия, какие тренды в этом сезоне и где находятся самые красивые локации для проведения брачной церемонии, узнал «Крымский журнал».

всё необходимое, но без излишеств. Более пышная свадьба оригинальной стилистики в красивом необычном месте обойдётся молодожёнам в сумму от 600 тыс. до 1,5 млн руб.

МИНИМАЛИЗМ И ЭСТЕТИКА

Современная стилистика свадебного декора строится на индивидуализме. Важны не тренды, а личные предпочтения жениха и невесты. Независимо от того, какое оформление выберет пара, во всём должна присутствовать эстетика, считает владелица студии декора и флористики Анна Уськова.

– В отличие от свадеб прошлых лет, сегодня актуальны минимализм и натуральные материалы, например, живые цветы. Невест с материковой части России всегда заботит судьба цветов по завершении торжества. В таких случаях мы разбираем цветочные композиции, и невесты составляют из них букеты для гостей. Это становится изюминкой свадебного вечера. Пышное оформление стола новобрачных уже устарело. Акценты сместились. Теперь жених и невеста сидят за одним столом с гостями. Уделяется много внимания деталям – красивая по-

суда, текстиль. Создаётся семейная уютная атмосфера.

По словам Анны Усковой, не теряют популярности пастельные тона, но всегда есть спрос на креативное оформление. Это, как правило, игра на контрастах, например, глубокий синий с насыщенный красным или розовый с зелёным. Стилистика свадьбы больше не имеет чётких границ. И уже не в ходу такие понятия, как рустик, бохо, эко, прованс. Все эти стили смешиваются, и создаётся индивидуальный.

Букет невесты составляется в зависимости от сезона. Больше всего новобрачные любят пионы. Но они цветут только в мае и июне, летом их уже нет. Весной всегда большой выбор цветов – тюльпаны, нарциссы, ландыши, подснежники и различная зелень. В июле-августе цветут гладиолусы, георгины – их более 100 сортов, и есть из чего выбрать. В сентябре появляются эустомы, в Крыму есть фермы, которые их выращивают. Это очень стойкие цветы, продержатся в течение всего свадебного дня.

– Круглый год используются розы и гвоздики. Сейчас популярны не монобукеты, а составленные из разных цветов. Возникли некоторые трудности из-за санкций. Итальянский рускус, устойчивый к жаре, раньше широко применялся в декоре. Теперь приходится искать ему замену. К счастью, недавно его начали выращивать в Абхазии. Есть проблемы с поставками эвкалипта. Абхазский и Краснодарский эвкалипт пока не покрывает нашу потребность, – пояснила декоратор.

Санкт-Петербург и Москва являются трендсеттерами в свадебной индустрии, но инвент-индустрия в Крыму тоже развивается. Специалисты полуострова неоднократно принимали участие в конкурсе Wedding Awards Russia среди южных регионов. Студия декора и флористики Анны Усковой была в числе финалистов. В Крыму много специалистов инвент-индустрии, которые могут составить конкуренцию коллегам из других регионов. Букет невесты: 6-12 тыс. руб. Оформление свадьбы на 30 человек: 100-150 тыс. руб.

ВСЕ СВОИ

– У нас свадебная индустрия самая живучая, – рассказывает организатор Людмила Фролова. – В этой сфере работают активные люди, которые умеют быстро приспосабливаться к новым условиям. Поучительным был период ковидной пандемии, когда проведение праздничных мероприятий было жёстко ограничено. Представители свадебного бизнеса смогли сориентироваться и в этой непростой ситуации. И сфера не просто выжила, а продолжает развиваться. Крымские свадебные организации ориентированы в основном на молодожёнов Москвы, Санкт-Петербурга и других крупных городов России. Требования к услугам у них высокие, и крымские специалисты вполне могут дать фору коллегам из мегаполисов.

По словам Людмилы, последние два года в Крыму в тренде камерные свадьбы – на 20-30 гостей. В торжестве участвуют только самые близкие. Масштабные проекты в традиционном стиле на 200 человек актуальны только в национальных сообществах. Самый популярный запрос сегодня – киноромантика. Церемонии, как в фильмах о любви: у цветочного алтаря в сказочно красивом месте молодожёны говорят друг другу «да» и приносят любовные клятвы. Выездное торжество проводит ведущий, или церемониймейстер. Обычно это театрализо-

ванное мероприятие, но для пары очень интимное событие.

– В этом году из-за определённых логистических ограничений большой популярностью в Крыму пользуются так называемые свадьбы для двоих. На церемонии присутствуют до шести человек. Выездная регистрация, как правило, проходит на море, в горах или лесу. Завершается мероприятие небольшим фуршетом, – говорит организатор.

Одно из самых востребованных свадебных мест – Балаклава. Но здесь есть опасность промокнуть в случае дождя. Также большим спросом пользуется южнобережный Утёс-Карасан. Но всё-таки идеальным свадебным уголком считается Бахчисарайский район. Здесь огромное количество мини-отелей, усадеб с потрясающими видами: Alpine house, «Алимова балка», «Феодора» и другие.

Эксперт подчёркивает: в нынешнее время решение сыграть свадьбу не импульсивное, а трезвое и взвешенное, поскольку мероприятие требует значительных затрат. Молодые пары стремятся заработать средства на церемонию самостоятельно. Времена свадеб в кредит прошли. И пары стали старше – их средний возраст составляет 27-40 лет.

По-прежнему актуально венчание. Чаще венчаются люди, прожившие в браке несколько лет, чьи чувства проверены вре-

менем, поскольку процедура венчания предполагает союз на всю жизнь. Дату венчания необходимо согласовать с администрацией духовного учреждения, чтобы не столкнуться с какими-либо религиозными ограничениями.

В этом сезоне минимальный свадебный бюджет составляет 350-400 тысяч рублей на 40 гостей. На таком торжестве будет





ПАРЯЩИЕ ЯРУСЫ

Дизайн свадебных тортов меняется из года в год. И это зависит не только от модных веяний, но и от событий в мире. Например, после свадьбы Меган Маркл и принца Гарри в моду вошли белые торты с живыми цветами.

– В целом дизайн торта диктует либо тематика свадьбы, либо личные предпочтения заказчика, – поясняет кондитер Любовь Матяш. – Уже несколько лет подряд остаются востребованными многоярусные торты. Выбор лучше предоставить жениху и невесте. Если заказчиками выступают родители, как правило, они ориентируются на дизайн прошлых лет, когда были популярны лебеди и кремовые цветы. Сейчас же их заменили свежие цветы или из сахарной пасты, повторяющие букет невесты.

По мнению кондитера, современные пары выбирают минимум декора, чистые ярусы в стиле лофт и т.д. Также актуальны различные текстуры, например, под мрамор. Сейчас набирают популярность шоу-торты с парящими ярусами, подвесными коржами и спускающимися с потолка. Их создают при помощи специальных конструкций. Чаще всего такие торты кондитеры собирают на месте. Но они подойдут не для каждого помещения, не говоря уже о летних верандах.

– Десерт – это лёгкое завершение вечера. Поэтому я больше специализируюсь на европей-

“ В ЭТОМ СЕЗОНЕ МИНИМАЛЬНЫЙ СВАДЕБНЫЙ БЮДЖЕТ СОСТАВЛЯЕТ 350-400 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ НА 40 ГОСТЕЙ. НА ТАКОМ ТОРЖЕСТВЕ БУДЕТ ВСЁ НЕОБХОДИМОЕ, НО БЕЗ ИЗЛИШЕСТВ. БОЛЕЕ ПЫШНАЯ СВАДЬБА ОРИГИНАЛЬНОЙ СТИЛИСТИКИ В КРАСИВОМ НЕОБЫЧНОМ МЕСТЕ ОБОЙДЁТСЯ МОЛОДОЖЁНАМ В СУММУ ОТ 600 ТЫС. ДО 1,5 МЛН РУБ.

ских десертах. Крым не отстаёт по качеству и дизайну от материка. А цены здесь ниже, чем в Москве или Санкт-Петербурге, – отметила Любовь.

Стоимость свадебных тортов зависит от веса, декора (ручная лепка цветов или живые), профессионализма кондитера, сложности исполнения. Шоу-торты оплачиваются как проект, а не по весу. В среднем свадебный торт на два яруса из расчёта на 20 гостей будет стоить от 6 тыс. руб.

ДОЛОЙ КРИНОЛИНЫ!

В последние годы свадебные платья стали более сдержанными, и этот сезон не исключение. Владелица салона свадебных платьев Лиана Султанова рассказала «Крымскому журналу», что пышные юбки из кринолина ушли в прошлое. Невесты отдают предпочтение платьям из лёгкой летящей ткани.

– Наряд дополняют украшения и перчатки. В этом году последние особенно популярны. Также акцент делается на туфли и помаду. По-прежнему востребованы платья белого и молочного оттенков. Смелые невесты выбирают наряды с цветочными

принтами. Цветные миди- и мини-платья обычно покупают для регистрации в загсе, а белое на торжественную церемонию. Свадебные платья поставляются из других регионов России. Отечественные производители шьют очень качественно и вполне могут конкурировать с зарубежными. Стоимость свадебного платья – от 30 до 75 тыс. руб. Цена зависит от ткани. Самые дорогие платья из органзы, шёлка и жаккарда.

КРАСИВЫЕ КАДРЫ

На полуостров пары едут за красивыми кадрами на природе. Самый востребованный формат – прогулка в свадебном наряде. Многие молодожёны приезжают, уже будучи официально зарегистрированными, только с целью сфотографироваться в Крыму.

– Стилистика фотографий изменилась. Ещё три года назад они были очень яркими и насыщенными. Сейчас снимки минималистичные в обработке – естественность и приглушённые оттенки, – пояснила фотограф Екатерина Пичукова.

Она поделилась списком локаций, где можно сделать красивые свадебные снимки.

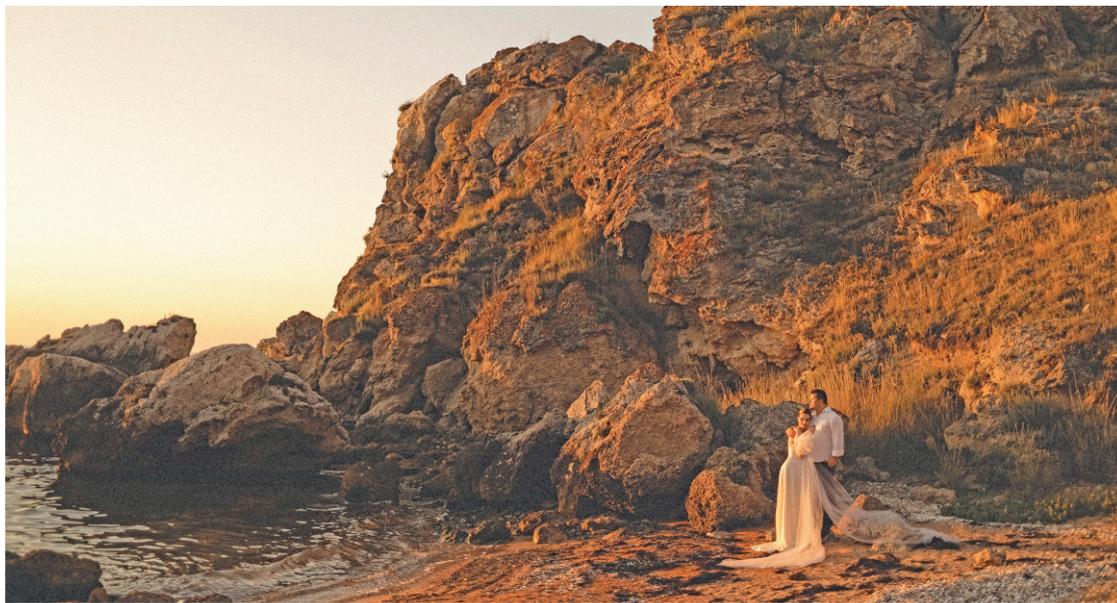
– Всё зависит от предпочтений. Любителям старинной ар-

хитектуры подойдёт Южный берег – Ласточкино гнездо, Ливадийский, Массандровский, Алушкинский дворцы. Красивые закаты, конечно же, на западе. Необычное место, которое крымчане прозвали Санторини, находится между Форосом и Ласпи, на ялтинском шоссе. Это недостроенный ресторан, он очень похож на белоснежные домики цилиндрической формы, которые находятся на греческом острове в Эгейском море. Секретное место для красивых фотосессий – «Романтическая Александрия». Здание в готическом стиле с двумя башнями. Расположено в Гаспре (Большая Ялта), на территории санатория, и о нём мало кто знает.

Екатерина Пичукова обратила внимание на то, что летом в Крыму очень сложно найти безлюдное место для фотосессий у моря. Только местные фотографы знают такие локации. Одна из них – бухты в Щёлкино, до которых непросто добраться. Пляжи там песчаные, и солнце садится прямо в море. Свадебная фотосессия стоит от 13 до 65 тыс. руб., в зависимости от длительности съёмки и количества фотоснимков.

Светлана КОНОНОВА.

Фото Екатерины ПИЧУКОВОЙ, архив Анны УСЬКОВОЙ.



Крымский
ЖУРНАЛ

ПОКУПАЙТЕ
«КРЫМСКИЙ ЖУРНАЛ»
НА САЙТЕ RODRISKA-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+



#ЗОЖСГАЗЕТОЙ

БОЛЬШЕ ДВИГАЙТЕСЬ

Врач-уролог филиала ФНКЦ ФМБА России в Крыму Габил Намазов рассказывает:

– Мочекаменная болезнь (МКБ) в нашей практике часто встречается. У пациентов возникает много вопросов по этой теме. Существуют факторы риска, которые могут привести к образованию камней. Важный фактор – это пол. Мужчины страдают чаще, чем женщины, в соотношении три к одному. Также влияют наследственность, ожирение, нарушение обменных процессов, гиподинамия, то есть малоподвижный образ жизни, климат. Нужно сказать, что Крым является эндемическим регионом по мочекаменной болезни. Скажем так, на бытовом уровне у нас жёсткая, слишком минерализованная вода (в ней много ионов магния и кальция. – Ред.). Излишнее солнце (особенность курортного региона. – Ред.) тоже зачастую вызывает нарушение обменных процессов.

По словам врача, болезнь в большинстве случаев протекает



НЕ ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ

Почему курортное солнце и любовь к шашлыкам могут аукнуться мочекаменной болезнью, узнавала «Крымская газета»

“ КАМНИ БЫВАЮТ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ, ВСЁ ЗАВИСИТ ОТ СОСТАВА СОЛЕЙ, КОТОРЫЕ СОДЕРЖАТСЯ В ЭТИХ КАМНЯХ

бессимптомно, когда камни находятся в почках.

– Зачастую эти камни бывают условно инфицированными, то есть на них образуется биоплёнка из бактерий. Об их наличии могут свидетельствовать дискомфорт в поясничной области, нарушенное или учащённое, с резами, мочеиспускание (дизурия), а также изменения в лабораторных анализах мочи, крови, – комментирует специалист.

Почечная колика может сопровождаться тошнотой, рвотой, окрашиванием мочи (макрогематурия), учащённым мочеиспусканием. В связи с тем, что камни условно инфицированы, может развиваться хроническое воспаление почек – пиелонефрит. Самое серьёзное осложнение – когда камень выходит из почки в мочеточник и закрывает канал. В этот момент происходит блок почки. Это может привести к гибели почечных клеток (нефронов), а в дальнейшем – к почечной недостаточности.

КСТАТИ

В целом продукты рациона тех, кто склонен к МКБ, не должны раздражать органы мочевого выделения. Лучше исключить алкоголь, кофе, крепкий чай, пряности, маринады, уменьшить потребление соли. Всем пациентам, страдающим мочекаменной болезнью, сезонно рекомендуется тыква, дыни, арбузы. Ежедневно необходимо выпивать не менее двух литров жидкости.

Существуют гнойно-септические осложнения, когда из-за плохого оттока мочи возникает воспалительный процесс, что вполне может довести организм до сепсиса, заражения крови.

НЕ БРИЛЛИАНТЫ

Врачи, конечно же, рекомендуют для подстраховки регулярно проверять почки на УЗИ, но не всё так просто.

– Хочу отметить, что УЗИ не является достоверным методом диагностики. Оно только помогает нам заподозрить это заболевание, а в дальнейшем нужны дополнительные методы исследования, такие как компьютерная томография мочевого выделительной системы, компьютерная томография с контрастным веществом, которые оценивают работоспособность почек. То есть это всё индивидуально подбирается врачом при консультации пациента, – отмечает эксперт.

Врач отмечает, что камни бывают различных видов, всё зависит от состава солей, которые содержатся в этих камнях.

– Наиболее часто встречаются в нашей практике фосфатные, уратные, оксалатные камни. Бывают в большинстве случаев смешанные по составу камни. Поэтому лечатся состояния разными методиками. Неблагоприятные камни для нас – это оксалатные (такие встречаются чаще всего. – Ред.). Они самые плотные, которые, к сожалению, лекарственными средствами никак не вылечить, необходимо только оперативное вмешательство, – уточняет Габил Намазов.

ШУТКИ ПРОЧЬ

Чтобы избежать мочекаменной болезни, надо пересмотреть образ жизни и, конечно же, рацион. Любовь к загару может тоже сыграть злую шутку. Аналогично рацион, в котором слиш-

ком много белковых продуктов: мяса, рыбы.

К слову, при подборе диеты имеет значение, из каких солей состоит камень. При оксалатных камнях придётся исключить из рациона субпродукты (печень, почки, мозги, язык), студень, редис, шпинат, щавель, салат, ревен, редьку, сою, сливы, крыжовник, какао, кофе, шоколад. При фосфатных камнях откажитесь от молочных продуктов (молоко, сыр), яичного желтка. При уратных камнях придётся отказаться от мясных и рыбных супов, мяса и рыбы в жареном, тушёном и копчёном виде, консервов, студня, субпродуктов, овощей, содержащих пурины (щавель, шпинат, горох, бобы). Также в этом случае под запретом чай, кофе, крепкие напитки.

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 пандемию коронавируса



Будьте
здоровы!
Берегите
друг друга!

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА

ГРЕБЛЯ И ПАРУС

ПЕРЕСЕЧЬ ФИНИШНУЮ
ЛИНИЮ

Соревнования включали в себя греблю на шлюпках на дистанцию 1000 метров и 2000 метров с разворотом, гребно-парусное двоеборье и парусные гонки. Абсолютными победителями нескольких соревнований стали курсанты Черноморского дважды орденоносного высшего военно-морского училища имени П. С. Нахимова (ЧВВМУ).

– В состязаниях приняли участие 14 команд, представляющих Тихоокеанский, Северный, Балтийский, Черноморский флоты, а также Каспийскую флотилию, – рассказал помощник главнокомандующего ВМФ по физической подготовке и спорту капитан 1 ранга Алексей Пивачёв.

В соревнованиях, по его словам, приняли участие курсанты Тихоокеанского высшего военно-морского училища имени С. О. Макарова (ТОВВМУ), ЧВВМУ, а также представители ВУНЦ ВМФ «Военно-морская академия» и учебных центров ВМФ. В этом году вне зачёта в соревнованиях также принимала участие команда военнослужащих-женщин.

Команда курсантов ЧВВМУ стала абсолютным лидером по итогам чемпионата ВМФ, заняв первые места по всем дисциплинам соревнований. Команда Северного флота стала серебряным призёром по гребле на дистанцию 1000 метров и 2000 метров с разворотом и заняла третье место в гребно-парусном двоеборье. Сборная команда Тихоокеанского

В главной базе Тихоокеанского флота определили победителей и призёров чемпионатов Военно-Морского Флота по водным видам спорта

флота (ТОФ) стала серебряным призёром в парусных гонках, заняв третье место в гребле на 1000 метров.

НЕЛЁГКАЯ ПОБЕДА

В финальных гонках по гребле на шлюпках на дистанцию 2000 метров с разворотом военнослужащие Северного флота пересекли финишную линию вторыми, а в дисциплине по гребно-парусному двоеборью – третьими. Команда ВУНЦ ВМФ «Военно-морская академия» заняла второе место в гребно-парусном двоеборье и два третьих призовых места в гребле на 1000 метров и 2000 метров с разворотом, парусных гонках. По итогам состязания 13 военнослужащих выполнили норматив мастеров спорта, 26 – кандидатов в мастера спорта и 24 участника получили 1-й спортивный разряд.

Чемпионаты ВМФ по гребно-парусным видам спорта проходили на Тихоокеанском флоте в период с 13 по 20 сентября на водной станции ТОФ и в акватории Амурского залива. «Крымская газета» связалась с Владивостоком и общалась со старшим команды ЧВВМУ, старшим преподавателем кафедры физподготовки училища подполковником Юрием

ЛИДЕР
ЧЕМПИОНАТОВ

КОМАНДА КУРСАНТОВ ЧВВМУ СТАЛА АБСОЛЮТНЫМ ЛИДЕРОМ ПО ИТОГАМ ЧЕМПИОНАТА ВМФ, ЗАНЯВ ПЕРВЫЕ МЕСТА ПО ВСЕМ ДИСЦИПЛИНАМ СОРЕВНОВАНИЙ

Балакиным. Он отметил, что соревнования состоялись в сложных погодных условиях и победа в этих высокоранговых состязаниях досталась нелегко. Но тем ценнее полученные награды.

ГОРДОСТЬ КОМАНДЫ

– В этом прежде всего заслуга тренеров, готовивших наших курсантов к чемпионатам: Бориса Леонидовича Сосновского и Владимира Вячеславовича Рублевского. Не считаясь с личным временем, они тренировали курсантов с использованием опыта непревзойдённого тренера-шлюпочника по гребле на ялах Николая Фёдоро-

вича Вечирко – фронтвика, заслуженного тренера СССР и УССР, старшего мичмана в отставке, – сообщил Юрий Балакин. – Николай Фёдорович Вечирко воспитал за свою долгую спортивно-тренерскую жизнь более 200 мастеров спорта и 11 мастеров спорта международного класса. Многие из них стали морскими офицерами и даже адмиралами. В том числе и выпускники нашего училища. Продолжателем великого тренера стал его талантливый ученик и соратник Борис Леонидович Сосновский, который вместе с Владимиром Рублевским проводил регулярные тренировки в сложных условиях на шлюпочной базе училища.

Борис Сосновский в свою очередь отметил, что фундамент команды составляют те, кто занимается этим спортом в училище с 2019 года. Это пятикурсники из одной роты Станислав Васильев, Артём Яценко, Руслан Бабичев, Антон Леоненко и Иван Иващенко. Однако и спортсмены курсом младше – Михаил Макаруч и Пётр Горкунов – показывают высокие результаты. Пётр, как и Станислав, рулевой на парусных гонках, он мастер спорта в этом виде.

Владимир ПАСЯКИН.
Фото Ирины ШУЛБАЕВОЙ.

КАРАТЕ

СЕВАСТОПОЛЬСКИЙ БРИЗ

В универсальном крытом зале Центра спортивной подготовки сборных команд Севастополя прошёл традиционный региональный турнир по восточному карате «Севастопольский бриз». В соревнованиях приняли участие около сотни юных спортсменов от 6 до 17 лет, которые представляли спортивные клубы Севастополя и Крыма. На этот раз участники сражались за медали в дисциплине «ката».

ГРЕКО-РИМСКАЯ БОРЬБА

ЗОЛОТО, ДОБЫТОЕ В БОРЬБЕ

В Геленджике прошёл XVII Открытый турнир по греко-римской борьбе среди юношей трёх возрастных категорий (2007-2008, 2009-2010 и 2010-2012 гг. р.) на призы олимпийского чемпиона Николая Балбошина. На ковёр вышли более 350 спортсменов из Краснодарского края, Крыма, Адыгеи, Калмыкии, Ростовской, Волгоградской, Тульской и Нижегородской областей. Крым был представлен воспитанниками двух симферопольских спортклубов – «Фрегат» и «Олимпиамик». В активе наших земляков четыре медали: по два золота и серебра.

БОКС

СИЛА УДАРА

Севастополец Иван Романчук стал бронзовым призёром Всероссийских соревнований Национальной студенческой лиги бокса (дивизион «Бакалавр», юниоры 17-25 лет). Турнир, посвящённый 77-й годовщине Великой Победы, прошёл в столице Чечни – Грозном. В полуфинале севастопольец уступил местному боксёру Рустаму Хасуеву. Иван – воспитанник БК «Фиолент», тренируется под руководством Олега Баландина.

ГРЕБЛЯ

РАБОТА ВЁСЛАМИ

На гребной базе «Олимпийская» в Приморском крае прошли международные соревнования по гребле на байдарках и каноэ на Кубок губернатора Приморского края. Две медали на этих соревнованиях завоевала заслуженный мастер спорта России Анастасия Долгова из Севастополя. В активе нашей землячки серебро в заезде байдарок-двоек на 200 м и бронза в смешанной эстафете 4 x 200м.

ФУТБОЛ

СЕРЕБРЯНАЯ ЧАЙКА

Севастопольская «Чайка» стала серебряным призёром межрегиональных соревнований по регби-7 среди команд девочек до 16 лет. Турнир с участием семи коллективов из Южного и Северо-Кавказского федеральных округов прошёл в Анапе. Состав «Чайки» был сформирован из девушек, обучающихся в школах № 19, 50, 39, а также в Институте развития образования и Севастопольском профессиональном художественном колледже.

Подготовил Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

СКАЗАНО



Хороший получился футбол. Чтобы брать очки, необходимо реализовывать свои моменты. Мы создали немало моментов в первом тайме, но, увы, не реализовали их. За что соперник нас и наказал. Второй тайм – удаление нашего игрока. Но ребята старались, один мяч отыграли».

Сергей ЛАМТЮГИН, наставник ФК «Ялта», прокомментировал поражение своей команды в дерби с «Рубином».



Зенит – фаворит, пока ничего не изменилось. У петербуржцев особый настрой в матчах против московских команд, в частности, против «Спартак». Они будут играть максимально заряженно и ответственно, им интересны такие игры, где можно проявить себя».

Никита БАЖЕНОВ, бывший нападающий «Спартак», поделился ожиданиями от матча 3-го тура Кубка России между «Спартак» и «Зенитом».



Сегодня наконец-то смогли дотерпеть и довести матч до победы. Была неприятная серия, хорошо, что сумели прервать её. Вторую игру проводили в новом сочетании».

Александр ЯРЕМЧУК, нападающий «Витязя», прокомментировал победу над «Амуром» в матче регулярного чемпионата КХЛ.

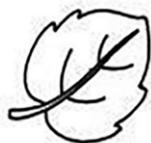
РАСПУТАЙ СЛОВА И ПОДПИШИ КАРТИНКИ



теквцо



аникг



кистол



оркилк



вореде



чавокед

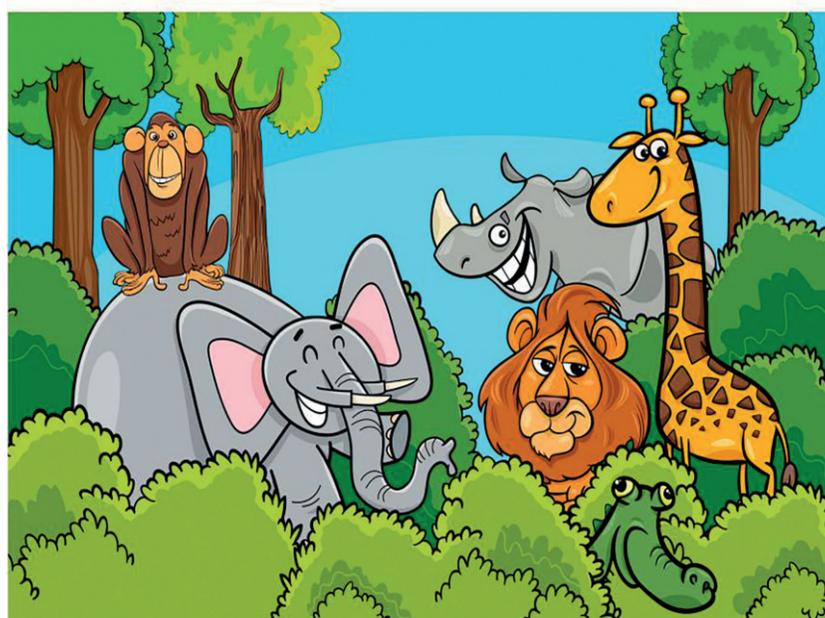
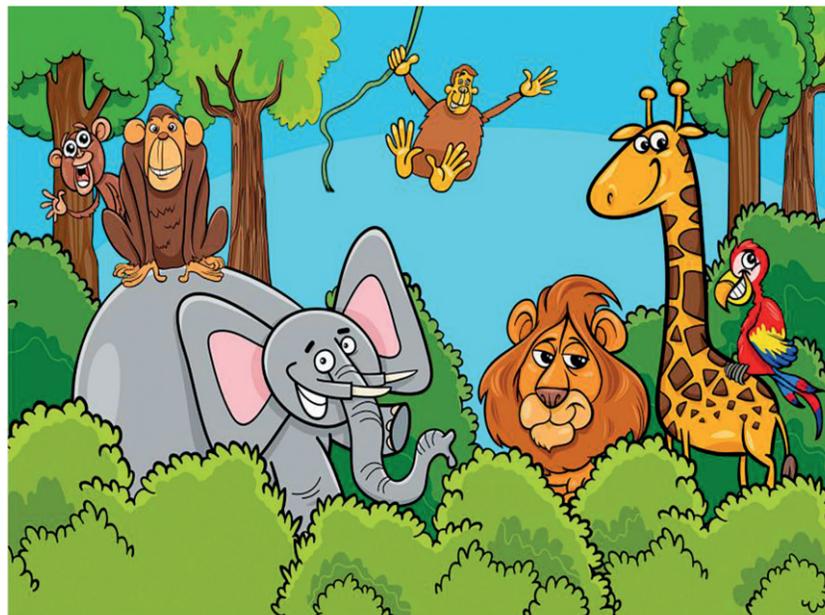


ропт

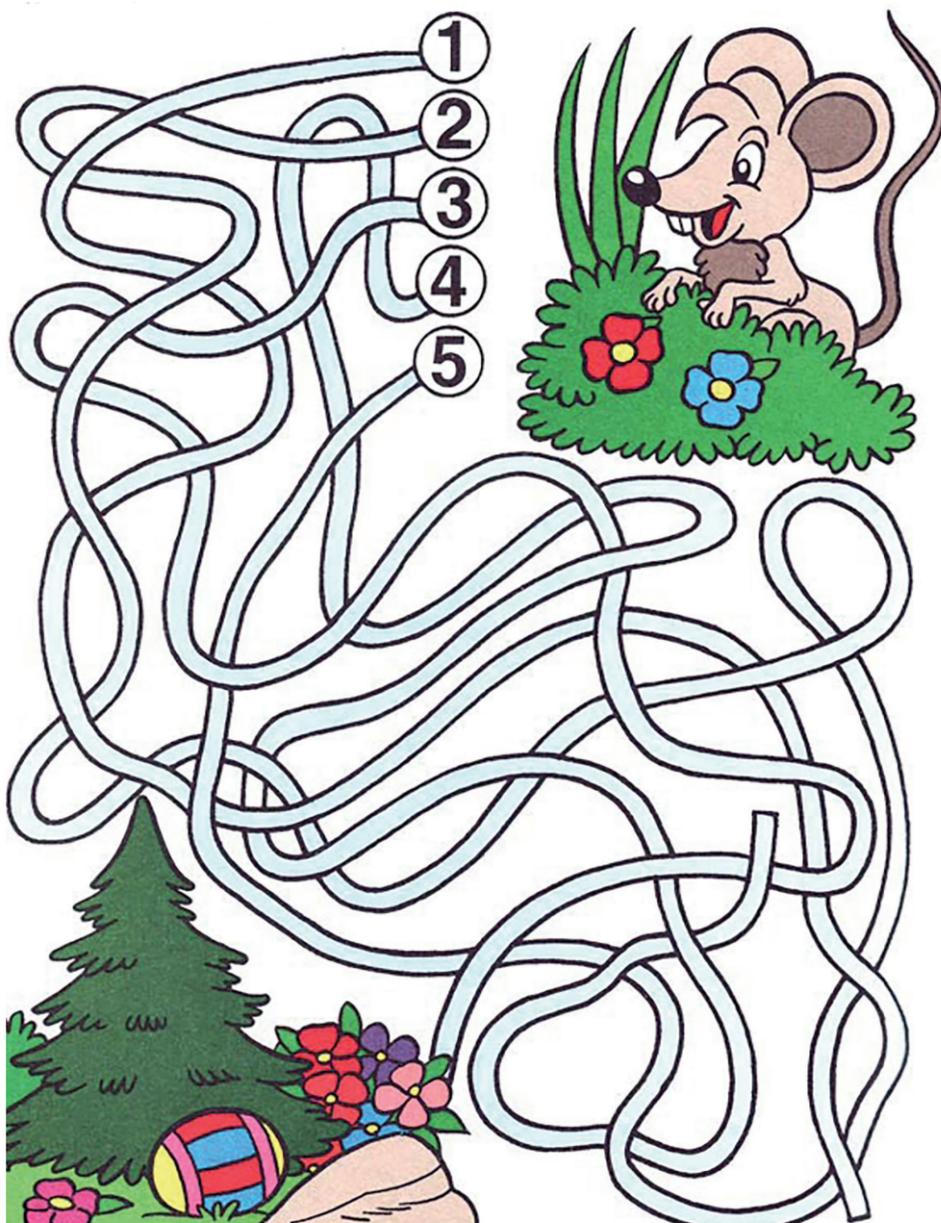


виркко

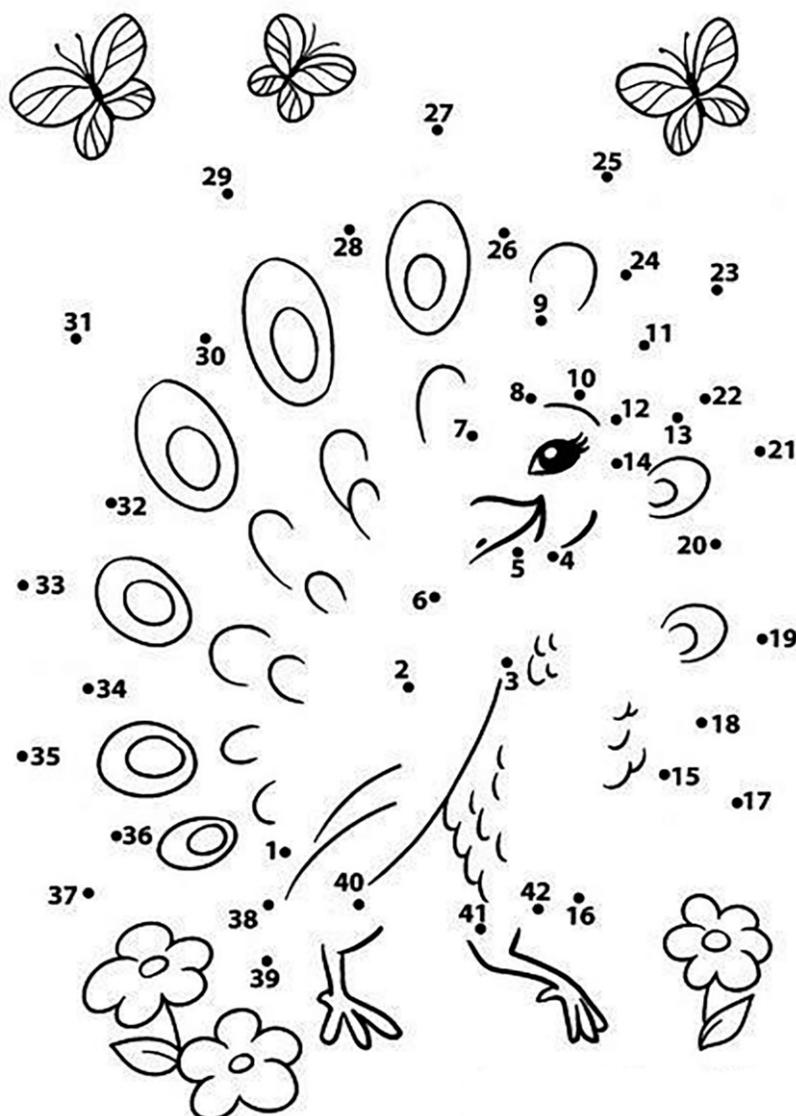
НАЙДИ 7 ОТЛИЧИЙ



КАКАЯ ДОРОГА ПРИВЕДЁТ МЫШОНКА К ЁЛКЕ?



СОЕДИНИ ПО ЦИФРАМ И РАСКРАСЬ



ЭТО ВКУСНО

КУРИНЫЕ ГОЛЕНИ,
ЗАПЕЧЁННЫЕ СО СЛИВАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ на 6 порций:

- куриные голени – 6 шт.;
- сливы – 550 г;
- лук репчатый фиолетовый – 2 шт.;
- чеснок – 2-3 зубчика;
- тимьян свежий – 5-7 веточек;
- соевый соус – 4 ст. л.;
- масло растительное – 2 ст. л.;
- уксус винный белый – 2 ст. л.;
- мёд – 20 г;
- соль – 0,5 ч. л.;
- перец чёрный молотый – щепотка.

Приготовление:

Куриные ножки получаются сочными и мягкими, с запоминающимся кисло-сладким вкусом, тонким ароматом тимьяна и чеснока. А благодаря маринаду из соевого соуса и мёда приобретают насыщенную румяную корочку. Подготовьте все ингредиенты. Соевый соус при желании можете заменить лимонным соком. Зубчики чеснока очистите и нарежьте тонкими пластинками.

С веточек тимьяна оборвите листики. Выложите куриные ножки в миску. Добавьте к ним мёд, растительное масло, соевый соус, уксус, нарезанный чеснок, листья тимьяна, а также соль (но не добавляйте её слишком много, ведь соевый соус уже достаточно солёный), перец – по вкусу. Перемешайте. Сливы вымойте и удалите из них косточки. Нарежьте мякоть ломтиками, а уже очищенный фиолетовый лук – пластинками. Добавьте нарезанное к курице. Тщательно перемешайте. Миску накройте крышкой и отправьте куриное мясо мариноваться в холодильник минимум на 30 минут, а лучше – на 1-2 часа. Во время маринования перемешайте ингредиенты ещё пару раз, чтобы они равномерно пропитались маринадом. Включите духовку для разогрева до 180 градусов. В форму для запекания выложите лук со сливами. Сверху распределите куриные ножки и вылейте остатки маринада. Отправьте форму с куриным мясом в разогретую духовку на 45-60 минут. Запекайте куриные голени при температуре 180 градусов до готовности (при прокальвании должен появляться светлый сок). Приятного аппетита!

ЧТИВО

7 ЦИТАТ ОБ...

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

«Хорошо, есть осень, она нежно и аккуратно готовит нас к холодам. Любимая осень. Время размышлений, рук в карманах, глинтвейна по вечерам и приятной меланхолии...»

Эльчин Сафарли,
«Если бы ты знал...».

«Осень – в душе человека. Как и весна, лето, любой сезон, любая погода. И поэтому одному и тому же дождю кто-то с радостью и предчувствием очищения подставит свои руки, а другой тяжело нахмурится, смахнёт в случайный ручей свою печаль и потуже затянет плащ. Погода в нас, а дождь... он просто идёт. Лишённый оттенков добра и зла, радости и печали, дождь идёт сквозь наши души».

Аль Квотион,
«Запах импровизации».

«...Жду осень. С таким нетерпением, что готова принести ей в жертву все остальные времена года. И я совсем не буду жалеть о содеянном. Мне нужна осень. Очень-очень. Она выпустит на свет тех, кто загнан в тёмный угол выживания. Она не заставит повторять жестокие, но правдивые слова: «Если мы все одиноки, то в одиночестве мы все вместе». Осень называют сезоном грусти. Я не согласна: настоящая грусть приходит вместе с летом, когда не с кем разделить щедрость солнца...»

Фрэнсис Скотт Фицджеральд,
«Великий Гэтсби».

«Пасмурным осенним утром лучше бы подольше не вылезать из постели, спать и видеть сны, а выславшись, потребовать прямо в кровать чашку горячего шоколада и читать...»

Екатерина Коути,
«Елена Клемм».

«Октябрь – стремительный, такой сочный, такой ароматный в своём золотисто-алом сиянии, с ранними белыми заморозками, с ярким преображением листьев – это совсем другая, волшебная пора, последний дерзкий ликующий всплеск перед лицом надвигающейся стужи».

Джоанн Харрис, «Пять четвертинок апельсина».

«Это время любви, словно тёплая осень,

Терпкий запах листвы, неба светлая грусть

«Как живётся тебе?», – если кто-нибудь спросит,

Ничего не скажу, лишь слегка улыбнусь».

Омар Хайям, «Время любви».

«Нет времени лучше осени, чтобы приступить к забыванию всего, что томит и тревожит. Надо страсти с себя тревоги и беспокойства, как деревья стряхивают с себя сухую листву».

Пауло Козьмо, «Адольтер».

Подготовила Диана МАСЛОВА.

ГОРОСКОП

30 сентября – 6 октября



ОВЕН. Этот период окажется очень насыщенным, но вы не станете нервничать и переживать, будете спокойно решать одну задачу за другой. Отлично справитесь со многими сложными делами.



ТЕЛЕЦ. Вы почувствуете себя бодрее и энергичнее. Очень кстати откроются новые возможности, постарайтесь не упустить ни одной из них. Время будет благоприятным для деловых и личных встреч, вы обязательно добьётесь успеха, если будете действовать правильно.



БЛИЗНЕЦЫ. Наверняка займётесь чем-то интересным, найдёте применение своим умениям и талантам, покажете, на что способны. Вероятны перемены в деловых отношениях: вас станут больше ценить. На выходных нужно отдохнуть на природе.



РАК. Нужна осторожность в финансовых делах. Время не подходит для того, чтобы делать крупные покупки, вкладывать деньги в рискованные проекты. Должно повезти в любви.



ЛЕВ. Могут появиться необычные, но очень многообещающие идеи, касающиеся бизнеса. У некоторых Львов возникнет новый источник доходов. Удастся спокойно поговорить о том, из-за чего прежде было много споров.



ДЕВА. Не спешите соглашаться на все поступающие предложения, присмотритесь повнимательнее к людям, с которыми собираетесь иметь дело. Вероятны какие-то неожиданные перемены к лучшему, приятные новости.



ВЕСЫ. Вероятны удачные совпадения, неожиданные встречи, которые натолкнут вас на интересные идеи, подскажут, куда двигаться дальше. Важна разборчивость в контактах. Старайтесь держаться подальше от тех, кто испытывает ваше терпение.



СКОРПИОН. Некоторым Скорпионам придётся исправлять чужие ошибки. Это будет не так-то просто, но справитесь вы отлично. Полезно обсуждать вопросы, касающиеся работы и бизнеса. Ваши идеи могут заинтересовать тех, от кого многое зависит.



СТРЕЛЕЦ. Начинается благоприятный период для учёбы, сбора и анализа информации, решения серьёзных вопросов, важных не только для вас, но и для ваших близких. Вы ничего не упустите из виду, не допустите ошибок, которые было бы сложно исправить.



КОЗЕРОГ. Стоит особенно внимательно относиться к решению финансовых вопросов. Не спешите с покупками, не тратьте деньги на пустяки. Разумная экономия сегодня будет очень кстати. Ожидайте приятные подарки и сюрпризы.



ВОДОЛЕЙ. Возможны денежные поступления. Могут удачно решиться финансовые вопросы, из-за которых в последнее время было много споров и волнений. Некоторым Водолеям вернут старые долги или заплатят за работу, проделанную ранее.



РЫБЫ. Чтобы достичь поставленных целей, вам нужно будет многому научиться. В это время вас порадует общение с близкими. Вероятны приятные сюрпризы, в том числе романтические.



Автомобили с лошадиными силами не парковать? Стоянка у санатория «Россия» в Ялте, сентябрь 2022. Фото Галы АМАРАНДО

ДЛЯ ТЕХ, КТО ПРИБЫЛ С УКРАИНЫ И ПОЛУЧИЛ СТАТУС БЕЖЕНЦА

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

Читайте на сайте gazetacrimea.ru



30 СЕНТЯБРЯ

В 1902 году запатентован искусственный шёлк (вискоза).

В 1928 году английский микробиолог Александр Флеминг объявил об изобретении им пенициллина.

В 1965 году установлены почётные звания «Заслуженный пилот СССР» и «Заслуженный штурман СССР».

В 1984 году произошла стыковка западной и восточной ветвей БАМа.

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

ОТКУДА ПЕСНЯ?

Песня «с альбома» или «из альбома»? Как говорить правильно? Давайте представим, что речь идёт о семейном альбоме с фотографиями. Фотографии собраны где? В альбоме. Эта фотография откуда? Из альбома. Другие варианты в данном случае просто невозможны: «взять фотографию с альбома», «на альбоме красивые фотографии» — грамматический нонсенс. С точки зрения литературной нормы правильно говорить и писать «песня из альбома», «в альбоме десять треков». Так что говорим правильно: «Песня из первого альбома».

Рубрику ведёт Ирина ГУЛИВАТАЯ.

ПОГОДА 1 октября

Джанкой, Армянск	+29	+18
Керчь, Ленино	+23	+20
Евпатория, Саки	+23	+19
Симферополь	+27	+17
Феодосия, Судак	+24	+19
Ялта, Алушта	+24	+20

20°C ВОДА

06:41	18:24	11:43	37%
Восход	Заход	Долгота дня	Влажность

Атмосферное давление:
743-742 мм

Прогноз магнитных бурь на 30 сентября – 6 октября

Дата	Магнитосфера	Магнитная буря
30.09	спокойная	нет
01.10	возбуждённая	есть
02.10	спокойная	нет
03.10	спокойная	нет
04.10	спокойная	нет
05.10	спокойная	нет
06.10	спокойная	нет

Ожидаются с пятницы до понедельника магнитные бури. Будьте внимательны к своему здоровью.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ НА 30 СЕНТЯБРЯ – 6 ОКТЯБРЯ



30 сентября – 6 октября (растущая луна)

30.09 – Занимайтесь дыхательной гимнастикой, практикуйте ароматерапию.

01.10 – Не ешьте куриные яйца и мясо. Уязвимы лёгкие. Плохо рвать зубы.

02.10 – Делайте процедуры для глаз, активна система кровообращения.

03.10 – Проводите очищающие процедуры желудка, соблюдайте диету.

04.10 – Смягчайте организм для чистки печени.

05.10 – Желательно посетить баню.

06.10 – Принимайте тонизирующие ванны.

Газета «Крымская газета» № 176 (21397) от 30.09.2022
Главный редактор: Мария Юрьевна Волконская
Выпускающий редактор: Светлана Сергеевна Терещенко

Учредитель газеты: Государственное бюджетное учреждение Республики Крым «Редакция газеты «Крымская газета»
Учредитель ГБУ РК «Редакция газеты «Крымская газета»: Министерство внутренней политики, информации и связи Республики Крым
Издатель и редакция: Государственное бюджетное учреждение Республики Крым «Редакция газеты «Крымская газета»

Адрес издателя и редакции: 295015, Симферополь, ул. Козлова, 45а.
Телефоны редакции: (3652) 51-88-41, 51-88-46, +7 (978) 207-90-81.
E-mail: info@gazetacrimea.ru, redakciya@gazetacrimea.ru, chitatel@gazetacrimea.ru
Отдел рекламы: +7 (978) 000-00-33, marketing@gazetacrimea.ru

Отпечатано в АО «Издательство и типография «Таврида», 295051, г. Симферополь, ул. Генерала Васильева, 44. Офсетная печать. Печ. л. 4. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-65163 от 28 марта 2016 г., выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). 16+

Номер подписан 29.09.2022. Время подписания в печать: по графику – 19:00, фактическое – 18:00. Заказ 14621. Общий тираж: 10 687, из которых 7313 – бесплатно, 3374 – цена свободная. Авторы опубликованных материалов несут ответственность за точность приведённых фактов, цитат, экономических, социологических и других данных, собственных имён, географических названий. Редакция в переписку

с читателями не вступает. При перепечатке материалов ссылка на «Крымскую газету» обязательна. Точка зрения авторов публикуемых материалов может не совпадать с позицией редакции. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несёт. «Хороший пример», «Знаковое событие», «Жизнь КФУ», «В» – материалы публикуются на коммерческой основе.



Подписные индексы: 30364, 30366