

КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА



Издаётся с 6 июля 1934 года

№ 207 (21428)

ПЯТНИЦА

11 ноября

2022 года

GAZETACRIMEA.RU

16+



Фото: Михаил ПЛАДЧУК

В Симферополе
состоялась
презентация
выставки «Русское
единство»

стр. 2-3



НАЧАЛЬНИК ГКУ РК «КРЫМ-СПАС»
АНДРЕЙ НАЗАРЕНКО

о том, как беспилотники
помогают в работе и
почему решил посвятить
себя спасению людей

стр. 6-7

ЗАБИТЬ СТРЕЛКУ

ПОЧЕМУ ВО ГЛУБИНЕ СИБИРСКИХ РУД
РЕЛЬСЫ ПО-КРЫМСКИ ПОЮТ



Фото: Гала АМАРАНДО

Стр. 8

Радуга Звуков

Слуховые
аппараты

Симферополь,
пр-т Победы, 54

+7 (3652) 57 39 34
+7 (978) 980 02 16

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН

www.radugazvukov.ru

Центры
хорошего
слуха

На правах рекламы

На правах рекламы

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИЯ НАДЕЖДЫ САМКОВОЙ ДЛЯ БУХГАЛТЕРОВ

ТЕМА: Сдаём годовой отчёт за 2022 год.
Ведение учёта в 2023 году.



30 ноября эксперт в области заработной платы, бухгалтерской отчетности, налогов и учёта Надежда Самкова проведет онлайн-конференцию для бухгалтеров. Лектор подготовит ко всем ошибкам и проверкам в 2023 году. Также предоставляется возможность задать вопрос Надежде Самковой заранее или во время семинара, получить подробный, развернутый ответ со ссылкой на законодательство.

Дата: 30 ноября.
Время: с 10:00 до 17:00



Посмотреть программу семинара
можно по ссылке:
vashkons.ru/seminar/godovoy_otchet/

Записаться:
seminar@vashkons.ru
8 (978) 792-02-07

Базовая стоимость участия: 3900 р.

Для пользователей СПС «КонсультантПлюс» – 3510 р.

Каждый участник семинара получит:

- Запись семинара.
- Методические пособия и презентацию в электронном виде.
- Сертификат участника.
- Чек-лист по сдаче годовой отчётности в печатном виде.

СКАЗАНО

Юрий ГОЦАНИУК,
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ СОВЕТА МИНИСТРОВ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ:



«На еженедельном совещании о проблемных вопросах муниципальных образований в Республике Крым обсудили ход организации поддержки семей участников специальной военной операции, выполнение протокольных поручений и исполнительской дисциплины, реализацию национальных проектов в республике, благоустройство общественных и дворовых территорий. В рамках национального проекта «Жильё и городская среда» завершены работы по благоустройству двух общественных территорий в сёлах Первомайское и Журавлёвка Симферопольского района. Сумма средств, выделенных на реализацию проекта, составила более 12 млн рублей. За четыре года участия в региональном проекте «Формирование комфортной городской среды» реализовано 264 проекта. В их числе площади и скверы, парки для семейного отдыха и занятий спортом, детские площадки».

Николай ЛУКАШЕНКО,
ПЕРВЫЙ ЗАМЕСТИТЕЛЬ МИНИСТРА ТРАНСПОРТА РК:



«Никаких изменений в логистике по новым территориям нет, всё работает в штатном режиме. Грузовой транспорт ежедневно формируется в колонны либо самостоятельно осуществляет проезд через Херсонскую, Запорожскую области и через Донецкую Народную Республику. В целях безопасности при формировании колонн либо со стороны Ростовской области, либо со стороны Крыма организовывается сопровождение сотрудниками ДПС. Напомню, это касается именно колонн».

ГОРЯЧАЯ ТЕМА

ПОРТРЕТЫ В КАМУФЛЯЖЕ

Большинство представленных картин были посвящены актуальным событиям, которые происходили в Донбассе и во время спецоперации на освобождённых территориях. К этой теме авторы только пытаются подойти, ищут тот точный выразительный художественный язык, чтобы рассказать зрителям подлинную историю героического сопротивления неонацизму. Для художников из новых регионов Российской Федерации эта небольшая выставка сродни глотку свежего воздуха, ведь за последнее время представить свои работы было не так много возможностей.

– Как ни крути, на протяжении восьми лет мы находились в определённом вакууме, наша школа формировалась «в собственном соку». Организация сохранила костяк из 26 человек. Конечно, мы понесли утраты невосполнимые – потеряли прекрасного скульптора Александра Елизарова. Коллектив у нас возрастной, но мы сберегли тради-



ВСПЛОХОИ ВОЙНЫ

В Симферополе состоялась презентация выставки «Русское единство». В проекте приняли участие художники из ДНР, ЛНР, Запорожской и Ростовской областей, а также крымчане.

БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!

В регионах Крыма до 22 ноября продлён
жёлтый уровень

террористической опасности

Во время нахождения на улице, в местах массового скопления людей и в общественном транспорте обращать внимание на:

лиц, одетых не по сезону,

наличие у них какого-либо предмета, имеющего сходство с оружием, самодельным взрывным устройством;

проявление отдельными лицами повышенной нервозности, напряжённого состояния, стремление избежать встречи с сотрудниками правоохранительных органов;

Территория действия:

- Армянск;
- Джанкой;
- Керчь;
- Красноперекопск;
- Джанкойский район;
- Красноперекопский район;
- Ленинский район.

А также на подведомственных объектах республиканских министерств транспорта, жилищно-коммунального хозяйства, здравоохранения, топлива и энергетики, промышленной политики и Государственного комитета по водному хозяйству и мелиорации.

брошенные автомобили и бесхозные предметы (мешки, сумки, рюкзаки, чемоданы, пакеты), в которых могут находиться взрывчатые вещества и самодельные взрывные устройства.

В случаях обнаружения взрывных устройств и подозрительных предметов необходимо немедленно сообщить:

в дежурные службы МВД, ФСБ, МЧС, оперативному дежурному администрации муниципального образования.



Контактные телефоны дежурных служб:

- Единая диспетчерская служба в Республике Крым – 112;
- УМВД России по Республике Крым – (3652) 734-613, (102);
- УФСБ России по Республике Крым – (3652) 771-020, 771-030;

- ГУ МЧС России по Республике Крым – (3652) 550-901, 500-904;
- аппарат АТК в Республике Крым – (3652) 544-420.

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА

По информации Официального портала правительства Республики Крым

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



Фото: Михаил ГЛАДУК

МНЕНИЕ:**Заслуженный художник
ЛНР Артём Фесенко:**

– Как ни странно, художники уходят от темы войны, когда рвутся снаряды и бомбы. По себе помню, в 2014 году не хотелось писать войну. Когда чувствуешь смерть, тревогу, наоборот, закрываешься в мастерской и пишешь жизнеутверждающие, яркие, сочные картины, наполненные жизнью. Наступает жажда жизни. Художнику нужно время, чтобы всё осмыслить. Самые знаковые произведения на тему Великой Отечественной войны появлялись после её окончания, после Великой Победы. Думаю, что художники ещё своё слово скажут, как луганские, донецкие, так и в целом художники России.

которые выпали на долю соотечественников, продолжая принимать участие в СВО.

инфраструктуру. Сейчас входим в правовое поле Российской Федерации, и я убеждён, что союз художников ЛНР будет жить, – отметил **председатель правления Союза художников ЛНР заслуженный художник Артём Фесенко.**

Мастер намерен продолжить серию портретов людей, не оставшихся в стороне и разделивших все тяготы,

ЧЕРЕЗ БОЛЬ

На выставке можно было увидеть и произведения крымчан: **заслуженный художник РК Иван Кудрявцев** представил пленительную картину «Весна в ДНР 2016 года».

– Очень важно, что есть смелые люди, которые в своём творчестве отражают актуальные события и не боятся говорить о сложном и важном, пропускают через себя тонкие моменты, связанные с судьбой человека. Пропустить боль через сердце и душу, воплотить в своём творчестве может не каждый художник. Ведь это очень болезненные темы, болезненные для всех, потому что мы один братский народ. Найти ракурс взгляда на такую сложную проблематику, я считаю, большое и нужное дело, – отметил он.

Выставку посетил **Председатель Госсовета РК Владимир Константинов.**

Для каждой картины необходимо время: постоять, осмыслить, иногда требуется вернуться, чтобы увидеть детали, которые пропустил. Обычно так картина проникает в душу человека. Уверен, что всё в порядке у нас с душой. У нас много талантов, которые отразят это непростое время и передадут память о нём следующему поколению в своих работах, – поделился он впечатлениями.

Борис СЕДЕНКО.

СЛОВО РЕДАКТОРА

Конец года остаётся не менее богатым на героев нашего еженедельного информационного хит-парада #всё_как_есть. Уйдём от политической оценки происходящего во всех уголках земного шара, не будем подсчитывать вместе со всеми результаты выборов в американский конгресс, анализировать причины и последствия ухода российских войск из Херсона, а лучше посмотрим на самые интересные заявления и события за истекшую неделю в Европе, США и, конечно же, на Украине.

#ДЕМОГРАФИЯ_ОТ_КУЛЕБЫ

Давненько не рассказывала вам об одном из самых постоянных в своём идиотизме номинантов нашего информационного рейтинга. На этой неделе его откроет, конечно же, руководитель украинского внешнеполитического ведомства Дмитрий Кулеба. На сей раз мининдел решил отойти от курируемой им международной проблематики и выступить в роли эксперта в вопросах демографии и электроэнергетики.

Кулеба позитивно оценил продолжающиеся отключения электроэнергии на Украине, заявив, что это должно повысить рождаемость на Украине: «...люди должны оставаться дома без света. Это лучшее время, чтобы заниматься любовью и наслаждаться жизнью».

Конечно, подобные заявления многое объясняют. Если происходящее сейчас на Украине, как считают её руководители, – это «лучшее время», то зима без света и тепла для населения страны – это уж точно рай, по их мнению?

#ОСКАР_НАПРОКАТ

На четвёртом месте еженедельного новостного дайджеста американский актёр Шон Пенн, который в очередной раз посетил Киев. И вроде бы ничего интересного в этой новости нет: приехал и приехал. За последние месяцы кого только не принимал Владимир Зеленский со товарищи. Как и положено, за океанскому гостю орден вручили, табличку на некой «Алее смелости» в Киеве установили (и вправду, регулярное общение с Зеленским требует определённой смелости). Сам же Шон Пенн порадовал коллегу по актёрскому цеху статуэткой Оскара, которую передал Зеленскому со словами: «Вернёшь, когда выиграешь».

Интересно, имел в виду победу над Россией или признание кинозаслуг нынешнего президента Украины киноакадемией? Второй вариант куда как более вероятен – одна инсценировка в Буче или Ирпене чего стоит.

#МЁРЗНИ_МЁРЗНИ_ВОЛЧИЙ_ХВОСТ

Бронза рейтинга отправляется в холодную Эстонию, где стойко мёрзнут местные чиновники. На этой неделе в

местной прессе вышла пронзительная статья о «героизме» эстонских служащих, которые – внимание! – не могут нормально работать, но преодолевают лишения и продолжают трудиться при температуре в кабинетах плюс 19 градусов.

Из-за подорожания электроэнергии правительство Эстонии утвердило рекомендации по энергосбережению для государственных ведомств и учреждений, в число которых входит снижение температуры воздуха в помещениях, отказ от горячей воды и малоиспользуемых помещений.

В связи с этим температура в здании, где располагается сразу четыре министерства, была понижена до отметки в 19 градусов, что привело к страданиям госслужащих. Кто-то теперь трудится на благо прибалтийского государства в сапогах, кто-то в шерстяном пальто. Можно посоветовать эстонским чиновникам рецепты согрева от Дмитрия Кулебы, заодно и на освещении сэкономить смогут.

#ОБЕД_ИЗ_КЕНГУРУ

Второе место хит-парада и серебро этой недели отправляется в Великобританию, где на неделе вновь продемонстрировали «высочайшие» стандарты журналистики британские СМИ. По информации The Daily Mail, российские военные отметились тем, что взяли и съели целый ряд животных в зоопарке под Киевом. Оказывается, что, по данным украинских волонтеров, ими были обнаружены скелеты животных, а также куски плоти и костей, разбросанные по территории зоопарка. Что интересно, в рацион «русских варваров» вошли лишь некоторые представители фауны – два верблюда, кенгуру, бизон, поросята, птицы и волки.

Удивительно, но в статье ничего не говорится о том, что предварительно в отношении зверушек были произведены акты насилия. Мы же помним истерики бывшей уполномоченной по правам человека Украины, которая только и делала, что обвиняла российских военнослужащих в фактах насилия против детей и старушек. Неужели обошли своим вниманием бизона и кенгуру? Ждём дополнительного расследования западных СМИ, подкреплённого столь же вескими доказательствами, как свидетельства неких неизвестных волонтеров.

#МОЖЕМ_ПОВТОРИТЬ

Лидером рейтинга безоговорочно становятся креативщики от Укрпочты, которые решили «развить успех» первой выпущенной марки с Крымским мостом и выпустили новый экземпляр «Крымский мост – на бис». Золотую медаль делят с ними и жители Киева, которые незамедлительно выстроились в очереди за приобретением данного раритета.

Человеческая память – вещь, конечно, своеобразная. Всего месяц назад те же киевляне собственными глазами увидели, что последовало за терактом в отношении Крымского моста. Хотят ещё? Мазохизм это или просто глупость оболваненного и зомбированного властями своего государства населения – понять сложно. Или действительно прав Кулеба, и жителям Киева перспектива жить зимой без света и воды представляется «лучшим временем»?

Мария ВОЛКОНСКАЯ,
главный редактор «Крымской газеты».

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

ЭФФЕКТ БУМЕРАНГА



Уже больше двадцати лет во всём мире 13 ноября отмечается День доброты. Всем нам хочется, чтобы на жизненном пути нас окружали только добрые и позитивные люди. Легко ли творить добро, не ожидая ничего взамен?

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ЯЗЫК**Алина Желябова, юрист:**

– Доброты много не бывает, она никогда не надоедает. Ведь совершать добрые дела несложно. Не обязательно становиться волонтером или спасателем. Просто нужно оглянуться вокруг и увидеть, как много мелочей просится в копилку добрых дел! Только доброе отношение людей друг к другу способно изменить мир к лучшему и объединить всех в одну большую и дружную семью. Доброта – это здорово, это универсальный язык. Поэтому нужно стараться делать добро по собственной воле и без корысти. Смело творите добро, и Вселенная ответит вам взаимностью.

**ПОДДЕРЖИ ДРУГИХ –
ПОМОГИ СЕБЕ****Юлия Белова,
библиотекарь:**

– Творить добро несложно. Особенно если не брать какие-то масштабные цели, а исходить из своих возможностей: купить нуждающейся бабушке хлеба, придержать дверь девушке с ребёнком, не пройти мимо, когда у человека выпали документы, а окликнуть его. Можно помочь донести тяжёлую сумку женщине, а если кто-то заблудился в городе – показать дорогу. Всё это не требует больших временных или материальных затрат, но кому-то очень поможет.

КРУГОВОРОТ ДОБРА**Дарья Князева,
волонтер:**

– Совершая добрые поступки, взамен мы получаем эмоциональное удовлетворение, чувство причастности к чему-то большему. Можно почувствовать собственную важность, выполняя совсем простые действия. Выходит так, что, помогая другим людям, мы делаем лучше собственную жизнь. Наши поступки создают будущее. Чем больше добра мы творим, тем прекраснее становится мир.

Подготовил
Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

НАЕДИНЕ С ПРИРОДОЙ



НИКАКОГО УГНЕТЕНИЯ

Всероссийская акция «Сохраним лес», в рамках которой с конца августа по ноябрь инициативные жители Крыма бережно высаживают молодой лес, набирает обороты. Запланировано высадить молодые леса на площади в 286,9 гектара лесохозяйственными учреждениями, отнесёнными к ведению минприроды Крыма.

– В приоритете забота о лесах на участках, ранее охваченных лесным пожаром. Вот, например, в результате пожара пострадал хвойный лес в Белогорске, запустился процесс усыхания, насаждение утратило свою ценность, – рассказывает заместитель министра экологии и природных ресурсов Республики Крым Александр Березнев.

– Наряду с новыми посадками леса проводим дополнение лесных культур, созданных в предыдущие годы. За таким насаждением требуются ручной и механизированный уход. Высаживаются лесобразующие породы (сосна, дуб, орех грецкий), а также сопутствующие (клён, ясень, плосковечечник).

По словам Александра Березнева, кроме лесников, в акции принимают участие общественность и представители органов исполнительной власти. Молодёжь занимает всего 25% состава общественников-волонтеров. Есть ещё такое направление, как школьное лесничество (охватывает пятые-десятые классы): «Эта концепция воспитания и профориентации школьников тянется со Советского Союза. Ребята участвуют не только в посадках, но и в мероприятиях, связанных с уходом за памятниками ВОВ, которые находятся на территории крымских лесов, в занятиях по изучению породного состава, ориентированию в лесу, изучают основы лесоведения и лесоводства».

ЧЕМ ДАЛЬШЕ В ЛЕС...

Никто не стремится к жизни в мире с грязным воздухом, ухудшенным состоянием атмосферы и гибелью растений и животных. Тем временем с каждым годом площадь лесов сокращается в несколько раз. Насколько оправданна экотревожность и какие подходы используют для восстановления и защиты крымского леса, узнавала «Крымская газета».

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В этом году в Крыму было 13 лесных возгораний общей площадью 20 гектаров.

– Естественно, в первую очередь работает антропогенный фактор, – считает Александр Березнев. – Посетители бросают окурки, пренебрегают ограничениями пожароопасного периода: разжигают костёр в хвойном лесу или и вовсе намеренно поджигают. Часть занимает техногенный фактор (например, где загорелась машина). Процент возгорания по климатическим условиям невысок в связи с тем, что в Крыму мало сухих гроз. Мне приходилось убежать от ударов молнии, но в основном они бьют в сопровождении дождя.

В Крыму около 15% площади лесного фонда занимает рукотворный лес. Если после повреждения насаждений пожаром своевременно не выполнить лесохозяйственные мероприятия, происходит смена пород. Возникнут эрозии, препятствующие комфортному прохождению человека. Наши леса всё-таки имеют рекреационную ценность. Хотелось бы видеть на таких склонах признаки жизни, наличие деревьев, удовлетворяющих эстетические потребности, и свежий воздух.

Для эффективного восстановления и развития лесополос в Крыму используют 60% инновационной и эффективной техники. К примеру, в обеспечении пожарной безопасности система «Лесохранитель» работает с 2021 года. Помогают в работе и 33 видеокamеры наземного мониторинга, в которых охватывается площадь в пределах 60-80% лесов для выявления возгорания. В ответ на задымление устройство быстро подаёт сигнал диспетчеру.

НЕ В КРАСОТЕ ДЕЛО?

Кроме того, что крымские леса обретают особенную красоту в данный период, прогулки в них способны повысить устойчивость мозга к стрессу и благоприятно влиять на общее состояние здоровья человека.

На первом месте по пользе для здоровья стоит колючий можжевельник. Он выполняет экосистемную роль и обладает ценной древесиной и эфирными маслами, способствующими целебному воздуху. Оказывает благотворное воздействие на центральную нервную систему, что позволяет справиться с бессонницей, и выделяет множество активных веществ, обладающих бактерицидным, противовирусным, дезинфицирующим и фун-

КСТАТИ

Количество посадок до 2026 года будет держаться в пределах 250-300 гектаров в рамках регионального проекта «Сохранение лесов» национального проекта «Экология». Лесохозяйственные учреждения принимают участие в создании Большой Крымской тропы. Туристический маршрут протяжённостью 250 километров протянется от самой западной до самой восточной точки полуострова. Возьмёт своё начало в Керчи, пройдёт через горную, предгорную и степную части полуострова. Тем временем лесохозяйственные учреждения регулярно проводят санитарно-оздоровительные мероприятия в лесных насаждениях. С каждым годом Министерство экологии и природных ресурсов Республики Крым уделяет всё большее внимание восстановлению полезных насаждений. В ближайшие несколько лет лесохозяйственные учреждения начнут восстанавливать около 4500 гектаров лесополос.

гицидным действием. Также можно выделить крымскую сосну, которая источает приятный и целебный запах хвои, полезный для дыхательных органов.

Для осенней прогулки Александр Березнев советует Большой каньон Крыма – смешанный лиственный-хвойный лес: «Сейчас его красота раскрывается в полной мере. Если есть возможность, рекомендую там же подняться чуть выше на Ай-Петри и с высоты увидеть изобилие красок. Осины дают выразительный жёлтый цвет, ясень – красный. Вместе они замесловато контрастируют с общим зелёным фоном. От прохождения этого экологического маршрута можно получить большие впечатления. Недавно я посетил Судакское и Белогорское лесничества, проехав вдоль берега моря, через село Приветное и перевал Кок-Асан-Богаз. Эти склоны также восхитили своей живописностью».

Подготовила Диана МАСЛОВА.
Фото Галы АМАРАНДО.

КРЫМСКИЙ ВЗГЛЯД

НЕПРОСТОЕ РЕШЕНИЕ

Как справедливо заметил глава Чечни Рамзан Кадыров, если и сдают территории, то вместе с бойцами. Херсонский манёвр, как видно по всему, планировался с прошлого месяца, когда было объявлено об эвакуации на левый берег Днепра. Тем более что за несколько дней до этого командующий Объединённой группировкой войск в районе проведения спецоперации генерал армии Сергей Суровикин ответственно заявил: «Будем действовать осознанно, своевременно, не исключая и принятия непростых решений».

Масштабы эвакуации говорили сами за себя. Вывозили всех и вся, вплоть до памятников российским военачальникам Александру Суворову и Фёдору Ушакову и даже останков светлейшего князя Григория Потёмкина-Таврического, создателя Черноморского флота. Так памятники и прах покорителя Крыма спасли от вероятного осквернения и дальнейшего уничтожения, которыми славятся украинцы. И за примерами далеко ходить не надо. На днях в Ужгороде власти снесли 19-тонный памятник «Украина – освободителям», установленный в честь советских солдат и входящий в список культурного наследия страны. В последнее время вандалы неоднократно измывались над памятником Александру Суворову в Одессе. Сначала набрасывали на шею статуи петлю, а на голову – колпак, затем жёлтой краской нанесли на монумент надпись: «Ты – следующий». Аналогичным измывательствам хронически большие оголтелым беспамятством украинцы подвергали и скульптурную композицию «Основателям Одессы». В народе она известна как памятник Екатерине. Да-да, той самой, Второй, что присоединила Крым к России и в прямом смысле избрала Новороссию, присвоив это название южной приграничной губернии Российской империи.

«СОХРАНИМ ГЛАВНОЕ»

Вопрос о том, как натренированные на памятниках удалцы поступили бы с живыми людьми, оставшимися на правом берегу Днепра, излишний. В отличие от вопроса о том, какая незавидная участь ждала бы наших солдат, продолжай они оставаться на том же самом берегу. Особенно на фоне непрекращающихся массированных артиллерийских ударов ВСУ по административным зданиям, школам, больницам Херсона, не говоря уже о мирных жителях, которым «відважні бійці» всячески пытались помешать переправиться на спасительный левый берег. Более чем конструктивный ответ на этот злободневный вопрос дал командующий Объединённой группировкой войск в районе проведения спецоперации генерал армии Сергей Суровикин, когда предложил министру обороны Сергею Шойгу занять оборону по левому берегу Днепра.

– В этих условиях город Херсон не может полноценно снаб-



Картина Иоганна Лоренса Ругендаса «Пожар Москвы в 1812 году»: Кутузов пожертвовал Первопрестольной ради победы над армией Наполеона.
Фото с сайта virtualrm.spb.ru

НА СВОЁМ
БЕРЕГУ

Херсон всегда был, есть и будет русским городом. А тем, кто вопит о «сдаче», впору напомнить: сдача – это излишек денег, возвращаемый тому, кто уплатил сверх необходимого. Но никак не тактическое оставление города, чьё географическое расположение с точки зрения сложившейся военной ситуации оказалось крайне опасным для российских военных.

жаться и функционировать, – пояснил Суровикин. При этом он отметил, что был риск затопления района, поскольку вооружённые силы Украины неоднократно наносили удары по дамбам Каховской ГЭС. Кроме того, генерал уточнил, что район Херсона уже покинули более 115 тысяч жителей.

– Понимаю, что это непростое решение, – подчеркнул командующий Объединённой группировкой. – Но мы сохраним главное: жизни наших бойцов.

ОТОЙТИ, ЧТОБЫ ПОБЕДИТЬ

На войне, как в боксе. Любой боксёр подтвердит, что умение правильно отступать помогает избежать ненужных ударов, затратив на это минимум усилий и отдав минимум пространства в ринге. А научившись грамотным приёмам отступления, боец сможет не только выиграть время для восстановления сил, но и получить хорошую возможность для нанесения контратак.

Пожалуй, наиболее яркое тому подтверждение – решение Михаила Кутузова осенью 1812 года оставить Москву. «С потерю Москвы не потеряна ещё

“ РОССИЯ В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ ВЕРНЁТ КОНТРОЛЬ НАД ВСЕМИ СВОИМИ СУВЕРЕННЫМИ ТЕРРИТОРИЯМИ. НО, КАК И ВСЕГДА, НЕТ НИЧЕГО ВАЖНЕЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ЖИЗНЕЙ, ТЕМ БОЛЕЕ РОССИЙСКИХ СОЛДАТ

Россия. Первою обязанностью своею поставляю сберечь армию, – пояснил своё непростое решение полководец. – Доколе будет существовать армия, до тех пор сохраним надежду благополучно завершить войну». Затем, когда верный, как показал опыт, план военачальника был реализован, историки единогласно признали, что оставление Москвы сыграло решающую роль в итогах Отечественной войны 1812 года. Менее красноречивый, но по-своему яркий при-

мер – легендарная эвакуация промышленных предприятий на восток СССР в 1941 году. Пока немецкие войска металась то на западное, то на северное, то на юго-западное направление, советское правительство при подходе нацистов вывело-таки из-под огня полторы тысячи одних только крупных предприятий. Более того, в короткие сроки удалось наладить их работу на новом месте. Чтобы представить масштаб подвига, достаточно сказать: на один завод требовались тысячи железнодорожных вагонов. По мнению отдельных историков, помогло то, что власти заранее предусматривали определённые эвакуационные меры.

ВОЗВРАЩЕНИЕ
НА ГОРИЗОНТЕ

Продолжая аналогии с событиями Великой Отечественной войны, вполне уместно сравнить грядущее сражение с Курской битвой. Тогда советское командование приняло решение об обороне. После провала наступления измотанные немцы окончательно утратили шансы вернуть инициативу в свои ру-

ки. За обороной последовало успешное наступление советских войск, закономерно увенчавшееся освобождением оккупированных нацистами территорий Советского Союза.

Вероятный подрыв Украиной Каховской ГЭС не только грозит ущербом обороняющейся группировке российских войск, но и откроет перед нашими бойцами возможность использовать естественный барьер в виде реки. А форсирование Днепра рискует стать для ВСУ неосуществимой задачей. Как бы то ни было, оборона на Херсонском направлении принесёт России преимущества. Удары по энергетическим объектам и инфраструктуре Украины в ближайшем будущем способны полностью парализовать и без того разрушенную экономику страны. Тем временем помощь Запада будет неизбежно уменьшаться. В итоге беднеющая и обескровленная Украина просто не сможет продолжать наступление и начнёт терять позиции по всей линии фронта. А Россия в любом случае вернёт контроль над всеми своими суверенными территориями. Но, как и всегда, нет ничего важнее человеческих жизней, тем более российских солдат. И решение занять оборону на левом берегу Днепра – исчерпывающая мера, которая спасёт жизни десятков, а то и сотен тысяч людей. Соотечественников, которые свято верят в нашу общую Победу.

Пётр АНДРЕЕВ.

ИНТЕРВЬЮ

НЕ РИСКУЙТЕ ЖИЗНЬЮ

– Андрей Анатольевич, о чём нужно сообщить человеку, который собирается отправиться в поход и хочет вернуться из него целым и невредимым?

– Человек должен зарегистрировать поход на сайте Главного управления МЧС, ознакомиться с необходимой информацией о природных опасностях на маршруте, ближайшими точками возможной экстренной связи, гидрологических, метеорологических условиями в районе предполагаемого маршрута. Важно указать номера телефонов и адреса членов туристических групп. Если в определённое время человек на связь не выходит, вначале проводится работа с родственниками, поскольку человек мог уже вернуться, но нас не уведомить. Если поход был зарегистрирован и участники прошли необходимый инструктаж, это сильно облегчит поиски.

В целом алгоритм прост, когда знаем маршрут, по которому должен был идти человек. На место выезжает спасательная группа. Многие наши спасатели досконально знают горы, сами могут предположить, где находится пропавший. Все маршруты маркируются специальными цветными метками на деревьях. Каждые выходные и праздничные дни проводится патрулирование. Группы спасателей проходят по различным маршрутам, когда встречают людей, обязательно проводят инструктаж по безопасности.

– Что делать тому, кто всё-таки заблудился, а информация заранее не предоставил?

– Необходимо связаться со спасателями и оставаться на месте, чтобы не подвергать себя дополнительным рискам, что также облегчит работу поисковой бригады. Если вы видите какие-либо опознавательные знаки на местности, то сообщите о них оперативному дежурному. Тогда он сможет рассказать вам, куда дальше двигаться.

– Многие любят ходить в горы по одному. Как вы относитесь к таким походам?

– Одному ходить в горы – это сумасшествие, даже если вы идеально их знаете. Всё может быть: оступился, упал, сломал ногу или ударился головой. А на помощь прийти некому! Как минимум нужно ходить вдвоём. В зависимости от сезона необходимо перед тем, как отправляться в поход, правильно подобрать снаряжение. Например, в холодное время года обязательно нужно взять тёплые вещи, фонарь, полностью заряженный мобильный телефон, дополнительный аккумулятор к нему. Все это знают, но, как показала практика, всё равно многие продолжают ходить в горы без необходимого снаряжения, без уведомления спасательных служб, рискуя собственной жизнью.

ЭТА РАБОТА ЛЮБИТ СМЕЛЫХ

– Чем занимаются спасатели, помимо непосредственного спасения жизни людей?

– Очень много времени отво-

ЛЮДИ
ИЗ СТАЛИ

Начальник ГКУ РК «Крым-СПАС» Андрей Назаренко рассказал «Крымской газете» о том, как беспилотники помогают в работе и почему решил посвятить себя спасению людей.

дится подготовке личного состава. В этом году проведено 394 учебно-тренировочных выезда. Это минимум одна-две тренировки в день для подразделения. Сюда входят горная, спелеологическая, водолазная и топографическая подготовка, работа с аварийно-спасательным инструментом, тренировки по деблокированию людей из транспортных средств в случае аварии. В Крыму, когда на Ай-Петри выпадает достаточно снега, тоже проводим такие тренировки. Практически всё, что спасатель должен уметь, отрабатывается до безупречности как ежедневно на дежурстве, так и на учебно-тренировочных сборах. Спасательные отряды, вне зависимости от того, где находятся, в степи или в горах, должны быть готовы к работе в любых условиях.

– В связи с тем, что эта работа очень рискованная, необходима ли сотрудникам психологическая помощь?

– Спасатели ежедневно сталкиваются с эмоционально сложными случаями, но это лишь часть их работы. Они умеют с холодным рассудком подойти к любым задачам. В основном психологическая помощь нужна не сотрудникам, а тем, кто к нам обращается, попадая в различные опасные ситуации. Я

неоднократно видел, как у людей после ДТП нарушается психика. Благодаря правительству Республики Крым удалось расширить штатную численность и ввести в подразделения профессиональных психологов. На сегодняшний день у нас три человека уже приступили к работе.

ТАНДЕМ ЧЕЛОВЕКА И ТЕХНИКИ

– В спасении людей важную роль играет оборудование. Достаточная ли в организации материально-техническая база?

– Да, в плане оснащения мы одни из лучших по России. Есть, конечно, организации, которые гораздо дольше работают, например, «Кубань-СПАС». У них достойная материально-техническая база, но и мы очень хорошо укомплектованы, в том числе для подготовки личного состава. Особенно в спелеологической работе – у нас одна из сильнейших баз по России. Постоянно внедряем различные технологические новинки и специальное снаряжение. Это современное оборудование, которое сильно помогает в работе. Благодаря Совету министров Республики Крым ежегодно вы-

деляются средства для развития региональной спасательной службы. Только в этом году закуплен ещё один спасательный автомобиль, альпинистское и аварийно-спасательное оборудование. Недавно закупили два БПЛА, один из них с тепловизором. Обучили двоих человек на оператора беспилотников. Поняли, что это очень нужно, когда работали над ликвидацией последствий ЧС в Новофёдоровке и Джанкое. В таких ситуациях необходима специальная техника. Благодаря ей можно проводить оценку и мониторинг зон чрезвычайных ситуаций, осмотр труднодоступных участков при техногенных катастрофах, а также выявлять очаги возгораний и применять её при проведении поисково-спасательных работ в горно-лесной местности.

Несколько лет назад, например, весной искали пятилетнего мальчика в Белогорском районе, который ночью заблудился в лесу. Удалось его вовремя найти благодаря беспилотнику с тепловизором, который применяли сотрудники ФСБ. Особенно в ночное время суток БПЛА помогает быстрее обнаружить человека, соответственно, выше шансы не только найти его живым, но и спасти прежде, чем он получит обморожение, обезвоживание или другие травмы.

СПАСАТЬ В РЕЖИМЕ НОН-СТОП

– С какими просьбами о помощи чаще всего приходится сталкиваться?

– Больше всего приходится действовать населению в различных бытовых ситуациях: вскрыть двери, помочь бригаде скорой помощи перенести тяжёлого больного или инвалида, вытащить животное из колодца, освободить ребёнка, который за-

БЛИЦОПРОС

– На какие недостатки вы можете закрыть глаза?

– Если человек не может справиться с какой-то задачей ввиду того, что просто это ему не дано. На это могу закрыть глаза, и, если необходимо, постараюсь его научить.

– Кто для вас является примером для подражания в профессии?

– Мой отец. Он отработал почти 40 лет в пожарной охране и МЧС.

– Опишите себя тремя словами...

– Добрый, требовательный, честный (раздался голос из соседнего кабинета. – Ред.).

– Выигрывали ли вы в лотерею?

– 100 рублей когда-то выиграл.

– Где и как вы любите отдыхать?

– Если позволяет обстановка, стараюсь отправиться с семьёй на море или в горы.

– Как вы представляете себе идеальный день?

– Идеальный день – это когда на работе всё получается.

– Если бы вы могли есть только одно блюдо всю вашу жизнь, что бы это было?

– Жареный калкан.

стрял в стиральной машине. Такая работа – это примерно 60% выездов. Также много времени занимают спасательные работы в горах и оказание помощи пострадавшим в ДТП.

Доводится работать и с суицидниками. Допустим, залез человек на крышу или балкон, собирается спрыгнуть. Нужно не дать ему осуществить задуманное и спокойно эвакуировать. Пока кто-то из сотрудников с этим человеком разговаривает, другой уже со страховочным оборудованием поднимается и фиксирует его, далее спускает и передаёт медикам. В таких ситуациях как раз важно знание психологии, чтобы правильно вести разговор.

– Отличается ли работа спасателей в разное время года?

– По большей части всё одинаково. Летом чаще приходится работать на водных поверхностях. Привычный случай: человек решил на надувном матрасе в море поплавать, а его внезапно унесло течением. Или он просто заснул, не заметив, как далеко оказался от берега.

Зимой к местам повышенной опасности добавляется Ай-Петри. Тропы заметает снегом, глубина снежного покрова в некоторых местах может достигать метра и более, периодически сходят небольшие лавины. Водители, которые туда едут, не всегда думают. Чтобы отправляться в горы, нужны как минимум внедорожник и средства противоскольжения. Несколько лет назад была ситуация, когда 300 человек застряли на Ай-Петри из-за схода лавин. Спасателям пришлось всю ночь расчищать дорогу от снега и рухнувших деревьев, чтобы люди смогли выбраться.

Много травмоопасных ситуаций происходит на лыжных маршрутах. Мы оказываем пострадавшим первую помощь и транспортируем их к машинам скорой помощи, поскольку те не везде могут проехать, а у нас для этого есть снегоходы. Вспоминается ещё одна ситуация. На айтетринском плато есть воинская часть. Там жила женщина, которая была на 39-й неделе беременности. И ей нужно было в больницу, а подъехать к её жилищу из-за погодных условий никто не мог. Наши сотрудники спустили её с гор сначала на снегоходе, а потом на УАЗе. Правда, в тот день она так и не родила, но в другой – благополучно.

– Обучаете ли вы желающих навыкам, полезным для выживания?

– Мы проводим уроки для добровольческих организаций, для юнармейцев. Проводим мастер-классы по работе с различным спасательным оборудованием, а также курсы по спасению на воде в детских лагерях, учим, как спасти человека, если он тонет. У нас есть договорённости с различными учебными и другими заведениями. Это всё планомерная и регулярная работа.

РАБОТА «ЗА ЛЕНТОЧКОЙ»

– Выполняет ли «Крым-СПАС» задачи в зоне СВО? Есть ли отличившиеся в связи с этим сотрудники?

– Один из моих сотрудников недавно вернулся из зоны боевых действий. Взял отпуск за свой счёт и отправился добровольцем защищать Родину. Ещё одного сотрудника мобилизовали, сейчас в Херсоне находится. Естественно, его рабочее место

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

В случае необходимости обращайтесь в «Крым-СПАС» по телефону: +7 (978) 958-10-01

БОЛЕЕ ПОДРОБНАЯ
ИНФОРМАЦИЯ:



осталось за ним. Спасатель из Симферопольского отряда, который в прошлом служил в ОМОНе, тоже недавно вернулся. Он принимал участие в боевых действиях в качестве командира отделения добровольческого отряда «Барс-7» и получил медаль «За боевые заслуги». Сейчас «Крым-СПАС» очень активно занимается погрузкой, разгрузкой и сортировкой гуманитарного груза, отправляемого на территории СВО. Спасательными работами на тех территориях пока не занимаемся, но мы готовы, если поставят такую задачу.

ПОТОМСТВЕННЫЙ
СПАСАТЕЛЬ

– Почему решили посвятить свою жизнь такой героической профессии?

– Я из четвёртого поколения пожарных. Другой работы для себя не мог и придумать. Меня всегда окружали люди, имеющие пожарные и спасательные профессии. Одно время думал стать медиком, но там латынь нужно учить (улыбается. – Ред.). До работы в нашей службе я 22 года проработал в пожарной охране и МЧС. Когда в 2014 году создавали «Крым-СПАС», мне предложили эту работу, согласился без колебаний, так как спасать – моё призвание!

– Как руководителю часто ли вам приходится принимать непосредственное участие в спасении людей?

– Выезжаю при каждом серьёзном, крупном происшествии. Или когда куда-то еду и вижу ДТП, то, конечно же, останавливаюсь. Вызываю бригаду. Но пока они доедут, успеваю выполнить некоторые действия. К примеру, отрезаю ремень безопасности, отключаю аккумулятор в машине, оказываю первую помощь.

– Учитывая особенности работы, наверное, и отпуск у вас специфический?

– О длительном отпуске мечтать и не приходится, не могу себе этого позволить! Больше двух недель подряд не отдыхаю. Мне нужно всегда держать руку на пульсе. Даже обычного спасателя могут отозвать из отпуска, если случилась ситуация, когда людей не хватает. Отпуск в нашей работе – дело не главное: отпустили – спасибо, не отпустили – тоже хорошо.

Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.
Фото Галы АМАРАНДО.

Ежедневный выпуск, включая пятничный:

ДЛЯ ФИЗЛИЦ

61055 (В МЕСЯЦ)

61056 (ГОДОВАЯ)

547,37 руб.

7081,21 руб.

ДЛЯ ЮРЛИЦ

21724 (В МЕСЯЦ)

21740 (ГОДОВАЯ)

594,98 руб.

7688,26 руб.

Выпуск в пятницу
(с полной программой цифрового ТВ):

ДЛЯ ФИЗЛИЦ

30364 (В МЕСЯЦ)

30369 (ГОДОВАЯ)

286,18 руб.

3502,68 руб.

ДЛЯ ЮРЛИЦ

30366 (В МЕСЯЦ)

30370 (ГОДОВАЯ)

311,46 руб.

3812,15 руб.

«Крымская газета»
в подписных каталогах
«Почты России»

подписной
индекс:

П3449

ПОДПИСКА-2023



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

ОФОРМИТЕ ПОДПИСКУ

на «Крымскую газету» и «Крымский журнал»

НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

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



БОЛЬШИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ

ТРИ ТЫСЯЧИ

На сборочном участке цеха по производству стрелочных переводов Керченского металлургического завода стоит невообразимый шум, сыпятся искры, а промышленные краны играючи поднимают рельсы и перемещают в нужное место.

– В общей сложности мы изготавливаем порядка 36 позиций стрелочных переводов самых разнообразных модификаций для различных потребителей. Это шахтные, промышленного назначения и магистральные стрелочные переводы для российских железных дорог. Они все состоят из различных деталей, которые между собой конструктивно отличаются габаритами, – говорит заместитель генерального директора по техническим вопросам КМЗ Алексей Полянин.

В настоящий момент план производства составляет примерно 200 условных стрелочных переводов в месяц. На предприятии хотят увеличить этот объём до 250. Запуск принципиально новой продукции, в которой существует заинтересованность со стороны РЖД, на заводе невозможен.

– Завод проектировался под определённую номенклатуру, и мы по ней работаем. Но спрос на эту продукцию остаётся всё равно высоким. Три тысячи условных стрелочных переводов в год – это, скорее всего, должен быть стабильный заказ, – объясняет наш собеседник.

Производство ведётся в две смены, занято 126 человек. Увеличение объёмов продукции потребует привлечения дополнительно ещё 35-50 сотрудников. Примечательно, что ещё до начала нового витка западных санкций керченское предприятие нашло отечественную замену иностранным комплектующим.

– По этому производству большой номенклатуры не было по импорту, но и ту постарались по максимуму поменять. Задача была поставлена в прошлом году. Поэтому, когда начались санкции, мы уже были в большей части готовы, – сообщил Алексей Полянин.

ПУТЬ ПРОЛОЖЕН

В настоящее время три завода в России производят стрелочные переводы: в Муроме, Новосибирске и Керчи. Крымское предприятие в основном ориентировано

ЗАБИТЬ
СТРЕЛКУ

«Крымская газета» побывала на Керченском металлургическом заводе. И узнала, почему во глубине сибирских руд рельсы по-крымски поют.

КОМПЕТЕНТНО

Начальник управления промышленного комплекса Министерства промышленной политики Республики Крым Денис Малтабар:

– Завод отчасти работал с республиками Донбасса. Они взаимосвязи восстанавливают. В этом году предприятие получило субсидию на модернизацию – 12 миллионов рублей на покупку нового оборудования. Предприятие крупное, регулярно пользуется мерами поддержки, является участником национального проекта повышения производительности труда. Его сотрудники сегодня участвуют в конкурсе профессионального мастерства.

на южные регионы, но также поставляет продукцию на Куйбышевскую железную дорогу, в Московский метрополитен, а также в «Норильский никель», который использует шахтные стрелочные переводы.

– Крестовины стрелочных переводов – это высокомарганцовистая сталь. Мы сами её льём. Поэтому и договор с метрополитеном заключён, ведь там большое внимание уделяется именно качеству крестовин. Это так называемая первая группа, они максимально износостойкие. Первые поставки в Москву начались в 2017 году, – отмечает Алексей Полянин.

Новые субъекты Российской Федерации – это тоже перспективный рынок для керченского завода.

– Учитывая, что стрелочные переводы в тех регионах менялись очень давно, есть износ, то, скорее всего, в ближайшее время будет массово происходить замена, поэтому мы рассчитываем на этот рынок, – говорит замдиректора.

УПОР НА КАЧЕСТВО

Высокое качество продукции обеспечивается и благодаря постепенному обновлению оборудования. С 2018 года в цех, где изготавливается конечная продукция, были приобретены сборочные столы с возможностью выпуска новой для завода номенклатуры, в частности, стрелочных переводов проекта 2750, габариты которых больше, чем завод производил до этого. Для сборки крестовин также были приобретены два новых станда. В Беларуси приобретён рельсо-сверлильный станок.

ЦИФРЫ

На 30 млн рублей

было закуплено новое оборудование на предприятие в этом году.

ИНТЕРЕСНО

Срок службы стрелочного перевода высчитывается не по времени, а по прохождению транспорта и износу, который определяют специалисты. При очень нагруженном маршруте срок работы стрелочного перевода составляет приблизительно три года. При низкой загрузке, например, отдельных шахтных стрелочных переводов срок службы может составлять и до 15 лет.

– В этом году есть субсидия. Под неё мы приобретаем четыре единицы оборудования. Один станок для инструментального производства, установка плазменной резки для механического цеха. И две единицы оборудования для нашей центральной заводской лаборатории – это спектральное оборудование для проверки качества выплавленной стали и разрывная машина для проверки того, что мы получили после отливки, – отметил наш собеседник.

На следующий год тоже запланировано приобретение – фрезерный обрабатывающий центр для изготовления комплектующих деталей, для ремонта и оснастки.

Борис СЕДЕНКО.
Фото Галы АМАРАНДО.

Крымское
информационное
агентство

Ведущее новостное агентство

входит в ТОП-10

самых цитируемых СМИ Крыма



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

ГОВОРИМ ПРОСТО О СЛОЖНОМ,
КОРОТКО О ГЛАВНОМ



МЫ ПОБЫВАЛИ

БЕЗ ОТКАЗА

Оксана Александровна, 53 года, председатель МКД:

– На мои просьбы в администрации посёлка не было ни разу отказа, всегда дадут юридическую консультацию, чтобы были правомерны мои действия как председателя МКД. Жители моего дома тоже обращаются. Например, по поводу установки скамеек для пожилых людей. Была проблема: старая машина больше трёх лет стояла на территории нашего дома, тоже помогли решить этот вопрос. Она загоралась и проезд скорой помощи, и проход для людей. Когда делали капитальный ремонт крыши, то обрезали деревья по нашей просьбе. Во всём посёлке появилось уличное освещение. Люди благодарны. От автобусной остановки сделали хорошую плиточную дорожку, поручни, ступеньки. Хотелось бы, чтобы и клуб отремонтировали, а для нашего подрастающего поколения было побольше кружков.

В САД ПОСКОРЕЕ



Александра Александровна, 21 год, в декретном отпуске:

– Детские площадки благоустраивают. Хорошо везде сделали. Песочниц не хватает – это правда, детям повеселее было бы. Иногда по выходным все мусорки переполнены. Газоны сделали, а на них весь мусор валяется. Не знаю, как они убирают, но бывают сбои.

Забор вокруг школы и стадиона поставили. Мы ждём очереди в детский сад, надеемся, что попадём в следующем году. Это тяжело, потому что деток много. Группы переполнены, в этом году сделали вообще три младшие, насколько я знаю.

Мы ещё никуда не ходим, но в Молодёжном много кружков и для маленьких, и для ребят постарше. Есть и тренажёрные залы, и тхэквондо, и танцы, а для более взрослого поколения – фитнес.

Вроде бы маршруток № 99 добавили, но как ни придёшь – минут 40 стоишь на остановке. Вышешили график, но всё равно они ходят как хотят. Из самого Молодёжного уехать иногда тяжело.

ЗАВИСИТ ОТ НАС



Светлана Семёнова, 64 года, пенсионерка:

– Дорожки сделали, раньше не было

СТОГЛАЗЫЙ
АРГУСЧему радуются и о чём мечтают
жители посёлка Молодёжное
Симферопольского района

В этом году населённый пункт отметил своё пятидесятилетие и в связи с юбилеем даже как будто пробудился. Стал обзаводиться детскими площадками, новыми дорожками, парковочными местами для инвалидов, освещением. А за этими преобразованиями стали следить множество видеокамер...



Рабочие устраняют элементы старой площадки, а на этом месте будет сделана новая.

их. И дороги делают. Посадили деревья, благоустраивают территорию посёлка. Убирают, но когда как – у них текучка сильная. Но парк, детские площадки всегда убираются. Теперь почти в каждом дворе есть детские площадки.

У каждого дома своя управляющая компания. Они не всегда хорошо работают. У нас все многоэтажки старые, там надо практически полностью менять канализацию. Но это всё зависит от нас самих, от того, как мы платим.

НА УДИВЛЕНИЕ



Юрий Григорьевич, 70 лет, охранник:

– Пошли изменения просто на удивление. Освещение везде появилось на улицах. Газон постелен. Много положительных сдвигов происходит, это радует. Дом культуры желательно отремонтировать. Его очень много людей посещает. Здесь танцевальные группы, целых пять, разных возрастных категорий. Поют, рисуют, работает театральный кружок. Здание в 1922 году построено, поэтому ремонт необходимо провести. Крышу заменить целиком – она течёт сильно.

Борис СЕДЕНКО.
Фото: Михаил ГЛАДЧУК.



Одна из новых детских площадок, которая появилась в этом году.

Для безопасности школьников в жилом массиве делают тротуары.

КОМПЕТЕНТНО



Председатель Молодёжного совета – глава администрации Молодёжного сельского

поселения Владимир Иванов:

– Благоустройство дворов на улице Строителей, № 4 и 7, завершено в полном объёме. Нам осталось оборудовать эти дворы двумя небольшими детскими площадками. Большое количество обращений поступало от жителей улицы Школьной. Дети ходили в школу по проезжей части автодороги. Сейчас там строится пешеходная дорожка общей протяжённостью около 500 метров. Бордюры поставлены, подсыпка осуществлена гравием, закуплена плитка. До Нового года объект будет сдан. Грунтовая дорожка от остановки на Московской трассе в само Молодёжное была вытоптана ещё бабушками и дедушками, основателями поселения. Это ещё один из низинных участков, поэтому туда стекала вода. Подняли мы тротуар на 25 сантиметров, выложили его плиткой, людям стало удобно. В одном месте сделали поручни. К сожалению, с 2016 года парк «Возрождение» оставался только на словах. В этом году мы заключили договор, сейчас производятся проектно-изыскательские работы. На следующий год мы выйдем на начало его строительства.

Сделаем всё, что нужно именно людям. В настоящее время двора от пяти до 15 лет ездит на самокатах, скейтах, поэтому было принято решение в парке сделать одной из зон скейтбордную площадку. Кроме этого, сделаем зону отдыха с сухим фонтаном. В поселении должна быть одна, как мы её называем, «королевская» площадка, куда бы люди могли сходить, чтобы не ездить, допустим, в Детский или Гагаринский парк. Думаю, эту детскую площадку мы всё-таки закончим в этом году. Сейчас убираем все старые элементы.

В целом упор был также сделан на ремонт детских площадок. Все они оснащены резиновым покрытием. Мы ремонтировали и красили. Элементы, которые мы не могли восстановить, меняли. На данный момент восемь площадок сделали. Отдельное внимание досугу наших жителей. На 9 Мая был грандиозный концерт и на День России. Провели день посёлка, который не проводился на протяжении 50 лет. Людям нужны праздники, они должны чувствовать объединение, общий эмоциональный фон, который бы их сплачивал.



Дом культуры нуждается в ремонте, тем более что в последнее время он стал настоящим центром культурной жизни.

ЗАЧЕМ И ПОЧЕМУ?

В этой рубрике «Крымская газета» продолжает рассказывать вам, уважаемые читатели, об интересных фактах, отвечать на самые разнообразные и удивительные вопросы, какие только могли бы у вас возникнуть.

Из каких деревьев делают бумагу?

Зависит от её назначения. Несколько упрощая, можно сказать, что грубую и прочную бумагу, которая используется для упаковки, производят в основном из мягкой древесины: сосны, ели. Из деревьев твёрдых пород (вроде дуба или клёна) изготавливают гладкую и менее прочную бумагу для типографских целей. При этом в производстве используют не только древесную массу, но и макулатуру, другие материалы. В специальные виды бумаги, в частности, для банкнот, могут добавлять хлопок или лён.

Почему оливки зелёные, а маслины чёрные?



Их по-разному обрабатывают. Собранные зелёные оливки очень горькие. Для удаления горечи их вымачивают в щелочном растворе и для придания вкуса выдерживают в рассоле. В присутствии кислорода фенолы, содержащиеся в плодах, окисляются, и маслины темнеют. Если обработка проходит без доступа кислорода, оливки остаются зелёными. Вообще, по мере созревания они из зелёных становятся красными, потом багровеют и наконец чернеют.

Почему молнии разного цвета?

Канал молнии во время вспышки раскаляется до 30 000 °С, это в пять раз горячее Солнца. Воздух при такой температуре присущее голубовато-фиолетовое свечение. Именно этот цвет имеют молнии, возникающие близко к наблюдателю и в чистой атмосфере. Однако воздух сильнее рассеивает голубой, синий и фиолетовый цвета. Поэтому по мере удаления молнии белеют, а потом желтеют.

Зачем цапля стоит на одной ноге?

Цапля охотится на водных животных, стоя долго и неподвижно в водоёме. Вода холоднее тела птицы. Поскольку ноги не защищены даже перьями, то цапля сокращает их кровоснабжение, чтобы терять меньше тепла. Время от времени птица меняет опорную ногу.



Есть и ещё одна причина: чтобы схватить добычу, цапле часто нужно сделать один-два шага максимально быстро. Поджатая и как бы занесённая для движения нога позволяет выиграть время.

Подготовила
Светлана ТЕРЕЩЕНКО.

РАЗГОВОР С ПСИХОЛОГОМ

Даже противогаз не спасёт вас от токсичного соседа.
Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

КАК
НЕ ОТРАВИТЬСЯ?

Александр КОРЕНЧЕНКОВ,
практикующий психолог и
психотерапевт.

В нашей повседневной жизни мы имеем контакты с разными людьми. Нередко они происходят помимо нашей воли. Обратились к врачу, а он на вас наорал, в общественном транспорте вы стали участником или свидетелем конфликта с другим пассажиром, на работе вам тяжело общаться с токсичным коллегой, который постоянно на негативе... Сегодня в рамках рубрики «Разговор с психологом» «Крымская газета» расскажет, как общаться со злыми людьми.

РАЗГОВОР С СОБОЙ

Агрессия – это реакция человека на страх или препятствие. Но не всегда человек осознаёт её причину. Часто агрессия в виде оскорблений, критики, претензий скрывает под собой цель вызвать у оппонента чувство вины, неполноценности. Это делается для того, чтобы легко управлять человеком. Чтобы прекратить такую манипулятивную агрессию в свою сторону, необходимо не допустить возникновения чувства вины или стыда.

Можно мысленно себя настраивать, проговаривать внутри: «Он пытается вызвать во мне чувство вины для того, чтобы управлять мной, а не для того, чтобы помочь мне. И я знаю, кто я и что я сделал, я не позволю ему манипулировать через чувство вины». В результате агрессор, не получая желаемого, просто прекратит попытки.

ГОРЬКАЯ ПРАВДА

Когда человек использует агрессию в виде обесценивания ваших заслуг, личных качеств и достижений, это говорит о зависти. То есть он хочет иметь то, что имеете вы, но не желает этого признать. И к тому же боится потерпеть неуда-

“ НИКТО НЕ ХОЧЕТ СЛУШАТЬ ПОСТОЯННОЕ НЫТЬЁ И НЕГАТИВНЫЕ ПРОГНОЗЫ. ТАКИЕ ЛЮДИ НЕ ПОНИМАЮТ, ЧТО ОНИ ТОКСИЧНЫ, И ЛУЧШЕ ВСЕГО ИМ СПОКОЙНО, В ДОСТУПНОЙ ФОРМЕ ОБЪЯСНИТЬ, ЧТО ИХ СЛОВА НЕПРИЯТНЫ

чу при достижении желаемого. В таком случае агрессору можно сказать правду о его мотивах, о его зависти. Например, скажите ему: «Ты обесцениваешь мои достижения потому, что сам хочешь подобных, но ты боишься, что у тебя

не получится и ты потерпишь неудачу».

Агрессор, скорее всего, будет отрицать зависть. Но ничего особо доказывать ему не надо. Если обесценивание будет происходить снова и снова, то просто повторяйте выученную фразу о том, что он обесценивает мои достижения, потому что сам хочет подобных.

Как правило, агрессор не захочет долго слушать правду, так как она разрушает его систему защиты против страха, а не получая желаемую реакцию, он перестанет вас обесценивать.

РЕПУТАЦИЯ НА КОНУ?

Токсичные люди, которые постоянно высказываются негативно по любому поводу, делают это для снятия тревоги. У них очень много внутреннего негатива и страхов, а когда они это всё выплёскивают на окружающих, начинают чувствовать себя лучше.

Однако никто не хочет слушать постоянное нытьё и негативные прогнозы. Такие люди не понимают, что они токсичны, и лучше всего им спокойно, в доступной форме объяснить, что их слова неприятны. И если они хотят общаться, то нужно выбирать темы, интересные

вам. Помогать и переубеждать их бесполезно: негативное мышление им намного комфортнее, чем мысли о позитиве и благополучном будущем. Не стоит их стандартные негативные высказывания воспринимать всерьёз. Часто они сами особо не волнуются, когда говорят о страшных сценариях будущего. Иногда у них присутствуют даже восторг и некая радость.

Токсичные люди могут проявлять агрессию пассивно, например, в виде постоянных сплетен и злословия. Если эти сплетни не влияют на ваши отношения в семье или на работе, то на них не стоит вообще никак реагировать. Если сплетни реально вредят вашей репутации, то стоит задуматься о разоблачении и призыве к ответственности за лживые высказывания сплетника для очищения своей репутации.

Причин и видов агрессии множество, как и способов защиты, в том числе и ответной адекватной агрессией. Агрессия – это не негативное чувство, а энергия, которая выделяется для преодоления трудностей и препятствий. Деструктивная агрессия – это результат неправильного, неосознаваемого, незрелого использования энергии этой самой агрессии.

ТВ-ОБЗОР



«БАРЕНЦЕВО МОРЕ» 16+

Телеканал «Россия 1» объявил дату премьеры второго сезона остросюжетного сериала.

Первая часть называлась «Чёрное море», теперь детективная история развернётся в «Баренцевом море».

У офицеров контрразведки Сергея Сабурова и Елены Солей новая опасная миссия. Им предстоит предотвратить масштабную диверсию в Мурманском морском порту, найти и обезвредить противника.

1944 год. По сведениям, добытым у завербованного немецкого агента, планируется крупный диверсионный акт в Мурманском порту, через который СССР получает по северному маршруту жизненно необходимые военные грузы от союзников. Перед офицерами контрразведки – подполковником Сабуро-

вым и майором Солей – стоит задача не только спасти порт от взрыва, сорвав вражескую операцию, но и найти и обезвредить главу диверсионной группы, капитана финской армии и агента германской разведки Лаури Тарни, с которым у Сабурова давние счёты. Контрразведчики вступают в опасный поединок с умным, коварным и беспощадным врагом. Всё усложняется тем, что Елене и Сергею предстоит непростой выбор в личной жизни: обоим надо решить, есть ли у них право быть счастливыми, когда на кону безопасность страны и жизни тысяч людей.

Контрразведчики Сергей Сабуров и Елена Солей хорошо знакомы

зрителям по проекту «Чёрное море». Над его созданием работала та же команда, что и над «Баренцевым морем».

– Великая Отечественная война коснулась всей моей семьи. Для меня эта тема особенная, и я думаю, что для каждого русского человека она является сакральной. Фильм «Баренцево море» прежде всего о людях, которые победили в той войне. Достоверно донести до зрителя веру в победу, патриотизм и самоотверженность мне помогли биография моей семьи, рассказы мамы, бабушки. Хотя бабушка меньше всего хотела что-то вспоминать про войну. Она прошла два концлагеря, подвергалась пыткам гестапо, но не сдалась... Могу сказать точно, что фильм «Баренцево море» – честный! – рассказал режиссёр киноленты Олег Фомин.

Не пропустите премьеру детектива «Баренцево море» на телеканале «Россия 1» с 14 ноября в 21:20.

СМОТРИТЕ НА ТВ

«ШИФР» 12+

С 14 НОЯБРЯ, ПЕРВЫЙ КАНАЛ, 21:45



Москва, 1957 год. Четыре подруги, которых связывает военное прошлое (работа в спецотделе ГРУ), продолжают вести расследования и с помощью своих уникальных навыков помогают следственным органам в особо запутанных делах. Обладая феноменальными аналитическими способностями, Ирина, Анна, Софья и Катерина рискуют собой, а иногда и благополучием собственных семей, чтобы выйти на след преступников и открыть истину.

«СПЕЦБАТ» 16+

С 14 НОЯБРЯ, НТВ, 20:00



Поиск угонщиков и захватывающие погони, борьба со стритрейсерами и беспределщиками на дорогах – обычное дело для сотрудников спецбатальона ДПС. У главного героя, майора ДПС Сергея Чертанова, есть опасное и чрезвычайно ответственное задание: найти в Москве преступную группу, которая занимается угоном и легализацией краденых машин. Преступники ведут себя нагло, и к борьбе с ними подключается даже Следственный комитет. Сыщики выясняют, что следы угонщиков ведут... в спецбат ДПС! Однако открыто работать следователи не могут...

КИНО

ТОП-3 ФИЛЬМА НА ВЫХОДНЫЕ

«ПЛАН ИГРЫ» 12+

12 НОЯБРЯ, СТС, 18:40

Джо Кингман – капитан и звезда футбольной команды «Ребелс». Вся его жизнь – это правильный рацион, рекламные акции, фотосессии с поклонниками и, конечно, футбол. Он живёт один в шикарной квартире вместе со своим бульдогом Спайком, где устраивает холостяцкие вечеринки. Однажды к нему в Бостон приезжает маленькая дочурка Пейтон, о существовании которой он даже не подозревал. С её появлением жизнь новоиспечённого папаши переворачивается с ног на голову...



«ПОМПЕИ» 12+

12 НОЯБРЯ, ТВ-3, 21:30

Ещё в детстве Майло из рода мятежных кочевников потерял родителей и попал в рабство, став гладиатором, рискующим жизнью ради развлечения имперской элиты. Помпеи стали его ареной, на которой молодому герою не было равных. Случайное знакомство с дочерью влиятельного горожанина, обещанной в жены сенатору, перевернёт его мир, заставив мечтать о большем. Девушка ответит воину взаимностью, но равнодушный Везувий не делает скидок на нежные чувства.

«ТИТАНИК» 16+

13 НОЯБРЯ, СТС, 13:40

В фильме «Титаник» режиссёр Джеймс Кэмерон показывает историю крушения знаменитого лайнера через призму любовных отношений главных героев. Джек и Роуз из разных социальных слоёв, но их чувства оказываются сильнее смерти. Суть фильма в том, что нужно наслаждаться каждым моментом жизни, быть честным с собой и даже перед лицом смертельной опасности оставаться человеком.



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

РОССИЯ 1. 05:00, 09:30 «Утро России» 09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время

МАТЧ!

06:00 Профессиональный бокс. Умар Саламов против Виктории Мерроло 16+

Мир

04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+

ПЯТЫЙ канал

05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+ 05:25, 05:30 Т/с «Дознаватель» 16+

РОССИЯ К. 06:30, 07:00, 07:30, 08:40, 10:00, 15:00, 19:30, 23:40 Новости культуры

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+ 07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+

02:45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

06:00 Х/ф «Звезда» 16+ 07:30, 11:05 «Календарь» 12+ 08:00, 13:10, 19:20 «ОТРаждение» 12+

ТВУ. 06:00 «Настроение» 08:20 Д/ф «Доживем до понедельника» 12+

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

Спас Телеканал. 05:00, 00:15 «День Патриарха» 0+ 05:10 «Лица Церкви» 6+

ТАН

СТС. 06:00, 05:50 «Ералаш» 0+ 06:05 Т/с «Три кота» 0+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН

06:30 «б кадров» 16+ 06:45, 05:10 «По делам несовершеннолетних» 16+

ТВ 3. 06:00 Мультфильмы 0+ 09:30, 17:20 Т/с «Слепая» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА. 04:25 Т/с «Темный инстинкт» 16+ 07:00 «Сегодня утром» 12+

Мир телеканал МИР. 05:00, 04:30 Мультфильмы 6+ 05:05, 10:20 Т/с «Лягушка» 16+

ТАН

07:00 Т/с «Интерны» 16+ 08:05 Д/ф «Остров лемуру» 16+

МУЗ

05:00, 00:00, 02:00 Муз'итив 16+ 06:00 Каждое утро 16+

КРЫМ. 06:00 Мультфильмы 6+ 07:00 «Утро нового дня» 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

05:00, 04:30 Мультфильмы 6+ 05:05, 10:20 Т/с «Лягушка» 16+ 05:10 «Лица Церкви» 6+

МИЛЛЕТ

02:30 «А. Шулакова Нетиджелер иле» 16+ 03:00 Спектакль «Мераметлик» 12+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ

5:55 Гимн России. Гимн Севастополя (0+) 6:00, 11:45, 13:45, 15:15, 18:45 Акценты (12+)

ДОМ КИНО. 07:00 М/с «Три кота» 6+ 08:00 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта» 6+

РОДНОЕ КИНО. 01:40 Х/ф «Высокий блондин в черном ботинке» 12+

КИНОСВИДАНИЕ. 00:30 Х/ф «Как сумасшедший» 16+ 02:05 Х/ф «Супер Крейзи» 16+

Ю

05:00 «Папа попал» 16+ 06:00 М/с «Маши и медведь» 0+

ЧЕ

06:00, 02:50 «Улетное видео» 16+ 06:20 «Идеальный ужин» 16+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ. 05:30 «Доброе утро» 0+ 09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости

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

ТВ МИР. 06:35 «Утро. Самое лучшее» 16+ 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:15 Сегодня

ТС

07:00 «Настроение» 09:50 Д/с «Большое кино» 12+

САРАФАН

06:00 «Одна за всех» 12+ 06:30, 22:40 «Попкорн ТВ» 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, 16:20, 03:00 Новости
07:05, 14:20, 00:05 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 Сегодня

ПЯТЫЙ канал

05:00, 09:00, 13:00, 17:30 «Известия» 16+
05:25, 05:40, 06:25, 07:15, 08:10 Т/с «Легавый» 16+

РОССИЯ К

06:30, 07:00, 07:30, 08:30, 10:00, 15:00, 19:30, 23:45 Новости культуры
06:35 «Пешком...» Москва сельскохозяйственная

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+

Карусель

05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши» 0+
07:30 М/с «Снежная Королева: Хранители Чудес» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

06:00 «Коллеги» 12+
06:35 Т/с «Мама-детектив» 12+
07:30, 11:00 «Календарь» 12+

ТВУ

06:00 «Настроение»
08:10 Д/ф «Берегись автомобиля» 12+

РЕН

05:00, 09:00 Документальный проект 16+
06:00, 18:00 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

СПАС ТЕЛЕКАНАЛ

05:00, 00:45 «День Патриарха» 0+
05:10 «В поисках Бога» 6+
05:40 Х/ф «Сталинградская битва» 0+

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:05 М/с «Три кота» 0+
06:20 М/с «Как приручить дракона. Легенды» 6+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН

06:30, 05:05 «По делам несовершеннолетних» 16+
08:25, 04:15 «Давай разведемся!» 16+

ТВ 3

06:00 Мультфильмы 0+
09:30, 10:40, 11:50 Т/с «Слепая» 16+

ПЯТНИЦА!

05:00, 04:20 «Черный список» 16+
06:10, 01:10, 03:50 «Пятница news» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА

06:10 Х/ф «Стрелы Робин Гуда» 12+
08:05 Д/с «Память. Человек с киноаппаратом. Роман Кармен» 16+

МИР телеканал МИР

05:00 Т/с «Меч» 16+
06:00, 10:20 Т/с «Меч 2» 16+
10:00, 13:00, 16:00, 18:30 Новости

ТАН

07:00 Х/ф «Богатенький Рич» 12+
09:00 «Звездная кухня» 16+

МУЗ

05:00, 01:00, 02:00 Муз'итив 18+
06:00, 07:25 Каждое утро 16+

КРЫМ

06:00 Мультфильмы 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, 23:00 Новости 24 12+

МИЛЛЕТ

01:10, 09:00 «Тек арзум Ватан» 12+
01:40 «Юрт нефеси» 12+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ

5:55 Гимн России. Гимн Севастополя (0+)
6:00, 7:00, 8:00, 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/с «Три кота» 6+
08:00 М/ф «Полное погружение» 6+

РОДНОЕ КИНО

01:00 Т/с «Выгодный контракт» 12+
02:15 Х/ф «Комедия строгого режима» 12+

КИНОСВИДАНИЕ

01:25 Х/ф «Свободные» 16+
03:40 Х/ф «Крутая Джорджия» 16+

Ю

05:00, 03:15 «Моя свекровь - монстр» 16+

ЧЕ

06:00, 02:50 «Улетное видео» 16+
06:20 «Идеальный ужин» 16+

ХХХ

10:00, 18:00, 02:00 Т/с «Бюро» 16+
11:05, 19:05, 03:05 Х/ф «Александр» 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
11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести

НТВ МИР

06:40 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:20 «Мои университеты. Будущее за настоящими...» 16+

ТСИ

07:00 «Настроение»
10:10, 04:15 Д/с «Большое кино» 12+
10:45 «10 самых...» 16+

САРАФАН

08:00 «Чумовая скрытая камера» 12+
08:30 «Дом культуры и смеха» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

ПЕРВЫЙ канал

06:00 «Доброе утро. Суббота» 0+

РОССИЯ 1

05:00 «Утро России. Суббота»

МАТЧ!

06:00 Бокс. Ваге Кнуцкелі FC Джози Бельтран против Кьюстона Александра 16+

НТВ

05:10 Д/с «Спето в СССР» 12+

5 ПЯТЫЙ канал

05:00, 05:40 Т/с «Великолепная пятёрка 5» 16+

РОССИЯ K

06:30 «Библейский сюжет»

РОССИЯ 24

05:00, 07:00, 08:00, 09:00, 11:00, 12:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00, 00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00 Вести 12+

КОРУСЕНЬ

05:00 «Ранние пташки» 0+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

06:00, 14:05 «Большая страна» 12+

ТВЦ

05:30 X/ф «Некрасивая подружка. Любовный квадрат» 12+

ПЯТНИЦА!

05:00, 09:10, 03:00 «Черный список» 16+

ТВЭ

06:00 Мультфильмы 0+

ПЯТНИЦА!

05:00, 09:10, 03:00 «Черный список» 16+

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА

06:40, 04:00 X/ф «После дождика, в четверг...» 6+

ММП телеканал МИР

05:00, 06:15, 04:25 Мультфильмы 6+

НТВ

07:00, 06:25 «Однажды в России. Спешджейст» 16+

МУЗ МУЗ

05:00, 03:00 Золотая лихорадка 16+

КРЫМ

06:00 Мультфильмы 6+

24 КРЫМ

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

МИЛЛЕТ

01:10 «Народы Крыма» 12+

СЕВАСТОПОЛЬСКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ

5:55 Гимн России. Гимн Севастополя (0+)

ДОМ КИНО

06:50 М/с «Три кота» 6+

РОДНОЕ КИНО

01:10 X/ф «За все заплачено» 12+

КИНОСВИДАНИЕ

00:00 X/ф «Толстяк на ринге» 12+

Ю

05:00 М/с «Маша и медведь» 0+

ЧЕ

06:00, 05:40 Т/с «Возвращение Мухтара 2» 12+

XX

10:00, 18:00, 02:00 X/ф «Армарка тещелавия» 18+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ

06:10 «Доброе утро. Суббота» 0+

ПЛАНЕТА RTR

06:00 «Утро России. Суббота»

НТВ МИР

06:25, 05:05 Т/с «Лицы разбитых фонарей 1» 16+

TVCI

07:00 X/ф «Алиса против праввил» 12+

САРАФАН

06:10 «Мастер смеха» 12+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ

КАБЕЛЬНОЕ ТВ

ПЕРВЫЙ канал
05:10, 06:10 X/ф «Простая история» 12+
06:00, 10:00, 12:00 Новости
06:55 «Играй, гармонь любимая!» 12+

РОССИЯ 24
06:30 М/ф «Храбрый олененок», «Скоро будет дождь»
07:20 X/ф «Три толстяка»
08:45 Тайны старого чердака. «Пейзаж»

ТВУ
06:05 X/ф «Трембита» 6+
07:35 X/ф «Таёжный детектив. Тайна чёрного болота» 12+

ТВ 3
06:00, 06:05, 09:30, 01:30 «Дом исполнения желаний» 16+
06:30 Мультфильмы 0+
09:00 «Новый день» 12+

КРЫМ
06:00 Мультфильмы 6+
07:50 «И в шутку, и всерьёз» 6+
08:00 Д/ф «Угрозы современному миру» 12+

ДОМ КИНО
07:00 М/с «Три кота» 6+
07:35 М/ф «Три богатыря и морской царь» 6+

ВСЕМИРНАЯ СЕТЬ
05:35, 06:10 X/ф «Простая история» 12+
06:00, 10:00, 12:00 Новости
07:15 «Играй, гармонь любимая!» 12+

РОССИЯ 1
05:30, 02:30 X/ф «Осторожно! Вход разрешён» 12+
07:15 «Устами младенца»
08:00 Местное время. Воскресенье

РОССИЯ 24
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+

ПЯТНИЦА!
05:00 «Чёрный список» 16+
06:10 «Пятница news» 16+
06:30 М/ф «Артур и минипуты» 0+

ЗВЕЗДА
05:50 Т/с «След Пираний» 16+
09:00 «Новости недели» 16+
09:25 «Служу России» 12+

24 КРЫМ
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+

РОДНОЕ КИНО
00:15 X/ф «Вооружен и очень опасен» 0+
02:05 X/ф «Господин оформитель» 12+

PLANETA RTR
05:25, 04:10 X/ф «Добровольцы»
07:05 «Диалоги о животных. Московский зоопарк»
07:45 «Устами младенца»

МАТЧ!
06:00 Смешанные единоборства. INVICTA FC. Катарина Лейнер против Калиты Бернардо 16+

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

СПАС ТЕЛЕВИДИЯ
05:00, 00:10 «День Патриарха» 0+
05:10 «Молитвослов» 0+

МИЛЛЕТ
01:30 Д/ф «Заповедники РФ» 12+
02:00 Д/ф «Охотничьи собаки» 12+

МИЛЛЕТ
01:30 Д/ф «Заповедники РФ» 12+
02:00 Д/ф «Охотничьи собаки» 12+

Ю
05:05 М/с «Маша и медведь» 0+
09:10 «Чудо из ада» 12+

ТВ МИР
06:40 «Центральное телевидение» 16+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «У нас выигрывают!» 12+

ТВ
05:05 Т/с «Инспектор Кулер» 16+
06:40 «Центральное телевидение» 16+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00, 14:05 «Большая страна» 12+
06:50, 17:00 Д/ф «Неслыханное кощунство! Дегенеративное искусство» 16+

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

ТАН
07:00, 06:45 «Однажды в России. Спецдайджест» 16+
07:20 X/ф «Космический джем» 12+

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

ЧЕ
06:00 Т/с «Возвращение Мухомора» 2+
09:00 Т/с «Солдаты 9» 12+

TVCI
07:00 X/ф «Алиса против правды 2» 12+
11:10 «Здоровый смысл» 16+

5 ПЯТЫЙ канал
05:00 Т/с «Свои» 16+
06:45 X/ф «Возвращение» 16+

ОТР ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ
06:00, 14:05 «Большая страна» 12+
06:50, 17:00 Д/ф «Неслыханное кощунство! Дегенеративное искусство» 16+

ДОМАШНИЙ ВСЕГДА ДЛЯ ЖЕНЩИН
06:30 «6 кадров» 16+
07:00 X/ф «Юрочка» 12+

МУЗ
05:00, 03:00 Караокинг 16+
07:30, 23:00, 00:00, 02:00 Муз'итив 18+

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

XXI
10:00, 18:00, 02:00 X/ф «Ярмарка тщеславия» 18+

САРАФАН
06:50, 23:15 «Чумовая скрытая камера» 12+

КРЫМСКАЯ АФИША

ТЕАТРЫ

Симферополь

Государственный академический музыкальный театр Республики Крым

«Американская комедия, или Не пришить ли старушку?!» 12+
13 ноября, 18:00

«Американская комедия...» – пьеса известного американского драматурга Джона Патрика, которая более 30 лет с успехом идёт во многих театрах мира. Её отличают острая актуальность, занимательная фабула, стремительно развивающийся сюжет, яркие характеры и переплетение драматических, комедийных и лирических сцен. Но главное – впечатляющий образ героини Памелы Кронки, познавшей лучшие проявления жизни, потом всё утратившей, но сумевшей достойно держать удары судьбы. Именно она поможет новым знакомым – мошенникам Бреду, Солу и Глории – задуматься над своими поступками и попробовать изменить жизнь. Музыка Марка Самойлова дала пьесе новую жизнь. И теперь «Американская комедия» идёт в театре как джаз-комедия, в которой участвуют также и артисты балета. Они хореографическими средствами выразительности раскрывают внутренний мир и состояние души персонажей во время исполнения ими вокальных номеров.



Сцена из спектакля «Американская комедия, или Не пришить ли старушку?!». Фото: muzteatr.net

ДОСТОЙНО ДЕРЖАТЬ УДАРЫ

Куда пойти и что посмотреть
с 11 по 17 ноября

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

Крымский академический русский драматический театр имени М. Горького
«Афинские вечера» 16+
12 ноября, 18:00

Пьеса, принадлежащая перу известного российского драматурга Петра Гладилина, построена на диссонансах: герои не слышат друг друга, но у каждого из них своя правда. В «Афинских

вечерах» переплелись философия и комедийность, грусть и даже немного мистики. Обычная семья – жена, муж, дочь – живёт своей размеренной жизнью, и вдруг к ним приезжает на несколько дней бабушка. В ре-

зультате всё меняется в жизни героев. Анна Павловна Ростопчина – так зовут бабушку – необыкновенная женщина с потрясающей биографией. Она прожила долгую жизнь, полную трагедий и утрат. Но при этом

сохранила светлый взгляд на мир. Именно ей суждено стать самым близким человеком для внучки. Мудрая Анна Павловна на исходе жизни передаёт своей Наталье непреходящие духовные ценности.

КОНЦЕРТЫ



Севастополь

Севастопольский центр культуры и искусств
Концерт «Шедевры мировой музыки» 12+
13 ноября, 17:00

Академический симфонический оркестр Крымской государственной филармонии с радостью приглашает всех любителей и ценителей симфонической музыки насладиться звучанием мировых шедевров. Организаторы протянут мост между музыкой последнего венского классика Людвиг

ван Бетховена и советской музыкальной школой. Приглашают вас погрузиться в атмосферу первого авторского концерта Бетховена, ставшего событием не только для композитора, но и для музыкальной жизни Австрии. И хотя имя тридцатилетнего композитора уже было на слуху, всё же премьера его первой симфонии на рубеже веков заставила критиков и зрителей спорить, восхищаться, размышлять, став тоже своеобразным рубежом, но уже в музыке.

Второе отделение концерта станет синтезом литературы и музыки – прозвучит музыка Георгия Свиридова к повести А. С. Пушкина «Метель». Отразил ли композитор художественный образ, заложенный Пушкиным, или сумел по-новому взглянуть на эту историю? Ответить на этот вопрос вы сможете для себя сами, побывав на концерте.

УЖЕ В КИНО



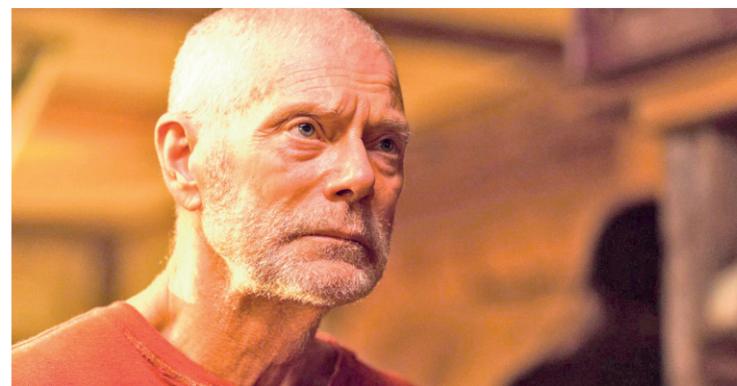
Кадр из фильма

«ПО-МУЖСКИ», драма 16+

35-летний Глеб – образец успешного мужчины: красавица жена, собственный бизнес, новый загородный дом-мечта. Однако после того, как он не находит в себе смелости разобраться по-мужски с пьяным соседом, ударившим жену, его идеальная жизнь круто меняется.

«НЕ ДЫШИ: НАЧАЛО», триллер 16+

Слепой старик не всегда был таким: однажды на пороге его дома в лесной глуши оказывается вызывающий подозрение незнакомец. Так начинается противостояние, которое приведёт к непредсказуемым и кошмарным последствиям.



Кадр из фильма

ВАШЕ ПРАВО

ЗАРПЛАТА СОЛДАТА

На днях президентом России даны указания о минимальном размере денежного довольствия для мобилизованных граждан. Когда и сколько они будут получать, как им посчитают подоходный налог и могут ли деньги приходиться родственникам, расскажем.

ПО ЗВАНИЮ И ВЫСЛУГЕ

Призванному в рамках частичной мобилизации военнослужащему будут начислять от 195 тысяч рублей в месяц. Это минимальная сумма, на которую он сможет рассчитывать с момента зачисления в списки личного состава воинской части вне зависимости от места её нахождения, включая период подготовки и обучения.

Состоит минимальная сумма из ежемесячной социальной выплаты и денежного довольствия. Довольствие военнослужащего зависит от оклада по воинской должности, которую он занимает, а также оклада по воинскому званию и выслуги лет.

Например, рядовому, который будет занимать должность мотострелка, минимально начислят 195 тысяч рублей.

В том случае, если у военнослужащего звание выше рядового (сержант, прапорщик или офицер), а также руководящая должность (командир отделения, взвода или роты), соответственно, он получит больше.

Например, командир взвода получит около 225 тысяч рублей, а командир батальона – около 243 тысяч рублей.

ПО КАЛЕНДАРЮ

Все денежные средства, положенные военнослужащим, призванным в рамках частичной мобилизации, перечисляются на банковскую карту. Деньги приходят каждый месяц с 10 по 20 число. Но необходимо учитывать, что начисления считаются за предыдущий месяц несения службы.

Например, если военнослужащий проходил службу с 1 по 31 октября, то своё денежное довольствие он сможет получить с 10 по 20 ноября.

Ещё один момент. Несмотря на то что минимальная сумма денежного довольствия определена (напомним, она составляет 195 тысяч рублей), получить её можно только за полноценный месяц службы.

Например, военнослужащий прослужил в октябре не 31 день, а 14. Он получит меньше минимальной суммы денежного довольствия. Считать ему будут

НАДО ЗНАТЬ!

Жители России могут узнать информацию о частичной мобилизации на горячей линии по номеру 122.

пропорционально прослуженному сроку, то есть за 14 дней.

ЧТО ХОЧЕШЬ: В БАНК ИЛИ К НОТАРИУСУ?

Сегодня многие попавшие под мобилизацию военнослужащие находятся далеко от своих семей, которые им необходимо обеспечивать. Снимать деньги с банковской карты им часто не с руки. Чтобы упростить жизнь мобилизованным, их родным и близким, по желанию бойца его семья может получать за него денежное довольствие. Достаточно оформить доверенность.

Кроме того, можно обратиться в банк за дополнительной картой и привязать её к расчётному счёту военнослужащего. Напомним, денежное довольствие зачисляется на расчётный счёт военнослужащего, который он лично предоставил. Дополнительную карту, как и в случае с доверенностью, боец оформляет сам, по своему желанию.

НЕПРИКАСАЕМЫЙ РАЗМЕР

Денежное довольствие мобилизованного, как и любого сотрудника на гражданке, облагается подоходным налогом. Но и здесь есть свои существенные различия. Заключаются они в том, что установленная президентом России социальная выплата подоходным налогом не облагается. А составляет она 158 тысяч рублей.

Например, военнослужащему (призванному в рамках частичной мобилиза-

ции в звании рядового на должность мотострелка) при выплате довольствия в размере 195 тысяч рублей 158 тысяч не будут облагаться налогом. Оставшуюся выплату в 37 тысяч рублей посчитают с вычетов 13% подоходного налога.

ДЕНЬГИ ПО КОНТРАКТУ

Предусмотрена для мобилизованных и единовременная выплата.

Как определено Указом Президента РФ, единовременная денежная выплата в размере 195 тысяч рублей начисляется с 21 сентября 2022 года всем военнослужащим, которые:

- проходят срочную службу и заключили контракт сроком на год и более,
- призваны в рамках мобилизации и также заключили контракт на прохождение военной службы на год и более.

Деньги выплачиваются после заключения контракта, а далее бойцы получают денежное довольствие с соответствующими надбавками в зависимости от выполняемых задач.

Дополнительные выплаты к денежному довольствию мобилизованных могут быть установлены как:

- ежемесячная надбавка за особые условия военной службы,
- ежемесячная надбавка за особые достижения.

ОТ КРЫМА И СЕВАСТОПОЛЯ

Также напомним о том, что в российских субъектах власти сами предусматривают дополнительные выплаты и преференции для мобилизованных и членов их семей.

Так, по поручению главы Крыма Сергея Аксёнова каждому мобилизованному крымчанину единовременно выплачивается 200 тысяч рублей. Это дополнительная финансовая помощь для наших воинов и их семей.

Руководство Никитского ботанического сада выделило дополнительную помощь для своих мобилизованных сотрудников – по 50 тысяч рублей.

На этой неделе на заседании правительства Севастополя принято постановление о выделении дополнительных

средств на обеспечение выплат по 200 тысяч рублей мобилизованным севастопольцам и добровольцам.

А КАК В ДРУГИХ РЕГИОНАХ?

По аналогии с Крымом, единовременную помощь в размере 200 тысяч рублей выплачивают семьям мобилизованных в Якутии.

Мобилизованные новгородцы получают единовременные выплаты в 100 тысяч. Столько же в Новосибирской и Омской областях, в Пермском крае.

В Магаданской области ввели единовременную выплату мобилизованным, контрактникам и добровольцам, участвующим в СВО, в размере 150 тысяч рублей. Столько же выплачивают в Приморье, Ростовской области.

Семьи жителей Сахалинской области получают по 300 тысяч рублей. Жители Санкт-Петербурга, мобилизованные по повесткам, получают от города единовременные выплаты в размере 100 тысяч рублей, а вот добровольцы – по 300 тысяч рублей.

В общем, фактически каждый регион России предусмотрел для своих мобилизованных материальную и другую необходимую помощь.

КОМПЕТЕНТНО

Представитель финансового блока Минобороны России Сергей Микищенко:

«Хочу обратить ваше внимание, что к настоящему времени все документы для начисления денежного довольствия военнослужащих подготовлены, выплаты сформированы. В текущем месяце денежное содержание начали выплачивать досрочно, уже с 8 ноября».

Ирина ГУЛИВАТАЯ.



СПРОСИТЕ У ДОКТОРА

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ
ФАКТОР РИСКА

«Модификация образа жизни» не пустые слова, а глобальный подход к лечению и профилактике множества заболеваний, для которых избыточная масса тела является дополнительным фактором риска. Хотите убедиться, что это так?

Из-за совокупности стрессовых факторов падающая все последние годы смертность от болезней сердца и системы кровообращения в прошлом году выросла на 12%, от сахарного диабета – на 26%, от болезней нервной системы – на 20,9%. По данным Всемирной организации здравоохранения, с 1975 года количество людей, страдающих избыточным весом и ожирением, выросло более чем в три раза. Так, в 2016 году более 1,9 млрд взрослых имели избыточный вес, а свыше 650 млн из них страдали ожирением. Более того, около 41 млн детей в возрасте до пяти лет имели избыточный вес или ожирение.

По сути, это основные и наиболее грозные заболевания, тяжесть которых прямо коррелирует с цифрой на весах пациента. В разрезе больных с эндокринной патологией наши рекомендации весьма линейны – золотая середина. Дефицит массы тела для нас, эндокринологов, свидетельствует о декомпенсации сахарного диабета или же тиреотоксикоза. Избыточную массу тела, в свою очередь, показателем компенсации тоже не назовёшь, и вот почему.

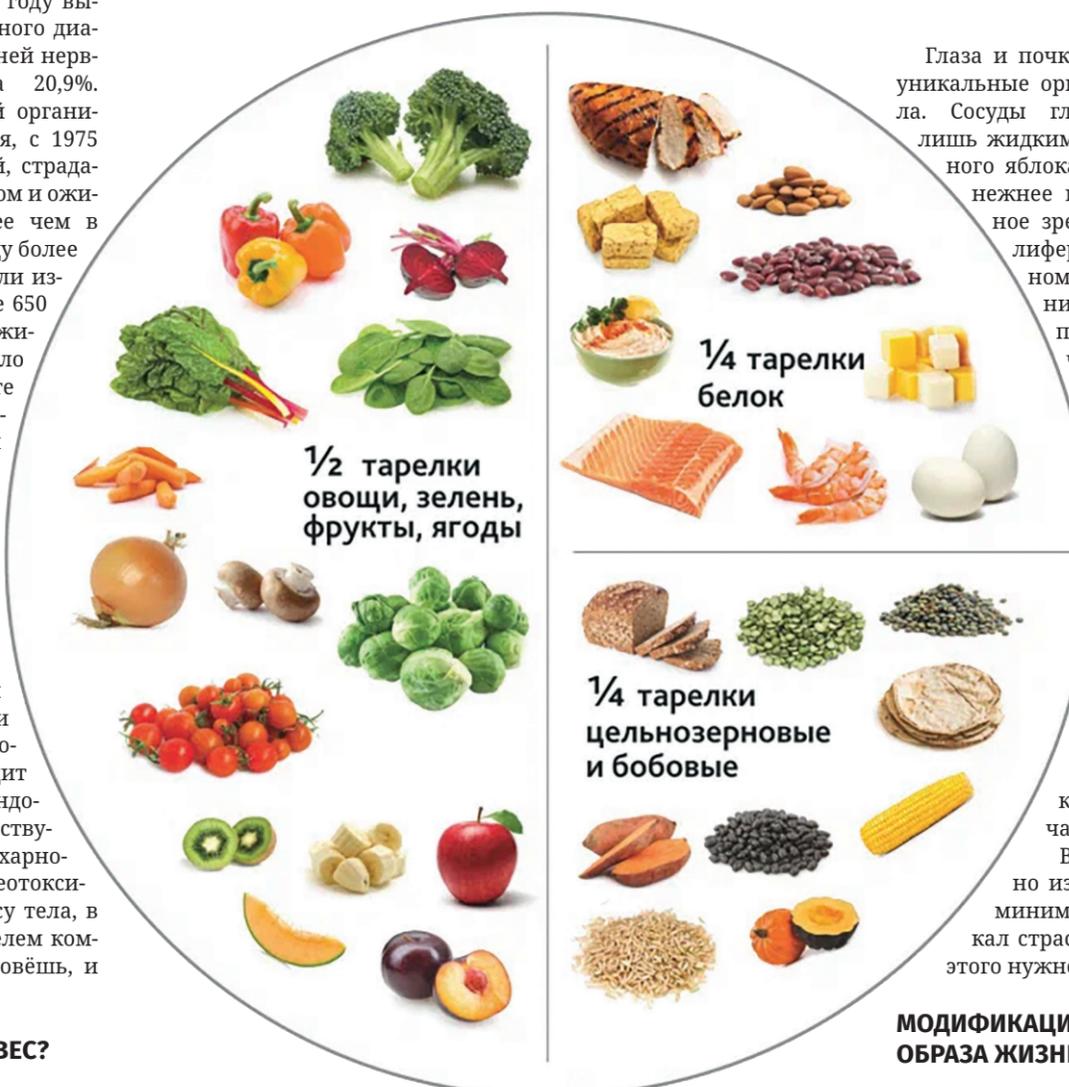
ЧЕМ ПЛОХ ЛИШНИЙ ВЕС?

Наше сердце как насос и сосуды как магистрали снабжения рассчитаны на обеспечение кровью определённого объёма нашего тела. Каждый лишний килограмм крадёт питательные вещества у органов, без которых жизни нет. Как показано в исследовании Intersalt, на каждые 4,5 кг прибавки веса систолическое артериальное давление увеличивается на 4,5 мм рт. ст. В сумме своей высокое артериальное давление и тенденция к повышению уровня холестерина в крови запускают процесс повреждения эндотелия сосудов, а значит, и патогенетический континуум «грозной пары»: артериальной гипертензии и атеросклероза.

Напомним, наши пациенты, допустим, с сахарным диабетом 2-го типа, подвержены влиянию ещё двух патологических состояний: инсулинорезистентности и хро-

КАК НАЙТИ
ЗОЛОТУЮ СЕРЕДИНУ

Все определения здоровья, здорового образа жизни, раскладывание их на составляющие давно уже набили оскомину. Однако даже при проблеме избыточной массы тела каждый в состоянии в меру сил и возможностей помочь себе. И сделать это без помощи докторов. Как? «Крымская газета» узнавала у специалиста.



Глаза и почки – совершенно уникальные органы нашего тела. Сосуды глаза защищены лишь жидкими средами глазного яблока, а глазное дно нежнее шёлка. Потерянное зрение ввиду пролиферации на глазном дне не вернуть ничем. А сосуды почек мало того что тонки и хрупки и без вмешательства, так ещё и, выполняя фильтрационную функцию, невольно восприимчивы ко всему хорошему и плохому, что есть в организме.

Но закончим с триллером о континууме печальных событий. Всего этого можно избежать или как минимум снизить накал страстей. Что же для этого нужно?

МОДИФИКАЦИЯ
ОБРАЗА ЖИЗНИ

Не просто сказать всем друзьям и врачам, что всё у вас хорошо, а на самом деле изменить свою жизнь, обратив её лицом к долголетию.

1. Рациональная физическая нагрузка. К ней относится главным образом бытовая нагрузка. Не лежать на печи, а заниматься своими делами, гулять, покорять вершины большие и маленькие – неважно, в пределах городского парка или на плато Чатырдага.

2. Рациональное питание. Для больных сахарным диабетом мы рассказываем о системе хлебных единиц, учим вести их подсчёт и на основе этого оценивать и регулировать своё питание.

Общей же рекомендацией будет придерживаться правила тарелки:

1/2 тарелки – фрукты, овощи, зелень, клетчатка,

1/4 – белок (отбивная, кусочек рыбы или мяса, запечённые в духовке с душистыми травами),

1/4 – гарнир или бутерброд вприкуску.

Отдавать предпочтение запечённому, а не жареному, но не ставить себе строгих рамок и иногда баловать себя. Экспериментировать с сочетаниями овощей и вкусных заправок салатов, добавлять сладкое к приёму пищи, если трудно от него отказаться. Главное – соблюсти баланс.

3. Избавление от пагубных привычек. Алкоголь калориен сам по себе, его приём может сопровождаться перееданием, но главное – ведёт к резким перепадам уровня гликемии. Сначала подъём, а затем резкое снижение уровня глюкозы крови.

Все разговоры о пользе употребления алкоголя в небольших количествах относятся к относительно здоровым людям, а в случае больных с эндокринной патологией соотношение риска и пользы точно не на стороне употребления.

Курение лишь усугубляет течение патогенетического континуума артериальной гипертензии и атеросклероза. Никотин будет лишь дополнительным вазоконстриктором (вещество, вызывающее вазоконстрикцию, сужение кровеносных сосудов и уменьшение кровотока в них. – Ред.), и наши сосуды продолжают страдать. Это помимо поражения дыхательной системы, конечно.

ПОМНИТЕ: если не вы, значит, никто! Никто не сдвинет вас с кресла и не поведёт гулять с внуками и детьми, никто не заставит попробовать новый вкусный салат, никто не даст волшебную таблетку, которая «вас похудеет», сделает сильным и здоровым.

Ирина РЕПИНСКАЯ,
врач-эндокринолог,
главный внештатный
эндокринолог
Минздрава
Крыма.



ЦИТАТА

Худший из недугов – быть привязанным к своим недугам.
Луций Анней Сенека.

нической гипергликемии. Они вместе ведут к сужению периферических сосудов, воспалению эндотелия сосудов и тромбозу.

Теперь вспомним об органах-мишенях: сердце, сосуды, головной мозг, почки, глаза. Не удивительно, но факт: эти же органы-мишени мы обсуждаем, говоря о сахарном диабете.

Избыточная работа сердца, которая вызвана избыточной массой тела и возросшей нагрузкой на организм, может в итоге привести сначала к сердечной недостаточности (одышка при нагрузке, отёки), а затем к инфаркту миокарда.

Повреждение сосудов приводит к их хрупкости, а стало быть, уязвимости перед лицом внезапных подъёмов и так возросшего артериального давления, а значит, высок риск кровоизлияния в головной мозг или же ишемии, то есть внезапной закупорки сосуда, питающего мозг.

Такие же сосуды в наших ногах страдают не меньше. В перспективе из-за нарушения кровоснабжения будут онемение, покалывание, боли, судороги в нижних конечностях.

Соблюдайте меры профилактики:

Будьте
здоровы!

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА



мойте
руки



рекомендуем
носить
маски



соблюдайте
дистанцию

Берегите
друг
друга!

ТЕРРИТОРИЯ ПРОФИ

ИСТОРИЯ ЖИЗНИ
В СКЕЛЕТЕ

– Как вы заинтересовались антропологией? Что исследуете сейчас?

– По книге «Происхождение человека» Михаила Нестурха я научился читать. Но картинками в ней я заинтересовался где-то в четыре года. В более сознательном возрасте сформировавшийся интерес к биологии и археологии заставил задуматься об объединяющем их роде занятия для меня – антропологии. Основная тема моих исследований – население Крыма на разных этапах его исторического бытия. Самая значительная опубликованная работа посвящена изучению населения античного Херсонеса Таврического – византийского Херсона. За две тысячи лет существования городка там нашлось много интересного в антропологическом плане. Сейчас акценты в моей деятельности сместились в восточный Крым в рамках научной темы «Формирование антропологического состава населения Крымского ханства».

– Расскажите о последних интересных и ярких открытиях в антропологии?

– Последние годы отечественные антропологи продолжают увлечённо разбирать Денисовскую пещеру и складывать картину древнего общежития, где попеременно прописывались денисовцы и неандертальцы.

Китайские коллеги привели в порядок старые коллекции и атрибутировали пару черепов денисовцев, причём шикарной сохранности.

Прелюбопытная находка из Израиля: из карстового провала Нешер Рамла извлекли крупный фрагмент черепа и нижней челюсти весьма архаичного субъекта возраста около 125 тысяч лет. Теоретически ожидали вариацию на тему Гейдельбергского человека (отдельный вид), но это кто-то более архаичного вида. Интересно наблюдать за этим исследованием. На скале Тибетского плато, состоявшей из некоего мягкого туфа-травертина (отложения тёплого источника), нашлись преднамеренно оставленные отпечатки детских ладошек и ножек возрастом под 200 тысяч лет. Исследователи дискутируют: то ли акт творчества детей-денисовцев, то ли они нашкодили.

Если о себе: в Питере я обнаружил спустя 75 лет после раскопок наиболее раннюю антропологическую серию начального этапа существования Херсонеса. А также опубликовал из раскопок городища Беляус череп позднескифского периода (рубеж нашей эры), принадлежавший даме зрелых лет, со следами древнего хирургического вмешательства – трепанации черепа. Причём операция выполнена на высоком профессиональном уровне. Пациентка продолжила жить, а последствия хирургии зажили без фиксируемых последствий.

– Появились ли новые методы исследования останков?



ВЫЖИВАЕТ... УМНЕЙШИЙ?

О последних ярких открытиях в антропологии в рамках рубрики, где задаются наивные вопросы профессионалам своего дела, «Крымская газета» узнала у кандидата исторических наук, старшего научного сотрудника Института археологии Крыма РАН, специалиста в области физической антропологии Алексея Иванова.

“ А КТО СКАЗАЛ, ЧТО ЭВОЛЮЦИЯ НЕПРЕМЕННО ПРИВОДИТ К СВЕРХРАЗВИТИЮ? ЕСТЬ ОРГАНИЗМЫ, КОТОРЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ВПОЛНЕ СЕБЕ ЭВОЛЮЦИОННЫХ ПРЕОБРАЗОВАНИЙ ВЕСЬМА ФИЗИЧЕСКИ УПРОСТИЛИСЬ, ЭТО НАПРАВЛЕНИЕ ЭВОЛЮЦИИ НАЗЫВАЕТСЯ ДЕГЕНЕРАЦИЕЙ”

– Последняя Нобелевская премия присуждена шведскому антропологу Сванте Паабо. Он награждён за разработку методов исследования эволюции человека, основанных на реконструкции геномов ископаемых гоминид (это высокообразованное семейство приматов, включающее в себя современного человека и его древних предков. – Ред.) и современных человеческих популяций.

ЕСЛИ ПРОПАЛА ГОЛОВА

– Что поспособствовало выживанию гомо сапиенс: агрессивность или взаимовыручка и дружелюбие?

– Взаимовыручка и дружелюбие прекрасно сочетались с агрессивностью, иерархией и умением взаимодействовать в коллективе. Братья-павианы ходят строем.

– Каким будет человек отдалённого будущего? Он эволюционирует в сверхчеловека?

– А кто сказал, что эволюция непременно приводит к сверхразвитию? Есть организмы, которые в результате вполне себе эволюционных преобразований весьма физически упростились, это направление эволюции на-

зывается дегенерацией. Например, у двусторчатых моллюсков по причине пассивного питания пропала... голова. Любые знания могут быть использованы отнюдь не только во благо человечества. Социогенез человека современного физического облика позволил ему стать счастливым обладателем продуктов своей трудовой деятельности, способных помочь быстрее и лучше адаптироваться к воздействиям внешней среды, нежели физическая трансформация собственного организма. Впрочем, если для меня успеют вырастить новую печень, отказываться не стану.

– Каково сегодня практическое применение антропологии?

– Практические моменты следует искать на пограничье с медициной и психологией – в возрастной биологии человека, исследовании закономерностей его роста и развития. А совсем уж практическое – в промышленном конструировании. Стандартизация размеров одежды и обуви при их массовом выпуске – плод трудов отечественных антропологов.

Диана МАСЛОВА.



АЛЕКСЕЙ ИВАНОВ:

- специалист-антрополог,
- сотрудник ИАКР РАН,
- автор научных публикаций, монографий и научно-популярных изданий.

ЕЩЁ НЕ МИКЛУХО-МАКЛАЙ

– Сколько может зарабатывать специалист?

– Чудес не бывает. РАН не Газпром. Жалование чуть выше среднего по губернии.

– Каков карьерный рост для представителей вашей профессии?

– Не ограничен, соответствует трудолюбию. Антрополог может стать преподавателем (и повыситься до доцента кафедры) либо научным исследователем.

– Какие плюсы и минусы отмечаете в профессии?

– Только плюсы: заниматься тем, чем ты хочешь, – уже привилегия, доступная лишь меньшинству.

– Кто вас вдохновляет?

– Любящая супруга и милые подружки. Крымский пейзаж и гуляющие по городу коты.

НА ЗАЩИТЕ

13 ноября в Вооружённых Силах РФ отмечается памятная дата – День войск радиационной, химической и биологической защиты (РХБЗ), установленный Указом Президента РФ № 549 от 31 мая 2006 года. Накануне этой даты мы встретились с командиром отдельного полка РХБЗ Черноморского флота полковником Василием Бондаренко. Речь шла о задачах, которые стоят перед этими важными войсками.

ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ВОЙСК

22 апреля 1915 года в 17 часов со стороны немецких позиций севернее бельгийского города Ипра на фронте появился серозелёный туман, накрывший через несколько минут опорные пункты французских войск. Всего в течение пяти минут немцы выпустили из баллонов примерно 180 тонн хлора. Эффект был ошеломительным – в результате газовой атаки поражено 15 тысяч человек, из которых пять тысяч погибли в следующие двое суток. Именно это нападение принято считать началом химической войны XX века.

Если же говорить об официальной дате образования войск, то приказом Реввоенсовета республики № 220 от 13 ноября 1918 года была создана химическая служба Рабоче-крестьянской Красной армии (РККА).

ОТ ЗАДАЧИ К ЗАДАЧЕ

Вскоре после Крымской весны, 1 июня 2014 года, на базе роты РХБЗ был сформирован отдельный полк радиационной, химической и биологической защиты ЧФ.

– Перед личным составом стоит много задач различного характера, – говорит Василий Бондаренко, – важнейшие из них на сегодня – участие в специальной военной операции, продолжение борьбы с ковидом. Мне было приятно возглавить команду хорошо подготовленных специалистов. Мой предшественник полковник Видяскин оставил хорошее наследство. В полку немало военнослужащих с богатым опытом выполнения задач по предназначению. Если говорить о недавнем прошлом, то серьёзной проверкой выучки стало выполнение задач в ходе стратегического командно-штабного учения «Кавказ-2020», полк принял в нём непосредственное

Маскировка техники.



ВСЕГДА ВО ВСЕОРУЖИИ

Участие в СВО, оборона Крымского моста, контроль за обстановкой на Запорожской АЭС, неослабная борьба с ковидом – такой комплекс задач решает химполк Черноморского флота.

участие. Мы действовали на полигоне «Опук», там отработали вопросы ведения РХБ-разведки и ликвидации очагов условного радиационного заражения на незнакомой местности. Особое внимание было уделено выполнению упражнений по аэрозольной маскировке войск и объектов. Этот опыт был в полной мере востребован в ходе специальной военной операции, в которой мы участвуем с самого её начала. И тактическая группа, возглавляемая командиром роты аэрозольного противодействия старшим лейтенантом Василием С., справилась с поставленными задачами.

В связи с распространением новой коронавирусной инфекции страны мира задействуют существенное количество различной техники для сокращения масштабов пандемии. Это в полной мере касается и Воору-

жённых Сил РФ, включая полк ЧФ.

– Наши специалисты оказывают существенную помощь в борьбе с инфекцией и стоят на страже жизни и здоровья населения, проживающего на территории Республики Крым и города Севастополя, – продолжает собеседник. – Они уже не первый год занимаются дезинфекцией улиц, социальных объектов и многих оборонно-промышленных предприятий, пунктов призыва на военную службу и военно-учебных заведений Республики Крым и Севастополя.

КОНТРОЛЬ ЗА РАДИАЦИЕЙ

В зоне постоянного внимания полка находится Крымский мост, точнее, его важные элементы. Они должны быть защищены от возможных ракетных ударов. Не первый месяц там действует так-

“ В СВЯЗИ С РАСПРОСТРАНЕНИЕМ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ СТРАНЫ МИРА ЗАДЕЙСТВУЮТ СУЩЕСТВЕННОЕ КОЛИЧЕСТВО РАЗЛИЧНОЙ ТЕХНИКИ ДЛЯ СОКРАЩЕНИЯ МАСШТАБОВ ПАНДЕМИИ. ЭТО В ПОЛНОЙ МЕРЕ КАСАЕТСЯ И ВООРУЖЁННЫХ СИЛ РФ, ВКЛЮЧАЯ ПОЛК ЧФ

тическая группа (ТГ) под командованием подполковника К., осуществляя аэрозольную маскировку, когда это необходимо. В составе этой ТГ отмечена умелая работа контрактников старшины Валерия П. и старшего сержанта Сергея Т.

На одном из недавних брифингов начальник войск РХБ-защиты ВС РФ генерал-лейтенант Игорь Кириллов говорил о серьёзных угрозах радиационной безопасности, планировании киевским режимом провокации, связанной с подрывом так называемой грязной бомбы или маломощного ядерного боеприпаса. Тревожная обстановка сложилась с попытками захвата ВСУ Запорожской АЭС и вследствие новых ударов по Энергодару. Вооружённые силы Украины выпустили 15 крупнокалиберных снарядов по Запорожской атомной электростанции, сообщили в Минобороны России. При этом

подчёркивается, что Киев продолжает провокации с целью создания угрозы техногенной катастрофы на Запорожской АЭС.

Как стало известно, атаки противника были отбиты нашими войсками. Соответствующие структуры и прежде всего войска РХБ-защиты ВС РФ внимательно следят за этим объектом поистине стратегического значения и делают всё необходимое для контроля за обстановкой. Там находится группа специалистов, возглавляемая начальником службы РХБЗ Черноморского флота капитаном 1-го ранга Иваном Н. В неё входят и специалисты полка. В частности, капитан медицинской службы Александр Б. Они осуществляют контроль за радиационной безопасностью.

ОПЫТ ДЛЯ
МОБИЛИЗОВАННЫХ

Основными подразделениями полка являются батальон радиационной, химической и биологической защиты, а также батальон аэрозольного противодействия. Их возглавляют старшие офицеры, подполковники, имеющие большой опыт службы. Также в состав полка входят отдельные взводы обеспечения, осуществляющие обслуживание и ремонт техники, поддержание повседневной жизнедеятельности подразделений.

Большим опытом обладает заместитель командира полка подполковник Сергей Степанов, выпускник Саратовского высшего военного инженерного училища химической защиты. Он прошёл должность командира батальона. Сегодня занимается, помимо прочего, подготовкой мобилизованных военнослужащих.

Многие военнослужащие полка были награждены за выполнение специальных задач и мероприятий по борьбе с коронавирусной инфекцией государственными наградами. Сейчас к ним добавились те, кто награждён за участие в СВО. В их числе майор Андрей К., капитан Денис К., старший лейтенант Василий С.

Владимир ПАСЯКИН. Фото автора.

Дезинфекция – борьба с ковидом.



КРЫМ ОНЛАЙН

ДАЖЕ ВОДА ЕСТЬ

Яна Лукашенко, Краснодар:

– Черемисовские водопады – это серия каскадов. Они находятся недалеко от села Черемисовка Белогорского района – это и послужило им названием. Первый водопад оказался без воды, обошли его по горе и спустились в каньон. А второй симпатичный, даже немного водичка бежит. Он оборудован металлическим тросом, поэтому удобно проходить.



В ГАРМОНИИ

Евгений Кошцев, Севастополь:

– Путешествуя по живописным местам Крыма, ещё больше осознаёшь уникальность нашего полуострова. Возникают непередаваемые ощущения гармонии с природой, когда находишься в лесу, в горах или около моря.



НАВИГАТОР ПРИВЁЛ К СТРАЖУ

Евгения Ликаревич, Новороссийск:

– Эти фото случайны. Мы ехали совсем в другое место по навигатору, но, как бывает в таких случаях, всё пошло не по плану. У навигатора был свой план, и он привёл нас к обрыву на крымском побережье. Не пропадать же «фотоплёнке» в телефоне. Поэтому ради нескольких фотографий спустились по крутому склону вниз 10 минут. Приехав в номер, обратили внимание, что на фото как будто голова... Оказалось, что по случайности сделали фото рядом с достопримечательностью «Страж Джангуля» (мыс Тарханкут). История про то, что иногда хорошо, когда что-то идёт не по плану и случайность оказывается лучше нашего плана.



МАССА ВПЕЧАТЛЕНИЙ ОТ ПОХОДОВ

О чём писали туристы и крымчане на этой неделе

«Крымская газета» продолжает рубрику, в которой собирает интересные и популярные посты жителей и гостей полуострова в социальных сетях.

СМОТРИТЕ НАВЕРХ

Катя Мур, Ялта:

– Понравилось Ласточкино гнездо в облаках.



ПОЕЗДКА УДАЛАСЬ

Юлия Дашкевич, Феодосия:

– Один из моих самых больших заездов в Крыму – 92 км на велосипеде.



РАБОТАЛИ НЕ ПОКЛАДАЯ РУК

Виктория Орехова, Джанкой:

– Выражаем огромную благодарность сотрудникам МУП «Райбытсервис» за то, что своевременно отреагировали на сигнал о порыве труб в селе Победном, на улице Мелиораторов, дом 6. Экстренно приехали в праздничные дни искать и устранять причину. Ребята не один день без обеда, в холодной воде искали причину. Всё устранили, отремонтировали. Большое человеческое спасибо от жильцов за оперативную работу!



ДАЖЕ ПОСТАРШЕ БУДЕТ

Наталья Коршунова, Москва:

– Пещерный город Качи-Кальон очень понравился. Меня всегда привлекали подобные места! Удивительные! Гуляю, изучаю и никак не могу поверить, что данному городу несколько веков и он рукотворный! Фантастика, да и только.



Подготовил Андрей НОВОХАТЬКО.

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ



Написанная специально к выставке «Душа моряка» привлекает зрителей удивительным светом.



Анатолий Прилепский способен видеть мир восторженным взором ребёнка.

ИНЕЙ НА ЗЕЛЁНЫХ ЛИСТЬЯХ

НЕСБЫТОЧНОСТЬ МЕЧТЫ

И название выставки по своему сказочное. «Подсказал» поэт Николай Столицын, с которым художник сотрудничает уже почти 20 лет. Казалось бы, что может быть привычнее для наименования выставки работ столь блистательного иллюстратора сказок, как Прилепский? Мол, мы говорим Прилепский – подразумеваем сказка. Мы говорим сказка – подразумеваем Прилепский. Да, и в экспозицию вошли отдельные иллюстрации к незабвенным «Спящей красавице» и «Золушке». Правда они отнюдь не стали стержнем выставки, фонтанирующей темами, техниками, жанрами. Из более чем полсотни работ лишь пять живописные, из классического разряда «холст, масло». Большая часть – графика, которой славен автор, в чьих руках пастель становится волшебным материалом для воплощения чудес. И разве что в этом, широком плане вошедшие в экспозицию произведения можно считать сказочными. Как удивительные образцы художественного воплощения несбыточной мечты. Мечты, которой место только там, где она воплощена: на бумаге или холсте. И эта сказка, как блоковская весна, – без конца и без края. И как летовская вечная весна – в одиночной камере неуёмной страсти.

Полсотни работ за 28 лет – и вправду негусто. В то же время, если учитывать их жанровое, техническое и тематическое разнообразие, выходит, ещё какая плотная гуща неповторимого колоссального творческого опыта. В тонях этой «старой новой сказки» увязает восторженный взор благодарного зрителя. И здесь вспоминается известное ницшеанское выражение о бездне, которая, если ты смотришь

В Евпатории, в галерее актуального искусства theHarasho в Крымском государственном ТЮЗе имени Олега Пермякова открыта персональная выставка художника Анатолия Прилепского «Новая старая сказка». В экспозицию вошли чуть более полсотни работ, созданных автором с 1994 по 2022 год.

“ ПОЛСОТНИ РАБОТ ЗА 28 ЛЕТ – И ВПРАВДУ НЕГУСТО. В ТО ЖЕ ВРЕМЯ, ЕСЛИ УЧИТЫВАТЬ ИХ ЖАНРОВОЕ, ТЕХНИЧЕСКОЕ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ РАЗНООБРАЗИЕ, ВЫХОДИТ, ЕЩЁ КАКАЯ ПЛОТНАЯ ГУЩА НЕПОВТОРИМОГО КОЛОССАЛЬНОГО ТВОРЧЕСКОГО ОПЫТА

на неё, одновременно смотрит на тебя. С той лишь разницей, что в этом случае в роли бездны – мечта. Нет, не о сытой жизни и культивируемом повсюду его проклятом величье Успехе, за которые неизбежно придётся расплачиваться, причём истинно дорогим, незаменимым, настоящим. Мечта Прилепского об этом самом настоящем. Это и есть «жесточайшая ностальгия по настоящему», которую более сорока лет назад в устремлённом навстречу развитому социализму Советском Союзе воспевал неутомимый Андрей Вознесенский. Это и есть та подлинность, или существенность, мимолётных впечатлений, кото-

рую вместе со своими персонажами с поистине героическим упорством искал упрямый и гениальный Марсель Пруст. Это и есть хорошо забытая старая сказка, которой с перспективы полсотни прожитых лет видится сегодня художнику безмятежное детство. Пожалуй, его немеркнущим светом озарены глубины памяти творца, подобные водным глубинам на полотне «Душа моряка». Картина изображает рыбку напротив пробоины затонувшего корабля. Это существо и есть душа моряка, которая, в отличие от его давным-давно растворённого в водных глубинах тела, продолжает свой путь навстречу свету. И как здесь не вспомнить великого Бодлера в переводе не менее великой Марины Цветаевой:

*Но истые пловцы – те, что плывут без цели:
Плывущие – чтоб плыть!
Глотатели широт,
Что каждую зарю справляют новоселье
И даже в смертный час ещё твердят: вперёд!
На облако взгляни: вот облик их желаний!
Как отроку – любовь,
как рекруту – картечь,
Так край желанен им,
которому названья
Доселе не нашла ещё
людская речь.*

«МЫ ТЕРЯЕМ ЭТОГО ХУДОЖНИКА»

В конце 90-х, увидев на одной из коллективных выставок в Евпатории работу Прилепского «Баллада о грозе», замечательный живописец, впоследствии заслуженный художник Крыма Валентин Перевозчиков упрямил молодого автора продать ему ту.

– Даже грозился отдать за неё несколько пенсий, – слегка смущаясь, вспоминает с улыбкой Прилепский. – Он был в восторге от этого полотна. Но я настолько смутился, что отказал.

Перед тем как представить картину на открывшейся выставке, выполненную в 1994 году работу художник, по его словам, «немножко подкорректировал».

– Она была завершена незадолго до смерти моего отца, – вспоминает он. – А теперь, когда в этом году от нас ушёл Валентин Михайлович, я фактически посвящаю её светлой памяти этого великолепного художника.

Для известного советского и российского художника, члена Союза художников России Анатолия Тимошкина, который в галерее theHarasho передал младшему коллеге выставочную эстафету, экспозиция Прилепского стала открытием.

Заслуженный художник Крыма, художник Крымского государственного ТЮЗа Дмитрий Николаев – в некоторой степени соавтор Прилепского по представленной в стенах театра выставке. На правах давнего товарища (а художники знакомы с тех пор, как на заре 80-х учились в уже упомянутой Евпаторийской ДХШ) он помогал Прилепскому развешивать работы в хорошо знакомом пространстве галереи. Как и 12 лет назад, когда в её стенах открылась первая персональная выставка Анатолия Леонидовича.

– Толика мы очень любим именно за его тонкость, нежность в работах, за его очень тонкую организацию чувственности, – говорит Николаев. – Кто-то из художников ярче, кто-то напористее и брутальней, а художественный мир Толика – это аура очень тонкого чувствования цвета, ощущений, состояний. Внутренняя сказка, которой он живёт, своя. Она очень тонкая, звенящая, как иней на зелёных листьях. Он исчезнет, как только солнышко взойдёт. Мгновение этого инея и присутствует в работах Анатолия. Эта поэтичность очень чиста и импонирует зрителю, его за это и любят.

Алексей ВАКУЛЕНКО.
Фото автора.

СПРАВКА

Анатолий Прилепский родился в 1969 году в Евпатории, где живёт и творит по сей день. По окончании Минского художественного училища имени Глебова работал художником-оформителем в Евпаторийском городском театре имени Александра Пушкина, в Международном детском центре-комплексе «Золотой ключик» (ныне Крымский ТЮЗ), преподавал в Евпаторийской детской художественной школе. В 2008-м на традиционной Всеукраинской книжной ярмарке выпущенная киевским издательством «Казка» книга «Спящая красавица» с иллюстрациями Прилепского была номинирована на звание лучшей детской книги.

Акведук через реку
Чёрную в Севастополе.

фото автора

НЕСУТ НАМ ВОДУ СКВОЗЬ ВЕКА

Древнеримские акведуки в Италии и Лазаревский водовод в Севастополе разделяют 1800 лет, более 1600 км и два моря – Чёрное и Адриатическое.

Слово «акведук» происходит от латинских слов aqua – «вода» и ducere – «вести». В Древнем Риме акведуки были важнейшим элементом системы водоводов, которые доставляли живительную влагу в города из отдалённых источников. Там, где нужно было преодолеть овраг, ущелье или долину, возводили конструкцию, похожую на мост. Для обеспечения его устойчивости опоры соединяли арочными пролётами, изготовленными из камня.

Примитивные, но надёжные геодезические инструменты позволяли античным зодчим скрупулёзно рассчитать наклон, при котором вода двигалась самотёком. Акведуки строились везде,

где простирались владения Рима. И сегодня, путешествуя не только по Италии, но и Испании, Франции, Турции, Северной Африке, люди восхищаются шедеврами инженерного искусства.

Яркий образец великолепного мастерства – огромный трёхъярусный акведук, переброшенный через реку Гар во Франции. Водовод был построен без применения связующего раствора из тщательно подогнанных друг к другу каменных блоков.

Акведук, названный именем императора Августа, обеспечивал водой не только инфраструктуру нескольких городов Апеннинского полуострова, но и крупные порты, где базирова-

« ВОЙНЫ, СОТЯСАВШИЕ СЕВАСТОПОЛЬ, НЕ ПОЩАДИЛИ ЛАЗАРЕВСКИЙ ВОДОВОД, ОДНАКО НЕКОТОРЫЕ УЧАСТКИ, ПО СЧАСТЬЮ, СОХРАНИЛИСЬ

лись и ремонтировались торговые и военные корабли.

Севастопольский водовод – уникальный памятник архитектуры и техники XIX столетия. Он обеспечивал нужды исключительно адмиралтейства. С помощью пресной воды предполагалось бороться с моллюском тередо, который питается деревом и способен быстро превратить деревянный корабль в решето. Поэтому перед началом ремонта судна в доке его корпус выдерживали в пресной воде, которую древоточец не переносит. Воды требовалось много, и командующий флотом Михаил Лазарев добился от Николая I разрешения построить 18-километровую си-

стему, обеспечивавшую доставку воды из горных родников в центр города.

В 1835 году царь утвердил проект, однако строительство арыков, тоннелей и акведуков на очень сложном рельефе растянулось на 18 лет. Постройки возведены в классическом стиле: архитектурный облик Севастополя, соответствующий его имени, что в переводе значит «августейший, царственный город», соблюдался неукоснительно.

Войны, сотрясавшие Севастополь, не пощадил Лазаревский водовод, однако некоторые участки, по счастью, сохранились. Романтично выглядит мост, переброшенный через реку Чёрную: массивные опоры держат три изящные арки. Акведук построен настолько качественно, что действовал ещё и в советское время: обеспечивал водой сельхозугодья.

Целиком сохранился водовод в Аполлоновой балке, однако почти все пролёты заложены и используются как хозяйственные помещения. Всё это не служит украшением памятника культурного наследия, подлежащего охране. Ни охраны, ни культуры не выдать...

Вячеслав НЕФЁДОВ.

Акведук Пон-дю-Гар
во Франции.

shutterstock.com

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+



#ЗОЖГАЗЕТОЙ



ruscoffee.ru

СТРЕСС НА БЛЮДЕЧКЕ

Почему кофе не так безопасен, как кажется?

ПИТЬ ИЛИ НЕ ПИТЬ?

Правда, другие врачи не считают пользу нашего любимого напитка однозначной, например, гастроэнтерологи. На своём пути через желудочно-кишечный тракт кофе оказывает три основных воздействия: на желудочную, желчную и панкреатическую секрецию, необходимую для переваривания пищи, на микробиоту кишечника и на перистальтику – сокращение стенок толстой кишки, процесс, необходимый для прохождения пищи через пищеварительный тракт. **Врач-гастроэнтеролог филиала ФНЦ ФМБА России в Крыму Анастасия Лазарева** рассказывает:

– Как гастроэнтеролог я постоянно наблюдаю в своей практике усугубления течения любой гастроэнтерологической патологии от того, что человек не может отказаться от кофе. То есть он многое исключил, но кофе из рациона не убрал. И вот, к примеру, при панкреатите в такой ситуации выздороветь практически невозможно. Потому что кофе, как ни крути, является гепатотоксичным (токсичным для печени) и панкреатотоксичным продуктом.

Врач отмечает, что кофе усиливает выработку соляной кислоты в ЖКТ, усугубляя, например, течение гастроэзофагеальной рефлюксной болезни – это когда повышенная кислотность желудка у людей, склонных к изжогам, к забросу кислоты в пищевод.

Есть мнение, что чашка этого напитка в день совершенно безвредна для организма.

– А сейчас людей с пониженной кислотностью в общей популяции пациентов меньше, чем тех, кто страдает повышенной кислотностью. И частично в этом повинен кофе. Стимуляция выработки соляной кислоты при употреблении кофе иногда вынуждает корректировать эту проблему медикаментозно. В ряде случаев ко всему присоединяется уже и панкреатит. Поэтому по отношению к кофе будьте очень осторожны. Вы же всё равно замечаете, что после чашки на голодный желудок не так уж и хорошо себя чувствуете, – отмечает эксперт.

УСПОКОИТЕЛЬНОЕ С ПОСЛЕДСТВИЯМИ

А теперь вспомним, что многие привыкли запивать стресс или усталость именно чашечкой кофе. Есть те, кто заканчивает его вечер, чтобы снять накопившееся за день напряже-

ние и быстрее заснуть. Несмотря на известный тонизирующий эффект напитка, он способен одновременно успокаивать. Такой двойной эффект оказывается потому, что в составе кофе находятся два алкалоида: бодрящий кофеин и теобромин, который обладает успокаивающим и усыпляющим действием. Приблизительно через 25 минут после употребления напитка бодрящий эффект заканчивается, и в действие вступает второй алкалоид. Он расширяет все сосуды организма, а почечные сужает, что приводит к падению артериального давления и ещё большей сонливости. Если учесть, что в некоторых случаях кофе «бьёт» по ЖКТ, а стресс только добавляет удара, фанатам кофе уже есть над чем задуматься! Анастасия Лазарева объясняет:

– На пищеварительный тракт стрессы влияют следующим образом. Когда человек нервнича-

ет, то его мышечно-нервное напряжение передаётся и на все сфинктеры – они просто зажимают выделение пищеварительных соков. В частности, больше всего это сказывается на системе желчеотведения. Соответственно, пережимая ежедневный выход желчи, они создают предпосылки для её застоя. Застой желчи вызывает застой в печени, а застой в печени и в желчном протоке или поздно вызывает застой в поджелудочной. При условии, что в это время действуют какие-то факторы интоксикации, всё это способно привести к сбою всей пищеварительной системы.

Таким образом, отмечает врач, когда мы нервничаем, платим за стресс плохим самочувствием. Особенно те, кто сильно зависим от воздействия травмирующих эмоциональных факторов. Таким чувствительным людям лучше знать про особенности своей физиологии и помо-

КСТАТИ

Самую ценную кофеиновую фракцию, а именно кофеин (который находится в наружной оболочке кофейного зерна), используют для кофеиносодержащих медицинских препаратов, а вот внутреннюю оболочку зерна берут для производства различного гранулированного и растворимого кофе. По факту любой гранулированный кофе содержит в себе только 5-10% от наружной оболочки, то есть самого кофеина. Потому что от растворимого кофе чаще клонит в сон. Самое нежелательное, когда человек, не понимающий, как работает этот эффект, покупает себе растворимый кофе в надежде взбодриться за рулём, а получает противоположный эффект. В течение 15-20 минут у него наступает аброминная фаза, что приводит к ещё большей сонливости. За это время он проезжает приблизительно 30 километров. И как показывает общая статистика, большое количество аварий происходит именно в промежутке между 30-м и 50-м километрами от населённых пунктов, заправок или кафе на трассе.

гать себе вовремя. Эксперт также объясняет:

– То есть, если у вас гастроэнтерологом установлено, что сфинктер Одди (мышечный клапан на внутренней стенке двенадцатиперстной кишки, контролирующей выделение желчи. – Ред.) или холедох (желчный проток) очень подвержены этому, могут сокращаться во время стресса, то после стресса лучше попить расслабляющие желчегонные травы, тем самым снять все зажатия для того, чтобы желчь потекла. Когда желчь в организме перестаёт течь легко и беспрепятственно, у человека плохое настроение, он страдает дисбактериозом, наблюдается постоянное вздутие. У него присутствует какой-либо дисбаланс по минералам и витаминам, потому что все процессы будут временно нарушены.

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

ФУТБОЛ

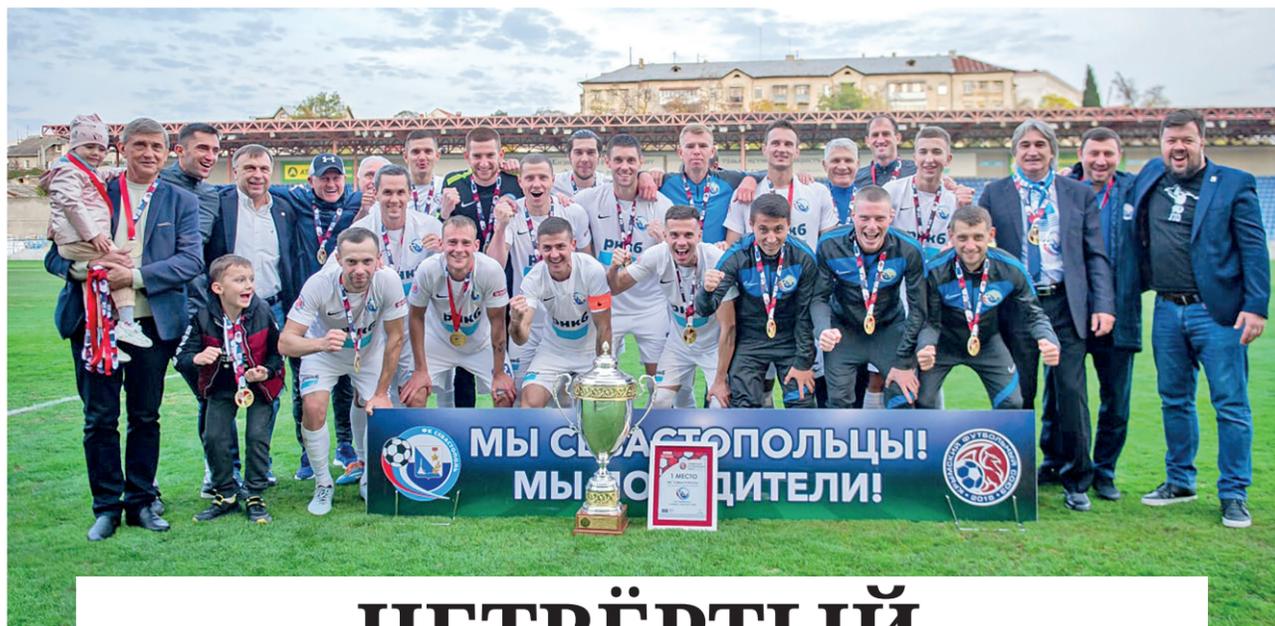


Фото: ФК «Севастополь»

ЧЕТВЁРТЫЙ ЧЕМПИОНСКИЙ ТИТУЛ

В Премьер-лиге Крымского футбольного союза завершились матчи 11-го тура. Несмотря на то что впереди ещё три игровых дня, победитель турнира уже известен. Футбольный клуб «Севастополь» оформил чемпионство за три тура до окончания соревнований.

УВЕРЕННАЯ ПОБЕДА

ФК «Севастополь» – ФК «Ялта» – 4:0 (1:0). Голы забил Рыболовлев, 39, Зеленкевич, 57, Голенков, 59, Гевлич, 75. В Севастополе болельщики ждали только победы своей команды над клубом «Ялта». В случае успеха «моряки» становились недосягаемыми для соперников и завоевывали золотые медали Премьер-лиги. Открыть счёт, правда, хозяевам удалось лишь на 39-й минуте. Гол в ворота Алексея Усольцева забил Александр Рыболовлев. Только после перерыва «моряки» стали успешнее реализовывать свои моменты. В итоге Дмитрий Зеленкевич, Антон Голенков и Владислав Гевлич отправили ещё три мяча в ворота ялтинцев. Особенно красивым получился гол Гевлича после сольного прохода. 4:0 – уверенная победа «Севастополя», которая принесла «морякам» заслуженное чемпионство.

«Кызылташ» (Бахчисарай) – «Океан» (Керчь) – 2:2 (2:1). Голы: Ахунов, 13, Юнусов, 17, Яцук, 5, Сосновский, 77. Важный матч для

дальнейшей турнирной борьбы прошёл в Новопавловке. Ведь «Кызылташ» и «Океан» претендуют на медали чемпионата по итогам турнира. Самыми весёлыми для зрителей стали первые минуты поединка. Владимир Яцук уже на пятой минуте открыл счёт и вывел вперёд керчан. Но вскоре хозяева поля не только отыгрались, но и вышли вперёд. Ленур Ахунов и Халим Юнусов за четыре минуты дважды огорчили вратаря «Океана» Мухарбека Бураева. Во втором тайме гости всё же ушли от поражения. Счёт сравнял Алексей Сосновский, который принёс «Океану» важное очко.

УВЕЛИЧИТЬ ПРЕИМУЩЕСТВО

«Алустон-ЮБК» (Алушта) – «ТСК-Таврия» (Симферополь) – 2:6 (2:3). Голы забил Библик, 2 (с пенальти), 4 – Хаджиев, 8, 13, Дудов, 16, 71, 80, Иванов, 90+4. Нереализованный пенальти: Автаев, 90. Самым интересным для болельщиков получился матч в Алуште. Причём

«КРАСИВЫМ ПОЛУЧИЛСЯ ГОЛ ГЕВЛИЧА ПОСЛЕ СОЛЬНОГО ПРОХОДА. 4:0 – УВЕРЕННАЯ ПОБЕДА «СЕВАСТОПОЛЯ», КОТОРАЯ ПРИНЕСЛА «МОРЯКАМ» ЗАСЛУЖЕННОЕ ЧЕМПИОНСТВО

сценарий поединка был написан крайне неординарно. На второй минуте в ворота «ТСК-Таврии» был назначен пенальти, который реализовал Станислав Библик. Он же буквально в следующей атаке увеличил преимущество команды «Алустон-ЮБК». Симферопольцы вскоре пришли в себя от пропущенных голов. За восемь минут «ТСК-Таврия» вышла вперёд. Дубль сделал Роман Хаджиев, один гол забил Игорь Дудов. После перерыва алуштинцы пропустили ещё три гола. Хет-трик оформил Игорь Дудов, а уже в добавленное время отличился Дмитрий Иванов.

ФК «Рубин Ялта» – «Спарта-КТ» (Молодёжное) – 4:1 (1:0). Голы: Маргиев, 37 (с пенальти), 85 (с пенальти), Пшеничников, 54, Зинченко, 74 – Малиневский, 90. Ожидаемой победы добился футбольный клуб «Рубин Ялта». Хозяева поля встречались с одним из аутсайдеров турнира – командой «Спарта-КТ» из Молодёжного. Ялтинцы никак не могли позволить себе потерю очков. Но в первом тайме лишь раз огорчили вратаря гостей. После перерыва преимущество хозяев поля стало более очевидным. Два гола в ворота «Спарты-КТ» забил Руслан Маргиев. Оба раза он реализовал пенальти. Также отличились Владимир Пшеничников и Илья Зинченко. Лишь на 90-й минуте гости смогли размотать счёт. 4:1 – победа ФК «Рубин Ялта». Если с первым местом вопрос уже решён, то за серебряные и бронзовые медали в ближайшие три тура развернется нешуточная борьба. «Рубин Ялта», «Океан», «ТСК-Таврия» и «Кызылташ» имеют шансы на завоевание наград.

БОКС

КРЫМЧАНИН ВЫИГРАЛ ТУРНИР

В столице завершились Всероссийские соревнования класса А памяти заслуженного тренера СССР Б. Н. Никонорова. Крымский боксёр Егор Бойченко успешно выступил в весовой категории до 67 килограммов. Наш спортсмен победил в финале единогласным решением судей. Таким образом, Егор Бойченко выполнил норматив для получения звания мастера спорта России. Всего в московском турнире приняли участие 109 спортсменов.

ФУТБОЛ

СЫГРАТЬ ВНИЧЬЮ

В Эссенуках проходят матчи в рамках Национальной студенческой футбольной лиги. В группе Г Высшего дивизиона во вторник, 8 ноября, на поле вышла вторая сборная Крымского федерального дивизиона и севастопольская команда СевГУ-2. Симферопольцы в конце первого тайма и сразу после перерыва забил два мяча в ворота соперника. Голами отметились Асан Чубаров и Егор Шпарев. Но севастопольцы всё же ушли от поражения, забив два мяча в конце поединка – 2:2. Крымчане идут на втором месте в своей группе. Команда Севастопольского государственного университета возглавляет турнирную таблицу.

ЗОЛОТО У ДНР

В Республике Крым прошёл турнир «Кубок нового поколения», в котором приняли участие юноши не старше семнадцати лет. За награды в течение пяти игровых дней сражались сборные Республики Крым и Севастополя, а также Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской и Херсонской областей. Состязания были посвящены Дню народного единства. К заключительному игровому дню осталось всего два претендента на титул – Донецкая Народная Республика и Республика Крым. Причём наших спортсменов в очном поединке устраивала лишь победа. Команда ДНР вышла вперёд на 17-й минуте. Но уже в начале второго тайма крымчане вели в счёте – 3:1. Футболистам из Донецкой Народной Республики удалось сначала сравнять показатели, а потом и вырвать победу – 4:3. Сборная ДНР – победитель турнира. Бронзовые медали достались команде ЛНР.

БОРЬБА

ЗАВОЕВАЛИ МЕДАЛИ

В столице Республики Северная Осетия – Алания завершился Всероссийский турнир по спортивной (вольной) борьбе памяти двукратного олимпийского чемпиона Сослана Андиева. Данные соревнования проводятся с 70-х годов прошлого века.

За медали в 10 весовых категориях и солидные призовые боролись более 300 спортсменов из 20 регионов России, а также борцы из Казахстана, Таджикистана и Армении. Представитель сборной Республики Крым Гурам Черкоев выиграл золотую награду в весовой категории до 92 килограммов. В решающей схватке наш спортсмен оказался сильнее своего противника из Московской области. Ещё одну медаль сборной Республики Крым принёс Сослан Хинчагов. Мастер спорта международного класса завоевал награду в весовой категории до 125 килограммов.

СКАЗАНО



«Переговоры прошли в конструктивном и деловом варианте. Были ли предложения у Владимира? Разговоров было много, но официальных запросов в клуб не поступало. Условия контракта, безусловно, улучшились».

Василий ЕРЕМЯКИН, президент футбольного клуба «Оренбург», о продлении контракта с крымским форвардом Владимиром Сычевым.



«Биатлон – более популярный и народный вид спорта в России, чем футбол. Любовь народная на стороне биатлона. Российские футболисты получают зарплаты намного больше биатлонистов. Это незаслуженно».

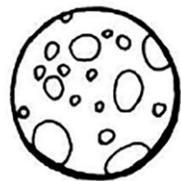
Анфиса РЕЗЦОВА, трёхкратная олимпийская чемпионка по лыжным гонкам и по биатлону, о завышенных зарплатах футболистов.



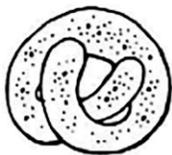
«Говорить, что я хочу играть за сборную России, было бы неправильно. Наоборот, я считаю, что за российскую сборную должны играть российские футболисты. В данный момент я вообще об этом не думаю».

КЛАУДИНЬО, игрок футбольного клуба «Зенит», о сборной России.

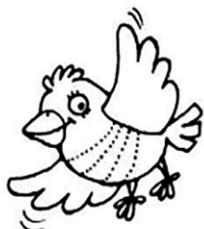
СОЕДИНИ КАРТИНКИ, НАЗВАНИЯ КОТОРЫХ РИФМУЮТСЯ



ПЛАНЕТА



КАЛАЧ



ПТИЧКА



МАШИНКА



РУКАВИЧКА



КУВШИНКА



КОНФЕТА



МЯЧ

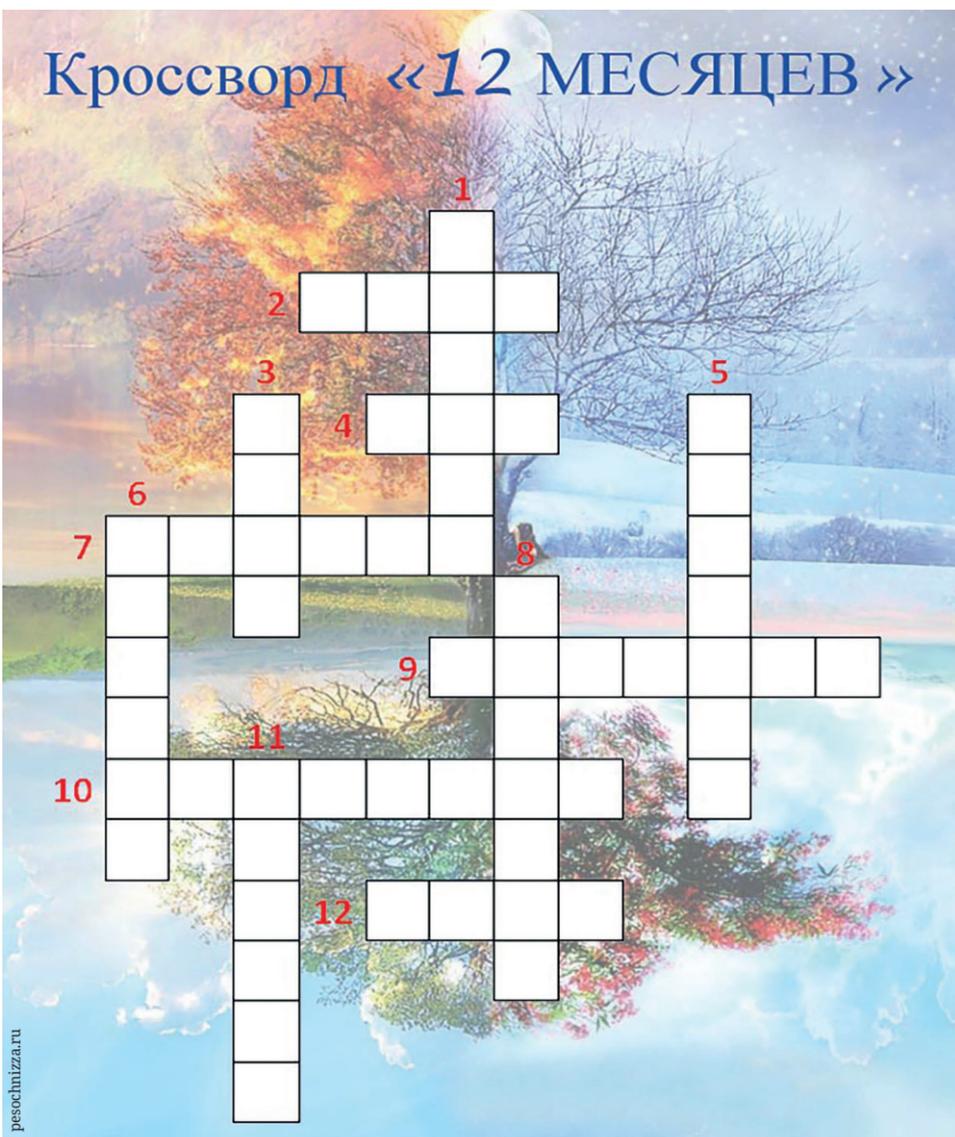
НАЙДИ 6 ОТЛИЧИЙ



e-books.helinfo

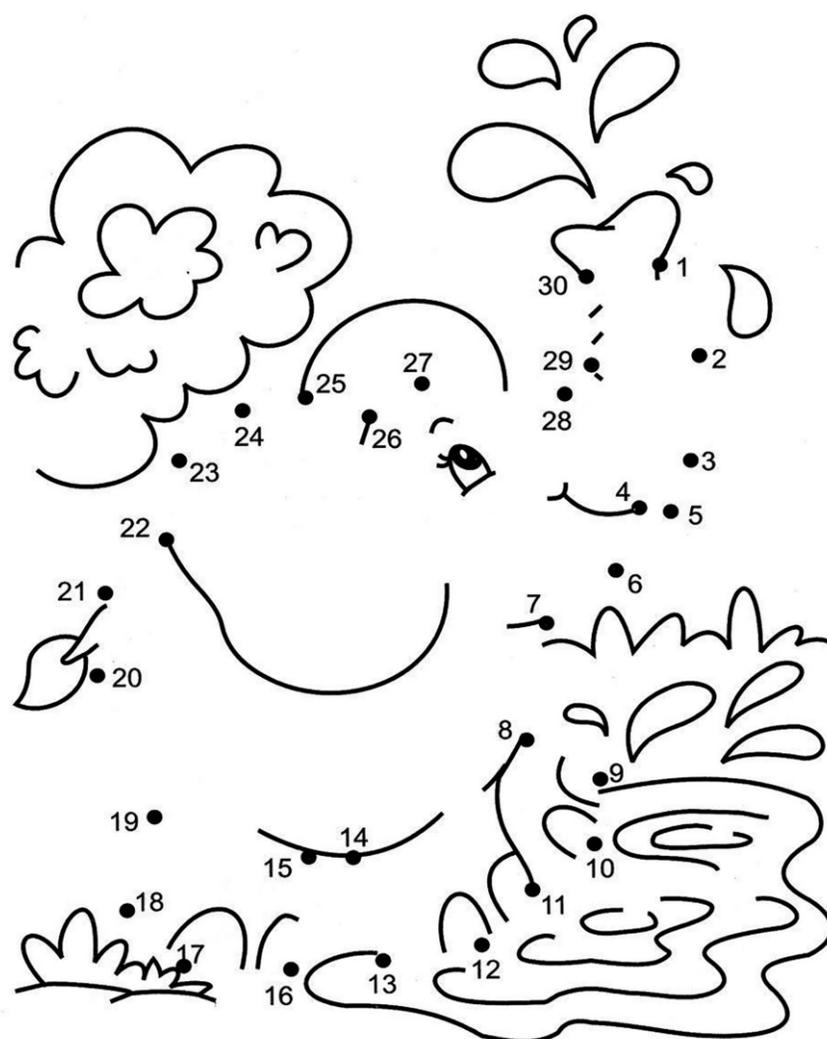
zooclub.ru

Кроссворд «12 МЕСЯЦЕВ»



resochmizra.ru

СОЕДИНИ РИСУНОК ПО ТОЧКАМ И РАСКРАСЬ ЕГО



red-kopilka.ru

ЭТО ВКУСНО

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ
ГРИБАМИ И ЯЙЦОМ

gastronom.ru

ИНГРЕДИЕНТЫ на 4 порции:

- шампиньоны свежие – 300 г;
- сыр полутвёрдый – 100 г;
- яйца куриные – 4 шт.;
- масло сливочное – 30 г;
- лук репчатый – 1 шт.;
- соль – 1 щепотка;
- перец чёрный свежемолотый – 1 щепотка;
- кальмары – 6 тушек.

Для соуса:

- сметана – 300 г;
- майонез – 100 г;
- мука – 1 ст. л.

Приготовление:

Сперва приготовьте ингредиенты начинки, которой будете фаршировать тушки. Зелёный лук вымойте и хорошо просушите бумажным полотенцем. Нарежьте тонкими колечками. Отварите вкрутую яйца (10 минут), затем охладите их проточной водой, нарежьте кубиками или разомните вилкой. Очистите и мелко нарежьте лук и шампиньоны. В сковороде растопите сливочное масло и подрумяньте на нём лук. Нарезанные маленькими кубиками шампиньоны добавьте в сковороду к луку. Помешивая, жарьте до полуготовности, около пяти минут. Снимите сковороду с грибами с огня, переложите её содержимое в тарелку. Дайте немного остыть. Добавьте зелёный лук и яйца. Подготовьте натёртый на крупной или средней тёрке сыр к готовой начинке для кальмаров. Тщательно перемешайте лопаточкой. Начинку для кальмаров посолите и поперчите по вкусу. Снова перемешайте. Если кальмары приобретены в совсем неподготовленном виде, опустите их в холодную воду и выньте внутренности не разрезая. Промойте, снимите плёнку с тушки, обсушите. Кальмары нафаршируйте приготовленной ранее смесью грибов и яиц. Теперь скрепите отверстия тушек деревянными шпажками или зубочистками, чтобы начинка не вывалилась при приготовлении. Поместите нафаршированные тушки в глубокий противень или глубокую форму. Приготовьте соус. Для этого в миске перемешайте сметану с майонезом и мукой. Посолите и поперчите по вкусу. Залейте кальмары соусом. Запекайте в духовке, нагретой до 190 °С, около 30-40 минут. Дайте немного остыть, затем удалите шпажки (зубочистки). Перед подачей на стол фаршированные кальмары разрежьте на крупные поперечные кусочки и украсьте измельчённой зеленью.

ЧТИВО

7 ЦИТАТ ОБ...

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

«В каждом человеке в той или иной степени противодействуют две силы: потребность в уединении и жажда общения с людьми».

Владимир Набоков,
«Лекции по русской литературе».

«Ты не должен путать одиночество и уединение. Одиночество для меня понятие психологическое, душевное, уединённость же – физическое. Первое отупляет, второе – успокаивает».

Карлос Кастанеда,
«Активная сторона бесконечности».

«Кто жил в уединении, знает, до какой степени человеческой природе свойствен монолог».

Виктор Гюго,
«Человек, который смеётся».

«В миру легко следовать мирским суждениям, а в уединении – своим собственным. Но истинно велик тот, кто в самой гуще толпы с незамутнённым спокойствием хранит ту же независимость, что и в уединении».

Сержио Бамбарен,
«Ветер дальних странствий».

«На самом деле время уединения – один из важнейших периодов жизни. Некоторые источники раскрываются только наедине с самим собой. Художник знает: чтобы творить, ему нужно быть в одиночестве, писателю уедине-

ние нужно, чтобы обдумывать свои мысли, музыканту – чтобы сочинять музыку, праведнику – чтобы молиться. Женщинам уединение необходимо, чтобы открыть свою истинную сущность, ту прочную нить, которая станет неразрывной основой всей паутины человеческих взаимоотношений. Женщине необходимо найти ту внутреннюю тишину, которую Чарльз Морган описывает как «такое успокоение души среди работы разума и духа, при котором она может сохранять неподвижность, как сохраняет свою неподвижность ось вращающегося колеса».

Энн Линдберг, «Подарок моря.
Как вернуться к себе и жить просто».

«Как семенам нужна темнота и уединение земли, точно так же все отношения, которые глубоки и близки, остаются внутренними. Им нужно уединение, им нужно место, где существуют только двое. Тогда приходит мгновение, когда даже двое растворяются и существует только одно».

Ошо (Бхагван Шри Раджниш),
«Близость. Доверие к себе и к другому».

«Без уединения человеку недоступно никакое совершенствование».

Иван Антонович Ефремов,
«Лезвие бритвы».

Подготовила Диана МАСЛОВА.

ГОРОСКОП

11 – 17 ноября



ОВЕН. Станет сложнее сосредоточиться на делах, будет силен соблазн отложить всё на потом. Некоторые дела действительно могут подождать, но будут и срочные задачи. В это время вероятны встречи с людьми, по которым вы скучали.



ТЕЛЕЦ. Личные отношения будут складываться довольно неровно. Порой вы будете отлично ладить с окружающими и с полуслова понимать их, но и напряжённых моментов избежать едва ли удастся. Постарайтесь не сердиться на тех, кто не во всём согласен с вами.



БЛИЗНЕЦЫ. В этот период лучше не переутомляться, не заниматься сложными делами, общаться с теми, кто вам нравится. Друзья поддержат вас, если это потребуется, и наверняка расскажут что-то интересное.



РАК. Следите за своим эмоциональным состоянием. Сейчас важно не переживать из-за пустяков, не поддаваться мрачным мыслям, не погружаться в неприятные воспоминания. Ищите то, что вас радует и вдохновляет.



ЛЕВ. Неделя окажется довольно удачной для работы. Удастся справиться в одиночку с тем, что раньше казалось очень сложным. Время будет благоприятным для делового общения.



ДЕВА. Вы сможете добиться успеха и в самостоятельной работе, но это потребует усилий. У некоторых Дев возникнут проблемы с мотивацией. Хорошо, если рядом окажется человек, готовый рассказать вам о том, как вы замечательно со всем справляетесь.



ВЕСЫ. Неплохим будет время с деловой точки зрения. Однако тут потребуются терпение. Не все задачи, связанные с работой, удастся решить так быстро, как вам хотелось бы. Не исключено, что придётся исправлять ошибки, допущенные ранее.



СКОРПИОН. Дел окажется больше, чем вы ожидали. И не всегда будет ясно, за что надо взяться в первую очередь. Совершенно избежать неразберихи едва ли получится, но кое-какой порядок вам всё же удастся навести.



СТРЕЛЕЦ. Полезно будет сосредоточиться на работе: в ней вы можете добиться заметных успехов. Можно строить долгосрочные профессиональные планы, ведь вы знаете, чего хотите добиться и как это сделать.



КОЗЕРОГ. Период будет благоприятным для общения с давними знакомыми. Неважно, связывают ли вас деловые или личные отношения. В любом случае найти подход к людям будет легко.



ВОДОЛЕЙ. Будет возможность разобраться в каких-то неоднозначных ситуациях прошлого. Не исключено, что сейчас вы увидите их в совершенно новом свете. Удастся исправить старые ошибки и сделать выводы.



РЫБЫ. Заметным будет влияние позитивных тенденций в сфере финансов и имущества. Вероятны денежные поступления, в том числе из неожиданных источников. Не исключены деловые предложения, обещающие скорый рост доходов.

«Академия Слуха»: два слуховых аппарата по цене одного!

По данным Global Burden of Disease Study¹, 37 миллионов человек в России имеют усреднённый порог слышимости ниже нормы.

Из них нарушения слуха 1-й степени встречаются у 28 миллионов человек, у 8,3 миллиона – тяжёлые расстройства слуха, а миллион страдает от глубокой потери слуха². О том, как проявляет себя потеря слуха, и о важности ношения слухового аппарата нам рассказывает «Академия слуха».

Какие симптомы существуют у людей, страдающих потерей слуха?

- Постепенное прибавление громкости телевизора, радио, громкости телефонного звонка или будильника.
- Человек начинает хуже разбирать слова. Раньше всего возникают проблемы с разборчивостью детских и женских голосов.

Мы рекомендуем проходить тест слуха хотя бы раз в год. В «Академии слуха» эта услуга бесплатна.

Чем поможет слуховой аппарат?

Он индивидуально восполняет потерю слуха и повышает разборчивость речи, даже если собеседников несколько и они говорят одновременно. А за счёт правильной настройки вы легко сможете общаться с близкими и слышать окружающий мир.

Зачем нужны два слуховых аппарата? Разве не достаточно одного?

Два слуховых аппарата дадут вам:

- точное понимание источника и направления звука, за счёт чего повышается разборчивость речи;
- сокращённый период привыкания к слуховым аппаратам.

Я понимаю, что это важно, но мне просто не по карману два слуховых аппарата!

Этой осенью в «Академии слуха» действует акция «Два по цене одного!». Это отличная возможность снова услышать мир и своих близких!

В рамках программы «Своих не бросаем» мы предлагаем новые возможности:

- Производитель вашего аппарата ушёл из России, а устройство ещё на гарантии? Сдайте аппарат нам за скидку до 50% на новый, отечественного производства!
- Не можете сразу выплатить всю сумму? У нас есть рассрочка до 18 месяцев!
- У вас есть инвалидность и электронный сертификат на слуховой аппарат от ФСС? Его можно использовать у нас!
- Доступно оформление социального вычета на сумму до 15 600 рублей (поможет оформить документы).



Второй слуховой аппарат
БЕСПЛАТНО!

Рассрочка сроком
ДО 18 МЕСЯЦЕВ!



1+1
Второй в подарок!

Предварительная запись доступна по телефонам:

Наш адрес: г. Симферополь,
пр-кт Победы, д. 54
8 (3652) 53-03-93.

г. Севастополь, пр-кт Октябрьской Революции, д. 48
8 (8692) 99-99-00, 8-800-500-93-94.

Рассрочка предоставляется ИП Мурзиновым М. В. сроком от 3 до 18 месяцев. Минимальная сумма рассрочки – 35 000 рублей. Максимальная сумма рассрочки неограничена. Досрочное погашение доступно в любое время по заявлению покупателя. Акция распространяется не на все слуховые аппараты. Полный список товаров, участвующих в акции, условия участия уточняйте у сотрудников центра и на сайте «Академии слуха»: as.clinic

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

На правах рекламы

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ СОВЕТСКОГО РАЙОНА!

ГУП РК «Вода Крыма» информирует вас о том, что на основании приказа Министерства ЖКХ Республики Крым от 04 августа 2022 года № 325-А и акта приёма-передачи имущества от 16.08.2022 ГУП РК «Вода Крыма» определено как гарантирующая организация по оказанию услуг водоснабжения в населённых пунктах Советского района:

- **Дмитровского сельского совета** (с. Дмитровка, с. Ровенки);
- **Заветненского сельского совета** (с. Заветное, с. Пчельники);
- **Ильичёвского сельского совета** (с. Шахтино, с. Надежда, с. Ильичёво, с. Восточное);
- **Некрасовского сельского совета** (с. Некрасовка, с. Октябрьское);

- **Прудовского сельского совета** (с. Пруды, с. Привольное);
- **Красногвардейского сельского совета** (с. Красногвардейское, с. Лоховка, с. Лучевое);
- **Пушкинского сельского совета** (с. Пушкино, с. Маковка);
- **Урожайновского сельского совета** (с. Урожайное, с. Привасшное);
- **Чапаевского сельского совета** (с. Чапаевка, с. Коломенское, с. Николаевка, с. Новый Мир, с. Хлебное);
- **Чернозёмненского сельского совета** (с. Чернозёмное, с. Алмазное, с. Демьяновка, с. Корнеевка, с. Раздольное).

Белогорским филиалом ГУП РК «Вода Крыма» проводится инвентаризация абонентов, проживающих на вышеуказанных территориях.

Для заключения договора и/или открытия лицевого счёта потребитель обязан предоставить следующие документы:

- копию свидетельства о праве собственности на недвижимость либо земельный участок;
 - копию гражданского паспорта владельца помещения или ответственного квартиросъёмщика по данному адресу;
 - сведения о дате опломбирования прибора учёта воды (ПУВ) заводом-изготовителем или организацией, осуществлявшей последнюю поверку ПУВ;
 - сведения о мобильном номере телефона абонента.
- В случае отсутствия ПУВ **необходимо в кратчайшие сроки** установить его и обратиться с заявлением для опломбирования установленного ПУВ в абонентскую службу Белогорского филиала ГУП РК «Вода Крыма».

Дополнительную информацию можно получить в абонентской службе Белогорского филиала ГУП РК «Вода Крыма» по адресу: **г. Белогорск, ул. Мирошниченко, 11а, или по тел.: 8 (36559) 9-51-33, +7 (978) 097-18-86, +7 (978) 703-51-67.**

ПОГОДА 12 ноября

Джанкой, Армянск: +13, +7
Керчь, Ленино: +12, +10
Евпатория, Саки: +14, +7
Симферополь: +13, +5
Феодосия, Судак: +13, +9
Ялта, Алушта: +14, +11

15°C ВОДА, 15°C ВОДА, 16°C ВОДА

07:36 Восход, 17:18 Заход, 9:41 Долгота дня, 50% Влажность

Атмосферное давление: 751-752 мм

Прогноз магнитных бурь 11 – 17 ноября

11.11	12.11	13	14	15	16	17
-------	-------	----	----	----	----	----

На предстоящей неделе геомагнитное поле Земли преимущественно будет спокойным.

■ Магнитосфера спокойная ■ Магнитосфера возбуждённая ■ Магнитная буря

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ НА 11 – 17 НОЯБРЯ

11 – 17 ноября (убывающая луна)

11.11 – Рекомендуется баня, сауна. Допустимы хирургические операции.

12.11 – Активны почки. Чистить кишечник, почки, хорошо поголодать.

13.11 – Употреблять легкую пищу. Желательно выспаться.

14.11 – Будьте внимательны к позвоночнику. Подходит для голодания.

15.11 – Не нагружать печень. Рекомендуются ванны, закаливания.

16.11 – Хорошо выспаться. Берегите сердце.

17.11 – Укрепляйте иммунитет.

ПАМЯТНАЯ ДАТА

ВОЕННОЙ ИСТОРИИ РОССИИ

11 НОЯБРЯ

СТОЯНИЕ НА УГРЕ

11 ноября 1480 года

В этот день завершилось Стояние на Угре – хан Золотой Орды не решился принять сражение с войском Великого князя Ивана III и отступил. Так без боя, одной только демонстрацией силы и решимости, Русское государство окончательно обрело независимость.

ИСТОРИЯ.РФ

ПАМЯТНАЯ ДАТА

ВОЕННОЙ ИСТОРИИ РОССИИ

11 НОЯБРЯ

КОНЕЦ ПЕРВОЙ МИРОВОЙ ВОЙНЫ

11 ноября 1918 года

Окончилась Первая мировая война. Русский солдат вынес на себе её главную тяжесть. Гумбинненское сражение, оборона крепости Осовец, Эрзерумская операция, Брусиловский прорыв – славные вехи нашей истории. Победа наших союзников в «войне за цивилизацию» – заслуга России.

ИСТОРИЯ.РФ

