

ВЕСТИ ЮФО

РЕСПУБЛИКА КАЛМЫКИЯ: ГОНКИ НА СТАЛЬНЫХ КОНЯХ. В Городовиковске на полях стартовавшего в регионе Фестиваля тюльпанов прошли экстремальные гонки на мотоциклах по пересечённой местности. Участие приняли сильнейшие спортсмены южных регионов России. Побороться за победу и проверить свои нервы на прочность приехали гонщики из Калмыкии, Ростована-Дону, Краснодарского и Ставропольского края, а также гости из других областей. Организаторы вновь выбрали уникальную рельефную трассу – бывший глиняный карьер, где в прошлом добывали сырьё для местного кирпичного завода. Крутые подъёмы, неровности и естественный рельеф создали идеальные, хотя и суровые условия для дисциплины «эндуро». Пилотам пришлось не только бороться за секунды, но и демонстрировать чудеса управления мотоциклом, преодолевая капризы природы и сложный профиль старого карьера.

АСТРАХАНСКАЯ ОБЛАСТЬ: БЕРЕЖНОЕ ПРЕОБРАЖЕНИЕ. На территории Астраханского кремля планируется масштабная реставрация сразу семи объектов культурного наследия. В число подлежащих восстановлению памятников вошли Пречистенская колокольня и Никольская надвратная церковь, а также пять исторических башен: Красные ворота, Житная, Крымская, Архирейская и Артиллерийская. Эти объекты составляют важную часть архитектурного ансамбля кремля и требуют бережного восстановления для сохранения их исторического облика. В настоящее время уже заключён контракт на разработку проектной документации, необходимой для проведения реставрационных работ. В течение нынешнего года специалисты завершат все проектные изыскания, по итогам которых будет определён итоговый бюджет проекта. На основании подготовленной документации и смет начнётся этап согласования финансирования. Сами реставрационные работы на территории Астраханского кремля планируется начать в 2027 году, чтобы обеспечить максимально бережное и профессиональное восстановление уникальных памятников истории и архитектуры.

КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ: АВТОМАТИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ. В Сочи завершены испытания системы автоматической фотовидеофиксации нарушений на контейнерных площадках с использованием искусственного интеллекта. Испытания признаны успешными. Тестирование происходило на 20 объектах. Сейчас муниципалитет формирует перечень адресов, где необходима установка новой системы. Система будет автоматически распознавать автомобили, блокирующие подъезд к площадке, парковку на газонах, а также факты привоза и оставления мусора вне контейнеров. Камеры смогут считывать номера автомобилей с точностью не менее 95% и будут работать круглосуточно.

ВОЛГОГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ: МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОРИДОР. Правительство РФ направит в Волгоградскую область 14,3 млрд рублей из федерального бюджета на строительство второго этапа Третьего пускового комплекса мостового перехода через Волгу. Новые дороги через пойму в Среднеахтубинском районе будут строить и финансировать по нацпроекту «Инфраструктура для жизни» в течение шести лет – с 2026 по 2031 год. Трасса длиной 9,7 км соединит дорогу от посёлка Третий Решающий с развязкой у Краснослободска. Четырёхполосная дорога станет частью международного транспортного коридора «Север – Юг». На трассе предусмотрели 6 мостов и 10 водопропускных труб.

Рубрику ведёт Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

ЧЕЛОВЕК ЧЕЛОВЕКУ



Фото: Крымское региональное отделение РСО

10 МИЛЛИЛИТРОВ НАДЕЖДЫ

Студотряды Крыма дополнили регистр доноров

Более 50 участников студенческих отрядов Крыма стали донорами крови и вступили в Федеральный регистр доноров костного мозга. Акция прошла в Симферополе и была направлена на расширение базы потенциальных доноров костного мозга.

БАЗА ДОБРОВОЛЬЦЕВ

Также цель акции – привлечь внимание к нехватке доноров для пациентов с онкологическими и гематологическими заболеваниями и расширить регистр.

По словам заведующей отделом комплектования донорских кадров Центра крови Ольги Чос, сотрудничество со студенческими отрядами носит регулярный характер.

– Только за прошлый год мы провели три такие акции и привлекли более ста человек. Донорство требует повышенного внимания: кровь и её компоненты постоянно востребованы в медицинских учреждениях, – говорит Ольга Чос.

Участники акции прошли медицинский осмотр и получили консультации специалистов. Для включения в базу у добровольцев взяли по 10 миллилитров крови, чтобы определить генетические параметры. Данные внесут в зашифрованную федеральную систему.

Вступление в регистр не означает немедленное донорство. Если генетические показатели совпадут с данными пациента, участнику

предложат стать донором. Вероятность такого совпадения низкая, поэтому расширение базы остаётся важной задачей.

НЕ ПРОСТО ЛОЗУНГ

В студенческих отрядах отметили, что участие в акции – это вклад в долгосрочную помощь.

– Для бойца студенческого отряда лозунг «Труд крут» – это не только про работу на объектах, но и про созидание, помощь обществу. Сегодня ребята

проявили высшую степень гражданской ответственности. Стать потенциальным донором костного мозга – значит дать шанс на выздоровление человеку, для которого трансплантация является последней надеждой, – сказала руководитель Крымского регионального отделения Российских студенческих отрядов Екатерина Денесюк.

В Центре крови отмечают, что наиболее сложный период для донорства – лето. В это время снижается число доноров из-за отпусков и каникул, а потребность в крови растёт. В учреждении рассчитывают на поддержку молодёжи и в этот период.

Специалисты подчёркивают, что донорство возможно только при хорошем состоянии здоровья. Перед процедурой проводится строгий отбор, среди прочего с использованием медицинских информационных систем. Это позволяет выявлять противопоказания и снижать риски как для донора, так и для реципиента.

Медики отмечают, что за последние годы «помолодели» хронические заболевания, в том числе гипертония и сахарный диабет. Это

“ СТАТЬ ПОТЕНЦИАЛЬНЫМ ДОНОРОМ КОСТНОГО МОЗГА – ЗНАЧИТ ДАТЬ ШАНС НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКУ, ДЛЯ КОТОРОГО ТРАНСПЛАНТАЦИЯ ЯВЛЯЕТСЯ ПОСЛЕДНЕЙ НАДЕЖДОЙ”

усложняет отбор доноров и повышает требования к состоянию их здоровья.

При этом донорство может иметь профилактический эффект для здоровых людей, в частности снижать риски сердечно-сосудистых заболеваний.

В Центре крови добавляют, что работа с молодёжью остаётся приоритетной: многие начинают сдавать кровь в студенческие годы и продолжают делать это регулярно.

Андрей НОВОХАТЬКО.

“ ТОЛЬКО ЗА ПРОШЛЫЙ ГОД МЫ ПРОВЕЛИ ТРИ ТАКИЕ АКЦИИ И ПРИВЛЕКЛИ БОЛЕЕ СТА ЧЕЛОВЕК”

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ – ЭТО...

...ХОДИТЬ К ВРАЧУ, КОГДА НИЧЕГО НЕ БЕСПОКОИТ.

ЧТО НЕОБХОДИМО?

Обратиться в медицинскую организацию по месту жительства, при себе иметь паспорт и полис ОМС.

18–39 лет – 1 раз в 3 года.

старше 40 лет и др. категории граждан – ежегодно, в т. ч. работающие пенсионеры и работающие граждане за 5 и менее лет до наступления пенсионного возраста.

ЗАБОТЬСЯ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ ВОВРЕМЯ

КРЫМ МЕНЯЕТСЯ

МОДЕРНИЗАЦИЯ
И РАСШИРЕНИЕ

«Мероприятия по строительству электросетевых объектов, необходимых для надёжного энергоснабжения жителей Крымского полуострова и Краснодарского края, включены в комплексный план модернизации и расширения магистральной инфраструктуры», – сообщили в пресс-службе Правительства РФ. Как пояснили в кабмине, речь идёт о строительстве линий электропередачи для подключения систем накопления электроэнергии к энергосистемам



Фото: пресс-служба главы Крыма

НАДЁЖНОЕ
ЭЛЕКТРИЧЕСТВО

В этом году в Крыму планируется реконструкция четырёх электроподстанций – в Белогорском, Советском, Бахчисарайском и Симферопольском районах.

станций, – отметил глава республики. – Сегодня уже установлено 82 ТП в 20 подразделениях.

Работы ведутся за счёт средств и Крымэнерго, и республиканского бюджета. Всего по республике замены требуют несколько тысяч трансформаторных подстанций, но модернизация таких ТП частично осуществляется, что позволяет продлить их срок службы.

В марте в адрес предприятия «Крымэнерго», как рассказал глава Крыма Сергей Аксёнов, поступило около 60 обращений граждан, которые преимущественно касались технологических присоединений (ТП), жалоб на низкое напряжение в сети, тарифов, перехода на прямые расчёты с предприятием.

Сергей Аксёнов напомнил, что за 2025 год реализовано 20 тысяч договоров по технологическим присоединениям к электросетям. Однако ликвидация задолженности по техприсоединениям выполняется не в том темпе, который был заявлен ранее.

– Это объективное отставание от графика, к июню планируется выйти на плановые показатели отработки шестисот техприсоединений в неделю, – говорит руководитель региона. – Домовладение или объект строительства, уже введённые в эксплуатацию, должны подключаться в первую очередь, новая улица, где только формируются земельные участки, – во вторую.

Василий АКУЛОВ.

На Крымском полуострове модернизируют и расширяют инфраструктуру электросетевых объектов. Текст соответствующего распоряжения Правительства РФ опубликован на сайте кабинета министров.

Крыма и Кубани. Решение об их установке было принято в 2025 году. «Модернизация и расширение магистральной инфраструктуры позволит сохранить надёжное и бесперебойное электроснабжение при растущем потреблении электроэнергии в этих регионах», – подчёркивается в документе.

Ранее в Правительстве РФ сообщили, что в схему территориального планирования России в области энергетики внесли тепловые электростанции Крыма. Это, как отметили в кабинете министров, создаст резерв генерирующих мощностей для поддержания надёжного энергоснабжения потребителей. «В схему добавлено строительство новых и расширение действующих тепловых электростанций в Крыму, Краснодарском крае, Москве и Московской области», – сказано в сообщении.

Главная задача схемы территориального планирования в области энергетики – создать условия для расширения энергетической инфраструктуры, которая оказывает влияние и на социально-экономическое развитие страны. «На основе этого документа формируются комплексные планы развития региональной инфраструктуры, что позволяет субъектам более эффективно реализовывать социальные и экономические инициативы», – добавили в правительстве.

Схема территориального планирования также необходима в целях резервирования свободных участков для размещения объектов энергетики федерального значения, которые планируется реконструировать или построить в долгосрочной перспективе.

РЕКОНСТРУКЦИЯ
И ОСНАЩЕНИЕ

Генеральный директор Крымэнерго Максим Шклярский сообщил, что в этом году в Крыму планируется реконструкция четырёх электроподстанций – в Белогорском, Советском, Бахчисарайском и Симферопольском районах.

– В 2026 году планируем реализовать 73 проекта на сумму около восьми миллиардов рублей, – пояснил он. – Один из наиболее важных – реконструкция подстанции «Трудовое» в Симферопольском районе. Мы переводим её из класса напряжения 35 киловольт на 110 киловольт, соответственно, увеличиваем установленную мощность трансформаторов более чем в два раза.

Реализация проекта существенно увеличит возможность присоединения новых объектов и улучшит качество электроснабжения существующих потребителей, уверен руководитель предприятия.

Также наряду с реконструкцией подстанций в Белогор-

ском, Советском и Бахчисарайском районах намечено строительство новых линий электропередачи протяжённостью более 50 километров.

По словам Шклярского, в планах на этот год оснащение интеллектуальными системами учёта 630 многоквартирных домов. Сейчас уровень оснащения крымских многоквартирных домов такими системами составляет 15%.

“С НАЧАЛА ГОДА
В КРЫМУ ВЫПОЛНИЛИ
ТРЕТЬ ПЛАНА
ПО УСТАНОВКЕ
ТРАНСФОРМАТОРНЫХ
ПОДСТАНЦИЙ (ТП).
В ЧАСТНОСТИ, ДО КОНЦА
ДЕКАБРЯ В РЕСПУБЛИКЕ
ПОЯВИТСЯ 250 НОВЫХ
ЭЛЕКТРОУСТАНОВОК

ТП... И ТП

Как сообщил глава Крыма Сергей Аксёнов, с начала года в Крыму выполнили треть плана по установке трансформаторных подстанций (ТП). В частности, до конца декабря в республике появится 250 новых электроустановок.

– Крымэнерго активно продолжает установку новых трансформаторных под-

В РЕГИОНАХ

АРТЕРИИ ПОЛУОСТРОВА. В Кировском районе ремонт автомобильной дороги межмуниципального значения Золотое Поле – Курское вышел на финишную прямую. Работы ведутся благодаря национальному проекту «Инфраструктура для жизни». Объект протяжённостью 5,3 км проходит от села Золотое Поле через Львовское и выходит к а/д Белогорск – Феодосия, обеспечивая удобный выезд на федеральную трассу «Таврида». Сейчас специалисты подрядной организации занимаются устройством верхних слоёв дорожной «одежды»: на объекте укладывают асфальтобетонное покрытие.

ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ ЧИСТОТЫ. В Белогорске обустраивают площадки для крупногабаритного мусора. В первую очередь их размещают рядом с кладбищами – это поможет жителям удобнее утилизировать старые венки, ветки и другой крупный мусор. Площадки, уже действующие с 2025 года: ул. Мира (за кладбищем); ул. Зеленогорская (рядом с кладбищем); ул. Феодосийская (возле мусульманского кладбища); трасса Советский – Симферополь (на территории кладбища). В этом году появятся ещё шесть площадок: ул. Мирошниченко (площадка ТКО «Керосинка»); ул. Русская (рядом с площадкой ТКО); ул. Мира (рядом с площадкой ТКО); Феодосийская трасса (около христианского кладбища); микрорайон Новый (рядом с площадкой ТКО); ул. Виноградная (рядом с площадкой ТКО).

КАПИТАЛЬНОЕ ОБНОВЛЕНИЕ. В Нижнегорском идут работы по капитальному ремонту дворовой территории на ул. Молодёжной 10, 12, 14. Общая стоимость мероприятий составляет около 14 млн руб. Средства выделены в рамках Соглашения между г. Москвой и Советом министров Республики Крым. Проектом предусмотрены асфальтирование территории, освещение, установка лавочек, урн.

КРЫША НАД ГОЛОВОЙ. В Ленинском районе вручили ключи от собственного жилья шести молодым людям, оставшимся без попечения родителей. Жильё для ребят приобретено в посёлке Ленино и селе Ленинском, а также в городах Керчь и Щёлкино. Перед вручением ключей каждый из новосёлов лично осмотрел свою будущую квартиру – все они полностью соответствуют требованиям законодательства и готовы для комфортного проживания.

АВТОМАТИЧЕСКИЙ ПОЛИВ. В Керчи, на Гагаринском кольце начался монтаж автоматической системы полива. Сотрудники службы городского хозяйства прокладывают траншеи для трубопровода, чтобы обеспечить капельный полив зелёных насаждений. По плану должны уложить 90 метров труб и смонтировать 40 форсунок. Гагаринское кольцо – не единственный объект в городе с автополивом. Аналогичные комплексы уже работают на транспортных кольцах у автовокзала и на улице Чкалова, а также в нескольких городских скверах.

УЮТНЫЕ ДВОРЫ. В селе Чайкино Джанкойского района ведутся работы по благоустройству придомовых территорий многоквартирных домов. Обустройство новых пешеходных дорожек и внутридворовых проездов, установка системы уличного освещения, лавочек и урн будут проведены на улице Ленина, 1, 2, 3, 4. На данный момент подрядной организацией выполнен демонтаж отдельных элементов дворовой территории и завезена часть необходимых материалов. Ведётся подготовительный этап работ с учётом погодных условий и состояния грунта.

Рубрику ведёт Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ



ОБРАЗОВАНА КЕНИГСБЕРГСКАЯ ОБЛАСТЬ

1946 – была образована Кенигсбергская область в составе РСФСР. После войны город стал заселяться быстрыми темпами, восстанавливалось производство. Но город имел полузакрывший статус в связи со стратегическим положением. Для иностранцев город был практически закрыт, за исключением редких визитов дружбы из соседней Польши.

ВВЕДЁН НАЦИОНАЛЬНЫЙ ДОМЕН
ВЕРХНЕГО УРОВНЯ RU

1994 – был создан российский домен RU. Именно в этот день в международной базе данных национальных доменов верхнего уровня появилась запись об открытии российского доменного интернет-пространства.

НОВОСТИ ИЗ СОЦСЕТЕЙ

ТЕПЛОВИЗОР НЕ ОБМАНЕТ. Жители Ялты обращаются к Ялтинским тепловым сетям с просьбой снизить температуру отопления. По их словам, на улице уже около +20 градусов, однако батареи остаются слишком горячими. Горожане недоумевают, почему подобные вопросы приходится поднимать в социальных сетях.

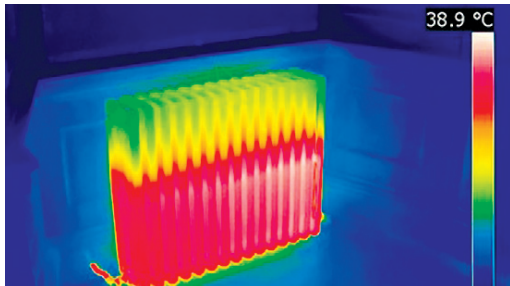


Фото: Подслушано Ялта/«ВКонтакте»

НАКОПИЛОСЬ. Жители Евпатории обращают внимание администрации на стихийную свалку на улице Дм. Ульянова / пер. Дм. Ульянова. По их словам, отсутствие контейнеров приводит к тому, что при ветре отходы разлетаются на значительное расстояние.



Фото: Подслушано Евпатория/«ВКонтакте»

ЛЮК-С. Жители Симферополя сообщают о сломанном люке на улице Караимской, который, по их словам, находится в таком состоянии уже около месяца или дольше. Они выражают обеспокоенность тем, что проблема до сих пор не устранена, и задаются вопросом, сколько ещё он будет оставаться опасным.



Фото: Подслушано Симферополь ЧП/«ВКонтакте»

Подготовила Юлия ПОПОВА.

ЗЕЛЕНО & КРАСИВО

АПРЕЛЬСКИЕ СЮРПРИЗЫ

Апрель в Крыму обманчив. Днём ласковое солнце пробуждает всё живое, сады цветут, и кажется, что весна полностью вступила в свои права. Но ночью температура может внезапно упасть ниже нуля. Заморозки на почве нередко оказываются опаснее зимних морозов. Растения уже вышли из состояния покоя, утратили закалку и становятся беззащитными перед кратковременным холодом.

Но спасти посадки можно. Главное – заранее знать, какие из них находятся в группе риска.

– Есть культуры, которые критично реагируют даже на слабый минус. В зоне особого внимания – цветущие плодовые де-

ревья: вишня, черешня, абрикос. Потеря цвета означает потерю всего урожая, даже если само дерево не пострадает. Сразу за ними следуют клубника, ранние всходы салатов, редиса и зелени, а также рассада в теплицах. Эти растения требуют укрытия при первых признаках похолодания, – объясняет агроном Павел Воронцов.

При этом некоторые культуры, как отмечает эксперт, способны пережить кратковременные заморозки без серьёзного ущерба. Речь идёт о луке, чесноке, горохе и укропе. Однако если синоптики обещают значительный минус, лучше не рисковать и защитить их тоже.

Самый практичный и надёжный вариант для дачника – агроволокно или спанбонд плотностью 30–60 граммов на квадратный метр. Этот материал пропускает воздух, удерживает тепло и не придавливает нежные побеги. Также можно использовать старые простыни, мешковину или плёнку, но в последнем случае обязательно нужно обеспечить вентиляцию.

– Главная ошибка, которую совершают огородники, – запечатывать грядки плёнкой наглухо. Под таким колпаком скапливается влага, и при перепадах температуры растениям становится хуже. Укрытие должно дышать, – предупреждает Павел Воронцов.

ПОПУЛЯРНАЯ ТЕМА

НЕ ТОЛЬКО ПОЛЕЗНЫ

Сразу надо вспомнить, что это очень питательный продукт, но при этом не слишком калорийный. Кроме того, яйца содержат почти всю таблицу Менделеева: витамины группы В, А, С, D, Е, К, а также целый набор микро- и макроэлементов – от железа до магния. Но есть и обратная сторона: обычное яйцо может стать источником опасных инфекций.

– С яйцами кур могут передаваться возбудители сальмонеллёза, туберкулёза, стрептококкоза, пуллороза, пастереллёза, колибактериоза, инфекционного ларин-



Фото: Гала АМАРАНДО

И СНОВА
ВСЁ О НИХ

В канун Пасхи вновь возникает яичная тема. Крашеные куриные яйца – один из главных символов праздника.

готрахеита, микоплазмоза, орнитоза, болезни Ньюкасла, птичьего гриппа, – перечислили опасности в Центре гигиены и эпидемиологии в РК и г. Севастополя.

Самая известная угроза – сальмонеллёз. Это инфекция, которая чаще всего поражает желудочно-кишечный тракт, но иногда может переходить в тяжёлую форму и затрагивать другие органы. При этом человек может даже не подозревать, что является носителем бактерий. Основная опасность – продукты без достаточной термической обработки: яйца, мясо, молоко. Не менее серьёзен и птичий грипп – вирус, который циркулирует среди птиц. Но есть хорошая новость: он боится высокой температуры.

“ЛУЧШЕ ВЫБИРАТЬ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ, КОТОРЫЙ НАХОДИТСЯ НАИБОЛЕЕ БЛИЗКО К ВАШЕМУ ГОРОДУ. ДОЛГАЯ ТРАНСПОРТИРОВКА МОЖЕТ СКАЗАТЬСЯ НА КАЧЕСТВЕ ПРОДУКТА. ЯЙЦО ДОЛЖНО БЫТЬ БЕЗ СКОЛОВ, ТРЕЩИН. А ВОТ ЦВЕТ СКОРЛУПЫ ЗНАЧЕНИЯ НЕ ИМЕЕТ

– Во избежание заражения вирусом птичьего гриппа рекомендуется яйца и мясо термически обрабатывать, при температуре +70°C происходит уничтожение вируса птичьего гриппа, – отмечают специалисты.

Ещё одна инфекция – орнитоз. Она чаще всего бьёт по дыхательной системе и протекает в острой форме.

– Примерно 85% всех случаев имеют симптомы поражения дыхательных путей, то есть гриппоподобный или пневмонический варианты течения, – добавили специалисты.

Кроме инфекций, яйца могут вызывать и аллергические реакции: высыпания, зуд, отёки, а также проблемы с пищеварением.

ПОКУПАЙТЕ С УМОМ

– При покупке куриных яиц следует обращать внимание на дату их получения. Лучше выбирать производителя, который находится наиболее близко к вашему городу. Долгая транспортировка может сказаться на качестве продукта. Яйцо должно быть без сколов, трещин. А вот цвет скорлупы значения не имеет, – рассказали эпидемиологи.

Температура хранения яиц должна быть от 0 до 20°C, а влажность воздуха – 85–88%. Яйца лучше всего хранить не на дверце холодильника, а на верхней полке, в пластиковом контейнере.

– Перед использованием лучше помыть яйца с мылом под проточной водой, не стоит также есть сырые или яйца всмятку, хранить их лучше в холодильнике отдельно от других продуктов, при температуре не выше +4°C. Выбирать яйца нужно с чистой и целой скорлупой, без трещин и повреждений, – советуют в Роспотребнадзоре.

Анастасия ЧЕБАНОВА.



Фото: Гала АМАРАНДО

Многие уверены, что теплица надёжно защищает от заморозков. Однако это заблуждение: при ночных похолоданиях температура внутри почти сравняется с уличной. Поэтому рассаду в теплицах необходимо дополнительно укрывать изнутри, ставить дуги с агроволокном или использовать простой, но действенный приём – ёмкости

с водой. Вода днём нагревается, а ночью медленно отдаёт тепло, работая как естественный аккумулятор.

Эксперт рекомендует перед ожидаемыми заморозками обильно полить грядки. Влажная почва остывает медленнее сухой, и эта разница в один-два градуса часто оказывается решающей для выживания растений.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ
САДОВОДА
(7–13 АПРЕЛЯ)

Убывающая луна:

- 7 апреля – сейте зелень, корнеплоды, бобовые.
- 8 апреля – обработайте растения от болезней и вредителей.
- 9 апреля – посадите картофель, раннюю капусту.
- 10 апреля – внесите корневую и внекорневую подкормку.
- 11 апреля – прорыхлите почву.
- 12 апреля – проведите окучивание растений.
- 13 апреля – обработайте растения от болезней и вредителей.

Подготовила Юлия ЗАХАРОВА.

#ЗОЖГАЗЕТОЙ

В традиционной китайской медицине печени определена роль генерала армии, который руководит силами организма. Весной на этот орган приходится очень большая нагрузка, потому стоит о ней позаботиться.

ВИТАМИННЫЙ УДАР

Печень – это хранилище запасов крови. Печень решает, в каких объёмах и когда выделять кровь, а значит, и энергию для всех органов. Клетки печени отвечают за обезвреживание токсичных веществ и выработку желчи. Есть масса бытовых моментов, которые серьёзно увеличивают



Фото: Гала АМАРАНДИ

ДОРОГУ
ГЕНЕРАЛУ!

Почему ПП иногда вредно для печени

нагрузку на печень. К примеру, различные консерванты, добавки, усилители вкуса и безопасные Е в продуктах.

– Алкоголь вызывает гибель клеток печени и может привести к тяжёлым заболеваниям (алкогольный гепатит и цирроз печени). Не забывайте: алкоголь может содержаться во многих лекарствах и продуктах, например, в конфетах. Ещё один момент – продукты с истекшим сроком годности. Они могут содержать токсины, продукты разложения, на них могли попасть бактерии и грибки, которые повреждают печень, – предупреждает врач-гастроэнтеролог Ирина Исаева.

Она напоминает, что в чёрном списке для печени также обработанные мясные продукты. Они содержат модифицированные животные жиры, натрий. И чем выше степень переработки мяса, тем больше в нём вредных для органа веществ. Также серьёзный удар по печени наносит тяга к сладкому – около 80% фруктозы из крови сразу поглощается печенью, что ведёт к её неправильной работе, повреждает клетки.

Не менее опасно для здоровья этого органа увлечение БАДами, ведь они выводятся через печень, а значит, дают дополнительную нагрузку на гепатоциты. Например, увлечение

анаболическими стероидами в бодибилдинге может аукнуться множеством неприятностей: от острого гепатита до опухолей печени как доброкачественных, так и злокачественных. Даже витаминные добавки добавляют риски. Например, избыток железа или витамина А, который возможен на фоне приёма БАДов, способен привести к значительному повреждению печени.

Особенно опасны, по словам эксперта, обезболивающие и противовоспалительные; гормональные препараты; антибактериальные препараты, статины и прочее.

ДЕПО ЖИРА

Печень не зря называют «депо жира» – она отвечает за жировой обмен. При этом одно из самых распространённых хронических заболеваний печени у 35% взрослых людей во всём мире – это жировой гепатоз (стеатоз), когда в клетках печени присутствует лишний жир.

И если вы всё ещё думаете, что неалкогольная жировая болезнь печени (НАЖБП) грозит только людям с ожирением, то это большое заблуждение. Такой диагноз сейчас встречается у каждого третьего взрослого и стремительно молодеет, обнаруживаясь у пациентов с нормальным весом.

На него не стоит закрывать глаза, потому что при жировом гепатозе в два раза повышается риск инфарктов и инсультов, нарушается чувствительность к инсулину, что провоцирует или усиливает инсулинорезистентность и сахарный диабет. Также увеличиваются риски женских заболеваний: появление миом, кист в груди и на яичниках, эндометриоза и полипов.

– Жировая болезнь печени может развиваться у любого человека в возрасте 30 лет и старше, не злоупотребляющего, но регулярно употребляющего небольшие дозы алкоголя, предпочитающего жирную калорийную пищу, ведущего малоподвижный образ жизни, – объясняет врач-гепатолог Анна Аксельрод.

ПП С СЮРПРИЗОМ

Некоторые эксперты отмечают, что жировой гепатоз всё чаще находят у молодых людей, которые следят за питанием, т. е. соблюдают ПП (правильное питание).

– Часто за этим стоит перебор углеводов и недостаток жиров. Видели составы ПП сладостей? Там одна фруктоза и сахарозаменители. Поэтому любители ПП-перекусов в зоне риска, поскольку избыток углеводов запускает скачки глюкозы.

СУПЕРПОЛЕЗНО?

Печень любит листовую зелень, потому что она помогает выводить токсины из крови. Брокколи, цветная, белокочанная капуста и другие крестоцветные овощи содержат глутатион, который запускает работу ферментов печени, очищающих организм от токсинов. Сера в чесноке помогает выводить продукты распада из организма. В цельнозерновых продуктах содержится клетчатка, которая способствует выведению токсинов.

Как результат – повышенный инсулин и постепенная инсулинорезистентность. И тогда происходит ключевой момент: инсулин всё ещё высокий, но клетки уже «не слышат» его сигнал. В результате: лишний сахар начинает активно превращаться в жир. Он частично откладывается в области живота, а часть уходит прямо в печень и там накапливается, – отмечает нутрициолог Ирина Шиманская.

Основные рекомендации в борьбе с гепатозом – регулярные аэробные нагрузки (150–300 минут в неделю), поскольку усиленный кровоток улучшает питание печени; здоровый сон с 23 до 3 часов ночи; больше овощей, фруктов, цельнозерновых продуктов, нежирного белка в рационе и уменьшение потребления алкоголя, добавленной фруктозы, насыщенных жиров, простых углеводов, ультраобработанных продуктов.

Ольга НАГОРНАЯ.

ПРОИСШЕСТВИЯ/КРИМИНАЛ

18+

СКОЛЬ ВЕРЁВОЧКЕ НИ ВИТЬСЯ... Уроженцу Новосибирска, который ранее жил в Крыму, предъявлено обвинение. Ему инкриминируется совершение трёх эпизодов мошенничества, повлекших за собой значительный материальный ущерб. По данным следствия, в период с 2016 по 2017 год обвиняемый, вводя в заблуждение трёх жителей Симферополя, под предлогом развития бизнеса занимал у них денежные средства. Он обещал вернуть долги в кратчайшие сроки, однако на протяжении длительного времени уклонялся от выполнения своих обязательств, ссылаясь на различные причины. Общая сумма ущерба, причинённого потерпевшим, превысила четыре миллиона рублей. Злоумышленник был задержан сотрудниками Управления уголовного розыска МВД по Республике Крым по месту жительства в Новосибирске. Мужчине грозит наказание в виде лишения свободы на срок до десяти лет.

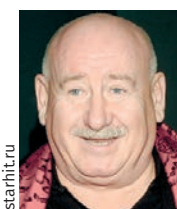
ДОМ СБЫТА. В Симферополе сотрудники отдела по контролю за оборотом наркотиков в ходе оперативно-разыскных мероприятий задержали жителя крымской столицы. Мужчину подозревают в покушении на сбыт синтетических наркотиков. Следствием установлено, что горожанин планировал распространять запрещённые вещества бесконтактным способом – через тайники-закладки. В ходе осмотра его жилища полицейские обнаружили и изъяли 12 zip-пакетов с расфасованным наркотическим веществом. Вес отдельных порций варьировался от 0,09 до 3,42 грамма, а общая масса изъятого составила 13,59 грамма. Кроме того, были обнаружены фасовочные приспособления и весы для определения массы вещества. По результатам проведённой экспертизы установлено, что изъятое содержит в своём составе наркотическое средство – производное N метилэфедрона, известное как «соль», оборот которого запрещён на территории Российской Федерации.

ГОРЕ-САДОВОД. В Сакском районе выявили незаконное хранение наркотических средств местным жителем. По данным полиции, подозреваемый приобрёл семена наркотического растения через интернет-магазин, вырастил и высушил их на своём приусадебном участке осенью прошлого года. Оперативники, обследовав прилегающую территорию домовладения, внутри бетонной трубы обнаружили пластиковый контейнер, где находилось измельчённое вещество растительного происхождения серого цвета со специфическим запахом. Проведённая экспертиза подтвердила, что изъятое вещество является наркотическим средством – каннабисом. Общий вес изъятого составил 360,6 грамма.

СБЕЖАТЬ НЕ УДАЛОСЬ. Главным следственным управлением СК России по Республике Крым и г. Севастополю возбуждено уголовное дело в отношении жителя села Трудового Симферопольского района. Он подозревается в совершении убийства своей матери. Мужчина, находясь в квартире дома на улице Шоссейной, в ходе ссоры с матерью нанёс ей множественные ножевые ранения в область головы и тела. От полученных травм женщина скончалась на месте. Злоумышленник попытался скрыться с места преступления, выпрыгнув из окна третьего этажа, однако был задержан сотрудниками полиции.

Рубрику ведёт Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

РОДИЛИСЬ В ЭТОТ ДЕНЬ



1946, МАРК РУДИНШТЕЙН

Известный российский продюсер, кинокритик, актёр, создатель кинофестиваля «Кинотавр» и организатор кинопремии «Золотой Овен». В 1987 году организовал первый в СССР рок-фестиваль.



1949, ВАЛЕНТИНА МАТВИЕНКО

Советский и российский государственный деятель, политик, дипломат. Председатель Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации.



1954, ДЖЕКИ ЧАН

Один из самых знаменитых азиатских актёров и режиссёров в мире. Известен своим акробатическим боевым стилем и комедийным талантом. Снялся в главных ролях в более чем 100 фильмах («Разборка в Бронксе» «Первый удар», «Громобой», «Шанхайский полдень», «Час пик», «Вокруг света за 80 дней», «Шпион по соседству» и др.).

ФУТБОЛ



Вячеслав Левчук уже успел завоевать первый трофей с «Таврией». Фото: «ВКонтакте»

«Одна философия всегда присутствует: ты должен забить на гол больше, чем забила команда соперника»

кой-либо одной тактической модели. Одна философия всегда присутствует: ты должен забить на гол больше, чем забила команда соперника.

– Но контроль-то вам нравится?

– Контроль ради контроля не нравится. Контроль всегда должен приводить к созданию атаки.

«Океан» – современная команда

– А о конкретном матче что можете рассказать? «Океан» по местным меркам крайне приличная команда. Как проходила подготовка к этой встрече? Как футболисты воплощали ваши идеи на поле?

– Приблизительно со вторника мы начали показывать ребятам видео (игра «Океана» и «Таврии» прошла 4 апреля, симферопольцы одержали убедительную победу со счётом 3 : 0. – Ред.). Признаться, я разбирал только игру с «Феодосией». Понятно, что у керчан очень организованная команда, особенно в фазе обороны. Они проповедуют модель игры 4–4–2, она современная. Это новшество. Поэтому могу сказать лишь то, что тренер команды соперника тоже хорошо работает.

Большая заслуга команды соперника в том, что мы не могли наладить игру в первом тайме (первая половина встречи завершилась вничью, 0 : 0, а после перерыва «Таврия» сумела поразить ворота «Океана» трижды. Отличились новичок команды Владислав Алексин, ветеран Дмитрий Матвиенко и молодой нападающий Лев Мальцев. – Ред.). Мне пришлось поговорить с ребятами в перерыве. Объяснил им основную причину, по которой у нас не получалось. Прежде всего, это спешка и брак в фазе перехода от обороны в атаку. Мы теряли много мячей, порой совершенно неоправданно. Отсюда и получилась такая, можно сказать, невзрачная картина игры. Понятно, что это непросто. Понятно, что нашу модель игры нужно развивать, приводить всех к общему знаменателю. Как это получится? Будем надеяться, что быстро.

КТО ВЫ, ГОСПОДИН ЛЕВЧУК?

Жизнь этого наставника подобна калейдоскопу. Совсем недавно выступал вместе с футболистами казахстанского «Актобе» в еврокубках, а теперь возглавляет симферопольскую «Таврию» и даже успел завоевать с командой трофей, поруководив клубом лишь в двух матчах. При этом Крым для Вячеслава Левчука вовсе не кот в мешке: долгое время он работал скаутом в «Севастополе».

Об адаптации к местным футбольным реалиям, игровой философии наставника и будущем «Таврии» поговорили сразу после победной игры симферопольцев с керченским «Океаном».

«ПРОСТО ТАК РАБОТАТЬ НЕ БУДУ»

– Расскажите, как оказались в Симферополе?

– Был звонок от Александра Николаевича (Александр Гайдаш, директор «Таврии». – Ред.). Не скажу, что долго раздумывал. Знал, что это за клуб, понимал, куда я еду. Поэтому буквально в течение двух-трёх дней принял решение. Вот так я и оказался здесь.

– Испытание для вас достаточно сложное: команда, можно сказать, наполнину новая. Наверное, морально готовились и знали, на что идёте именно в этом смысле?

– Вы правы. К нам пришло восемь игроков. Ещё и двух месяцев не прошло, как мы начали строить новую команду. Я прекрасно осознаю те традиции, которые были в этом большом клубе. Их нужно продолжать и приумножать.

– Не так давно вы тренировали «Актобе» в еврокубках. Теперь вы в Симферополе. Как ощущаете эту разницу?

– Чего тут лукавить, разница, конечно, ощущается! Работаю по такому принципу: если сейчас я нужен здесь, то должен полностью отдаваться этой работе. Просто так работать я не буду.

– Сыграв вместе с «Таврией», вы провели уже два официальных матча. Успели оценить уровень местного футбола?

– Я смотрел на «Заречное», разбирал игру команды «МАК» с «Ялтой». Могу сказать, что игроки плюс-минус одинаковые во всех клубах. Дальше, конечно, предстоит серьёзная работа. Как в тактическом, так и в функциональном плане. Я к ней готов.

«УДИВЛЁН, ЧТО МОЛОДЁЖЬ НЕ РВЁТСЯ В «ТАВРИЮ»

– Как мы уже говорили, появилось много новых футболистов. Получилось ли наспех их синхронизировать? Как укомплектовывались «с колёс»?

– Очень сложно... Непросто... Для меня большим откровением стало то, что футболисты не очень охотно идут в такую команду, как «Таврия». Приходится лично, используя силу убеждения, разговаривать с ребятами. Говорить, что, если мы начнём работать, их ждёт неплохое будущее. Надеюсь, что именно так оно и получится.

СПРАВКА

Вячеслав Левчук – главный тренер симферопольской «Таврии». Родился в Гомеле. Играл на позиции защитника. После завершения игровой карьеры работал с белорусскими командами «Гомель», «Днепр» (Могилёв), «Спутник» (Речица), «Бумпром». Входил в тренерский штаб львовских «Карпат». В «Севастополе» выполнял функции скаута. Пути Левчука пересекались сразу с несколькими наставниками «моряков»: Сергеем Пучковым, Ангелом Червенковым, Александром Рябоконею, Геннадием Орбу (ныне в бахчисарайском «Кызылташе»). Селекционером Вячеслав Левчук работал также в молдавском «Шерифе». Тренировал киргизский «Мурас Юнайтед» и казахстанский «Актобе». С последним выступал в Лиге Европы и Лиге конференций. Проиграли соответственно польской «Легии» и пражской «Спарте». Это не первый заход Левчука в Премьер-лигу КФС. В 2022 году он уже тренировал в Крыму. Работал с «Рубином». В Ялту наставник перебрался из стана могилёвского «Днепра», где тоже был главным тренером.

– Как вам форма проведения чемпионата с семью командами? Вы, например, заполнили её, сыграв контрольный поединок.

– Не нужно бояться того, что мы пропускаем эту игру. Всегда можно найти, с кем сыграть. А уже как кто распорядится работой – другое дело. Мне приходилось работать в чемпионатах, где было восемь команд. В Молдове так было. Страшного в этом я ничего не вижу. Главное то, как ты относишься к своей работе и как игроки воспринимают эту работу.

«НЕ ЛЮБЛЮ КОНТРОЛЬ РАДИ КОНТРОЛЯ»

– Как смогли бы очертить свою игровую философию? Какой игры требуете от своих подопечных? Игра какой команды вам, может быть, наиболее симпатична?

– Знаете, футбол – это такая «субстанция», которая никогда не стоит на месте и постоянно развивается. Не хочется лезть в совсем уж далёкие годы. Вспоминается с ходу время, когда тренд задавала «Барселона». Как раз в те времена, когда Пеп Гвардиола был игроком. Потом «Боруссия» (Дортмунд), потом «Атлетико» (Мадрид), «Ливерпуль», мадридский «Реал»... Я не сторонник ка-

СКАЗАНО



Он (Патрик Клюбверт. – Ред.) рассказал, что они не могут Нико Уильямса из «Атлетика» подписать, срочно ищут игрока, надо успевать».

Капитан «Краснодара» Эдуард СПЕРЦЯН рассказал о сорвавшемся переходе в «Барселону».



Если я выигрываю много матчей, значит, я действительно показываю хороший теннис».

Десятая ракетка мира Даниил МЕДВЕДЕВ высказался о своей текущей форме.



Мы ценим его как игрока, понимаем, сколько он сделал для организации».

Гендиректор хоккейного московского «Динамо» Сергей СУШКО оценил перспективу перезаключения контракта с нападающим Никитой Гусевым.

СРЕДА, 8 АПРЕЛЯ

ПЕРВЫЙ канал
05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:25 «Модный приговор» 0+

РОССИЯ 1
05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00,
03:00 Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном» Ток-шоу 12+

ПЯТЫЙ канал
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 05:45, 06:20, 07:00, 07:50,
09:30, 04:35 Т/с «Великолен-
ная пятёрка 4» 16+

ТВ
04:35, 08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 01:05
Сегодня
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+

ТВУ
06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И.» 16+
08:40 Т/с «Дела житейские б» 16+
10:35 Д/с «Актёрские драмы. Старость не радость» 16+

РУССКИЙ РОМАН
07:50 Х/ф «Терапия любовью» 16+
09:35 Х/ф «Жена по совместительству» 16+

ТНТ
07:00, 05:50 Т/с «СашаТаня» 16+
16:00 Т/с «Праздники» 16+
19:00 Т/с «Большой человек» 16+
21:00 Т/с «Полицейский с Рублевки» 16+

СТС
06:00 «ПроСТО кухня» 12+
07:35 «Сториз» 16+
08:40 Т/с «Кузнецовы ТВ» 16+
15:05 Т/с «Папины дочки. Новые» 12+

ПЯТНИЦА!
05:00 «Секреты на кухне» 16+
05:40, 01:40, 04:30 «Пятница News» 16+

РЕТРО
07:25 М/ф «Кукушка и скворец» 0+
07:35 М/ф «Лев и заяц» 0+
07:45 М/ф «Лиса-строитель» 0+
07:55 М/ф «Когда зажигают елки» 0+

КИНОХИТ
00:00 Х/ф «Законопослушный гражданин» 18+
01:40 Х/ф «Никита» 18+

КИНОКОМЕДИЯ
01:10 Х/ф «Жених» 12+
03:10 Х/ф «Бюро магических услуг» 12+

КРЫМ
06:00, 05:30 Мультфильмы 6+
06:45, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00,
20:00, 00:00, 03:00 Новости
24 12+
07:00 «Утро нового дня» 12+
09:15, 00:30 Д/с «Дело № 12»
09:45, 01:00 Д/с «Рассекреченная история» 16+

МИЛЛЕТ
04:45, 12:15 «Мирас» 12+
05:00, 19:00 «Юрт нефеси» 12+
05:30, 13:30, 17:30, 21:00 «Хаберлер» кр. тат. яз. 16+

07:00 «Мераба, саба!» 6+
09:00 Х/ф «Алчонок» 16+
10:25 Д/ф «Непровинция» 16+

Ты любишь социальные проекты, готов помогать людям, отвечать на их вопросы и писать об этом? Ты можешь стать частью большой команды «Крымской газеты»! Если хочешь работать корреспондентом, позвони нам: +7 (978) 207-90-81

ФИЛЬМ ДНЯ
15:40
«ПРИЗРАК И ТЬМА» 16+
1898 год. Молодой строитель полковник Джон Паттерсон получает срочное задание построить мост через реку в африканской провинции Цаво.

ФИЛЬМ ДНЯ
19:30
«МИСТЕР БЛЕЙК К ВАШИМ УСЛУГАМ» 16+
Чопорный английский джентльмен приезжает погостить во французский замок, где он некогда встретил свою первую любовь.

ШОУ ДНЯ
19:50
«ПУСТЬ ГОВОРЯТ» 16+
Говорят, что «словом делу не поможешь», но программа «Пусть говорят» это опровергает.

05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:25 «Модный приговор» 0+

ПЕРВЫЙ канал
05:00 «Доброе утро» 0+
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:25 «Модный приговор» 0+

РОССИЯ 1
05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00,
03:00 Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном» Ток-шоу 12+

ПЯТЫЙ канал
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 05:40, 06:20, 07:00, 07:45,
09:30 Т/с «Великолен-
ная пятёрка 4» 16+

ТВ
04:35, 08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 01:05
Сегодня
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+

ТВУ
06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И.» 16+
08:40 Т/с «Дела житейские б» 16+
10:35 Д/с «Актёрские драмы. Отправить сердце в нокаут» 16+

07:45 Х/ф «Двенадцать чудес» 12+
09:30 Х/ф «Китайский Новый год» 12+
11:10 Х/ф «Кривое зеркало души» 12+

ТНТ
07:00, 05:50 Т/с «СашаТаня» 16+
16:00 Т/с «Праздники» 16+
19:00 Т/с «Большой человек» 16+
21:00 Т/с «Полицейский с Рублевки» 16+

СТС
06:00 «100 мест, где поесть» 16+
06:20 «ПроСТО кухня» 12+
07:45 «Сториз» 16+
08:40 Т/с «Кузнецовы ТВ» 16+
15:05 Т/с «Папины дочки. Новые» 12+

05:00, 04:20 «Секреты на кухне» 16+
05:50, 02:10, 04:30 «Пятница News» 16+
06:20 «Гастротур» 16+
07:00 «Битва шефов» 16+

РЕТРО
06:55, 03:00 Х/ф «Один шанс из тысячи» 12+
08:15 М/ф «Весенняя сказка» 0+
08:35 М/ф «Волшебная птица» 0+

КИНОХИТ
00:25 Х/ф «Конец света» 18+
02:25 Х/ф «Лучшее впереди» 18+

КИНОКОМЕДИЯ
01:35 Х/ф «Кража в музее» 18+
03:05 Х/ф «Городской охотник» 16+

КРЫМ
06:00, 05:30 Мультфильмы 6+
06:45, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00,
20:00, 00:00, 03:00 Новости
24 12+
07:00 «Утро нового дня» 12+
09:15, 00:30 Д/с «Дело № 12»
09:45, 01:00 Д/с «Рассекреченная история» 16+

МИЛЛЕТ
04:45 «Мирас» 12+
05:00 «Тарих излери» 12+
05:30, 13:30, 17:30, 21:00 «Хаберлер» кр. тат. яз. 16+

06:00 «Хызмет ве берекет» 12+
06:30, 13:30, 19:30 «Хаберлер» рус. яз. 16+
07:00 «Мераба, саба!» 6+
09:00 «Народы Крыма» 12+

КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Каменный утёс. 6. Историческая провинция Японии. 9. Выборное городское управление. 11. В греческой мифологии – жрец Диониса. 12. Имя шотландского актёра МакКанна. 13. Валюта из Риги до введения евро. 14. Имя советской певицы Долухановой. 15. Месяц еврейского календаря. 16. Рыба из окунеобразных. 18. Персонаж пьесы Александра Островского «Сердце не камень». 20. ... Монтан. 21. Славянский бог плодородия. 22. Пятая буква тамильского алфавита. 23. Прибор для нагрева воздуха. 25. Ветер на Иссык-Куле. 26. Светильник над бампером.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Янтарь до окаменения. 2. Космодром в США. 3. Этот камень покровительствует родившимся под знаком Близнецов. 4. Шекспировский король. 5. Лётчик-виртуоз. 6. Рыба семейства карповых. 7. Полицейский в Италии. 8. В устье этой реки стоит японский город Химедзи. 10. Почтовая дорога. 14. Пробка в раковине. 16. Пицца для компостера. 17. Древоподобное растение семейства пальмовых, происходящее из Южной Америки. 19. Горный массив в Болгарии. 21. Остров в архипелаге Рюкю. 22. Столица на реке Белой. 24. Замок литературного узника.

Составила Лина НОВИЦКАЯ.

1	2	3	4	5	6	7	8
9					10		
11					12		
13				14			
15			16				17
	18	19				20	
21						22	
23					24		
25					26		

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД,

ОПУБЛИКОВАННЫЙ в № 56 от 06.04.2026

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 2. Ласка. 3. Кю. 6. Лотерея. 7. Мак. 9. Обь. 13. Завтрак. 16. Карлсон. 17. Боровик. 18. Статика. 19. Токката. 20. Стадион. 21. Актриса. 25. Азнавур. 29. Саванна. 33. Абрис. 34. Лакмус. 38. Журнал. 41. Коррида. 42. Сахара. 43. Навага. 44. Титуляр.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Экспериментатор. 4. Романтик. 5. Веласкес. 8. Арлекин. 10. Блондин. 11. Галоша. 12. Ростов. 14. Состав. 15. Мимоза. 21. Ар. 22. Табурет. 23. Инициал. 24. Ас. 26. Зал. 27. Аск. 28. Ушу. 30. Азу. 31. Аин. 32. Нал. 35. Агат. 36. Мрак. 37. Скат. 38. Жанр. 39. Ревю. 40. Арго.

На правах социальной рекламы

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

НИ ГРОША ЗА ДУШОЙ

У каждого из нас на шее, между ключицами, легко нащупать маленькую ямочку. Когда-то наши предки верили, что именно там «кугнезилась» душа. В этом же месте между ключицами обычно носили деньги (гроши), которые раньше были в виде монет, в мешочке. А уж если подобного мешочка не было – что с такого возьмёшь! Не ограбишь и не поживишься. Так что, когда денег нет, говорят: за душой нет ни гроша. Грустно это всё!

Рубрику ведёт Мария САВИНА.

АНЕКДОТЫ

- ***
- Сколько стоит комната на ночь?
- 4000 рублей.
- Летом было дешевле!
- Так летом и ночи короче.
- ***
- Запомни, Василий, жизнь – это не сёмга, не осетрина и не красная икра. Жизнь – это килька в томате, максимум – хек.
- С кем это ты, Петрович, разговариваешь?
- Кота жизни учу!
- ***
- В лондонской пожарной службе раздаётся телефонный звонок:
- Алло, добрый день! Это пожарные? Помогите, у меня пожар.
- Скажите, когда появился огонь, сэр?
- Я точно не знаю, примерно 1,5 миллиона лет назад. Не время для истории. Помогите же мне!

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

16+

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

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

ГОРОСКОП НА ЗАВТРА

- ОВЕН.** Задавая в этот день вопрос, не стоит слишком надеяться на ответ. Впрочем, вы и сами будете отличаться некоторой нерешительностью.
- ТЕЛЕЦ.** Расслабьтесь и принимайте мир таким, каков он есть. Всё могло бы быть в десятки раз хуже, так зачем же повышать энтропию Вселенной, пытаться что-то изменить?
- БЛИЗНЕЦЫ.** Вы слишком уж серьёзно ко всему подходите. Оно, может, и неплохо с точки зрения эффективности ваших трудов, однако нервные клетки хоть и восстанавливаются, но всё же очень медленно.
- РАК.** Спросите себя, нужно ли вам то, чего вы столь отчаянно пытаетесь добиться. Ведь добьётесь же.
- ЛЕВ.** В этот день вы сможете с лёгкостью заработать репутацию жуткого зануды. Если подобная перспектива вас не радует, приложите все усилия к тому, чтобы пореже раскрывать рот.
- ДЕВА.** Вам следует быть более уравновешенным, чем обычно. Взрывы эмоций будут иметь слишком сильный резонанс.
- ВЕСЫ.** В вашей крепости (т. е. доме) будет твориться такое, что вы будете счастливы возможности уединиться хотя бы в ванной.
- СКОРПИОН.** Свежесть вашего подхода к набившим оскомину проблемам завтра будет поражать воображение. Единственным ограничением могут стать ваши силы – их будет не много.
- СТРЕЛЕЦ.** Вы достаточно поработали, чтобы не иметь необходимости надрывать пупок. Если вы не можете расслабиться в достаточной мере – сбавьте темп.
- КОЗЕРОГ.** Этот день предоставит вам возможность быть беззаботным и доставит пару-тройку поводов для радости. Однако обязанностями всё-таки пренебрегать не следует.
- ВОДОЛЕЙ.** То, что вы столь опрометчиво считаете лёгким неудобством, очень скоро может стать немалой проблемой.
- РЫБЫ.** В этот день вы можете оказаться во власти сильных чувств, причём человеколюбия среди них может и не оказаться. Постарайтесь принести себе и окружающим минимальный ущерб.