

Центробанк РФ установил	Доллар США	74.5157	Белорусский рубль	28.8865	Датская крона (10)	12.2175	Китайский юань (10)	11.5082	Польский злотый	20.0883	Фунт стерлингов СК	100.6260
	Евро	90.8123	Болгарский лев	46.4591	Индийская рупия (100)	10.1514	Молдавский лей (10)	43.2602	Таджикский сомони (10)	65.3933	Чешская крона (10)	34.6859
КУРС ВАЛЮТ	Австралийский доллар	57.5112	Бразильский реал	13.7531	Казахстанский тенге (100)	17.7507	Новый румынский лей	18.6588	Турецкая лира	10.0102	Шведская крона (10)	90.1909
	Азербайджанский манат	43.8586	Венгерский форинт (100)	25.2091	Канадский доллар	58.4437	Новый туркменский манат	21.3207	Узбекский сум (1000)	71.3039	Швейцарский франк	83.9803
НА 12.01.2021	Армянский драм (100)	14.2682	Вон Республики Корея (1000)	67.9178	Киргизский сом (100)	89.6651	Норвежская крона (10)	87.7874	Украинская гривна (10)	26.3772	Японская иена (100)	87.5706

МЕСТНАЯ ВЛАСТЬ

НЕ СПРАВИЛИСЬ

КЕРЧЬ. Глава администрации Сергей Бороздин разъяснил ситуацию, сложившуюся в городе с оборотом и вывозом твёрдых бытовых и коммунальных отходов.

Так, на сегодняшний день региональный оператор ГУП РК «Крымэкоресурсы» является единственным юридическим лицом, осуществляющим на территории Республики Крым оборот с твёрдыми бытовыми и коммунальными отходами. С 1 января 2021 года на территории Керчи генеральным подрядчиком по обороту с ТБО и ТКО определено ООО «УМЭС». «Согласно среднестатистическим показателям 2020 года, объём накопления и вывоза мусора в Керчи составляет около 160 тонн в сутки. При этом с 1 января 2021 г. компания «УМЭС», заявляя, что обладает всеми необходимыми силами, средствами и техникой для осуществления данной деятельности, собирает и вывозит на полигон около 50-60 тонн твёрдых бытовых отходов. Одновременно на контейнерных площадках в шахтах мусоросбора МКД накапливается порядка 100 тонн мусора, которые не довозят до полигона. Данная ситуация усугубляется с каждым днём», – рассказал Сергей Бороздин.

На сегодняшний день управлением муниципального контроля уже направлено 65 уведомлений о составлении протоколов в отношении некачественного вывоза мусора.

ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ

СИМФЕРОПОЛЬСКИЙ РАЙОН. В селе Мазанка открыли универсальную спортивную площадку. В мероприятии приняли участие глава муниципального образования Симферопольский район – председатель Симферопольского районного совета Галина Шабанова, глава администрации Симферопольского района Дионис Алексанов и другие. «Уверена, что новая спортивная площадка станет популярным местом для активного отдыха детей и взрослых. Хочется отметить, что в Мазанском сельском поселении уделяют большое внимание развитию массового спорта и пропаганде здорового образа жизни. Мы же, в свою очередь, всегда готовы поддержать хорошие и нужные инициативы», – сказала Галина Шабанова.

На новой спортивной площадке с травмобезопасным покрытием есть всё для игры в мини-футбол, баскетбол и проведения физкультурно-оздоровительных занятий. На площадке установлены турники, брусья и тренажёры. Здесь планируется проводить подготовку к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

И БЮСТЫ...

КРАСНОГВАРДЕЙСКИЙ РАЙОН. Красногвардейское сельское поселение заняло 2-е место в конкурсе на лучшее сельское поселение. Призовые деньги в размере 3 млн рублей планируют потратить на установку четырёх бюстов героям войны в центральном парке. В планах на 2021 год глава Красногвардейского поселения Анатолий Ерохин обозначил: продолжение реконструкции центральной площади (ул. Комсомольская и в сторону площади, где находится екатерининская миля); ремонт междворовых проездов (кв. Южный и кв. Днепровский); восстановление могилы односельчанам (новое ограждение и сам памятник), а также приведение в порядок второго стадиона на Даниловке, так как есть спрос и необходимость.

Рубрику ведёт Ирина ГУЛИВАТАЯ.

ГОРЯЧАЯ ТЕМА

ДОЖДЬ ЛИ СНЕГ –
мы рады им в любое время года...

Начало на стр. 1

– Хочу вас попросить, Сергей Валерьевич, дать поручение ответственным исполнителям заняться нормативной документацией, – обратилась к главе Крыма Янина Павленко. – Потому что наши юристы, занимаясь документами по подготовке установки завода по опреснению, выявили, что сегодня в Российской Федерации не разработаны нормативные документы, которые на законодательном уровне позволяли бы использовать опреснённую воду. Параллельно, полагая, необходимо заняться подготовкой нормативной документации.

Хотим напомнить, что возле села Фрунзе Сакского района уже начата подготовка к строительству

опреснительной установки, которые ещё планируется разместить в Судак, Феодосии и Керчи.

Но что делать с износившимися трубами? Так, например, старый водовод в Керчи не выдержал землетрясения, которое произошло в декабре прошлого года в Анапе (землетрясение магнитудой 3,5 балла было зафиксировано в акватории Чёрного моря на глубине 10 км, эпицентр находился в 47 км от Анапы).

– Вчера в конце дня в Керчи полностью убраны последствия землетрясения в Анапе. У нас было достаточно большое количество повреждений чугунных водоводов. С этой задачей почти за месяц справились. Сейчас в Керчи и водоснабжение, и отопление будут гарантировано обе-

спечены, – сообщил генеральный директор ГУП РК «Вода Крыма» Владимир Баженов.

Он также рассказал, что воду из ещё двух водозаборов на западе Крыма направят на снабжение Симферополя.

– По «Ивановка-2», «Чеботарка-2» – бурение и промывка произведены, ждём паспорта для закупки насосов и оборудования. Подрядчик не работал только 1 января, все остальные дни строит новые водоводы от «Ивановка-2», «Чеботарка-2» – порядка 7,5 километра, – подчеркнул Владимир Баженов.

В планах – к апрелю этого года столицу Крыма полностью обеспечивать водой из подземных водозаборов.

Ирина ГУЛИВАТАЯ.

МЕТЕОРОЛОГИ
ОБЕЩАЮТ

На текущей неделе в Крыму ожидается неустойчивая погода с осадками и зимней стужей.

«До конца рабочей недели будет идти снег, мокрый снег, дождь, который в отдельных районах будет очень сильным. Днём, вплоть до пятницы будут слабopоложительные температуры воздуха от 0 до 5 градусов тепла, ночные температуры будут слабopрицательные – 2-3 градуса мороза», – сообщила руководитель крымского Гидрометцентра Татьяна Любецкая.

В конце недели в регионе сильно похолодает, до минус 15 градусов. Благодаря этому задержится снег, ожидаемый на днях. В Симферополе он шёл уже вчера. Начиная с выходных с 16 января температура воздуха днём составит от 3 до 8 градусов мороза, ночью – до 10-15 градусов ниже нуля.

ПРОКУРАТУРА РК РАЗЪЯСНЯЕТ

Конфликт интересов представляет собой ситуацию, при которой личная заинтересованность должностного лица может повлиять на процесс принятия решения и нанести ущерб интересам личности, общества либо государства. Наибольшее значение для общества имеет проблема возникновения конфликта интересов у государственных и муниципальных служащих.

Под личной заинтересованностью понимается возможность получения служащим при исполнении должностных обязанностей доходов в денежной либо натуральной форме, доходов в виде материальной выгоды непосредственно для себя или лиц близкого родства или свойства, а также для граждан или организаций, с которыми государственный гражданский служащий связан финансовыми или иными обязательствами.

Как показывает практика, в основе любого коррупционного правонарушения находится конфликт интересов лиц, занимающих публичные должности в

ЧТО ТАКОЕ КОНФЛИКТ
ИНТЕРЕСОВ

КАК ПОКАЗЫВАЕТ ПРАКТИКА, В ОСНОВЕ ЛЮБОГО КОРРУПЦИОННОГО ПРАВОНАРУШЕНИЯ НАХОДИТСЯ КОНФЛИКТ ИНТЕРЕСОВ ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХ ПУБЛИЧНЫЕ ДОЛЖНОСТИ В СИСТЕМЕ ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ И ОБЛАДАЮЩИХ В СВЯЗИ С ПРЕДОСТАВЛЕННЫМИ ИМ ГОСУДАРСТВОМ ПОЛНОМОЧИЯМИ СООТВЕТСТВУЮЩИМ ВЛИЯНИЕМ, КОТОРОЕ МОЖЕТ БЫТЬ ИСПОЛЬЗОВАНО ИМИ В ЛИЧНЫХ ИНТЕРЕСАХ, В ТОМ ЧИСЛЕ ВОПРЕКИ ИНТЕРЕСАМ ГОСУДАРСТВА

системе государственного управления и обладающих в связи с предоставленными им государством полномочиями соответствующим влиянием, которое может быть использовано ими в личных интересах, в том числе вопреки интересам государства.

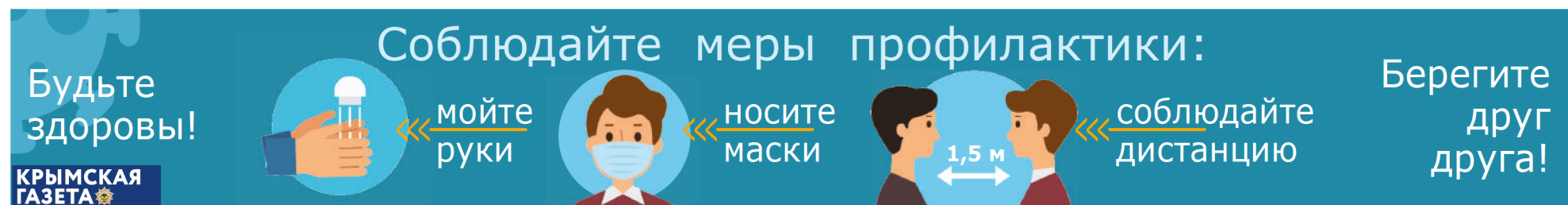
Основой правового регулирования конфликта интересов в любой сфере правоотношений является установление обязанности принимать меры по недопущению возможности его возникновения. Так, в соответствии со статьёй 11 Федерального закона «О противодействии коррупции» государственные или муниципальные служащие обязаны принимать меры, чтобы его не допустить. А также обязаны уведомить в порядке, определённом работодателем в соответствии с нормативными правовыми актами РФ,

о возникшем конфликте интересов или о возможности его возникновения, как только станет об этом известно.

В свою очередь, представитель нанимателя (работодатель) обязан принять меры по предотвращению или урегулированию конфликта интересов. Оно может состоять в изменении служебного положения лица, вплоть до его отстранения от исполнения должностных обязанностей и (или) в отказе его от выгоды путём отвода или самоотвода указанного лица.

Непринятие мер по предотвращению или урегулированию конфликта интересов является правонарушением, влекущим увольнение указанного лица в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Рубрику ведёт Андрей ПЕЛЫТ.



КРЫМСКИЙ ВЗГЛЯД



6 января, Вашингтон. Сторонники Дональда Трампа штурмуют здание Конгресса США.
Фото: Reuters

«ЧЁРНАЯ МЕТКА» ДЛЯ ТРАМПА

Американский истеблишмент добился своего

Недавний штурм Капитолия – событие, которое по масштабу внутри- и внешнеполитических процессов ещё долго будет напоминать о себе. Но некоторые выводы уже можно сделать.

ФИНАЛ «БУНТАРЯ-ОДИНОЧКИ»

Прежде всего это политическое будущее Дональда Трампа. Честно говоря, после «штурма Капитолия» оно становится более чем туманным. Дело в том, что теперь на нём, в том числе усилиями и без того «любящих» его влиятельных СМИ, навсегда будет наклеен ярлык бунтовщика-антигосударственника. А это для американских избирателей, исповедующих консервативные ценности (именно они ядро поддержки Трампа), куда более страшный грех, чем практически любые инициативы Джозефа Байдена. Грубо говоря, для поклонников Трампа президент-демократ – жулик, который победил нечестным путём. Но этот жулик не посягал на один из главных символов свободы и независимости американской нации – здание парламента.

Да и после такого манёвра трампистов от уходящего в историю президента окончательно открестилась Республиканская партия. Она, честно говоря, и без того с трудом терпела выскочку-миллиардера, который с трудом вписывался в привычные партийные рамки и традиции. Ну а после такого, как говорится, сам бог велел выставить его за партийную дверь. И в этом смысле более чем показательным было поведение вице-президента Майкла Пенса и президента Сената (верхней палаты американского парламента) Чака Грасли, которые в конфликте Трампа с Байденом

“ВЕСЬМА РАСПРОСТРАНЁННОЙ ВЕРСИЕЙ О ПРИЧИНАХ «ЗАХОДА В КАПИТОЛИЙ» ЯВЛЯЕТСЯ КАК РАЗ ТО, ЧТО ТРАМПА ТЕХНИЧНО ПОДСТАВИЛИ. МОЛ, ЕГО СТОРОННИКОВ СПРОВОЦИРОВАЛИ НА ТАКИЕ ДЕЙСТВИЯ ОППОНЕНТЫ ГЛАВЫ БЕЛОГО ДОМА. ОНИ СОЗДАЛИ ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ УСЛОВИЯ, ЧТОБЫ ЛЮДИ ПРАКТИЧЕСКИ БЕСПРЕПЯТСТВЕННО ОКАЗАЛИСЬ ВНУТРИ ЗДАНИЯ. ЗАТЕМ ДАЛИ ИМ (ДЛЯ ХОРОШИХ ФОТОГРАФИЙ И ВИДЕОКАДРОВ) КАК СЛЕДУЕТ ТАМ «ПОВЕСЕЛИТЬСЯ»

однозначно заняли сторону новоизбранного президента-демократа. И данный демарш, который Трамп расценил как удар ножа в спину, чётко продемонстрировал: проигравший глава государства остаётся один на один с объединённым истеблишментом США. А это уже равноценно проигрышу. И даже если вдруг без нескольких дней экс-президент задумает идти на выборы под знамёнами собственной политической силы (что на данный момент исключительно на уровне предположений), он практически наверняка обречён на неудачу. Потому как механика политико-избирательной системы США предполагает конкуренцию исключительно двух партий. Третьего не дано по определению. Такие партии, конечно, есть, но их результаты и влияние – на уровне статистической погрешности.

«ВРАГ ГОСУДАРСТВА»

Более того, объединённый истеблишмент уже довольно прозрачно намекнул Трампу: если он вдруг решит продолжить бунтарствовать, то ему вполне грозит уголовный процесс, к примеру, за подстрекательство к захвату органа государственной власти. А это уже, извините, не просто пожизненное пятно в биографии. Причём, судя по настроениям многих влиятельных фигур американского политика и бизнес-кругов, они бы вполне не прочь такой сценарий реализовать. Более того, весьма распространённой

версией о причинах «захода в Капитолий» является как раз то, что Трампа технично подставили. Мол, его сторонников спровоцировали на такие действия оппоненты главы Белого дома. Они создали все необходимые условия, чтобы люди практически беспрепятственно оказались внутри здания. Затем дали им (для хороших фотографий и видеоклипов) как следует там «повеселиться». Ну а дальше уже дело техники: показать и написать об этом в СМИ с правильными акцентами. И вот он, «враг демократии», который готов на всё, чтобы удержаться у власти.

Так что Трамп, судя по всему, отправляется в «политический бан». Так же, как и его знаменитый аккаунт в «Твиттере», ставший символом его противостояния массмедиа, которые в большинстве своём откровенно ненавидели «президента-выскочку». И здесь главной иронией является то, что убрали Трампа из «Твиттера» (а также и из других популярных соцсетей) как раз те люди, которые на словах выступают за свободу слова как главную ценность США. Тот же хозяин «Фейсбука» Марк Цукерберг на пример. То есть он наглядно продемонстрировал истину, согласно которой тот, кто владеет социальными сетями, владеет умами американцев (да и не только их). Впрочем, это уже другая, не менее интересная история, к которой обязательно стоит вернуться.

Никита ПЕТРОВ.

ВОКРУГ СВЕТА

НЕОБЫКНОВЕННЫЙ САД

ФРАНЦИЯ. В Париже Елисейские Поля перепланируют и превратят в «необыкновенный сад». Об этом сообщила мэр французской столицы Анн Идальго. По её словам, на реконструкцию самого известного проспекта Парижа потратят 250 млн евро. Работы на 1,9-километровом участке начнутся после проведения в городе Олимпийских игр – они пройдут летом 2024 года. «Легендарный проспект за последние 30 лет утратил своё величие. Он был постепенно оставлен парижанами и пострадал от нескольких кризисов», – считают в комитете, инициировавшем капитальный ремонт Елисейских Полей и его окрестностей. Работы рассчитывают закончить к 2030 году.

ПОДО ЛЬДОМ БАЙКАЛА

РОССИЯ. Мировой рекорд по плаванию подо льдом без гидрокостюма установлен на озере Байкал. Автором достижения стала жительница Москвы Екатерина Некрасова. По данным издания, Некрасова проплыла брассом под водой 85 метров в купальнике. Это является мировым рекордом среди женщин. Предыдущий рекорд составлял 70 метров. Добавим, что во время заплыва температура воздуха в районе озера составляла около 30 градусов ниже нуля, а температура воды всего 0,02 градуса.

СТУПЕНЬКА В КОСМОС

ФИНЛЯНДИЯ. Группа финских исследователей разработала необычный сценарий колонизации Солнечной системы. Учёные предложили построить обитаемую базу на орбите Цереры – карликовой планеты, расположенной между Марсом и Юпитером. Там есть вода, углеводороды, железо и азот. Авторы проекта предложили построить несколько спутников и соединить их с помощью магнитных тросов. Этот объект должен будет совершать полный оборот вокруг Цереры за 66 секунд, чтобы поддерживать искусственную гравитацию. Люди смогут перемещаться между спутниками благодаря транспортным средствам, похожим на поезда на магнитной подвеске. Плотность населения на базе, по расчётам авторов, должна составить около 500 человек на квадратный километр.

СМЕРТОНОСНАЯ ВИКТОРИЯ

УГАНДА. В Уганде начали расследование массовой гибели рыбы в озере Виктория, которое является крупнейшим в Африке. Жителей страны призвали не употреблять в пищу рыбу, погибшую в водоёме. Точное количество погибшей рыбы к настоящему моменту объявлено не было. По данным местных служб по охране окружающей среды, гибель могла быть связана с нехваткой в озере кислорода. Озеро Виктория расположено на территории Танзании, Кении и Уганды.

ШЕСТВИЕ «СПУТНИКА»

РОССИЯ. Более полутора миллионов человек уже привились российской вакциной от коронавируса «Спутник V». Об этом сообщили в Российском фонде прямых инвестиций (РФПИ). «Более 1,5 миллиона человек уже вакцинированы препаратом «Спутник V». Вакцина не вызывает сильной аллергии», – говорится в тексте сообщения. В настоящее время вакцина одобрена в России, Белоруссии, Сербии, Аргентине, Боливии. Кроме того, инициирован процесс регистрации препарата в странах Евросоюза.

Рубрику ведёт Мария САВИНА.

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ



ПЕРВЫЙ КРИОНИРОВАННЫЙ

1967 год – впервые крионирован человек, им стал профессор психологии из США Джеймс Бедфорд. Его тело было заморожено спустя несколько часов после смерти. Через несколько дней оно было помещено на постоянное хранение в жидкий азот. По завещанию Бедфорда, 100 тысяч долларов США отошло на дальнейшие исследования в области крионики.



РАЗРУШИТЕЛЬНОЕ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ НА ГАИТИ

2010 год – на Гаити произошло землетрясение, которое унесло жизни 222 570 человек. Эпицентр находился в 15 километрах от города Порт-о-Пренс. Во время землетрясения сильно пострадали многие здания, в том числе президентский дворец.



Январь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
				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	27	28	29	30	31



Февраль

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
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	27	28



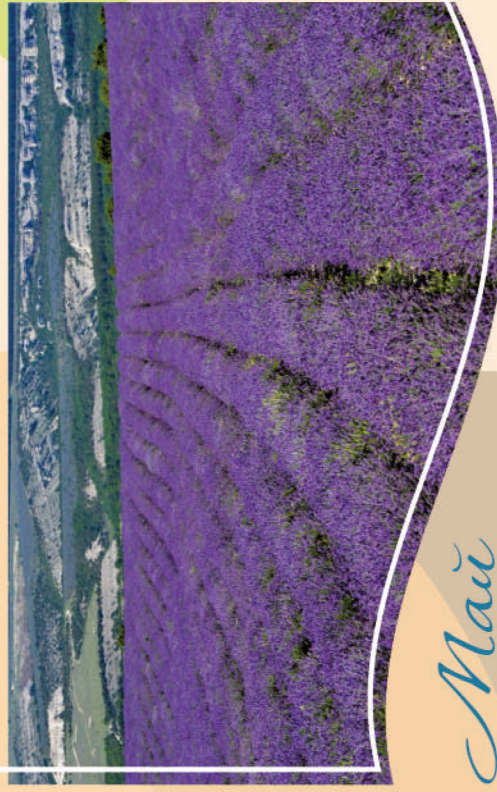
Март

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
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	27	28
29	30	31				



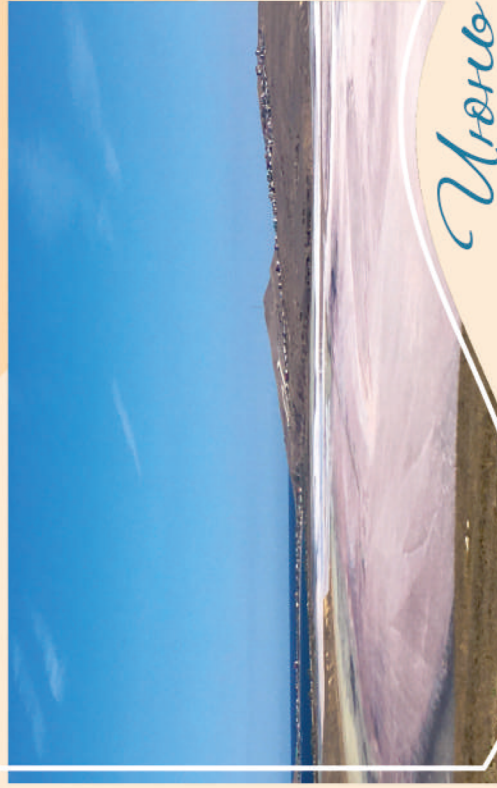
Апрель

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			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	27	28	29	30		



Май

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



Июнь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Крым в обьективе «Крымской разведки»



Июль

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



Август

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
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	27	28	29
30	31					



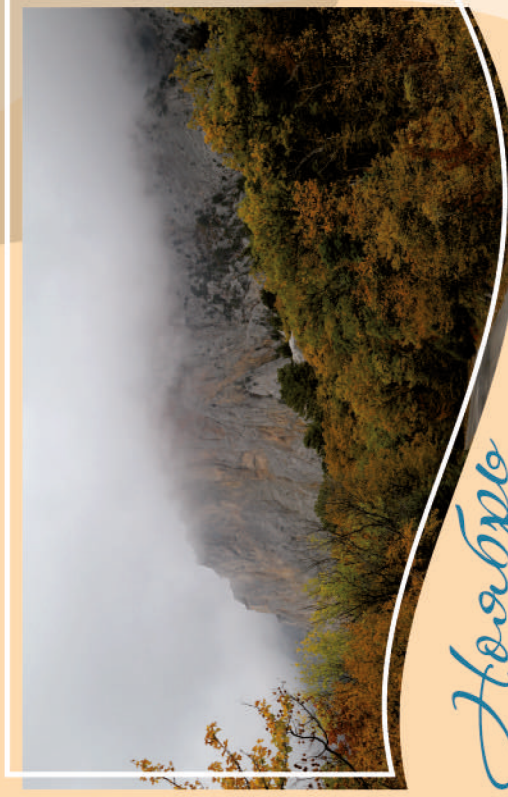
Сентябрь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



Октябрь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



Ноябрь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
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	27	28
29	30					



Декабрь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2021

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА

Крымский
ЖУРНАЛ

Крымское
информационное
агентство

Фото корреспондентов «Крымской газеты».

ШАХМАТЫ

ПЕРВЫЙ ЭТАП ОТБОРА

В Симферополе завершилось первенство Крыма по шахматам среди мальчиков и девочек. В соревнованиях приняли участие спортсмены двух возрастных категорий: до 9 и до 11 лет. Всего за столами встретились 38 начинающих спортсменов.

Соревнования прошли по швейцарской системе в семь туров (контроль времени – 90 минут до конца партии каждому участнику с добавлением 30 секунд за каждый сделанный ход).

Победителем первенства среди мальчиков до 9 лет стал Герман Довгаль, набравший 7 очков. Победу среди девочек этого же возраста отпраздновала Анна Вавренчук, набравшая 6 баллов. Данил Митрофанов с результатом 6,5 очка стал лучшим среди мальчиков до 11 лет, а Рогнеда Тулупова в этом же возрасте выиграла главные награды в соревнованиях девочек, набрав 4,5 балла.

Соревнования прошли в рамках системы отбора на первенство России. Это значит, что каждый из победителей уже претендует на заветную путёвку.

ММА

ПЕРВЕНСТВО РОССИИ В КРЫМУ

С 7 по 10 мая в Алуште пройдёт юношеское первенство России по смешанному боевому единоборству (ММА). Об этом сообщает Федерация СБЕ (ММА) Республики Крым со ссылкой на Союз ММА России. В соревнованиях примут участие юноши 12-13 и 14-15 лет.

Ожидается, что в Алушту съедутся сильнейшие в этих возрастных группах бойцы России. По итогам соревнований будут сформированы сборные страны для участия в первенстве мира.

Ранее самым крупным стартом в Крыму считалось проведение чемпионата и первенства Южного федерального округа в 2018 году в Евпатории. Соревнования всероссийского уровня в этом виде спорта пройдут на полуострове впервые.

ДЗЮДО

НА ВЕРШИНЕ

Юные ялтинские дзюдоисты по традиции начали новый год символическим восхождением на вершину Ай-Петри. Одну из самых живописных вершин Крыма покорили юные воспитанники ДЮСК «Титан», ГБУ РК «Спортивная школа № 6», МКУК ЯЦКС Гаспринского поселкового клуба и МБУДО ДЮЦ ФС. Самым юным участником восхождения, к слову, стал пятилетний Давид Давтян, который в горы отправился, естественно, с родителями.

За все годы новогоднего восхождения ялтинских дзюдоистов на Ай-Петри это был самый тёплый поход: поднявшись на вершину, ребята не увидели ни снежинки. Зато они насладились потрясающими панорамными видами с высоты птичьего полёта. Также их ждала полевая кухня и чай со сладкими угощениями.

После обеда и прогулки по зубцам Ай-Петри юные спортсмены отправились в зимнюю резиденцию Деда Мороза, расположенную на высоте 1153 метра над уровнем моря (на верхней станции канатной дороги Мисхор – Ай-Петри).

СОВЕТЫ БОДИБИЛДЕРА

Новогодние праздники ушли в прошлое, а вот наеденные за время каникул килограммы, к сожалению, остались. С началом рабочих будней огромное количество отдохнувших столкнулось с двумя вопросами: как вернуться в рабочий тонус и как избавиться от последствий праздничного стола?

С этими вопросами мы обратились к чемпионке Крыма по бодибилдингу в номинации фитнес-бикини, а ныне специалисту в сфере фитнеса и диетологии, известному тренеру Марине Горбуновой.

– Марина, я не открою Америку, если скажу, что для большинства людей новогодние праздники и правильное питание – понятия несовместимые. А вот после каникул это са-

лимона, имбиря или клюквы. А вот сахар необходимо минимизировать или вовсе избежать его. Желательно хотя бы на неделю исключить тяжёлую пищу, чтобы разгрузить организм. Например, мясо заменить рыбой или морепродуктами, добавить овощи и фрукты.

На период разгрузки берём за правило три приёма пищи в день: завтрак, обед и ужин. Уже после будем добавлять перекусы.

– Давайте попробуем составить топ нежелательных и желательных продуктов.

– Я бы убрала все крахмалистые крупы: рис, кукурузу, манку. Это продукты, которые задерживают воду в организме. Лучше перейти на гречку, овсянку, даже твёрдые сорта макарон. Мясо заменяем рыбой. Фрукты и овощи – это наши помощ-



Фото из личного архива Марины Горбуновой

КАК ВЕРНУТЬ ФОРМУ?

Ответы даёт профессиональный спортсмен, тренер, специалист в сфере фитнеса и диетологии

мое большинство задаётся вопросом, куда девать наеденные килограммы? Как нужно питаться, чтобы вернуть былую форму?

– Да, действительно, за праздники мы набираем немало вредных жировых отложений, которые могут откладываться в объёме до 150 граммов в сутки. Соответственно, за 10 дней мы можем набрать до полутора килограммов чистого жира. Это не считая воды, которая задерживается в нашем организме за счёт вкусных солений. И первое, что нужно сделать сейчас, – наладить водный баланс. В день необходимо выпивать около двух литров чистой воды. Напитки вроде чая или кофе сюда не входят. Речь идёт именно о чистой воде. С неё нужно начинать каждый день и на протяжении дня не забывать периодически выпивать стаканчик. Можно добавить сок

“ НАЧНИТЕ С ЭЛЕМЕНТАРНОЙ ЗАРЯДКИ. ДЕЛАЕМ СУСТАВНУЮ ГИМНАСТИКУ, НАЧИНАЯ СВЕРХУ И ЗАКАНЧИВАЯ НОГАМИ. ТАКЖЕ ДЕЛАЕМ НЕБОЛЬШУЮ РАСТЯЖКУ. МОЖЕМ НАЧАТЬ ПОНЕМОЖКУ БЕГАТЬ. ПОНЯТНО, ЧТО НЕ НУЖНО БЕЖАТЬ МАРАФОН НА ВРЕМЯ. ХОТЯ БЫ 15 МИНУТ БЕГА ТРУСЦОЙ УЖЕ ДАДУТ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ”

ники: помимо помидоров и огурцов, не забываем о капусте, моркови. Сладкое и мучное убираем, если уж совсем не получается обходиться без хлеба, налегаем на цельнозерновой.

– Понятно, что тренеры и специалисты составляют своим спортсменам меню, используя таблицы БЖУ (белков, жиров и углеводов), считают калории, за счёт чего формируется рацион. А что мы можем посоветовать человеку непосвящённому? Чем, например, можно позавтракать, пообедать или поужинать?

– Завтраком может быть яичница или омлет с овощами. Это как один из вариантов, чтобы было понятно, что не обязательно есть кашу, если вы её сейчас не хотите. На обед можно приготовить рыбу с овощами. Лучше запечёнными, но не перепаренными. Те же кабачки, бакла-

жаны. Вариант ужина – творог с фруктами или ягодами. Можно ту же запеканку сделать, только по правилам правильного питания, сейчас рецептов полно в Интернете.

– С питанием разобрались. Осталось перебороть накопившуюся лень и запустить организм. Как это можно сделать?

– Начните с элементарной зарядки. Делаем суставную гимнастику, начиная сверху и заканчивая ногами. Также делаем небольшую растяжку. Можем начать понемножку бегать. Понятно, что не нужно бежать марафон на время. Хотя бы 15 минут бега трусцой уже дадут положительный результат. Можно вспомнить уроки физкультуры, выполнить упражнения, которые делали в школе. В планке постоять, пресс покачать, отжаться пару раз и поприсесть.

И очень важно наладить режим сна. Организм не должен ни перетруждаться, ни пересыпаться. Нужно проснуться в 7 – ложиться в 11. Нужно проснуться в 6 – ложиться в 10. И желательно сделать так, чтобы каждый день вы ложились и просыпались в одно и то же время.

СКАЗАНО



Я не знаю, зачем футболисты всё это говорят. Видимо, нас нужно добить уже. У нас сейчас и так тяжёлая ситуация. Комментарии некоторых футболистов очень расстраивают.

Ольга КОНОВАЛОВА, генеральный директор ФК «Тамбов», о слухах относительно массового расторжения контрактов с футболистами.



Если мы говорим о деньгах, то Хабиб уже может не работать до конца жизни. Денег у него выше крыши. Хотя как фан единоборств я хочу, чтобы он дрался ещё 10 раз».

Дана УАЙТ, президент UFC, о возможном возвращении Хабиба Нурмагомедова.



Есть такое понятие «тренерская мудрость». Она абсолютно отсутствует в российском тренерском коллективе. Я их называю тренерами по объявлению».

Александр ТИХОНОВ, четырёхкратный олимпийский чемпион по биатлону, о причинах провала российской команды на этапе Кубка мира.



ВТОРНИК, 12 ЯНВАРЯ



05:00, 09:15 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:40 «Жить здорово!» 16+
10:50 «Модный приговор» 6+
12:10, 01:20, 03:05 «Время пока-
жет» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:00, 03:40 «Мужское / Женское»
16+
18:40, 00:25 «На самом деле» 16+
19:40 «Путь говорят» 16+
21:00 Время
21:30 Т/с «Солнечный круг» 16+
22:30 «Док-ток» 16+
23:30 Д/с «Япония. Обратная сто-
рона кимоно» 18+



05:00, 09:30 «Утро России»
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное
время
09:55 «О самом главном». Ток-
шоу 12+
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Судьба человека с Борисом
Корчевниковым» 12+
12:40, 18:40 «60 минут». Ток-шоу
12+
14:55 Т/с «Морозова» 12+
17:15 «Андрей Малахов. Прямой
эфир» 16+
21:20 Т/с «Склифосовский» 16+
00:40 Т/с «Рая знает» 12+
02:25 Т/с «Путешествие к центру
души» 12+



05:00, 09:00, 13:00, 17:30, 03:20
Известия
05:25, 06:05, 06:45, 07:40 Т/с «Пят-
ничный. Глава третья» 16+
08:30, 09:25 Х/ф «Последний
шанс» 16+
10:55, 12:00, 13:25, 14:25, 15:25, 16:25
Т/с «Куба. Личное дело» 16+
17:45, 18:35 Т/с «Такая работа» 16+
19:20, 20:05, 20:40, 21:35, 22:20,
00:30 Т/с «След» 16+
23:10 Т/с «Великолепная пятёрка
3» 16+
00:00 Известия. Итоговый выпуск
01:15, 02:00, 02:30, 02:55, 03:30,
04:05, 04:30 Т/с «Детекти-
вы» 16+



04:40 Т/с «Пасечник» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00
Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Паутина» 16+
13:20 Обзор. Чрезвычайное проис-
шествие
13:55, 16:25, 19:40 Т/с «Пёс» 16+
22:50 «Секрет на миллион. Самые
громкие секреты» 16+
23:40 Выступление Алексея Чу-
макова с симфоническим
оркестром 12+
02:20 Т/с «Перевозчик» 16+



06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И...» 16+
08:40 Х/ф «Инспектор уголовного
розыска» 0+
10:40, 04:40 Д/ф «Людмила Чур-
сина. Принимайте меня
такой!» 12+
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События
16+
11:50, 03:10 Т/с «Пуаро Агаты Кри-
сти» 12+
13:40, 05:20 «Мой герой. Евгений
Глазов» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:05 Т/с «Чисто московские убий-
ства» 12+
16:55 «Хроники московского быта.
Позорная родня» 12+
18:15 Т/с «Марафон для трех гра-
ций» 12+
22:35 «Осторожно, мошенники!»
16+
23:05, 01:35 Д/ф «Евгений Марты-
нов. Смертельная слава» 16+
00:00 События. 25-й час 16+
00:35, 02:55 «Петровка, 38» 16+
00:55 «Прощание. Александр Аб-
дулов» 16+
02:15 Д/ф «Большие деньги совет-
ского кино» 12+



07:45, 01:00 Х/ф «С любимыми не
расстаются» 12+
11:20 Х/ф «За лучшей жизнью» 12+
14:50 Х/ф «Чужая милая» 12+
18:00 Х/ф «Цветы от Лизы» 12+
21:40 Х/ф «Два дня» 16+
23:20 Х/ф «Ночная фиалка» 12+
04:10 Х/ф «Я люблю своего мужа»
16+



07:00, 07:30 «TNT. Gold» 16+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 12:00,
12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30,
15:00, 15:30, 20:00, 20:30 Т/с
«СашаТаня» 16+
10:00, 10:30, 11:00, 11:30 Т/с «Ольга»
16+
16:00, 17:00, 18:00, 19:00 «Однажды
в России. Спецдайджест» 16+
21:00, 21:30 Т/с «Гусар» 16+
22:00, 01:00 «Импровизация» 16+
23:00 «Женский стендап» 16+
00:00, 00:30 «ХБ» 16+
02:00 Comedy Woman 16+
02:55 «Comedy баттл» 16+
03:45, 04:40 «Открытый микро-
фон» 16+
05:30, 06:00, 06:30 «TNT. Best» 16+



06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:15 М/с «Спирит. Дух свободы»
6+
07:00 М/с «Том и Джерри» 0+
07:35 М/с «Босс-молокосос. Снова
в деле» 6+
08:00, 19:00 Т/с «Миша портит
всё» 16+
09:00 Т/с «Психологины» 16+
10:00 «Уральские пельмени» 16+
10:05 Х/ф «Девять ярдов» 16+
12:05 Т/с «Ивановы-Ивановы» 16+
15:55 Т/с «Родком» 12+
20:00 Х/ф «Мумия» 0+
22:30 Х/ф «Забирая жизни» 16+
00:30 «Русские не смеются» 16+
01:30 Х/ф «Дом» 18+
02:55 Т/с «Улётный экипаж» 12+
04:05 «Сезоны любви» 16+
04:55 «б кадров» 16+
05:15 М/ф «Сказка сказывается»
0+
05:35 М/ф «Ох и Ах» 0+
05:40 М/ф «Ох и Ах идут в по-
ход» 0+



05:00 Орёл и решка. Перезагруз-
ка 16+
07:30 Орёл и решка. Чудеса све-
та. 16+
09:00 Орёл и решка. Ивлеева VS
Бедняков 16+
10:00 Чёрный список 16+
16:30, 20:00 Битва шефов 16+
18:30 Племя. 12+
22:00 Т/с «Шерлок» 16+
00:00 Т/с «Фантом» 18+
02:00 Орёл и решка. Рай и ад 16+

СРЕДА, 13 ЯНВАРЯ



05:00, 09:15 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:40 «Жить здорово!» 16+
10:50 «Модный приговор» 6+
12:10, 01:20, 03:05 «Время пока-
жет» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:00, 03:40 «Мужское / Женское»
16+
18:40, 00:25 «На самом деле» 16+
19:40 «Путь говорят» 16+
21:00 Время
21:30 Т/с «Солнечный круг» 16+
22:30 «Док-ток» 16+
23:30 Д/с «Япония. Обратная сто-
рона кимоно» 18+



05:00, 09:30 «Утро России»
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное
время
09:55 «О самом главном». Ток-
шоу 12+
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Судьба человека с Борисом
Корчевниковым» 12+
12:40, 18:40 «60 минут». Ток-шоу
12+
14:55 Т/с «Морозова» 12+
17:15 «Андрей Малахов. Прямой
эфир» 16+
21:20 Т/с «Склифосовский» 16+
00:40 Т/с «Рая знает» 12+
02:25 Т/с «Путешествие к центру
души» 12+



05:00, 09:00, 13:00, 17:30, 03:20
Известия
05:35, 06:20, 07:05, 08:00, 09:25,
10:20, 11:20, 12:15, 13:25 Т/с
«Пятничный. Глава третья» 16+
13:40, 14:35, 15:35, 16:25 Т/с «Ле-
гавый» 16+
17:45, 18:35 Т/с «Такая работа» 16+
19:20, 20:20, 21:25, 22:20, 00:30 Т/с
«След» 16+
23:10 Т/с «Великолепная пятёрка
3» 16+
00:00 Известия. Итоговый выпуск
01:15, 02:00, 02:25, 02:50, 03:30,
03:55, 04:30 Т/с «Детекти-
вы» 16+



05:20 Т/с «Пасечник» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00
Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Паутина» 16+
13:20 Обзор. Чрезвычайное проис-
шествие
13:55, 16:25, 19:40 Т/с «Пёс» 16+
22:50 «Новогодний квартирник
НТВ у Маргулиса» 16+
01:25 Т/с «Перевозчик» 16+



06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И...» 16+
08:50 Х/ф «Мы из джаза» 12+
10:35, 04:40 Д/ф «Сергей Никонен-
ко. О, счастливычик!» 12+
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События
16+
11:50, 03:10 Т/с «Пуаро Агаты Кри-
сти» 12+
13:40, 05:20 «Мой герой. Полина
Пушкарук» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:05 Т/с «Чисто московские убий-
ства» 12+
16:55 «Хроники московского быта.
Смертельная скорость» 12+
18:15 Т/с «Погоня за тремя зайца-
ми» 12+
22:35 «Линия защиты» 16+
23:05, 01:35 «Девяностые. Залёт-
ные «Звёзды» 16+
00:00 События. 25-й час 16+
00:35, 02:55 «Петровка, 38» 16+
00:55 Д/ф «Людмила Гурченко.
Брачный марафон» 16+
02:15 Д/ф «Последняя передача.
Трагедия звёзд голубого
экрана» 12+



07:35 Х/ф «Сюрприз для любимого»
12+
09:20 Х/ф «Крепкий брак» 12+
11:00 Х/ф «Цветы от Лизы» 12+
14:40 Х/ф «Два дня» 16+
16:20 Х/ф «Ночная фиалка» 12+
18:00 Х/ф «Коммуналка» 12+
21:40 Х/ф «С чистого листа» 12+
23:30 Х/ф «Пять лет и один день»
12+



07:00, 07:30 «TNT. Gold» 16+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 12:00,
12:30, 13:00, 13:30, 14:00,
14:30, 15:00, 15:30, 20:00,
20:30 Т/с «СашаТаня» 16+
10:00, 10:30, 11:00, 11:30 Т/с «Ольга»
16+
16:00, 17:00, 18:00, 19:00 «Однажды
в России. Спецдайджест» 16+
21:00, 21:30 Т/с «Гусар» 16+
22:00 «Двое на миллион» 16+
23:00 «Stand up» 16+
00:00, 00:30 «ХБ» 16+
01:00 «Импровизация» 16+
02:00 Comedy Woman 16+
02:55 «Comedy баттл» 16+
03:45, 04:40 «Открытый микро-
фон» 16+
05:30, 06:00, 06:30 «TNT. Best» 16+



06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
06:15 М/с «Спирит. Дух свободы» 6+
07:00 М/с «Том и Джерри» 0+
07:35 М/с «Босс-молокосос. Снова
в деле» 6+
08:00, 19:00 Т/с «Миша портит
всё» 16+
09:00 Т/с «Психологины» 16+
10:00 Х/ф «Напряги извилины» 16+
12:05 Т/с «Ивановы-Ивановы» 16+
16:55 Т/с «Родком» 12+
20:00 Х/ф «Мумия возвращается»
12+
22:35 Х/ф «Елки» 12+
00:20, 01:50 Шоу «Уральских пель-
меней» 16+
03:05 Х/ф «Тайна четырёх прин-
цесс» 0+
04:30 Т/с «Улётный экипаж» 12+
05:15 М/ф «Подарок для самого
слабого» 0+
05:25 М/ф «Охотничье ружьё» 0+
05:35 М/ф «Муравьишка-хвасту-
нышка» 0+



05:00 Орёл и решка. Перезагруз-
ка 16+
07:30 Орёл и решка. Чудеса све-
та 16+
09:00 Орёл и решка. Ивлеева VS
Бедняков 16+
10:00 На ногах 16+
16:30, 19:30 Битва шефов 16+
18:30 Племя 12+
21:30 Т/с «Шерлок» 16+
23:30 Т/с «Фантом» 18+
01:30 Орёл и решка. Рай и ад 16+



06:00, 22:25 Х/ф «Салют!» Мария» 12+
08:15 Д/ф «Папа» или «золотая рыба-
ка» академика Исаева» 12+
08:55 М/ф «Приключения Огуречи-
ка» 0+
09:05 М/ф «Шенок и старая тапоч-
ка» 6+
09:20 М/ф «Сказка про чужие кра-
ски» 6+
09:30 М/ф «Клетка» 6+
09:40 М/ф «Кот Котофеевич» 0+
09:55, 11:35 Х/ф «Балтийское небо» 12+
13:10 М/ф «Яблочный пирог» 0+
13:20 М/ф «Приключения кузнечика
Кузи» 6+
13:30 М/ф «Приключения кузнечика
Кузи» 6+
13:40 М/ф «Снежные дорожки» 0+
13:55 М/ф «Стрекоза и муравей» 6+
14:05, 18:35, 02:30 Х/ф «Анискин и
Фантомас» 12+
15:25 Х/ф «Дон Сезар де Базан» 12+
16:50 Х/ф «Дон Сезар де Базан» 12+
18:05 Х/ф «Будни и праздники Алек-
сандра Ермакова» 12+
19:55, 21:10, 03:40, 04:50 Х/ф «Миссия
в Кабуле» 12+
00:50 Х/ф «Таверна «Ямайка» 16+

КИНОХИТ

00:45 Х/ф «Титаник» 12+
04:15 Х/ф «Терминатор» 16+
06:00 Х/ф «Пираты Карибского
морья: на краю света» 12+
08:35 Х/ф «День независимости» 12+
10:50 Х/ф «Крестный отец» 16+
13:40 Х/ф «Хищник 2» 16+
15:25 Х/ф «Дэдпул» 18+
17:05 Х/ф «Дэдпул 2» 18+
19:00 Х/ф «Логан» 18+
21:10 Х/ф «Отчаянный» 16+
22:50 Х/ф «Защита» 16+

КИНОКОМЕДИЯ

00:50 Х/ф «Герой супермаркета» 12+
02:30 Х/ф «Толстяк против всех» 16+
04:05 Х/ф «Одиннадцать друзей Оу-
шена» 12+
06:10 Х/ф «Двенадцать друзей Оу-
шена» 16+
08:25 Х/ф «Плане снова Т7» 12+
10:20 Х/ф «Очень плохая училка» 18+
12:00 Х/ф «Холостячки» 18+
13:35 Х/ф «Охотники за привидени-
ями» 6+
15:30 Х/ф «Чего хотят женщины?» 16+
17:55 Х/ф «Мужчина по вызову» 2» 16+
19:30 Х/ф «Животное» 12+
21:00 Х/ф «Скамейка запасных» 16+
22:30 Х/ф «Свадебный переполох» 16+



00:00, 12:10, 17:15, 23:30 Т/с «Вы все
меня бесите» 16+
00:20, 13:15 Т/с «Вечный отпуск» 12+
01:10, 14:20, 19:00 Т/с «Рожденная
звездой» 16+
02:00, 09:00, 13:00, 17:00, 20:00,
23:00 Новости 24
02:30 Д/ф «Плохие девочки» 16+
03:20 Х/ф «Арсен Люпен» 16+
06:05 Зерно истины 6+
06:45 М/ф 6+
07:00 Утро нового дня 12+
09:15 М/ф 6+
09:30 Д/ф «Пищевая эволюция» 12+
10:00 Д/ф «Плохие девочки» 16+
10:50 Документальный экран 12+
11:20 Д/ф «Сесиль в стране чудес» 12+
14:05 М/ф 6+
13:30 Т/с «Байки Митяя» 16+
15:15 Документальный экран 12+
16:10 Д/ф «Плохие девочки» 16+
18:10 Д/ф «Сесиль в стране чудес» 12+
20:30 Спорт. Лица 12+
20:45 Репетиция 12+
21:00 Х/ф «Добро пожаловать к
Райли» 16+



01:15 Х/ф 16+
02:10 Д/ф «Легендарные маяки
Исландии» 12+
02:50 Д/ф «Великие дрессировщи-
ки» 12+
03:15, 14:45 Т/с «Закрытая школа»
16+
03:50 Х/ф 16+
05:30 Хаберлер на кр.-тат. яз. 16+
06:00 Д/ф «Великие дрессировщи-
ки» 12+
06:30 Хаберлер на рус. яз. 16+
07:00 САБА 6+
09:00 Тарих излери 12+
09:40 М/ф 0+
10:10 Х/ф 16+
11:00 Истина 16+
11:30 Хаберлер на рус. яз. 16+
11:50, 16:40 Т/с «Патруль» 16+
12:45, 18:00 Т/с «Травма» 16+
13:30 Хаберлер на кр.-тат. яз. 16+
13:50, 21:00 Т/с «Clerde» 16+
15:40 М/ф на Кр.-тат. 0+
15:50 Х/ф 16+
17:30 Хаберлер на рус. яз. 16+
18:40 Д/ф «Великие дрессировщи-
ки» 12+
19:00 Истина 16+
19:30 Хаберлер на кр.-тат. яз. 16+
20:00 Д/ф «Легенды Крыма» 12+
20:30 Хаберлер на рус. яз. 16+
22:00 Х/ф 16+
23:40 Х/ф 16+



05:00, 09:15 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:40 «Жить здорово!» 16+
10:50 «Модный приговор» 6+
12:10, 01:20, 03:05 «Время покажет» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:00, 03:40 «Мужское / Женское» 16+
18:40, 00:25 «На самом деле» 16+
19:40 «Путь говорят» 16+
21:00 Время
21:30 Т/с «Солнечный круг» 16+
22:30 «Док-ток» 16+
23:30 Д/с «Япония. Обратная сторона
кимоно» 18+



05:00, 09:30 «Утро России»
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное
время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Судьба человека с Борисом
Корчевниковым» 12+
12:40, 18:40 «60 минут». Ток-шоу 12+
14:55 Т/с «Морозова» 12+
17:15 «Андрей Малахов. Прямой эфир»
16+
21:20 Т/с «Склифосовский» 16+
00:40 Т/с «Рая знает» 12+
02:25 Т/с «Путешествие к центру
души» 12+



05:00, 09:00, 13:00, 17:30, 03:25 Известия
05:25, 06:05, 06:50, 07:40, 09:25, 10:20,
11:20, 12:20, 13:25 Т/с «Пятничный.
Глава третья» 16+
08:35 «День ангела» 0+
13:40, 14:35 Т/с «Легавый» 16+
15:35, 16:30 Т/с «Легавый 2» 16+
17:45, 18:35 Т/с «Такая работа» 16+
19:20, 20:15, 21:20, 22:20, 00:30 Т/с «След»
16+
23:10 Т/с «Великолепная пятёрка 3» 16+
00:00 Известия. Итоговый выпуск
01:15, 02:00, 02:30, 03:00, 03:35, 04:05,
04:35 Т/с «Детективы» 16+



04:40 Т/с «Пасечник» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Паутина» 16+
13:20 Обзор. Чрезвычайное проис-
шествие
13:55, 17:20, 19:40 Т/с «Пёс» 16+
15:00, 16:25 Х/ф «Новогодний пёс» 16+
22:35 «Секрет на миллион. Самые
громкие секреты» 16+
23:40 Юбилейный концерт Ольги Кор-
мухиной «30 лет в открытом
космосе» 12+
01:25 Т/с «Перевозчик» 16+



06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И...» 16+
08:40 Х/ф «Земля Санникова» 0+
10:40, 04:40 Д/ф «Владислав Двор-
жецкий. Роковое везение» 12+
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События 16+
11:50, 03:10 Т/с «Пуаро Агаты Кристи»
12+
13:40, 05:20 «Мой герой. Дмитрий
Исаев» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:05 Т/с «Чисто московские убий-
ства» 12+
16:55 «Хроники московского быта.
Женщины первых миллио-
неров» 16+
18:10 Т/с «Три лани на алмазной тропе»
12+
22:35 «10 самых... Звёздные отчимы»
16+
23:05 Д/ф «Чёрная метка для звез-
ды» 12+
00:00 События. 25-й час 16+
00:35, 02:55 «Петровка, 38» 16+
00:55 Д/ф «Актёрские драмы. Послед-
ние роли» 12+
01:35 Д/ф «Горькие ягоды» советской
эстрады» 12+
02:15 Д/ф «Любовные истории. Сердцу
не прикажешь» 12+



11:00, 03:45 Х/ф «Коммуналка» 12+
14:40 Х/ф «С чистого листа» 12+
16:30 Х/ф «Блюз для сентября» 12+
18:00 Х/ф «Частые по договору» 12+
21:35 Х/ф «Сводные судьбы» 12+
00:55 Х/ф «Два дня» 16+
02:25 Х/ф «Каминный гость» 12+



07:00, 07:30 «TNT. Gold» 16+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 12:00, 12:30,
13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00,
15:30, 20:00, 20:30 Т/с «Саша-
Таня» 16+
10:00, 10:30, 11:00, 11:30 Т/с «Ольга» 16+
16:00, 17:00, 18:00, 19:00 «Однажды
в России

ПОГОДА
НА ЗАВТРА

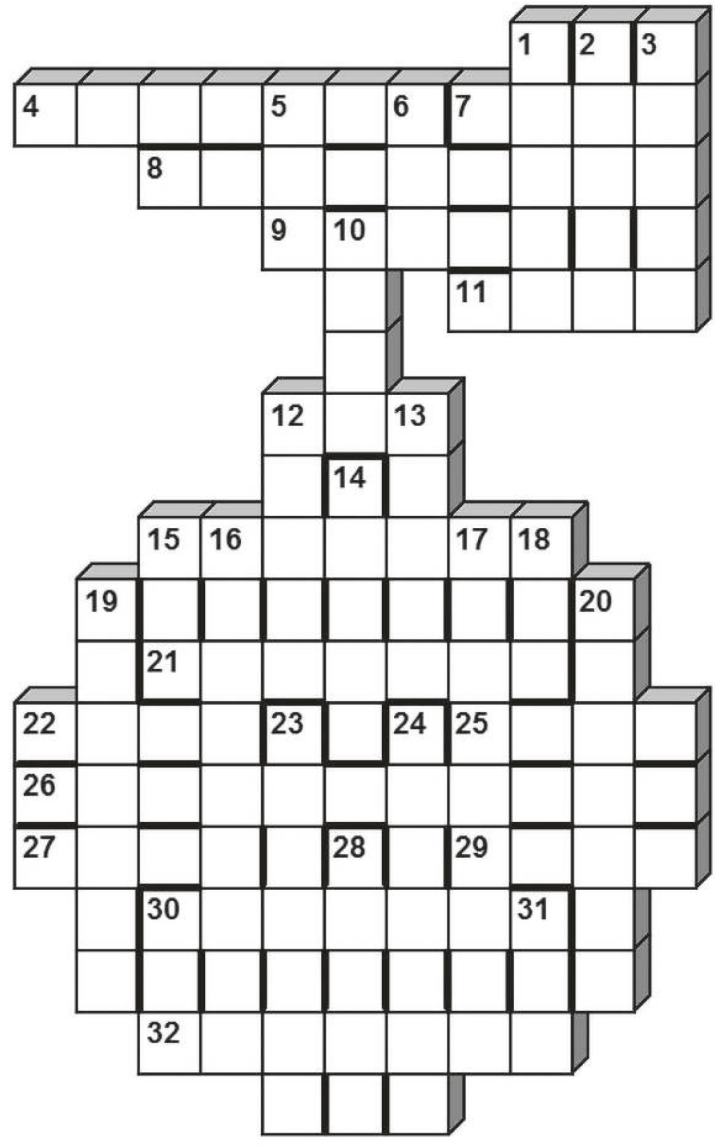
Симферополь		+2 +1
Севастополь		+5 +4
Ялта, Алушта		+10 +10
Евпатория		+1 +1
Черноморское		+2 +1
Феодосия		+3 +2
Керчь		+5 +3
Бахчисарай		+4 +2
Армянск		0 0
Джанкой		0 0
Судак		+4 +2
Белогорск		+1 0
Кировское		+2 +2

ЭСТОНСКИЙ КРОССВОРД «ЁЛОЧНЫЙ ШАР»

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Танец во-
круг ёлки. 7. Половина азбуки Мор-
зе. 8. Эти ленты бросают на карнава-
ле в танцующих. 9. Король всех ин-
струментов, по мнению Моцарта.
11. Новогоднее время года. 12. Мороз
с бородой. 15. Жилище Бабы-Яги. 21.
Герой грузинского эпоса. 22. Напи-
ток Диониса. 25. Житель Лапландии.
26. Сказочная красота зрелища. 27.
Пряный ром из Австрии. 29. «Погра-
ничник» между плюсами и минуса-
ми в математике. 30. Письмо найдёт
его «в доме, где резной палисад». 32.
Женщина, которая может стать и
Снегурочкой, и Бабой-Ягой.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Имя певицы
Хьюстон. 2. Якоб и Вильгельм, авто-
ры сказки «Золушка». 3. Русский ху-
дожник, автор картины «Карнавал
на Фонтанке». 5. Город в Дании. 6.
Название хребта или горы в Крыму,
на Кавказе. 10. Город в Болгарии. 12.
Ёлки-палки, лес густой. 13. Милая,
приятная женщина. 14. Имя жены
финского Деда Мороза. 15. Ракит-
ник. 16. Эта птичка имеет обычай
зимовать на незамерзающих водоё-
мах. 17. Согласованное сочетание
музыкальных звуков. 18. Фрак фран-
цуза. 19. Лирический номер из опе-
ры «Снегурочка». 20. Лыжные гонки
со стрельбой. 23. Фильм Петра Тодо-
ровского. 24. Деревенский детектив.
28. Американский актёр (фильм
«Маска»). 30. Роль Ляли Жемчуж-
ной. 31. Имя американской актрисы
Леони.

Составила Лина НОВИЦКАЯ.



ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 242 ОТ 31.12.2020

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 2. Шар. 5. Алмасты. 6. Юган. 9. Бусы. 11. Жеймо. 12. Бирюч. 13. Снег. 15. Цвет. 16. Раума. 18. Бурки. 20. Перро. 22. Могул. 23. Слалом. 24. Январь. 25. Поллюс. 27. Мороз. 28. Шишка. ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Шагаа. 3. Елка. 4. Атту. 7. Гейне. 8. Неон. 9. Баба. 10. Серов. 14. Гримм. 15. Цапля. 17. Увгун. 19. Рилио. 21. Ровно. 26. Санки. 27. Мешок.



ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

НОВОГОДНЕЕ УГОЩЕНИЕ

Тазик оливы у многих ассоциируется с ново-
годними праздниками. Но нас как всегда инте-
ресует русский язык. Во-первых, никакие ка-
вычки и заглавная буква ему не нужны: оливы
так часто готовили и ели, что название пере-
шло в разряд нарицательных (цезарь и селёд-
ка под шубой тоже из этой компании). Во-
вторых, оливы мужского рода, несмотря
на всю утончённость названия.

Рубрику ведёт Мария САВИНА.

АНЕКДОТЫ

Ольга Витальевна надела на корпоратив пла-
тье с таким откровенным декольте, что в танце
вывалилась из него целиком.

Теперь говорят о везунчиках – он в маске ро-
дился!

Народная примета. Если вы проснулись рань-
ше будильника, значит, сегодня выходной.

Если не следить за собой, можно потерять себя
из виду.

Он уходил, а я молчала...
А так хотелось заплескаться!

После того как переехали на новую квартиру с
новой мебелью, кот чуть не сдох от переработ-
ки, пока всё не обтёр своей мордой.

ПРОСТО
ОТСКЕНИРУЙТЕ
QR-КОД И
ПЕРЕЙДИТЕ НА
САЙТ ПОДПИСКИ

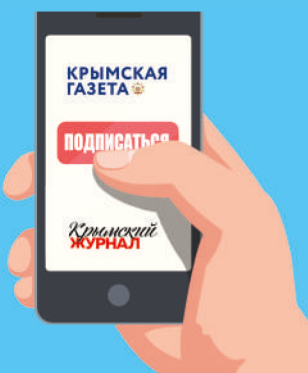


ОФОРМИТЕ ПОДПИСКУ
НА «КРЫМСКУЮ ГАЗЕТУ» И «КРЫМСКИЙ ЖУРНАЛ»
НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

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



16+

ГОРОСКОП НА ЗАВТРА

**ОВЕН.** Завтра все
будет говорить вам,
что цель близка и
осталось последнее уси-
лие. Последним оно, есте-
ственно не будет, но не
подавайтесь разочарова-
нию, если все не получит-
ся сразу.

**ТЕЛЕЦ.** Вам следует
быть максимально
осторожным. Не-
брежность дорого вам
обойдётся, если не навле-
чёт прямую опасность.

**БЛИЗНЕЦЫ.** День
будет полон делами,
в каждом из кото-
рых вы будете чувствовать
необходимость проявить
себя наилучшим образом.

**РАК.** Прислушай-
тесь к внутреннему
голосу и постарай-
тесь его правильно по-
нять. Если в результате
ваших действий вы сядете
в лужу, значит, спутали
внутренний голос с бурча-
нием в животе.

**ЛЕВ.** Мечты следу-
ют за вами неот-
ступно, весь день не
давая покоя. Ничто не бу-
дет вас так раздражать,
как банальность. Ну что ж,
это то самое настроение,
когда можно сделать что-
либо полезное.

**ДЕВА.** Завтра вы мо-
жете оказаться под
наблюдением. По-
старайтесь не сделать ни-
чего, что могло бы вас
скомпрометировать.

**ВЕСЫ.** Завтра боль-
шая часть тайного
может стать явным.
Будем надеяться, что это
вам только на руку.

**СКОРПИОН.** Если у
вас имеется какое-
то незавершённое
дело, то его лучше доде-
лать сейчас, откладывать
на потом не стоит. Разве
что это занятие до такой
степени вам нравится, что
вы хотели бы растянуть
удовольствие.

**СТРЕЛЕЦ.** К вам мо-
гут неожиданно
вернуться старые и,
казалось бы, уже давно за-
бытые чувства. Хорошо это
или плохо – не нам судить.
А встряска вам была про-
сто необходима.

**КОЗЕРОГ.** Завтра вас
может обуть со-
блазн удовлетво-
рить своё любопытство не
совсем достойным спосо-
бом. Подобные желания на-
добно душить в зародыше.

**ВОДОЛЕЙ.** Вы долж-
ны будете держать
себя в руках. Спра-
виться с желанием отмо-
чить что-нибудь эдакое
будет невероятно трудно.

**РЫБЫ.** Этот день бу-
дет для вас чрезвы-
чайно удачным в
смысле приобретения по-
лезных знакомств. Воз-
можно, с первого взгляда
они таковыми и не пока-
жутся, но в будущем не-
пременно себя оправдают.