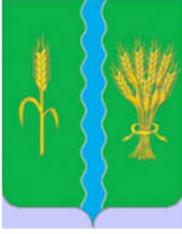


БАБЫНИНСКИЙ ВЕСТНИК



Общественно-политическая газета
Бабынинского района Калужской области.
Газета основана 7 декабря 1930 года.
Свободная цена.



27 января 2024 года
суббота
№ 6 (11864)



12+

ВОСЛЕД СОБЫТИЮ

ГЛАВНАЯ ТЕМА



Лыжные гонки

25 января исполнилось 129 лет со дня рождения нашего земляка, Героя Советского Союза, генерал-полковника Н.П. Пухова. В память о Николае Павловиче в районе прошел лыжный забег. Показать свои силу, выносливость и мастерство собрались более 120 спортсменов.

Открытие мероприятия состоялось возле здания школы в с. Утешево, которая с гордостью и честью носит имя Героя. Возложив гирлянду к бюсту Николая Павловича Пухова, участники акции прошли в автобусы и большой колонной направились к лыжной трассе.

Стартовали был дан в с. Куракино, а финишировали участники в с. Гришово у памятного камня и мемориальной доски, установленной на месте дома, в котором родился Н.П. Пухов. Сняв лыжи и приведя дыхание в порядок после гонки, спортсмены приняли участие в митинге. Слово предоставили главе администрации МР «Бабынинский район» В.В. Яничеву: «Мы должны знать своих героев, тех людей, которые отстаивали независимость нашей Родины. К сожалению, наши братья славяне одурманены 30-летней политикой западных держав, имеют другое мнение на данный счет. Там совсем по-другому воспитывается молодежь. Я считаю, что мы с вами правильно воспитываемся на примерах Героев Отечества, на примерах наших земляков, в данный момент защищающих наши жизни».

Почтив память Героя минутой молчания, спортсмены возложили цветы к мемориалу генерал-полковника. В конце мероприятия сотрудники Дома творчества Бабынинского района угощали всех желающих вкусной кашей и горячим чаем с булочками.

Как отметили участники акции, снег хоть и прилипал к лыжам, но трасса была пройдена успешно, а само мероприятие прошло в теплой, дружественной и позитивной атмосфере.

А. ШВЕЦ, фото автора.



ГЕННАДИЙ НОВОСЕЛЬЦЕВ ВЫСТУПИЛ НА ПЛЕНАРНОМ ЗАСЕДАНИИ СОВЕТА ФЕДЕРАЦИИ ФС РФ

С 22 по 24 января в Совете Федерации Федерального Собрания Российской Федерации прошли Дни Калужской области.

В их рамках губернатор Владислав Шапша, председатель Законодательного Собрания Геннадий Новосельцев и члены калужской делегации провели рабочие встречи в комитетах, где представили наиболее значимые для реализации в нашей области проекты, требующие поддержки федерального центра.

В заключительный день работы Владислав Шапша и Геннадий Новосельцев выступили на «Часе субъекта».

Он прошёл в рамках пленарного заседания Совета Федерации, которое провела его председатель Валентина Матвиенко.

Геннадий Новосельцев рассказал о мерах, принимаемых для поддержки участников СВО и их семей.

– Принято 29 региональных законов, направленных на поддержку бойцов и их близких. Это предоставление денежных выплат, земельных участков, обеспечение школьным питанием, стипендии, а также многие другие меры. Отмечу, что депутаты всех шести фракций Законодательного Собрания единогласно поддерживают эти решения, – подчеркнул он.

Председатель рассказал сенаторам, что региональное отделение Фонда «Защитники Отечества» возглавляет депутат Законодательного Собрания Дмитрий Афанасьев – доброволец, участник Специальной военной операции.

В самый трудный период работу по восстановлению мирной жизни в подшефном городе Первомайске Луганской Народной Республики координировал заместитель Председателя Заксобраний Александр Ефремов.

Говоря о патриотическом воспитании, Геннадий Новосельцев отметил, что в Калужской области – одной из первых в стране, начиная с 2013 года по инициативе депутатов, населенным пунктам, где проходили самые кровопролитные и значимые сражения Великой Отечественной войны, присваиваются почётные звания «Город воинской доблести» и «Рубеж воинской доблести».

Ещё одной темой выступления стало выполнение наказов избирателей. На их основе в ходе избирательной кампании 2020 года была сформирована областная Народная Программа, рассчитанная на 5 лет.



– В настоящее время из двух с половиной тысяч наказов более 70% процентов уже исполнено. Фактически наша Народная Программа является основой формирования регионального бюджета. Важным механизмом его исполнения является инициативное бюджетирование, а также новое направление этой работы – школьные инициативы, – поделился спикер областного парламента.

Геннадий Новосельцев поблагодарил Председателя Совета Федерации Валентину Матвиенко за развитие межпарламентского взаимодействия.

– Вы уделяете большое внимание развитию отношений с братской Республикой Беларусь. Благодаря Вашей поддержке были заключены соглашения о сотрудничестве с Могилевским и Брестским областными Советами депутатов, – напомнил он.

Молодежные делегации уже посетили памятные места двух стран.

– Депутаты Законодательного Собрания работают единой командой с Губернатором, Правительством и муниципалитетами. Мы делаем всё возможное для развития нашей области и рассчитываем, уважаемые коллеги, на поддержку федерального центра, – сказал в заключении Геннадий Новосельцев.

Он поблагодарил также за содействие в решении вопросов жителей региона сенаторов от Калужской области – Анатолия Артамонова и Александра Савина.

Фотография пресс-службы Совета Федерации РФ.

Новеллы Программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи в Калужской области на 2024-2026 гг.

28 декабря 2023 года Правительство Российской Федерации утвердило Программу государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи (далее – ПГТ) на 2024 год и на плановый период 2025 и 2026 годов. На основании этого документа каждый регион, в том числе и Калужская область, принимает собственную программу госгарантий, устанавливая виды и объемы медицинской помощи, которую граждане могут получить бесплатно на ее территории.



В рамках ПГТ оказывается первичная медико-санитарная помощь, скорая медицинская помощь, специализированная, в том числе высокотехнологичная медицинская помощь по установленному перечню.

Программа дополнена рядом новых положений, направленных на развитие доступности и качества медицинской помощи. В ней предусмотрено увеличение расходов на оказание всех видов медицинской помощи, предоставляемых гражданам бесплатно, в том числе в рамках скорой медицинской помощи, профилактических осмотров, медицинской реабилитации, лечения в стационарах.

Стоимость региональной программы в 2024 году составит 22,8 миллиарда рублей, что на 12,3% больше, чем в 2023-м году. Из них 17,6 млрд. рублей — средства обязательного медицинского страхования (рост к предыдущему году на 12,6%), 5,2 млрд. рублей — средства областного бюджета (рост к предыдущему году на 10,7%).

Общий объем доходов бюджета ТФОМС на 2024 год планируется в размере 17 млрд. 782 млн. рублей. Основным источником доходов фонда является субвенция из федерального фонда ОМС на осуществление переданных полномочий субъектам РФ в сфере обязательного медицинского страхования, на долю которой приходится 99,6%. 2024 год отмечен самым значительным увеличением субвенции за 5 лет. Ее объем в 2024 году составит 17 млрд. 705 млн. рублей. По сравнению с 2023 годом прирост субвенции составляет 2 миллиарда, или 12,9%.

Основное направление расходов бюджета Фонда – реализация базовой программы обязательного медицинского страхования. На ее долю приходится 99% общего объема расходов.

На финансовое обеспечение оказания медицинской помощи застрахованным гражданам Калужской области в 2024 году предусматриваются средства в размере 17 млрд. 426 млн. рублей, что на 2 миллиарда больше, чем в 2023 году. Наиболее значительное – на 17% в 2024 году увеличится финансовое обеспечение амбулаторной помощи.

На протяжении последних лет наблюдается устойчивая тенденция в базовой программе ОМС – приоритетное развитие и улучшение медицинской помощи, предоставляемой в амбулаторных условиях. В 2024 году ожидается сохранение данного тренда. В Программе госгарантий для исполнения национального проекта «Здравоохранение» заложено проведение профилактического медицинского осмотра или диспансеризации 70% населения. В новой программе регламентирован порядок проведения диспансеризации, а для поликлиник установлена обязанность размещать график её проведения на сайте, при входе в организацию и в регистратуре.

Нормативы финансовых затрат на профилактические осмотры и диспансеризацию увеличены и включают в том числе дополнительное исследование на антитела к вирусу гепатита С и диспансеризацию для оценки репродуктивного здоровья женщин и мужчин. Кроме того, конкретизированы сроки проведения углубленной диспансеризации пациентов, перенесших коронавирусную инфекцию, – соответствующие мероприятия проводятся в течение года после заболевания. Также установлены сроки направления таких пациентов на дополнительные обследования – в течение трёх рабочих дней после проведения диспансеризации. В течение трех рабочих дней в случае выявления хронических заболеваний, осуществляется постановка под диспансерное наблюдение в целях профилактики прогрессирования состояния.

Важным новшеством ПГТ станет реализация мероприятий диспансеризации взрослого населения репродуктивного возраста по оценке репродуктивного здоровья, которая проводится одновременно с прохождением профилактического осмотра или диспансеризации в целях выявления у граждан признаков заболеваний или состояний, которые могут негативно повлиять на беременность и последующее течение беременности, родов и послеродового периода репродуктивного, а также факторов риска их развития.

На первом этапе оценки репродуктивного здоровья проводятся следующие мероприятия:
у женщин осмотр врачом акушером-гинекологом, проведение пальпации молочных желез, цитологическое исследование мазка с поверхности шейки матки и цервикального канала; у женщин в возрасте 18-29 лет проведение лабораторных исследований мазков в целях выявления возбудителей инфекционных заболеваний; у мужчин осмотр врачом-урологом или врачом-хирургом.

На втором этапе, в целях дополнительного обследования

и уточнения диагноза заболевания при наличии будет осуществляться проведение лабораторных исследований в целях выявления возбудителей инфекционных заболеваний, в том числе, у женщин в возрасте 30-49 лет, ультразвуковые исследования репродуктивной системы с повторным осмотром врачом акушером-гинекологом или урологом, при наличии показаний у мужчин будет проводиться оценка спермограммы.

В рамках диспансеризации в целях скрининга на наличие гепатита С можно будет сдать анализ на наличие антител к данному заболеванию, что позволит выявить ранние стадии болезни и своевременно начать соответствующее лечение в целях полного устранения (элиминации) вируса из организма.

Увеличение объемов финансового обеспечения диагностических исследований в 2024 году в среднем составит 15%, а исследований с целью диагностики онкологических заболеваний – 24%.

Финансовые затраты фонда на диспансерное наблюдение пациентов с наиболее распространенными хроническими болезнями, влияющими на инвалидность и смертность населения, такими как онкологические, сердечно-сосудистые заболевания и сахарный диабет, вырастут на 75%. Впервые в 2024 году выделены отдельные нормативы объема диспансерного наблюдения по сахарному диабету, болезням системы кровообращения и онкологии. Пациенты с данными хроническими заболеваниями смогут получить необходимые диагностические услуги и консультации специалистов для профилактики обострений заболеваний и предупреждения их осложнений. В объем диспансерного наблюдения таких пациентов включены высокотехнологичные лабораторные и инструментальные исследования, необходимые для контроля за состоянием здоровья и оценки эффективности проводимой терапии. Так, для пациентов с сахарным диабетом в обязательном порядке исследуют уровень гликированного гемоглобина, у пациентов с онкологической патологией – уровень онкомаркеров, при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – предполагается выполнение суточного мониторинга артериального давления, исследование липидограммы, проведение эхокардиографии и других исследований.

При проведении маммографических исследований стало возможным применение технологий искусственного интеллекта для описания и интерпретации результатов исследования. Применение искусственного интеллекта является вспомогательной технологией, обеспечивающей аналитическую поддержку врачей-рентгенологов и маммологов при анализе рентгенологических исследований. Для этих целей используется специализированное программное обеспечение, имеющее регистрационное удостоверение Росздравнадзора, то есть имеющее статус медицинского изделия. В настоящее время зарегистрировано и разрешено к использованию 19 подобных систем, применение которых позволяет упростить обработку и оформление результатов исследований врачами. Они используются под контролем медицинских работников.

Усилена роль телемедицинских консультаций для приобщения ко всем гражданам вне зависимости от региона узкопрофильной квалифицированной помощи, оказываемой в том числе и ведущими научными центрами страны. Программой предусмотрено выравнивание подушевых нормативов финансирования для городских и сельских медицинских организаций, что также окажет значительное влияние на стабильную работу сельской медицины. Целевое финансирование фельдшерско-акушерских пунктов возрастет от 8 до 32% в зависимости от численности обслуживаемого населения.

Указанные мероприятия позволят увеличить доступность медицинской помощи, в первую очередь в первичном звене здравоохранения, и увеличить выявляемость на ранних стадиях хронических заболеваний, являющихся основными причинами смертности.

За счет средств ОМС для комплексной оценки состояния здоровья пациента осуществляется консультирование медицинским психологом. Это касается, в частности, ветеранов боевых действий, беременных женщин. Рост расходов на медицинскую реабилитацию застрахованных лиц составит 8%.

Часть объемов высокотехнологичной медицинской помощи теперь будет оказываться в рамках базовой программы ОМС. Речь идет о таких профилях, как офтальмология, урология, травматология-ортопедия, лечение хронической сердечной недостаточности и болезней сосудов. Раньше эти сложные операции и процедуры оплачивались за счет федерального бюджета. Теперь расходы на себя возьмёт, соответственно, фонд ОМС. Это позволит повысить доступность и оперативность оказания такой помощи для граждан.

Приоритетами программы госгарантий оказания бесплатной медицинской помощи являются **дальнейшее развитие первичной медико-санитарной помощи, в том числе проведения диспансеризации, повышение ее доступности и качества, развитие медицинской реабилитации, в том числе продолжительная реабилитация ветеранов боевых действий, принимавших участие в специальной военной операции.**

Территориальный фонд обязательного медицинского страхования Калужской области.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ администрации МР «Бабынинский район»

от 29.12.2023 г. № 854
«О внесении изменений в муниципальную программу «Кадровая политика муниципального образования МР «Бабынинский район»

В соответствии с Положением «О муниципальных правовых актах муниципального района «Бабынинский район», утвержденным решением Районного Собрания МР «Бабынинский район» от 29.09.2009 №380, постановлением администрации МР «Бабынинский район» от 02.08.2013 N 756 «Об утверждении Порядка принятия решений о разработке муниципальных программ МР «Бабынинский район», их формирования и реализации и Порядка проведения оценки эффективности реализации муниципальных программ МР «Бабынинский район», постановляет:

1. Изложить муниципальную программу «Кадровая политика муниципального образования МР «Бабынинский район», утвержденную постановлением администрации МР «Бабынинский район» от 17.10.2016 №374 в новой редакции, согласно приложению.
2. Настоящее постановление вступает в силу с 01.01.2024 года, подлежит официальному опубликованию и распространяется на правоотношения, возникшие с 01.01.2023 года.
Глава администрации МР «Бабынинский район» В.В. ЯНИЧЕВ.

С приложением к настоящему постановлению можно ознакомиться в администрации МР «Бабынинский район».

от 11.01.2024 г. № 20
«О внесении изменений в постановление администрации МР «Бабынинский район» от 30.08.2010 №500 «Об утверждении Положения по соблюдению требований к служебному поведению муниципальных служащих и урегулированию конфликта интересов»

Руководствуясь решением Районного Собрания МР «Бабынинский район» от 29 сентября 2009 года № 380 «Об утверждении положения «О муниципальных правовых актах муниципального района «Бабынинский район» постановляет:

1. Внести изменения в постановление администрации МР «Бабынинский район» от 30.08.2010 г. №500 «Об утверждении Положения по соблюдению требований к служебному поведению муниципальных служащих и урегулированию конфликта интересов» (далее – постановление) следующего содержания:
1.1. Пункт 2 постановления изложить в следующей редакции:
« 2. Утвердить состав комиссии в следующем составе:
Томашов Александр Вячеславович - заместитель главы администрации, председатель комиссии;
Кулагина Оксана Васильевна - управляющий делами администрации, заместитель председателя комиссии;
Сайкова Елена Ивановна - заведующий отделом организационно-контрольной и кадровой работы администрации, секретарь комиссии;
Митина Мария Владимировна - председатель профсоюзного комитета администрации (по согласованию);
Борисов Артем Валерьевич – заведующий отделом правового обеспечения и муниципальной хозяйственной администрации;
Абакарова Татьяна Евгеньевна – директор «Бабынинская межпоселенческая библиотечная система» (по согласованию).
Сотрудник отдела по профилактике коррупционных правонарушений администрации Губернатора Калужской области (по согласованию).»
- 1.2. Пункт 9 приложения к постановлению изложить в следующей редакции:
«9. Комиссия формируется в составе 7 человек»
2. Настоящее постановление вступает в силу с момента подписания.
Глава администрации МР «Бабынинский район» В.В. ЯНИЧЕВ.

от 19.01.2024 г. № 27
«О признании утратившим силу постановления администрации МР «Бабынинский район» от 12.12.2023 №801 «Об утверждении Порядка реализации функций по выявлению, оценке, организации работ по ликвидации накопленного вреда окружающей среде, на территории МР «Бабынинский район»

В соответствии с Федеральным законом от 06 октября 2003 года № 131-ФЗ « Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», в целях приведения нормативных правовых актов, принимаемых администрацией МР «Бабынинский район» постановляет:

1. Признать утратившим силу постановление администрации МР «Бабынинский район» от 12.12.2023 № 801 «Об утверждении Порядка реализации функций по выявлению, оценке объектов накопленного вреда окружающей среде, организации работ по ликвидации накопленного вреда окружающей среде на территории МР «Бабынинский район»
2. Настоящее постановление вступает в силу со дня его официального опубликования.
Глава администрации МР «Бабынинский район» В.В. ЯНИЧЕВ.

от 24.01.2024 г. № 40
«О внесении изменений в муниципальную программу «Повышение правовой культуры избирателей, обучение организаторов выборов, совершенствование и развитие избирательных технологий в муниципальном районе «Бабынинский район» на 2022-2024 гг.»

В соответствии с Положением «О муниципальных правовых актах муниципального района «Бабынинский район», утвержденным решением Районного Собрания МР «Бабынинский район» от 29.09.2009 №380, постановлением администрации МР «Бабынинский район» от 02.08.2013 N 756 «Об утверждении Порядка принятия решений о разработке муниципальных программ МР «Бабынинский район», их формирования и реализации и Порядка проведения оценки эффективности реализации муниципальных программ МР «Бабынинский район», постановляет:

1. Внести изменения в муниципальную программу «Повышение правовой культуры избирателей, обучение организаторов выборов, совершенствование и развитие избирательных технологий в муниципальном районе «Бабынинский район» на 2022-2024г.г.» (далее – муниципальная программа), утвержденную постановлением администрации МР «Бабынинский район» от 11.10.2021 №578 следующего содержания:
1.1. в паспорте муниципальной программы абзац 6 строки «Цель и Задачи Программы» изложить в следующей редакции:
«- методическое, техническое, материальное и иное обеспечение деятельности организаторов выборов, иных участников избирательного процесса.»
- 1.2. в паспорте муниципальной программы строку «Объем и источники финансирования Программы» изложить в следующей редакции:

Объемы и источники финансирования Программы	Из средств бюджета муниципального района "Бабынинский район" 1 659,00 тыс. руб., в том числе:
	2022 году –79 000 рублей;
	2023 году - 0 рублей;
	2024 году –1 580 000 рублей.

- 1.3. абзац 5 раздела 2 муниципальной программы изложить в следующей редакции:
«- методическое, техническое, материальное и иное обеспечение деятельности организаторов выборов, иных участников избирательного процесса.»
- 1.4. раздел 8 муниципальной программы «Реализация Программы» изложить в следующей редакции:
«8. Реализация Программы
Выполнение Программы осуществляется с 1 января 2022 года по 31 декабря 2024 года. Заказчиком Программы является администрация муниципального района «Бабынинский район».
Финансирование мероприятий Программы производится за счет средств бюджета муниципального «Бабынинский район» 1 659,00 тыс. руб., в том числе:
2022 год – 79 000 рублей;
2023 год – 0 рублей;
2024 год – 1 580 000 рублей.
В процессе выполнения Программы возможна её корректировка.»
- 1.5. таблицу «Основные мероприятия по реализации муниципальной программы «Повышение правовой культуры избирателей, обучение организаторов выборов, совершенствование и развитие избирательных технологий в муниципальном районе «Бабынинский район» на 2022-2024 г.г.» изложить в редакции согласно приложению N 1 к настоящему Постановлению.
2. Настоящее Постановление вступает в силу со дня его официального опубликования и распространяется на правоотношения, возникшие с 1 января 2023 года.
3. Контроль за исполнением настоящего Постановления возложить на управляющего делами администрации муниципального района «Бабынинский район».
Глава администрации МР «Бабынинский район» В.В. ЯНИЧЕВ.

С приложением к настоящему постановлению можно ознакомиться в администрации МР «Бабынинский район».

Русские традиции в питании и здоровье

Традиции питания есть в каждой культуре. Они преумножаются, хранятся и передаются как любой другой ценный опыт предков, добытый многими поколениями эмпирических наблюдений. О национальных обычаях русской кухни – ее особенностях и пользе для здоровья в нынешние рождественские дни мы решили поговорить с врачом-терапевтом ГБУЗ КО «Калужский областной Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» Еленой ВОРОНИНОЙ:

– Наше исконно русское питание с его многовековыми традициями – здоровое питание. Самой же главной традицией на Руси являлось соблюдение поста. Полного голодания на Руси избегали. 179 дней в году были постными, в результате чего чередовались различные виды растительной пищи. И конечно же, пост был не просто исторически сложившимся форматом питания, но и частью глобальной духовной традиции.

– То есть речь идет об осознанном питании, смысл которого понимали наши предки?

– Да, наши бабушки и дедушки понимали суть здорового питания: пища должна быть вкусной, полноценной, разнообразной, приготовленной с благодарностью, добром и любовью, включать всё, что даёт природа. Есть надо достаточно, но без излишеств. А разгрузочные дни необходимо устраивать – по желанию или следуя традициям соблюдения поста.

– Русская кухня какими-то своими элементами принципиально отличается от других гастрономических традиций?

– Конечно, есть некоторые отличия. Еда русских людей в старину была крайне неприхотливой: ржаной и ячменный хлеб, щи, каши, лук, чеснок, капуста, редька, брюква, тыква, огурцы, горох, яблоки, молоко, мясо домашних и диких животных и птиц, рыба, грибы, орехи, ягоды. Изысканность вкуса достигалась благодаря томлению в печи. А суровый климат и природные особенности стали причиной появления горячих супов, каш и солений.

Но есть и обычаи, которые присущи всем национальным кухням мира. Например, смешивать в один прием пищи или в одном блюде разные продукты. В России много веков мясо и рыбу едят с овощами и непременно с хлебом, а пироги начиняют всем, что есть в запасе у хорошей хозяйки. И это правильно. Наш желудочно-кишечный тракт и ферментная система самой природой настроены на переваривание смешанной пищи. Организм ждет, что за один раз мы подпитаем его и белками, и углеводами, и жирами, и максимальным количеством витаминов, минералов и полезных веществ, которые необходимы нам каждый день в определенных дозах.

– Может, перейдем к конкретике меню русской кухни?

– Хорошо. Начнем с каши, каша была и остается русским национальным блюдом, сопровождающая нас с раннего детства до глубокой старости. Каши варили из крупы одного вида или из смеси круп, например, пшена, риса и гречки. Гречка – богата углеводами, витаминами, железом, перловая (из ячменя) – дает силу и выносливость, однако злаковые культуры, как и все другие продукты, следует чередовать. Кашу готовили с овощами – морковью или луком, добавляли фрукты, ягоды, корень сельдерея или петрушки.

Главной выпечкой русского стола считается хлеб. Хлеб ели преимущественно ржаной. Помимо ржаной муки подмешивали и особо питательную – ячменную. Гостей же встречали хлебом с солью. Соль была очень дорогая, за мешок соли отдавали целую избу! Употребляли её по особым праздникам, поэтому соль при встречах подчёркивала значимость гостя и уважение к нему. Традиция жива, но привычка повседневного малосоленого питания утеряна напрасно.

Надо обратить внимание, что традиционная русская кухня отдаёт предпочтение продуктам растительного происхождения. Во всех цельных злаках, семенах, орехах, овощах, фруктах, ягодах содержится клетчатка, которая не переваривается в кишечнике, но в свою очередь является питанием для нормальной микрофлоры. Без нее наш кишечник не способен справиться с гнилостной флорой, которая нарушает пищеварение, может привести к воспале-

нию и раковому перерождению тканей кишечника. Растительная пища и цельнозерновой хлеб отлично поддерживают нормальной массу тела и хороший обмен веществ, благодаря высокой пищевой ценности. Также в составе злаков, овощей, фруктов, ягод содержатся сложные углеводы, употребление которых вполне заменит сладости, избыток которых дает ощущение слабости, нарушает энергетическое равновесие, сильно повреждает организм.

– А что касается «горячих блюд»?

– «Варево» или «хлёбово» назывались жидкие горячие блюда, которые всегда были востребованы на Руси. До сих пор суп настолько прочная часть русской культуры, что русские придумали, как включить суп в рацион космонавтов. Самый известный русский суп – щи из квашеной капусты.

Супы на основе жирных сортов мяса или рыбы имеют большую энергетическую ценность и поэтому наиболее востребованы в холодную погоду. Любимый суп – это набор ценных ингредиентов, а частичная потеря при нагревании витаминов и микроэлементов восполняется их количеством и разнообразием. Супы идеально подходят для ежедневного употребления – утоляют голод, но при этом не содержат лишние калории. Сваренные в супе овощи легко усваиваются, а блюдо на 50-80% состоит из жидкости. Супы ускоряют моторику кишечника, содержат экстрактивные вещества, которые стимулируют работу пищеварительных желез, ускоряют работу ферментов и гормонов. Непременное условие – суп должен быть свежеприготовленным.

Рыба. Легка в усвоении, поэтому ее хорошо подавать на ужин. Рыбу готовили самыми разными способами, фаршировали различными начинками (преимущественно грибами или кашей). Ее также солили, вялили, квасили, сушили, готовили заливное, добавляли в уху, рассольник или солянку.

Рыба незаменима для сохранения женского и мужского репродуктивного здоровья, для профилактики остеопороза. Рыба должна быть продуктом для повседневного питания, а не только праздничной закуской.

Мясо редко употребляли в пищу вплоть до XVII века. Животные выполняли роль помощников по хо-

зяйству, а пищей становились по случаю. Были популярны жаркое (мясо, тушёное с овощами) и пельмени. Заливное (холодец) из мяса или рыбы вкусный и очень полезный продукт. В холодец содержатся витамины группы В, макроэлементы кальций и фосфор, аминокислоты лизин и глицин, много натурального коллагена. Такой состав делает блюдо уникальным, ведь коллаген очень важный структурный белок сухожилий, хрящей, костей и кожи. Однако, людям с подагрой и повышенным холестерином есть холодец не рекомендуется.

– Напитки и десерты?

– В России всегда ценили молочные продукты. На Руси корову называли кормилицей, а молоко по сей день – символ здоровья. Особая польза молочных продуктов в том, что они максимально приближены по аминокислотному составу к белкам человека. Молоко считается одним из самых полезных напитков, очищает организм от токсинов (на вредных производствах не случайно выдают молоко). Популярно в русской кухне и топленое молоко – поскольку свежее молоко быстро портится, его кипятили в глиняном горшке и оставляли в остывающей печи до утра.

Также из напитков были распространены квасы, меды, морсы, отвары из лесных ягод, сбитни. Пили также слабоалкогольные напитки: сброженные меды (медовухи) и ягодные соки. К алкоголю русские не питали особой любви. Алкогольные напитки готовили только к праздникам, и их крепость была минимальной.

Традиционным лакомством для русской кухни считается запечённое яблоко или другие печёные ягоды/фрукты. Славяне отваривали овощи (преимущественно огурцы и морковь) в меду на водяной бане (не на открытом огне), сохраняя его структуру. Готовые овощи становились прозрачными и приобретали упругость – похожи на современные несладкие цукаты. В качестве десерта ели толченые ягоды, высушенные на печи в виде лепёшек (прообраз современной пастилы). Лепешки готовили из малины, рябины, калины и других сезонных ягод. Их использовали в народной медицине как лекарство от простуды и при нехватке витаминов. Также неизменным спутником травяного чая в зимних трапезах было варенье. А для его приготовления в основном использовали мёд или патоку, а не сахар.

В общем, если перечитать бабушкины рецепты, то гастрономическая книга, а возможно, и доктор с лекарствами вам не понадобятся.

ГБУЗ КО «Калужский областной
Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики».



Помогают сохранять школы

В материалах, касающихся сферы образования, когда речь заходит о детских садах, обычно упоминаются наши крупные – воротынские «Алые паруса» и «Незабудка», бабынинская – «Улыбка», да иногда промелькнет вязовенская «Сказка». Между тем в районе есть еще несколько садиков, о которых, наверное, знают лишь те, кто живет рядом да водит в них детей. С ними и хочу вас познакомиться. Но сначала немного истории.

В 2010-е годы в сельской местности сложилась непростая обстановка, обусловленная отсутствием детских садов в наиболее крупных населенных пунктах. Тогда руководством области и было предложено организовывать при школах дошкольные группы, своеобразные детские садики, работающие в режиме школы.

Первым в нашем районе в 2011 году открыл такую разновозрастную группу директор Утешевской средней школы Владимир Александрович Бредников. Рядом со школой пустовало здание бывшего интерната, вот там и разместили детишек. Это были, в основном, дети педагогов, которых не с кем было оставлять дома.

В том же году открылись аналогичные группы в Газопроводской, Куракинской, позже – в Пятницкой и Антопьевской школах. Сегодня таких групп осталось три.

По-прежнему действует разновозрастная группа при Утешевской основной школе им. генерал-полковника Н.П. Пухова. Правда, с 2018 года она занимает освободившиеся класс машиноведения и две лаборантских под крышей школы. Классы отремонтировали, переоборудовали, прекрасно оформили, и сейчас это настоящий маленький детский сад, в котором весело проводят время 6 детишек. И это, как и раньше, дети педагогов школы.

«Никто из нас ни разу не пожалел об организации такой группы. Да, мне, как директору, очень важно, чтобы из-за отсутствия педагога не страдал учебный процесс. Но важно и то, что дети растут в особой атмосфере, они привыкают к большому количеству детей разного возраста. Они учатся не бояться участвовать в массовых мероприятиях. Да и отношения, которые складываются в разновозрастной группе, тоже оказывают положительное влияние на их развитие».

Вторая разновозрастная группа стабильно сохраняет свои позиции в Газопроводе. Здесь тоже все устроено, как положено: отдельные спальня, игровая, раздевалка, туалет, вход в помещение. За школой для детей отведен и огорожен участок для прогулок на свежем воздухе.

«Сегодня у нас в группе 17 детей. С ними работают два воспитателя. Считаю, что такая группа оправдывает свое существование, – рассказывает директор школы Галина Викторовна Лисогор. – За то время, пока детишкам надо будет идти в первый класс, они уже полностью освоятся в школе, привыкнут к порядку, поведению в общественном месте, научатся общению. Кроме того, мы приглашаем малышей участвовать в общешкольных мероприятиях, праздниках, а когда не занят спортзал, дети могут там играть, проводить свои спортивные занятия. Дети от этого только выигрывают».

Хотелось рассказать еще об одной группе – она размещается в Куракинской основной школе. Но, к сожалению, из-за отсутствия воспитателя в этом учебном году она не работает. Не хотелось бы сбрасывать ее со счетов, будем надеяться, что воспитателя найдут и группа продолжит помогать и молодым родителям поселка, и школе.

Есть в районе еще один детский садик – в с. Муромцево. Он тоже расположен в здании школы. Но у него совсем другая история, а значит, это другой рассказ.



Эти маленькие детские садики не «делают погоду» в районе. Но они тихо и незаметно помогают не только некоторым семьям решить вопрос работы родителей, но и подготовить малышей к школе. Давно не секрет, что молодежи в деревне мало, детей – на пальцах пересчитать. Но школы сохранять необходимо, и такие группы помогают удержать то малое, что имеем.

Л. ЕГОРОВА.

С сентября 2022 года в 45 регионах России по поручению Президента России Владимира Путина введена должность советника директора школы по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями. После конкурсного отбора «Навигаторы детства 2.0» прошли обучение 6 педагогов Мещовского района. На данный момент в районе работают 9 советников.

Координирует их работу И.В. Онегина – ведущий специалист федерального учреждения «Российский детско-юношеский центр» Муниципальный координатор Бабынинского и Мещовского районов. Она осуществляет организационное, методическое и информационное сопровождение деятельности советников директоров по воспитанию.

Советник по воспитанию – должность организационная и консультационная. Советник инициирует и организует события и дела в рамках календарного плана.

Задача советника – активно взаимодействовать с заместителем директора по воспитательной работе, педагогами-организаторами и классными руководителями школы, помочь им «обновить» воспитательную работу.

Проекты, которые реализуются в школах и в которых участвует советник:

Проект «Навигаторы детства» очень динамичный и развивается буквально еженедельно. Появляются проекты, которые реализовываются в школах, и педагогам необходима помощь в том, чтобы разобраться в них и «запустить» в работу. Так советники вместе с учителями начальных классов участвовали в программе «Орлята России». Программа состояла из семи треков различной направленности: «Орлёнок-Эрудит», «Орлёнок-Хранитель», «Орлёнок-Мастер», «Орлёнок-Лидер», «Орлёнок-Спортсмен», «Орлёнок-Доброволец» и «Орлёнок-Эколог». В конкурсе детям помогают родители и ученики старших классов. Каждый трек программы «Орлята России» включает в себя серию внеурочных тематических встреч учителя со своим классом, на которых проводятся творческие, игровые, дискуссионные, спортивные и иные развивающие занятия для детей младшего школьного возраста. Итоговым и отчет-

ным занятием каждого трека является КТД – коллективное творческое дело, его освещение в соцсетях. Советники курируют апробацию новой программы, которая разработана для 5-х классов и называется «Я, ты, он, она – вместе целая страна».

Советник не только проводник федеральных проектов, но и навигатор по детским и молодежным общественным организациям: «Юнармия», «Волонтеры», «Большая перемена». Кроме того, сейчас по инициативе детей и при поддержке Президента России создано общероссийское общественно-государственное движение детей и молодежи – РДДМ (Российское движение детей и молодежи).

Советник помогает детям, руководителям детских объединений, педагогам-организаторам и классным руководителям, как навигатор, сориентироваться в этом многообразии и выбрать те возможности, которые лучше всего подойдут для личного развития и гражданской активности детей.

Результаты работы в 2022-2023 учебном году:

В феврале, сентябре 2023 г. на базе МКОУ «Мещовская СОШ» прошли офлайн совещания, на которых советники Мещовского и Бабынинского районов обменивались опытом, делились своими наработками.

В планах у советников – проводить мероприятия не только одного образовательного учреждения, а объединять школами, привлекать гостей и организации к сотрудничеству, продолжить развиваться методически и набираться опыта.

Задача муниципального координатора – ориентировать советников на достижение конечного результата, помогать советникам стратегически мыслить в потоке текущей работы. Важно не показать результат для отчета, а показать качество работы. Тогда и результат будет другой.

Знакомство с советником

Екатерина Юрьевна Жилиева – советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями в МКОУ «СОШ 2 им. И.С. Унковского» п. Воротынский.

Так же она работает педагогом – организатором и классным руководителем 6-го класса. Профессиональное кредо Екатерины Юрьевны: «Невозможно вызвать в детях любовь к тому, что не любишь сам, увлечь их тем, чем сам не увлечен».

– *Стать педагогом я мечтала с самого детства, однако, так сложилась судьба, что первое мое образование никак не было связано со школой и лишь в 2016 году я осуществила свою мечту, поступив в магистратуру КГУ им. К.Э. Циолковского на направление педагогического образования. Одновременно с этим устроилась на работу в школу, которую сама когда-то окончила. Работа с детьми для меня – это стимул для реализации творческих идей, которые могут помочь ребятам проявить свои таланты и раскрыть свою индивидуальность. Я пришла в школу после работы в детском саду, где получила ценный опыт общения с детьми,* – рассказала Е.Ю. Жилиева.

С этого учебного года Екатерина Юрьевна является советником по воспитанию, благодаря чему помогает ребятам разных возрастов воплотить свои планы и идеи. Ребята принимают участие в различных мероприятиях и получают массу ярких эмоций. Путь Екатерины Юрьевны в качестве советника только начинается, и впереди ее ждет множество интересных проектов.



Диалог поколений

На протяжении веков люди постоянно задумывались над тем, как наиболее эффективно передавать богатый жизненный опыт старшего поколения молодежи.

Наш современник, Академик Российской академии образования А.С. Запесоцкий как-то сказал: «Сегодня все, что еще держится в стране, держится на плечах поколений, прошедших социализацию при социализме. Этих людей становится все меньше, а в новую жизнь вливаются недостаточно дееспособные поколения».



Чтобы устранить этот перекокс 22 января в МКОУ СОШ №1 им. полковника М.И. Воротынского педагоги пригласили людей «серебряного» возраста, чтобы провести диалог поколений и пообщаться с теми, у кого большой жизненный опыт и нравственный багаж.

– В этом году мы впервые решили собраться в таком составе и предложить людям старшего поколения помочь в воспитании детей и передать им свой богатый жизненный опыт. На сегодняшний день мы единственная школа в Калужской области, которая является федеральной инновационной площадкой, – заявила директор школы Э. В. Обухова.

Перед собравшимися выступили ученики 1 «А» класса (руководитель Е.Н. Новикова) одетые в традиционные красочные русские костюмы, держа в руках свежеспеченный каравай с солью на подносе, застеленный вышитым рушником. Девушки из студии танца «DANCE WAY» – (руководитель Е.О. Кондратова) показали зажигательный народный танец «Калинка».

После такого теплого приема, педагог-психолог Л.А. Галыгина пригласила в школьный музей, посвященный полководцу М.И. Воротынскому. Когда все расселись, учитель истории О.И. Литвинова провела познавательную экскурсию по музею, познакомила с его экспонатами и рассказала, почему здесь так свято чтут память прославленного полководца XVI века. Рассказ Ольги Игоревны изобилует яркими примерами из истории Руси и вкладе князя Воротынского в сохранении русской государствен-

ности перед лицом иноземных захватчиков.

После экскурсии по музею, всем предложили написать о своих впечатлениях и пожеланиях в книге отзывов. Желающих было так много, что даже образовалась небольшая очередь. Привожу одну из оставленных записей:

*«Гордится славой предков наших
И брать пример с них всем велит —
Нам генетическая память,
Что образ их в веках хранит!»*

Поблагодарив О.И. Литвинову за очень интересную и познавательную экскурсию, все перешли в библиотеку, где стояли накрытые столы, уставленные пирогами, чтобы за чашкой чая продолжить общение.

Настоятель храма в честь святителя Николая в селе Воротыньск иерей Павел, поздравил всех с праздником Кре-



тогда прошу их подумать, и люди начинают буквально будоражить свою память, постепенно приходя к мысли, что крещение – первое из церковных таинств, с которым



щения Господня. – Как священник я всегда задаю вопросом, кто пришел крестить малыша, зачем вы крестите ребенка? – обращаясь к собравшимся, сказал батюшка. – И некоторые от такой постановки вопроса теряются. Я

встречается человек, уверовавший во Христа. Крестившись, он становится членом Церкви, получает возможность непосредственно общаться с Богом, принимать Его благодатную помощь, по-другому нельзя. Верующий человек осознает, впитывает и дальше передает свою веру тому, кого крестят, чтобы в дальнейшем воспитывать в малыше веру в Отца, Сына и Святого Духа...

В заключение батюшка Павел прочитал стихи написанные протоиреем Андреем Логвиновым:

*Не успеваю надивиться,
не нахожу от счастья слов...
Снег всё искрится и искрится,
мир снова чист, здоров и нов.
То хлопьями, то нежным пухом
летит на крыши и поля...
А то не пухом – Божьим духом
вновь приголублена земля.*

На семинаре с очень интересными мыслями выступили: директор школы Э.В. Обухова, батюшка Алексей, настоятель храма Владимирской иконы Божией матери с. Кудрино, кандидат психологических наук В.А. Романенко и многие другие.

Побывав на этом необычном диалоге поколений, я понял, это удачный вариант – подключить к воспитанию молодежи людей с богатым жизненным опытом, чтобы царил взаимоуважение, доверие, терпение и понимание в нашем обществе. Сегодня появилась уникальная возможность не закрываться каждому в своей скорлупе, а собираться вместе и делать большое и важное, сохранять свою веру, сохранять память о героизме народа, передавать нашей молодежи гордость, за то что они являются гражданами великой России!

О. ЦАПЕНКО, фото автора.



ТЕЛЕПРОГРАММА с 29 января по 4 февраля

**Понедельник,
29 января**

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
22.00 "БОЛЬШОЙ ДОМ" 16+
22.50 Большая игра 16+
00.00, 00.45, 01.30, 02.15, 03.05, 03.55 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
ГТРК-Калуга

09.00, 14.30, 21.05 Вести-Калуга

09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 "СКЛИФOSОВСКИЙ" 12+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10, 04.15 "Большое кино" 16+
08.45 "АКАДЕМИЯ" 12+
10.45, 00.30 Петровка, 38 16+
10.55 Городское собрание 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 16+
11.50, 02.45 "АНАТОМИЯ УБИЙСТВА" 12+
13.40, 05.20 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.00 "СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ" 12+
16.55 Прощание 16+
18.05 "УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. РОМАН БЕЗ ПОСЛЕДНЕЙ СТРАНИЦЫ" 16+
22.40 Специальный репортаж 16+
23.10 Знак качества 16+
00.00 События 16+
00.45 "Дорогие товарищи. Девочки для министра" 16+

НТВ

04.50 "Угро" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 "Пес" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 "Шеф. Мужская работа" 16+
22.15, 00.00 "Золотое дно" 16+
01.00 "Метеорит" 16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 12+
07.00 Легенды мирового кино 12+
07.30 Черные дыры. Белые пятна 12+
08.10 "Забывтое ремесло" 12+
08.25 Невский ковчег. Теория невозможного 12+
08.55 "ЕГЕРЬ", "УЧИТЕЛЬ СЛОВЕСНОСТИ" 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 12+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.00 "Птицей летящей" 12+
11.55 "Владимир Бехтерев. Взгляд из будущего" 12+
12.45 Новости. Подробно. Арт 12+
13.00 "Уфа. Особняк Елены Поносовой-Молло" 12+
13.25 "ОЧЕРЕДНОЙ РЕЙС" 12+
15.05 Линия жизни 12+
15.55 Агора 12+
17.15 Симфонические оркестры России. Всероссийский юношеский симфонический оркестр 12+
18.05 Рассказы из русской истории 12+
19.00 Жизнь замечательных идей 12+
19.45 Главная роль 12+
20.05 Правила жизни 12+
20.30 Спокойной ночи, малыши! 0+
20.45 Больше, чем любовь 12+
21.30 Сати. Нескучная классика... 12+
22.15 "ВЕДЬМА" 12+
23.15 Магистр игры 12+
00.00, 00.20, 00.40 "ПОРУС" 16+

СТС

06.00, 05.10 Ералаш 0+
06.30 "Маша и Медведь" 0+
08.00 Уральские пельмени 16+
12.20, 19.30, 19.55, 20.20, 20.45 "ПРОТИВ ВСЕХ" 16+
21.15 "БОЛЬШОЙ СТЭН" 16+
23.20 "ЗАЧИНЩИКИ" 16+
01.05 Кино в деталях 18+

ПЯТЫЙ КАНАЛ

04.00, 08.00, 12.00, 16.00 Известия 16+
04.25 "Прототипы. Шараров. Жеглов" 12+
05.10, 06.00, 06.55, 08.30, 09.25, 10.25, 11.25, 12.30, 13.00, 14.00, 15.00 "ЛЕНИНГРАД, 46" 16+
07.55 Знание - сила 0+
16.30, 17.20, 18.05, 18.45, 19.40, 01.45, 02.25 "СЛЕД" 16+
20.25, 23.30 "ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6" 16+
21.20, 22.10, 00.20, 01.05 "ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3" 16+

23.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
НИКА-ТВ

06.00, 17.00 На спорте 12+
06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро первых 16+
09.00 Профилактика
14.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 23.30 Новости 16+
14.50 Азбука здоровья 16+
15.05 Клен 12+
15.25, 23.00 Крузиз-контроль 16+
15.50 Война миров 16+
16.45 Киножурнал "Вслух!" 12+
17.45 Распаковка 16+
18.45 Мне только спросить 12+
19.00 Легенды русского балета 16+
20.00, 21.00 Карт-бланш 16+
22.00, 05.10 "ПЕТЛЯ НЕСТЕРОВА" 12+
00.00 "ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК" 16+
00.45 "ВЕДЬМА" 16+

**Вторник,
30 января**

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
22.00 "БОЛЬШОЙ ДОМ" 16+
22.50 Большая игра 16+
00.00, 00.45, 01.30, 02.15, 03.05, 03.55 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
ГТРК-Калуга

09.00, 14.30, 21.05 Вести-Калуга

09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 "СКЛИФOSОВСКИЙ" 12+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10 Доктор И... 16+
08.40 "АКАДЕМИЯ" 12+
10.40, 04.40 "Владимир Меньшов. Поздняя слава" 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 16+
11.50, 02.45 "АНАТОМИЯ УБИЙСТВА" 12+
13.40, 05.20 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.00 "СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ" 12+
16.55, 01.25 Прощание 16+
18.10 "УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. ТАЙНА КАРТИНЫ КОРОВИНА" 12+
22.40 Закон и порядок 16+
23.10 "Сестры Юкины. В Королевстве кривых зеркал" 16+
00.00 События 16+

НТВ

04.50 "Угро" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 "Пес" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 "Шеф. Мужская работа" 16+
22.15, 00.00 "Золотое дно" 16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 12+
07.00 Легенды мирового кино 12+
07.30, 15.20 "Акрополь. Секреты древней цитадели" 12+
08.25 "Забывтое ремесло" 12+
08.40 Жизнь и судьба 12+
09.00 "ВЕДЬМА" 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 12+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.00 "Особняк на улице Графтино. Федор Шалапин" 12+
12.45 Новости. Подробно. Книжки 12+
13.00, 23.15 К 85-летию Юрия Ростя. "Рэгтайм, или Разорванное время" 12+
13.30, 13.50, 14.10, 00.00, 00.20, 00.40 "ПОРУС" 16+
14.35 Игра в бисер 12+
16.15 Сати. Нескучная классика... 12+
17.15 Эрмитаж 12+
17.45 Симфонические оркестры России. Государственный симфонический оркестр Республики Татарстан 12+
19.00 Жизнь замечательных идей 12+
19.45 Главная роль 12+
20.05 Правила жизни 12+
20.30 Спокойной ночи, малыши! 0+
20.45 Искусственный отбор 12+
21.30 "Иван Ефремов. Фантастика реальности" 12+
22.15 "ШВЕДСКАЯ СПИЧКА" 12+

СТС

06.00, 05.10 Ералаш 0+
06.30 "Маша и Медведь" 0+
08.00, 17.15, 19.30, 20.00, 20.30 "ПРОТИВ ВСЕХ" 16+

09.35 "ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ" 16+
11.25 "ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ-2. ТАЙНА ИЗУМРУДНОГО ЗЕЛЯ" 16+
13.10 "ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ-3" 16+
15.10 "РЕПРОДУКЦИЯ" 16+
21.00 "ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ" 16+
23.00 "БОЛЬШОЙ СТЭН" 16+
01.00 "ЗАЧИНЩИКИ" 16+

ПЯТЫЙ КАНАЛ

04.00, 08.00, 12.00, 16.00 Известия 16+
04.35, 05.45 "ГЕНИЙ" 16+
07.20 Страна советов 16+
07.55 Знание - сила 0+
08.30, 09.25, 10.25, 11.25, 12.30, 13.00, 14.00, 15.00 "МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-3" 16+
16.30, 17.20, 18.05, 18.45, 19.40, 01.40, 02.20 "СЛЕД" 16+
20.25, 23.30 "ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6" 16+
21.20, 22.10, 00.15, 01.05 "ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3" 16+
23.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
НИКА-ТВ

06.00, 12.30, 13.30, 14.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 23.30 Новости 16+

06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро первых 16+
09.00, 17.00, 17.45 Карт-бланш 16+
09.55 "СНЕЖНЫЙ ДРАКОН" 12+
11.30 Легенды русского балета 16+
12.40, 22.00, 05.10 "ПЕТЛЯ НЕСТЕРОВА" 12+
13.40, 00.00 "ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК" 16+
14.50 "ПРИНЦЕССА МОНАКО" 12+
16.45, 19.00 Киножурнал "Вслух!" 12+
18.15, 19.15 Интересно 16+
18.45 Азбука здоровья 16+
20.00 Мне только спросить 12+
20.15, 21.00 Глушкова 16+
22.50 Научные сенсации 12+
00.45 "ПРИНЦИП ТАЛИОНА" 16+

**Среда,
31 января**

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
22.00 "БОЛЬШОЙ ДОМ" 16+
22.50 Большая игра 16+
00.00, 00.45, 01.30, 02.15, 03.05, 03.55 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
ГТРК-Калуга

09.00, 14.30, 21.05 Вести-Калуга

09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 "СКЛИФOSОВСКИЙ" 12+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10 Доктор И... 16+
08.45 "АКАДЕМИЯ" 12+
10.40, 04.45 "Маргарита Терехова. Осколки зеркала" 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 16+
11.50, 02.45 "АНАТОМИЯ УБИЙСТВА" 12+
13.40, 05.20 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.00 "СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ" 12+
16.55 Прощание 16+
18.10 "УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. ЗАБЫТОЕ ЗАВЕЩАНИЕ" 12+
22.40 Хватит слухов! 16+
23.10 "90-е. Американский шансон" 16+
00.00 События 16+
00.30 Петровка, 38 16+
00.45 "Советские мафии" 16+
01.25 Знак качества 16+

НТВ

04.50 "Угро" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 "Пес" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 "Шеф. Мужская работа" 16+
22.15, 00.00 "Золотое дно" 16+
01.00 "Метеорит" 16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 12+
07.00 Легенды мирового кино 12+
07.30, 15.20 "Альгамбра" 12+
08.25 "Забывтое ремесло" 12+
08.40 Жизнь и судьба 12+
09.00 "ШВЕДСКАЯ СПИЧКА" 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 12+
10.15 Наблюдатель 12+

11.10, 01.00 XX век 12+
12.45 Новости. Подробно. Кино 12+
13.00, 23.15 К 85-летию Юрия Ростя. "Рэгтайм, или Разорванное время" 12+
13.30, 13.50, 14.10, 00.00, 00.20, 00.40 "ПОРУС" 16+
14.35 Искусственный отбор 12+
16.15 Больше, чем любовь 12+
17.15 Библийский сюжет 12+
17.45 Симфонические оркестры России. Национальный филармонический оркестр России 12+
19.00 Жизнь замечательных идей 12+
19.45 Главная роль 12+
20.05 Правила жизни 12+
20.30 Спокойной ночи, малыши! 0+
20.45 "Тенгиз Абуладзе. Древо желаний" 12+
21.30 Абсолютный слух 12+
22.15 "ДРАМА", "ВЫИГРЫШНЫЙ БИЛЕТ", "САПОГИ" 12+

СТС

06.00, 05.15 Ералаш 0+
06.30 "Маша и Медведь" 0+
08.00, 17.55, 19.30, 20.00, 20.30 "ПРОТИВ ВСЕХ" 16+
09.35 Уральские пельмени. Смехbook 16+
09.45 "ПОМОГИТЕ, Я УМЕНЬШИЛ СВОЮ УЧИЛКУ!" 6+
11.55 "ПОМОГИТЕ, Я УМЕНЬШИЛ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ!" 6+
13.55 "ПОМОГИТЕ, Я УМЕНЬШИЛ СВОИХ ДРУЗЕЙ!" 6+
15.55 "ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ" 16+
21.00 "ЗНАМЕНИЕ" 16+
23.25 "ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ" 16+

ПЯТЫЙ КАНАЛ

04.00, 08.00, 12.00, 16.00 Известия 16+
04.30, 05.20, 06.15, 07.15, 08.30, 08.45 "МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-3" 16+
09.50, 10.50, 11.45, 12.30, 13.15, 14.05, 15.05 "МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-4" 16+
16.30, 17.20, 18.05, 18.45, 19.40, 01.45, 02.20 "СЛЕД" 16+
20.25, 23.30 "ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6" 16+
21.20, 22.10, 00.20, 01.05 "ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3" 16+
23.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
НИКА-ТВ

06.00, 12.30, 13.30, 14.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 23.30 Новости 16+

06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро первых 16+
09.00, 17.15, 17.45 Глушкова 16+
09.45, 17.00 Мне только спросить 12+
10.00 "ПРИНЦЕССА МОНАКО" 12+
11.40, 22.50 Научные сенсации 12+
12.40, 22.00 "ПЕТЛЯ НЕСТЕРОВА" 12+
13.40 "ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК" 16+
14.50 "ОТЧАЯННЫЙ ПАПА" 12+
16.45 Азбука здоровья 16+
18.15, 20.15 Культурная среда 16+
18.45, 20.00 Интересно 16+
19.00 Легенды русского балета 16+
21.00 Откровенно о важном 12+
00.00 "ДЕТЕКТИВЫ" 16+
00.55 "БИТЛЗ. НА ПОМОЩЬ!" 16+

**Четверг,
1 февраля**

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
19.55 Проект "Цивилизации". "Африка" 12+
21.00 Время
22.00 "БОЛЬШОЙ ДОМ" 16+
22.50 Большая игра 16+
00.00 К 15-летию Патриаршего служения. "Ничего не бойся, кроме Бога" 0+
01.00, 01.45, 02.30, 03.05, 03.15, 04.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
ГТРК-Калуга

09.00, 14.30, 21.05 Вести-Калуга

09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 "СКЛИФOSОВСКИЙ" 12+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10 Доктор И... 16+
08.45 "АКАДЕМИЯ" 12+
10.40, 04.45 "Аристарх Ливанов. Счастье любит тишину" 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 16+
11.50, 02.45 "АНАТОМИЯ УБИЙСТВА" 12+
13.40, 05.20 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.00 "СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ" 12+

СТС

06.00, 05.10 Ералаш 0+
06.30 "Маша и Медведь" 0+
08.00 Уральские пельмени 16+
12.20, 19.30, 19.55, 20.20, 20.45 "ПРОТИВ ВСЕХ" 16+
21.15 "БОЛЬШОЙ СТЭН" 16+
23.20 "ЗАЧИНЩИКИ" 16+
01.05 Кино в деталях 18+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10 Доктор И... 16+
08.45 "АКАДЕМИЯ" 12+
10.40, 04.45 "Аристарх Ливанов. Счастье любит тишину" 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 16+
11.50, 02.45 "АНАТОМИЯ УБИЙСТВА" 12+
13.40, 05.20 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.00 "СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ" 12+

16.55 Прощание 16+
18.15 "УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. ИНДИЙСКАЯ НЕВЕСТА" 12+
22.35 10 самых... 16+
23.05 "Легенды эстрады. Кремлевские соловьи" 16+
00.00 События 16+
00.30 Петровка, 38 16+
00.45 "Дикие деньги" 16+
01.25 "Неизвестный Фидель Кастро" 16+

НТВ

04.50 "Угро" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 "Пес" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 "Шеф. Мужская работа" 16+
22.15, 00.00 "Золотое дно" 16+
01.00 Поздняков 16+

09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+

15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
18.40 Человек и закон 16+
19.45 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.45 Голос. Новый сезон 12+
23.30 Матадор 18+

00.30, 01.15, 02.00, 02.45, 03.30, 04.15, 05.00 Подкаст.Лаб 16+
РОССИЯ 1
05.00, 09.30 Утро России 12+
ГТРК-Калуга
09.00, 14.30, 21.15 Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
16.30 Прямой эфир 16+
21.30 Ну-ка, все вместе! Хором! 12+
23.55 Первые 100 лет. Юбилей киностудии Мосфильм. Трансляция из Первого павильона 16+

ТВЦ
06.00 Настроение 12+
08.25, 11.50 "ПЕРСОНАЛЬНЫЙ АНГЕЛ" 12+
11.30, 14.30, 17.50 События 16+
12.30, 15.05 "УЛЫБКА ЛИСА" 12+
14.50 Город новостей 16+
16.55 "Актёрские драмы. Власть денег" 16+
18.10 "ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ" 12+
20.05 "ПАРИЖСКАЯ ТАЙНА" 12+
22.00 В центре событий 16+
23.00 Хорошие песни 12+
00.50 "ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ" 0+

НТВ
04.50 "Угро" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
08.25, 10.35 "Пес" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.50 Прощу, прости! 16+
17.55 Жди меня 12+
20.00 "Шеф. Мужская работа" 16+
00.00 Своя правда 16+
01.55 Квартирный вопрос 0+

РОССИЯ К
06.30 Пешком... 12+
07.00 Легенды мирового кино 12+
07.30, 15.20 "Шартрский собор" 12+
08.25, 12.45 "Забытое ремесло" 12+
08.40 Жизнь и судьба 12+
09.00 "БЕЗЗАКОНИЕ", "ЭКЗАМЕН НА ЧИН", "ДРАМА В ЦИРЮЛЬНЕ" 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 12+
10.20 "БАЛЕРИЙ ЧКАЛОВ" 12+
12.00 "Одиноково. Васильевский замок" 12+
13.00, 23.15 К 85-летию Юрия Ростя. "Рэтайм, или Разорванное время" 12+
13.35, 21.35 "ЗАСТАВА В ГОРАХ" 12+
16.15 Энигма 12+
17.15 Письма из провинции 12+
17.45 Симфонические оркестры России. Государственный Кремлевский оркестр 12+
18.45 Царская ложа 12+
19.45, 01.35 Искатели 12+
20.30 Линия жизни 12+
00.00 "Похороните меня за плинтусом". Спектакль театра-фестиваля "Балтийский дом"

СТС
06.00, 05.10 Ералаш 0+
06.30 "Машинки страшилки" 0+
08.00 "ПРОТИВ ВСЕХ" 16+
10.05, 01.10 "МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ!" 16+
12.10 Уральские пельмени. Смехbook 16+
14.00 Уральские пельмени 16+
23.00 Детский автор России- 2023 г. Финал 16+

ПЯТЫЙ КАНАЛ
04.00, 08.00, 12.00, 16.00 Известия 16+
04.25, 05.10, 05.50, 06.40, 07.35, 08.30, 09.00, 09.55, 10.45, 11.40, 12.30, 13.05, 14.05, 15.05 "ЧЕРНЫЕ КОШКИ" 16+
16.30, 17.20, 18.10, 19.00, 19.40, 20.25, 21.20 "СЛЕД" 16+
22.10 Светская хроника 16+
23.10, 00.00 Они потрясли мир 16+
00.45, 01.30, 02.10, 02.50, 03.30 "УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3" 16+

НИКА-ТВ
06.00, 12.30, 13.30, 14.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 23.30 Новости 16+
06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро первых 16+
09.00 Клен 12+
09.30 Азбука здоровья 16+
09.45, 18.45 Интересно 16+
10.00, 14.50 "ТРИ МУШКЕТЕРА" 12+
10.50, 15.40 Научные сенсации 12+
11.35, 19.00 Легенды русского балета 16+
11.50, 22.50 Война миров 16+
12.40, 22.00, 05.10 "ГРАЧ" 16+
13.40, 00.00 "ДЕТЕКТИВЫ" 16+

16.45, 04.55 Кольцо А 16+
17.00, 20.00 Персона 12+
17.45 Спасайся, кто хочет 16+
21.00 Круиз-контроль 12+
00.50 "САВВА МОРОЗОВ" 16+

Суббота, 3 февраля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
06.00 Доброе утро. Суббота 12+
09.00 Умницы и умники 12+
09.45 Слово пастыря 0+
10.00, 12.00 Новости
10.15 Наше все 12+
11.05 ПроУют 0+
12.15 Поехали! 12+
13.10 "СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ" 12+
15.10 "ЭКИПАЖ" 12+
18.00 Вечерние Новости
18.20 Я люблю мою страну 0+
19.20 "Эксклюзив" с Дмитрием Борисовым 16+
20.05 Кто хочет стать миллионером? 12+
21.00 Время
21.35 Сегодня вечером 16+
23.00 "ПОДЕЛЬНИКИ" 16+
02.00 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1
05.00 Утро России. Суббота 12+
ГТРК-Калуга
08.00, 08.20 Вести-Калуга
08.35 По секрету всему свету 12+
09.00 Формула еды 12+
09.25 Пятро на одного 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести
11.50 В кругу друзей 12+
12.50 Доктор Мясников 12+
14.50 Веселье час 16+
17.50 Привет, Андрей! 12+
21.00 "ЧУЖОЙ РЕБЕНОК" 16+
00.40 "МАСТЕР И МАРГАРИТА" 16+

ТВЦ
05.55 "ПАРИЖСКАЯ ТАЙНА" 12+
07.25 Православная энциклопедия 6+
07.50 "ЛЮБОВЬ ПО-ЯПОНСКИ" 12+
09.45 "КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА" 12+
11.30, 14.30, 23.20 События 16+
11.50 Смешите меня семеро 16+
12.55, 14.50 "СКОЛЬКО ЖИВЕТ ЛЮБОВЬ" 16+
17.20 "ШРАМ" 12+
21.00 Постскриптум 16+
22.05 Право знать! 16+
23.30 "Тайная комната. Барак Обама" 16+

НТВ
04.50 "Угро" 16+
06.20 Жди меня 12+
07.20 Смотр 0+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 Поедем, поедим! 16+
09.20 Едим дома 0+
10.20 Главная дорога 16+
11.00 Живая еда с Сергеем Малоземовым 12+
12.00 Квартирный вопрос 0+
13.00 Основано на реальных событиях 16+
15.00 Своя игра 0+
16.20 ЧП. Расследование 16+
17.00 Следствие вели... 16+
19.00 Центральное телевидение 16+
20.20 Ты не поверишь! 16+
21.20 Секрет на миллион. Тимур Еремеев 16+
23.25 Международная пирамида 18+
00.10 Захар Прилепин. Уроки русского 12+
00.50 Квартирник НТВ у Маргулиса. Вокруг спектакля "Саундтрек" 16+

РОССИЯ К
06.30 Библейский сюжет 12+
07.05 "Волк и семеро козлят", "Лиса и заяц" 6+
07.30, 07.50, 08.10, 08.30, 08.50, 09.10 "ПОРУС" 16+
09.30 Мы - грамотеи! 12+
10.10 Дом ученых 12+
10.40, 00.05 "ЖЕЛЕЗНЫЕ ИГРЫ" 12+
11.50 "Александр Пороховщиков" 12+
12.30 Истории города N с Пьером Бурелем 12+
13.10 Черные дыры. Белые пятна 12+
13.55, 01.15 "Сказочный мир дикой природы Шотландии" 12+
14.55 Рассказы из русской истории 12+
16.00 "Сергей Лебедев. Власть над числами" 12+
16.45 Церемония награждения победителей IX Всероссийской премии "За верность науке" 12+
18.45 Острова 12+
19.30 Новости культуры 12+
19.45 "У НАС ЕСТЬ ПАПА!" 12+
21.30 "Рассекреченная история" 12+
22.00 Агора 12+
23.05 Клуб "Шаболовка, 37" 12+
02.10 Искатели 12+

СТС
06.00, 05.10 Ералаш 0+
07.00 "Три ката" 0+
07.30, 10.00 Уральские пельмени 16+
08.30, 09.00 ПроСТО кухня 12+
11.35 "ДЕТИ ШПИОНОВ-4. АРМА-ГЕДДОН" 12+
13.20 "БАМБЛБИ" 12+

15.40 "ТАКСИ" 16+
17.25 "ТАКСИ-2" 16+
19.15 "ТАКСИ-3" 16+
21.00 "ТАКСИ-4" 16+
22.45 "КОРОЛЬ НЕБА" 12+
01.20 "ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО" 16+
ПЯТЫЙ КАНАЛ
04.00, 04.10, 04.50, 05.30, 06.20, 07.10, 08.30, 09.25, 10.20, 11.15, 12.15, 13.10, 14.05, 14.55, 15.45, 16.40, 17.40, 18.35 "УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3" 16+
08.00 Страна советов 16+
19.25, 20.20, 21.20, 22.10 "СЛЕД" 16+
23.00 Известия. Главное 16+
00.05 Светская хроника 16+
НИКА-ТВ
06.00 "ПОКА МЫ ЖИВЫ" 12+
07.45 Азбука здоровья 16+
08.00, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30 Новости 16+
08.30 Откровенно о важном 12+
09.00 Утро первых 16+
09.30 Легенды русского балета 16+
10.00 "ТРИ МУШКЕТЕРА" 12+
10.50 Научные сенсации 12+
11.35 Симфония экрана 12+
12.40 "ГРАЧ" 16+
13.40 "ДЕТЕКТИВЫ" 16+
14.45 Мне только спросить 12+
15.00 Круиз-контроль 12+
15.45 "ГОД ТЕЛЕНКА" 12+
17.00 Неделя 16+
18.00 На спорте 12+
18.30 Персона 12+
19.00 "САВВА МОРОЗОВ" 16+
22.25 "ПОДСОЛНУХИ" 12+
00.10 "ЕГО ДОЧЬ" 12+

08.05, 08.25, 08.45 "ПОРУС" 16+
09.05 Тайны старого чердака 12+
09.35, 01.00 Диалоги о животных 12+
10.15 "Его назвали гением" 12+
10.55 "ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО" 12+
12.20 Истории города N с Пьером Бурелем 12+
13.00 Невский ковчег. Теория невозможного 12+
13.30 Игра в бисер 12+
14.10 "Элементы" 12+
14.40 Больше, чем любовь 12+
15.20 "АНЮТА" 12+
16.30 Картина мира 12+
17.15 Пешком... 12+
17.45, 00.20 "Невидимые пришельцы" 12+
18.25 Романтика романса 12+
19.30, 19.45 Новости культуры 12+
20.25 К 100-летию киностудии 12+
22.50 "ПОЕЗД ИДЕТ НА ВОСТОК" 12+
01.40 Искатели 12+
02.25 "Шпионские страсти", "И смех, и грех" 16+

СТС
06.00, 05.10 Ералаш 0+
07.00 "Отель "У овечек" 0+
07.30 Уральские умельцы 16+
08.35 Уральские пельмени 16+
09.55 "ПО КЛИЧКЕ "ЧУДАК" 16+
11.45 "ТАКСИ" 16+
13.35 "ТАКСИ-2" 16+
15.20 "ТАКСИ-3" 16+
17.00 "ТАКСИ-4" 16+
18.50 "Неисправимый Рон" 6+

**Воскресенье,
4 февраля**
ПЕРВЫЙ КАНАЛ
06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 00.50, 01.35, 02.20, 03.05, 03.50 Подкаст.Лаб 16+
06.55 Играй, гармонь любимая! 12+
07.40 Часовой 12+
08.10 Здоровье 16+
09.20 Мечталлион. Национальная Лотерея 12+
09.40 Непутевые заметки 12+
10.15 Жизнь своих 12+
11.05 Повара на колесах 12+
12.15 Видели видео? 0+
14.00 "ГОРЯЧИЙ СНЕГ" 12+
16.00 К 100-летию киностудии. "Мосфильм. Рождение легенды" 12+
18.00 Вечерние Новости
19.00 Лучшее всех! Новый сезон 0+
21.00 Время
23.00 "КОНТЕЙНЕР" 16+
РОССИЯ 1
06.10, 01.30 "СЮРПРИЗ ДЛЯ ЛЮБИМОГО" 12+
ГТРК-Калуга
08.35 Когда все дома 12+
09.25 Утренняя почта 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 17.00 Вести
12.00 Большие перемены 12+
13.00 "БЕЗ ЛЮБВИ" 12+
17.50 Песни от всей души 12+
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин 12+
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+

ТВЦ
05.40 "КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА" 12+
07.00 "ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ" 12+
08.45 Здоровый смысл 16+
09.15 "СВОДНЫЕ СЕСТРЫ" 12+
11.30, 00.10 События 16+
11.45 Наша смешная жизнь 16+
12.35 "ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ" 0+
14.30, 05.30 Московская Неделя 12+
15.00 "Дорогие товарищи. Хлопковое дело" 16+
15.55 "Русские тайны. Создать сверхчеловека" 16+
16.40 "Приговор" 16+
17.35 "ЛЮБОВЬ ВНЕ КОНКУРСА" 12+
21.10 "СЖИГАЯ ЗА СОБОЙ МОСТЫ" 12+
00.25 Петровка, 38 16+
00.35 "ПЕРСОНАЛЬНЫЙ АНГЕЛ" 12+

НТВ
04.50 "Угро" 16+
06.30 Центральное телевидение 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! 12+
10.20 Первая передача 16+
11.00 Чудо техники 12+
12.00 Дачный ответ 0+
13.00 НашПотребНадзор 16+
14.05 Однажды... 16+
15.00 Своя игра 0+
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным 16+
17.00 Следствие вели... 16+
18.00 Новые русские сенсации 16+
19.00 Итоги недели
20.20 "Цербер" 16+
00.25 Звезды сошлись 16+

РОССИЯ К
06.30 "Лиса и волк", "Кошкин дом", "Котенок по имени Гав" 12+

21.00 "МИСТЕР НОКАУТ" 12+
23.25 "НАЧАТЬ СНАЧАЛА" 12+
01.40 "ТИХАЯ ГАВАНЬ" 12+
03.30 "ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ" 16+
05.05 6 кадров 16+
ПЯТЫЙ КАНАЛ
04.00, 04.30, 05.20, 03.10 "ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА" 16+
06.15, 01.30 "28 ПАНФИЛОВЦЕВ" 12+
08.15, 09.20, 10.20, 11.20 "БАТАЛЬОН" 16+
12.25, 13.25, 14.20, 15.25, 16.20, 17.20, 18.20, 19.25, 20.25, 21.30, 22.30 "ЛЕНИНГРАД, 46" 16+
23.25 "АМЕРИКЭН БОЙ" 16+
НИКА-ТВ
06.00 "ЕГО ДОЧЬ" 12+
07.35 Утро первых 16+
08.05, 18.00 Неделя 16+
09.00 Спасайся, кто хочет 16+
09.45 Культурная среда 16+
10.00 Персона 12+
10.30 Азбука здоровья 16+
10.45 Откровенно о важном 12+
11.15 На спорте 12+
11.45 Клен 12+
12.15 Детский канал 6+
13.35 "САВВА МОРОЗОВ" 16+
17.00 Карт-бланш 16+
19.00 "ПОКА МЫ ЖИВЫ" 12+
20.50 Концерт "Душа баяна" 12+
22.45 Официант! 16+
00.15 "РЕБРО АДАМА" 16+
01.30 "МОРИС РИШАР" 16+
03.30 "МОРЕ ВНУТРИ" 16+

РЕКЛАМА

Работа

ООО «ЭЛЕКТРОЦИТ-КО» приглашает на работу:

Сборщик трансформаторов.
Заработная плата от **50 000 до 100 000** рублей.
Обучение.

Намотчик катушек трансформаторов
Заработная плата от **45 000 до 80 000** рублей.
Обучение.

Испытатель электрических машин, приборов и аппаратов
Заработная плата от **50 000 до 80 000** рублей
Обучение.

Укладчик-упаковщик
Заработная плата от **40 000 до 70 000** рублей.

Поселок Бабынино, ул. Советская, 24,
телефоны: +7-495-011-05-00 доб. 1113, +7-910-917-39-66.

Во время обучения выплачивается заработная плата.

ДОСТАВКА ЗАВОДСКИМ ТРАНСПОРТОМ!

Разное

БАБЫНИНСКОГО РАЙОННОЕ ПОТРЕБИТЕЛЬСКОЕ ОБЩЕСТВО
продает гараж, площадью 774,бкв.м, количество машино-мест для транспортных средств – 7.
Гараж, находится по адресу: п. Бабынино, ул. Моторная, д. 11.
Контактные телефоны: 8(48448) 2-15-93,
8-910-910-69-66, 8-910-515-90-50.

ПРИНИМАЕТ бабушка.

Снимет порчу, сглаз, венец безбрачия, поможет в личной жизни.
Телефон: 8-961-122-58-91.

РЕМОНТ стиральных машин и холодильников на дому, с гарантией. Телефон: 8-902-988-41-01.

✓ ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ
✓ ИНОМАРКИ
✓ КРЕДИТНЫЕ
✓ БЕЗ ДОКУМЕНТОВ
✓ ЦЕЛЫЕ И БИТЫЕ



СРОЧНЫЙ ВЫКУП АВТО В КАЛУГЕ И ОБЛАСТИ

☎ 8(964) 146-11-11
☎ 8(920) 873-05-17

CARS40.RU
INFO@CARS40.RU

ЭЛЕКТРИК

- ♦ Профессиональное подключение новых домов.
- ♦ Замена старых проводов (вводов).
- ♦ Вынос, замена, перенос электросчетчиков.
- ♦ Монтаж электропроводки любой сложности и другие работы.

Телефон: 8-910-910-56-26.

И все по очень разумной цене

в любое удобное для вас время!



Подведены итоги

На оперативном совещании в межмуниципальном отделе Министерства внутренних дел Российской Федерации «Бабынинский» подвели итоги работы за 2023 год.

На заседании присутствовал заместитель начальника полиции УМВД России по Калужской области – начальник СУ полковник юстиции Сергей Николаевич Потапов, Врио начальника МО МВД России «Бабынинский» подполковник полиции Максим Федорович Тимошенко, прокурор Бабынинского района старший советник юстиции Александр Валентинович Герцев, прокурор Мещовского района Юрий Николаевич Савкин, член общественного совета Ирина Викторовна Остудина, руководители подразделений и личный состав отдела.

С основным докладом об итогах оперативно-служебной деятельности за 12 месяцев 2023 года выступила заместитель начальника МОМВД России «Бабынинский» подполковник внутренней службы Татьяна Ивановна Королева. В своем докладе она проана-



лизировала работу отдела за отчетный период, обратила внимание на недоработки, которые необходимо устранить, и обозначила дальнейшие задачи.

На мероприятии были заслушаны руководители служб и подразделений отдела полиции. Каждому выступающему полковник юстиции С.Н. Потапов указал ряд аспектов в повседневной деятельности, которые необходимо улучшить, что позволит осуществлять более эффективную защиту граждан от преступных посягательств и повысит доверие граждан к полиции.

Подводя итоги работы Сергей Николаевич в целом, отметил способность сотрудников Межмуниципального отдела справляться с поставленными задачами и обеспечивать безопасность жителей на территории оперативного обслуживания от противоправных посягательств, поблагодарил за работу, пожелал всем успехов в службе.

О. КУМЕТАЙТИНЕ,
инспектор направления информационного обеспечения штаба.



Чемпионы «Локобаскет»

В прошлые выходные спортсменки из баскетбольной команды МКОУ «СОШ №2 им. И.С. Унковского» п. Воротынок стали чемпионками области.

Они одержали победу в областном финале «Локобаскет», обыграв команду противников из г. Жиздры со счётом 31-30.

По итогам игры звание «Самый ценный игрок» было присуждено У. Завьяловой.

Теперь наша команда девушек будет представлять Калужскую область на соревнованиях по баскетболу в Центральном федеральном округе.

Поздравляем спортсменок, а также тренера С.В. Горелова с отличными результатами и желаем дальнейших успехов и побед.

Наш корр.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

КТО ОНИ: ПЕРВЫЕ ЖЕНЩИНЫ, КОТОРЫЕ ОСВОИЛИ МУЖСКИЕ ПРОФЕССИИ

Девушка за рулем автомобиля, женщина премьер-министр или даже президент. Все это вполне легко представить в современных реалиях. Но всего столетие назад представительницам прекрасного пола не разрешалось даже поступать в высшие учебные заведения. Такие кардинальные перемены произошли благодаря дамам, которые не побоялись и освоили так называемые мужские профессии.

Надежда СУСЛОВА

В 19 веке у женщин был минимальный набор прав. В тот период времени у них не было даже паспорта. С рождения их вписывали в документ отца, а после свадьбы – в паспорт мужа.

Им разрешалось работать лишь медсестрами, а о профессии врача или хирурга даже мечтать запрещалось. Но все это не касалось Надежды Сусловой, хотя родом она была из крепостной семьи. Ее отцом был Прокофий Суслов, который за свои заслуги смог получить вольную и дом в Санкт-Петербурге. Казалось

бы, ему мечтать больше не о чем, но он хотел, чтобы обе его дочери были образованными.

В 1859 году сестры Полина и Надежда Сусловы получили разрешение посещать лекции в Медико-хирургической академии. Несмотря на такое послабление, получить дипломы девушки не могли, так как их не допускали к экзаменам.

Но буквально через несколько лет свыше двадцати институтов решили выступить против образования женщин.

Однако это не сломало Надежду, она решила во что бы то ни стало осуществить свою мечту, а поэтому в 1864 году подала документы в Цюрихский университет. В личных записях девушка призналась, что ее до последнего не хотели вносить в список студентов. Но под ее натиском приемная комиссия сдалась и приняла упрямую Надежду на первый курс, со словами, что это единственная попытка женщины получить высшее образование. Как же они тогда ошиблись, ведь примеру Надежды Сусловой последовали и Вера Фигнер, и Софья Ковалевская.

Во время обучения Надежда написала «Доклад о физиологии лимфы», на презентации которого присутствовали ученые практически со всего мира. Таким образом Надежда Сулова стала первой женщиной-хирургом. Однако, чтобы начать врачебную практику в Российской Федерации, ей нужно было доказать свою квалификацию и заново сдавать все экзамены. И с этим она справилась на «отлично».

Анна ЩЕТИНИНА

Бывалые моряки свято верят, что женщина на корабле это к беде. Но такое суеверие не



помешало юной девушке Анне Щетининой стать не просто капитаном дальнего плавания, а настоящей легендой.

Поначалу девушке не сопутствовала удача, в колледже она выкладывалась на максимум, но ее все равно внесли в список отстающих студентов и забрали стипендию. Однако Анна упрямо шла к своей цели и добила ее, несмотря на все козни судьбы.

Уже в 1935 году она впервые провела судно по маршруту Германия – Камчатка. А еще через три года девушке доверили управление морским рыбным портом во Владивостоке.

Валентина ТЕРЕШКОВА

Первая женщина космонавт – Валентина Терешкова начала свою подготовку к полету в

открытый космос в 1962 году под пристальным присмотром советского инженера Сергея Королева. В процессе подготовки девушке пришлось перенести серьезные испытания, среди них и высокая температура, и состояние невесомости, полнейшую звукоизоляцию.

Несмотря на все трудности Валентина с дос-



тоинством выполнила поставленные задачи. А после завершения карьеры космонавта, женщина вела активную политическую деятельность.



Спрашивайте газету «Бабынинский вестник» в магазине «Елена» в поселке Бабынино и во всех отделениях Почты России Бабынинского района.

Учредители:
администрация (исполнительно-распорядительный орган) муниципального района «Бабынинский район», МАНУ РГ «Бабынинский вестник».
Издатель:
МАНУ РГ «Бабынинский вестник».
Газета перерегистрирована средне-русским межрегиональным территориальным управлением МПТР России. Рег. ПИ № 8-1275

Гл. редактор А.С. Швец
Заказ Объем 2 п.л.
Тираж -1100. Индекс 51750.
Газета выходит 104 раза в год.

Адрес редакции, издателя:
249210, Калужская область, п. Бабынино, ул. Новая, д. 4 а
E-mail: babynskii Vestnik@yandex.ru; babyn_ Vestnik@adm.kaluga.ru
сайт: http://Бабынинский-вестник.рф/
Телефоны: Редактора: 8 (48448) 2-22-84
Отделов редакции (факс): 8 (48448) 2-25-84

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции.
Ответственность за содержание рекламных текстов несет рекламодатель.

Номер набран и сверстан в редакции газеты «Бабынинский вестник». Отпечатан в Фонде «Губерния». 248000, г. Калуга, пл. Старый торг, 5. Тел.: 57-40-70. Подписан 25.01.2024 г., по графику - в 16.00, фактически - в 16.00.