

# НОВАЯ ЖИЗНЬ



Районная общественно-политическая газета

Газета основана  
30 сентября 1931 года



№ 17-18 (10265-10266) ПЯТНИЦА, 11 марта 2022 года

Выходит по средам и пятницам



## Главная тема

**Совместное  
обращение фракций  
Законодательного  
Собрания Калужской  
области к жителям  
региона**

**Уважаемые  
калужане!**

Сейчас наступил тот момент, когда решается судьба не Украины, и даже не ДНР и ЛНР, а именно России.

НАТО наращивает военную мощь в Европе, продвигаясь к границам нашей страны. Война рано или поздно пришла бы в наши дома. Спецоперация, которую Президент РФ Владимир Путин объявил 24 февраля, - единственно верное решение.

Фашистов нельзя убедить, с ними нужно бороться! Наш народ испытал это в 1941 году, что стоило миллионов жизней.

Сейчас бандеровцы и фашисты снова правят многогосударственной Украиной. Она утратила самостоятельность и выбрана, чтобы нанести решающий удар по России. Это был лишь вопрос времени. Больно осознавать такую реальность. Украинцы были и всегда будут нашими братьями. Но пришедшие к власти националисты постоянно стравливают два братских народа. То, что сейчас происходит - это их вина и вина их покровителей из Вашингтона. Нацбатальоны берут мирных жителей в заложники. Если бы украинские войска, оснащенные западным оружием, вошли в Донецк и Луганск, мы бы увидели новую Хатынь. А дальше - наша граница.

Российские военные - защитники всего русского мира! Они настоящие герои и спасают наши жизни.

Внутри нашей страны открыт второй фронт - информационный. Сейчас активизировались все, кто желает развала России. Они кричат об агрессии, забрасывают интернет фейками, пытаются расколоть общество. Таких людей нужно привлекать к уголовной и административной ответственности!

Полным ходом идет санкционная война. Мы знаем, что Европа давно управляется извне. Когда европейские концерны в ущерб своим же интересам отказываются от сотрудничества с Россией - это их выбор? Или у них не было выбора?

Конечная цель всех этих действий - уничтожить Россию.

Что мы можем сделать? Нам нужно объединиться!

Все фракции Законодательного Собрания Калужской области поддерживают Президента России, нашу армию и всех, кто на Украине ждет освобождения от фашистского режима.

**Руководитель фракции ВПП  
«Единая Россия»  
Г.С. НОВОСЕЛЬЦЕВ.**

**Руководитель фракции ПП  
«Справедливая Россия»  
А.П. БЫЧКОВ.**

**Руководитель фракции ПП «ЛДПР»  
Д.Д. ЛОЗЕНКО.**

**Руководитель фракции ПП «КПРФ»  
Н.И. ЯШКИН.**

**Руководитель фракции  
ПП «Новые люди»  
Д.В. ЗУБОВ.**

**Руководитель фракции ПП  
«Российская партия пенсионеров  
за социальную справедливость»  
Н.В. ТЕРЕХОВА.**

## Принят первый пакет мер поддержки предпринимателей и предприятий в условиях санкций

- Сегодня депутаты Законодательного Собрания Калужской области приняли первый пакет мер поддержки предпринимателей и предприятий в условиях санкций и той ситуации, которая возникла в экономике. Он состоит из двух законов, - сказал председатель регионального парламента **Геннадий Новосельцев** по итогам заседания сессии.

- В частности, с 1 марта и до конца года мы освободили малый и средний бизнес от платежей по довозам аренды имущества и земельных участков, находящихся в государственной собственности Калужской области, - добавил он.

- Второй закон предусматривает снижение на год налоговых ставок для тех, кто занимается торговлей, ремонтом автомобилей и логистикой и работает по упрощенной системе налогообложения, - рассказал **Геннадий Новосельцев**.

Они составят 3 процента в случае, если объектом налогообложения являются

доходы; 10 процентов - в случае, если объектом налогообложения являются доходы, уменьшенные на величину расходов.

Также на год отменяются требования по среднему уровню заработной платы на предприятиях и по отсутствию налоговой задолженности для получения ими льгот по налогам на прибыль и имущество организаций.

Напомним, что льготы предусматривают освобождение от налога на имущество и снижение ставки налога на прибыль с 17 до 13,5 процента.

- Надеемся, что меры поддержки помогут тем, кто работает в дан-



ных сегментах экономики. На этом, конечно, остановившись не будем. Постоянно мониторим ситуацию и дальше будем реагировать в соответствии с изменяющимися условиями, - подчеркнул председатель.

**Клавдия ЕФИМОВА.**

## Ориентир - на отечественных поставщиков

Программа исполнения наказов избирателей за 2021 год выполнена на 94 процента. Об этом 4 марта на Консультативном Совете глав муниципальных образований региона рассказал Председатель Законодательного Собрания области **Геннадий Новосельцев**. Она сформирована по итогам выборной кампании 2020 года и размещена на сайте [eg40.ru](http://eg40.ru). Программа состоит почти из тысячи пунктов и рассчитана на 5 лет - до 2025 года.

Построены три детских сада в областном центре, завершён ремонт садика в Спасс-Деменске, выполнен капитальный ремонт средней школы №4 в Малоярославце, Юхновской и Жиздринской школ искусств, завершено строительство футбольного поля для спортивной школы в Боровске, спортивного центра в Мосальске.

Кроме того, построено более полусотни станций водоочистки. Эта работа продолжится и в текущем году.

- По итогам 2021 года можно сказать, что от пятилетнего плана нами выполнено почти 35 процентов наказов, - подчеркнул спикер парламента.

Программа на 2022 год благодаря совместной работе с минфином подкреплена средствами из областного бюджета.

Среди важных проектов 2022 года: строительство новых школ в Малоярославце и Медыни, селе Лопатино Тарусского района, ремонт стадиона в Бетлицкой школе, строительство новых детских садов в Мещовске и Калуге, завершение ремонта поликлиник в Боровске, Детичине, Кондрове, больницы в Товаркове, амбулатории в Хвостовичах, открытие специализированного кардиохирургического отделения на базе Калужской областной клинической больницы, строительство ФОКа с бассейном в Балаба-

нове, крытого футбольного манежа в Калуге, физкультурно-оздоровительного комплекса в сквере имени Волкова в Калуге, благоустройство набережной Оки в Калуге, набережной Верхнего водохранилища в Кирове.

**Геннадий Новосельцев** акцентировал внимание глав на предстоящих изменениях в законодательстве о закупках и необходимости ориентироваться на отечественных поставщиков при реализации всех проектов.

**Илья САФРОНОВ.**



Улицы Героев

# В честь ученого

## 80-летию со дня смерти Л.А. Кулика посвящается...

**Улица Куликовская плотно прилегает к старому песчаному карьеру и плавно переходит в улицу Трегубова. Свое название она получила в честь советского ученого Леонида Алексеевича Кулика, который провел последние дни своей жизни в лазарете для военнопленных на Морозовской горке (ныне улица Трегубова). Многие уже слышали об этом человеке и знают, что он занимался исследованием тунгусского метеорита. Но это далеко не все, что сделал Леонид Алексеевич для нашей родины.**

Родился он 31 августа 1883 года в городе Дерпт (Дерптский уезд, Лифляндская губерния, Российская империя). Отец Алексей Семенович Кулик - дворянин, врач, доктор медицины. Мать Софья Кирилловна Кулик - дочь войскового старшины и землевладельца. Предки Леонида происходили из бывших малороссийских казаков из-под города Батурина.

В 1896-1903 годах Леонид учился в Троицкой мужской классической гимназии, которую окончил с золотой медалью и поступил в Санкт-Петербургский императорский лесной институт. Через полгода был отчислен за участие в студенческих выступлениях и призван на военную службу.

Прошел Первую мировую войну (1914-1918), 19 июля 1914 года был призван из запаса на действительную военную службу на Германский фронт в составе 4-й кавалерийской бригады 20-го драгунского финляндского полка Русской императорской армии. Принимал участие в боевых действиях в Восточной Пруссии. Закончил войну в чине поручика. В 1917 году за участие в боевых действиях против германских войск был награжден орденами Святого Станислава 3-й степени и Святой Анны 3-й степени.

В 1918 году участвовал в научной экспедиции профессора С. М. Курбатова, изучавшей месторождения полезных ископаемых на Урале.

В 1921 году по инициативе Леонида Кулика при Минералогическом музее был создан метеоритный отдел. При поддержке академиков В. Вернадского и А. Ферсмана вместе со своим университетским товарищем П. Дравертом он организовал первую в советской России научную метеоритную экспедицию по проверке

поступающих в Российскую академию наук (РАН) в Петрограде сообщений о падении на территории страны метеоритов. Особый интерес Кулик проявлял к изучению места и обстоятельств падения уникального Тунгусского метеорита на территории бассейна реки Подкаменная Тунгуска.

В 1927-1939 годах при поддержке Академии наук СССР организовал и возглавил еще четыре экспедиции на место падения Тунгусского метеорита. Обнаружил радиальный характер сплошного вывала леса в месте падения, пытался найти остатки метеорита, организовал аэрофотосъемку места падения, собрал свидетельские показания очевидцев тунгусского феномена.

В 1939 году после организации Комитета по метеоритам при Академии наук СССР Леонид Кулик стал его первым научным секретарем.

В предвоенные годы активно помогал М. Чистозонову - создателю первого в СССР планетария в городе Донской (Тюльская область), снабжая его научной литературой и оптическими приборами.

В самом начале Великой Отечественной войны, 6 июля 1941 года, в возрасте 58 лет вступил добровольцем в ряды народного ополчения и был включен в состав 17-й Московской стрелковой дивизии народного ополчения Москворецкого района. В начале октября 1941 года в оборонительном бою за прикрытие Варшавского шоссе от наступающих войск немецко-фашистских захватчиков в ходе операции «Тайфун» под деревней Востоды Смоленской области группа бойцов Красной армии, среди которых был и старшина саперной роты Леонид Кулик, попала в окружение. В этом бою ученый был ранен в ногу и потерял сознание. Пришел в себя в немецком концентрационном лагере для военнопленных. Сам будучи больным и истощенным, он организовал в лагере временный лазарет для советских раненых, где трудился санитаром, дни и ночи находясь рядом с ранеными, помогая всем, чем мог, не гнушаясь никаким трудом. Леонид Алексеевич связался с местными жителями, а через них - с партизанами. Из местных жителей он познакомился с учительницей села Востоды Марией Францевной Заккис. Она приносила в лагерь продукты для больных, через нее Кулик передавал письма жене. В одном из них он написал: «Сегодня 21 октября 1941 года. Районное село Востоды Смоленской области. В селе безлюдно. Люди трясутся в немногих пригодных для жилья зданиях. Сейчас я прежде всего раненый. Рана на ноге улучшается, но медленно, так как я растрываю ее: толкусь с утра до вечера, ибо я - санитар, проще го-

воря, санитар при временном лазарете для советских раненых в селе Востоды. Сперва я был на перевязках и операциях без прикрепления к палатам. Теперь за мной закрепили общий наркоч и детскую палату. В ней 6 пациентов: Маня, Нина, Паня (3-5 лет), Ваня (12 лет) и Поля (17 лет)».

Советские партизаны разработали план побега ученого из концлагеря. Предполагалось, что с наступлением сумерек Кулик переберется за колючую проволоку, там его будет ждать человек, который проведет на квартиру Марии Заккис. Но побег не удался. За час до назначенного срока немцы вывезли всех раненых, в их числе и Леонида Алексеевича, в Спасс-Деменск и бросили в тифозный барак. Кулик и тут старался чем-нибудь облегчить страдания больных. Но изнуренный голодом организм не выдержал, ученый сам заболел тифом. Староста Морозовской горки Яков Иванович Гольцов пригласил для лечения местного врача Тихона Александровича Красноцветова. Истощенный, ослабленный организм не смог справиться с болезнью. 14 апреля 1942 года Леонид Кулик скончался. Командант лазарета, наслышанный о знаменитом ученом, разрешил похоронить его на городском кладбище. В последний путь его проводила семья Гольцовых, в доме кото-



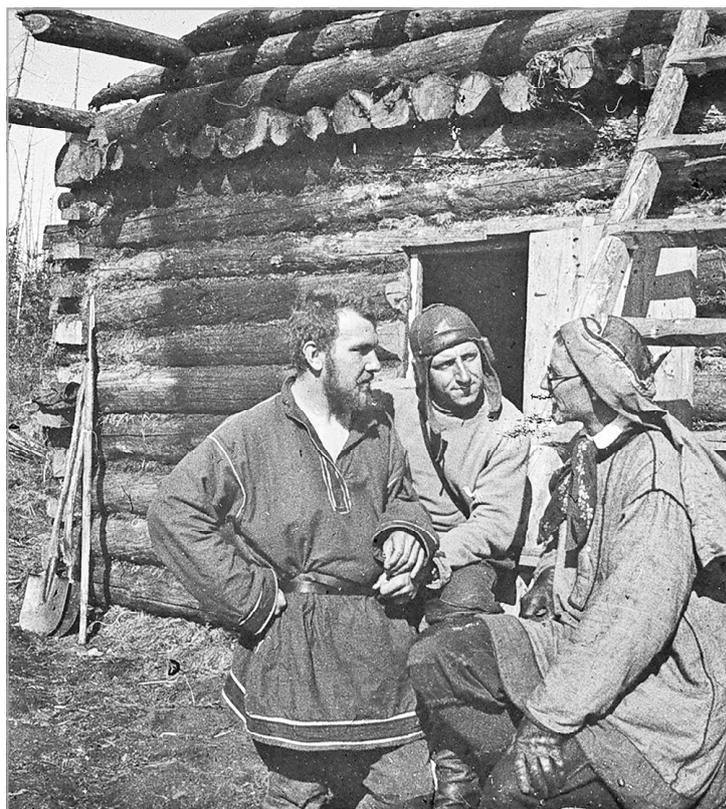
рых он жил, будучи уже смертельно больным.

Учитель школы им. М. Горького (ныне МКОУ «СОШ №1» г. Спасс-Деменска) Тихон Флегонтьевич Силаев, который около тридцати лет занимался краеведением, выяснил, что на городском кладбище похоронен известный ученый. Благодаря письмам в Академию наук СССР из Москвы приехали ее представители вместе с женой и двумя дочерьми Л.А. Кулика. Была установлена металлическая ограда и памятник.

В настоящее время могила Л.А. Кулика находится под защитой государства, о чем говорит специальная табличка на памятнике.

В его честь названы лунный кратер Кулик, малая планета 2784 Kulik, одна из гор рядом с эпицентром падения Тунгусского метеорита недалеко от поселка Ванавары и улица в нашем городе.

Павел СТЕЛЬМАХ.



10 марта - День архивов в России

# В архиве живет история

**При слове «архив» у большинства людей возникают неясные представления о полках с пыльными бумагами, что-то тихое и скучное. Тихое - да, а вот все остальное совсем не соответствует действительности. По полкам архива можно по кусочкам собрать не только историю нашего района, некоторые факты жизни отдельно взятых людей. Здесь хранятся все значимые для Спас-Деменска документы, да и труд работников архивов далеко не скучный и заурядный, а интересный и кропотливый.**



**Светлана Дятлова бережно хранит историю нашего района на протяжении 17 лет. За эти годы она до мелочей изучила все нюансы работы архивариуса, легко ориентируется в кипах бумаг. Светлана Викторовна точно знает, где какой документ лежит, поэтому может с легкостью его найти, быстро исполнить любой запрос.**

Накануне профессионального праздника мы отправились в Спас-Деменский архивный отдел, где узнали о всех тонкостях этой работы у главного специалиста и единственного работника отдела - Светланы Дятловой.

**- Светлана Викторовна, расскажите, с чего начинается работа архива?**

- С того момента, когда сюда поступают документы. В мои должностные обязанности входит сбор, обработка и обеспечение сохранности тех документов, которые образуются в ходе деятельности учреждений и организации города и района. Конечно, в архив поступают и документы от ликвидируемых предприятий, с помощью которых я отвечаю на запросы граждан, социально-правовые вопросы, подтверждаю стаж работы или заработную плату человека.

На сегодняшний день отдел тесно сотрудничает с 43 организациями. В каждой из них есть ответственные лица, назначенные за ведение архива, я в свою очередь оказываю им консультативную помощь и помогаю упорядочить и систематизировать необходимую документацию.

**- Какие документы у вас хранятся?**

- На сегодняшний день в архиве хранится более 20 тысяч различных документов, в том числе дела управленческой до-

кументации и по личному составу. Это достаточно большой объем для такого маленького помещения, которое имеется в распоряжении архива. Оно заполнено более чем на 200% и, по сути, новые документы принимать уже некуда.

**- Давайте поговорим об истории Спас-Деменского архива. С какого года он ведет свое летоисчисление?**

- Большинство того, что хранится, относится к послевоенному времени. Есть, конечно, документы, относящиеся к военному времени, но это уже после 43-го года, ведь до этого Спас-Деменский район входил в состав Смоленской области, поэтому часть сведений сегодня хранится в Смоленском архиве. Сохранились документы, подтверждающие оккупацию наших населенных пунктов, сведения о полностью уничтоженных деревнях и другие. Конечно, все они представляют еще и историческую ценность. Ранее в Спас-Деменском архиве хранились метрические книги 1889 - 1909 годов, в 2002 году они были переданы на хранение в Государственный архив Калужской области. А вот последние поступления в наш архив были в 1996 году - документы от сельских поселений.

**- Расскажите о сроках и условиях хранения документов.**

- Управленческие документы хранятся постоянно, документы по личному составу - в течение 50 лет. Конечно, при хранении соблюдается ряд специальных условий: температурный и световой режимы, влажность и обеспыливание.

**- Как часто и по каким вопросам в архивный отдел обращаются граждане?**

- Надо сказать, что работа с запросами - приоритетное на-

правление деятельности архивариуса. Причем с запросами обращаются не только жители нашего региона, но из ближнего и дальнего зарубежья. Часто запросы к нам поступают из Пенсионного фонда. В среднем за год их насчитывается более 300. В основном запросы касаются подтверждения стажа работы, заработной платы. Набирает популярность установление своей родословной, поэтому многие через архив восстанавливают сведения о родственниках.

**- Светлана Викторовна, в какие сроки вы должны отвечать на запрос?**

- По регламенту на это ответен один месяц, но я стараюсь выполнить все в более сжатые сроки - за одну-две недели. Это зависит от сложности справки. Например, если человек обратился с полным пакетом документов, времени уйдет меньше. А если он потерял трудовую книжку - будет сложнее разыскать сведения о нем, и время на ответ увеличится.

**- В век всеобщей цифровизации храните ли документы в электронном виде?**

- Пока это только начальный этап. Оцифрована только база данных, в которую внесены фонды и описи. Чтобы перевести в электронный вид все документы, необходимо специальное оборудование, но, к сожалению, средств на его приобретение пока нет. Поэтому приходится трудиться по старинке - с бумажными документами, ценность которых, я уверена, не утратится, а значит, архивы будут востребованы еще долгие годы.

**- Большое спасибо за беседу.**

Екатерина НИКИШКИНА.  
Фото автора.

Власть

Официально

## Анатолий Артамонов: Совет Федерации единогласно проголосовал за ратификацию договоров между Россией и ДНР и ЛНР о дружбе и сотрудничестве

Председатель Комитета Совета Федерации по бюджету и финансовым рынкам **Анатолий Артамонов** принял участие в 518-м заседании Совета Федерации. В рамках мероприятия сенаторы ратифицировали федеральные законы «О ратификации Договора о дружбе, сотрудничестве и взаимной помощи между Российской Федерацией и Донецкой Народной Республикой» и «О ратификации Договора о дружбе, сотрудничестве и взаимной помощи между Российской Федерацией и Луганской Народной Республикой».

Документы представили председатель Комитета Совета Федерации по международным делам **Григорий Карасин**, председатель Комитета Совета Федерации по обороне и безопасности **Виктор Бондарев**, председатель Комитета Совета Федерации по

конституционному законодательству и государственному строительству **Андрей Клишас**.

В заседании принял участие официальный представитель Президента РФ, заместитель министра иностранных дел РФ **Андрей Руденко**.

Договорами устанавливается международно-правовая основа для развития межгосударственных отношений между Российской Федерацией и Донецкой Народной Республикой и Луганской Народной Республикой в соответствии с принципами взаимного уважения государственного суверенитета и территориальной целостности. Предусмотрено, что договаривающиеся стороны тесно сотрудничают в области внешней политики, укрепления мира, защиты суверенитета, территориальной целостности и обеспечения бе-

зопасности, а также прилагают скоординированные усилия для содействия урегулированию региональных конфликтов и иных ситуаций, затрагивающих интересы сторон.

**«Президент принял очень важное решение, имеющее огромное историческое значение - о признании независимости и суверенитета Донецкой Народной республики и Луганской Народной республики. Совет Федерации поддержал это решение, и сегодня мы единогласно проголосовали за ратификацию договоров между Россией и ДНР и ЛНР о дружбе и сотрудничестве. Благодаря этому откроются новые возможности для миллионов людей, которые живут в Донбассе и Луганске»,** - сказал по итогам заседания **Анатолий Артамонов**.

Наш корреспондент.

## Жителей Калужской области приглашают на службу в Центр специального назначения вневедомственной охраны Росгвардии в г. Москве

Центр специального назначения вневедомственной охраны Росгвардии объявляет прием на службу граждан Российской Федерации в возрасте от 18 до 35 лет, проживающих в Калужской области, для обеспечения охраны режимных и особо важных государственных объектов в городе Москве и Домодедовском районе Московской области.

Сотрудникам Центра предоставляется возможность карьерного роста, а также отпуск с сохранением денежного содержания для получения первого высшего образования, в том числе в ведомственных учебных заведениях. После получения высшего образования сотрудники зачисляются в кадровый резерв с последующим назначением на руководящие должности.

Сотрудники Росгвардии, не располагающие жилыми помещениями по месту прохождения службы, имеют возможность получения денежной компенсации за наем (поднаем) жилого помещения и обеспечиваются другими социальными льготами согласно действующему законодательству Российской Федерации.

Телефоны отдела кадровой работы для обращения кандидатов в подразделения ЦСН ВО Росгвардии: 8-925-677-53-16; 8(499)241-00-59.

Министерство внутренней политики и массовых коммуникаций Калужской области.

Информация доступна на сайте областной администрации: www.admoblkaluga.ru.

# ВЕСНА - КАК МНОГО В ЭТОМ СЛОВЕ...

*Весна - это пробуждение природы, начало новой жизни, планов на будущее. Первые весенние праздники связаны с улыбкой, солнцем, надеждами. Расскажем, как провели Масленицу и 8 Марта спасдеменцы*

## Масленицу гуляли - зиму провожали

*Ну вот и закончилась всеми любимая масленичная неделя. В минувшее воскресенье спасдеменцы проводили зиму и отметили древний славянский праздник веселыми песнями, играми, конкурсами и, конечно же, блинами*

Празднование Масленицы и проводы русской зимы давно стали доброй традицией в нашем районе. Местные власти и работники культуры стараются в этот день сделать все возможное для того, чтобы каждый житель сполна окупился в суматоху праздничных гуляний и почувствовал всю прелесть и размах Масленицы.

### Пир на весь мир

С утра в городском парке звучала музыка, сельские поселения и мастера-умельцы раскладывали свой товар, а спасдеменцы и гости города уже спешили за покупками. Сколько солений, варений, свежей выпечки и других продуктов привезли на Масленицу селяне, но самое главное - блины, пробуй, какие хочешь. Здесь же эксклюзивные работы наших мастеров. Валентина Смирнова, Екатерина Гусева, Татьяна Дадыченко представили на ярмарке вязаные игрушки. Елена Канаева презентовала пинетки, носки и другие вязаные вещи. Елена

Шкадова из деревни Павлиново завлекала покупателей спадкими букетами из конфет, Нина Василькова из хутора Новоалександровский своими обережными куклами. Валентина Снедзе из села Лазинки предлагала посетителям парка мыло и твердые шампуни ручного производства. Но больше всех удивило Чипляевское сельское поселение, представившее большое количество работ умельцев. Это вышитые картины Антонины Давыдовой, вязаные сафетки Александры Мильберг, резные шкатулки Виктора Коробенкова, дерево из бисера Татьяны Васюковой, необычные вязаные тапочки Светланы Токаревой, множество картин и икон Ольги Павловой, Любови Марусевой и Натальи Сапуновой, выполненных в технике алмазной мозаики. Желательно могли согреться горячим чаем и полакомиться вкусностями местного производства. Спасдеменское райпо и индивидуальные предприниматели предлагали шашлык и ароматную выпечку. Были на праздни-

ке и заезжие купцы, они торговали попкорном, сладкой ватой, воздушными шарами и сувенирами. В общем, на торговых рядах можно было увидеть разнообразный товар на любой вкус и кошелек. А чтобы гости ярмарки не скучали, для них возле каждого стола было организовано представление из частушек, потешек, шуток и прибауток. Кстати, за всем действием следили и принимали участие даже некоторые главы сельских поселений, хвалясь своей продукцией. Так, Елена Швыркова зазывала покупа-

### Такие разные куклы

Еще одной доброй традицией прошедшего воскресенья стало проведение конкурса масленичных кукол. И хотя в текущем году он оказался не таким масштабным, как в былые времена - было представлено лишь три работы, но зато какие, красивыми, с роскошными косами - для них не пожалели ни юбок, ни платков, ни лент, ни украшений.



телей попробовать вкусный травяной чай с блинами и медом. Возможно, именно он и произвел впечатление на жюри, которое признало любунцев самыми гостеприимными и хлебосольными. Они разделили первое место в районной выставке-ярмарке с хутором Новоалександровским. Второе место поделили села Чипляево и Лазинки. На третьем - Павлиновский дом культуры и Валентина Снедзе.

Ярмарка пела и гуляла несколько часов, так что без покупок и хорошего настроения не остался никто.





Жюри выпала нелегкая задача выбрать самую лучшую. Однако, где конкурс, там и победители. На этот раз лучшей признана коллективная работа социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних «Черемушки». Второе место присвоено «Душечке Веснянке» из хутора Новоалександровский, третье - «Масленушке Спас-Демьевне» из села Чипляево. Участники конкурса «Сударыня Масленица - 2022» награждены памятными дипломами и ценными призами.

## Коварный столб

Самым долгожданным испытанием для сильных и смелых стало традиционное лазание на столб за подарками. Желающих покорить высоту было предостаточно, но не всем это удалось. Среди публики ходили разговоры, что столб натирают воском,



чтобы сделать его скользким и неприступным. Однако это лишь слухи.

Мужчины пробовали преодолеть гладкий столб и в одежде, и практически без нее, и с помощью товарищей, и со второй попытки. Однако удалось это сделать лишь трем счастливым. Главный приз - электросушилка, а также уют, чайник и набор полотенец достались Николаю Михееву. Закир Чабатарев снял со столба набор кастрюль и плед, Дмитрий Блинов стал обладателем термоса.

Кстати, на этот раз в состязании пыталась принять участие женщина, однако не смогла подняться даже на полметра.

## Широко гуляли

Несмотря на солнечную погоду, зима в этот день не собиралась сдаваться без боя. Чобы гости праздника не замерзли, работники районного Дома культуры, нарядившись в яркие костюмы, разогрели всех шутками и конкурсами. Было и перетягивание каната, и соревнования парней и девочек. Самые сильные состязались в подвеме 16-ти килограммовой гири. Первый участник Игорь Фокин смог поднять ее 21 раз. Все были уверены, что его рекорд никто не побьет, но с гирей легко справился Артур Снедзе, который смог поднять ее 35 раз.

От души повеселился народ, поддерживая участниц битвы мешками на бревне. В этом году это был лишь женский бой. В схватке состязались Валентина Снедзе и Алена Вахобова.

## С размахом праздновали Масленицу в детских учреждениях района

Празднование Масленицы в образовательных учреждениях района стало доброй традицией. Всю прошедшую неделю дети готовились к этому событию и ждали его с нетерпением. На классных часах, в беседах с педагогами они узнали, как раньше на Руси отмечали Масленицу, что означает и откуда берет начало этот обычай. И как положено на любом торжестве, ребяташки от души повеселились. Они водили хороводы, пели песни, частушки, играли и соревновались. И, конечно же, с удовольствием поедали вкусные блины, запивая их горячим чаем.

## ... И В Спас-Деменском доме-интернате для престарелых и инвалидов

Сотрудники социального учреждения организовали для проживающих празднование масленичной недели, в ходе которой постояльцы вспоминали историю и традиции празднования Масленицы. Пожилые люди делились своими воспоминаниями о том, как раньше встречали праздник с размахом, песнями и танцами и, конечно, блинами. Поздравили постояльцев с Масленицей и работники районного Дома культуры.



## Большой весенний концерт

**Даже коронавирус не смог помешать празднованию 8 Марта. В преддверии праздника милых дам своим творчеством и вниманием радовали самодельные артисты района.**

Согрел лучами солнца и женскими улыбками праздник, прошедший в районном Доме культуры. Концертную программу посвятили всем женщинам, пришедшим в этот день на мероприятие. Программа концерта была очень интересной. Творческие танцевальные коллективы «Сюрприз» и «Адреналин», а также Нина Василькова, Ирина Сидорова, Олег Будылев, Татьяна Олару, Светлана Тиханская, Наталия Савчик и другие подарили зрителям прекрасный концерт, в котором были показаны и уже любимые номера, а также премьеры, подготовленные специально к торжеству.

На праздниках побывали  
Екатерина НИКИШКИНА и Полина ФИТИСОВА.



**Понедельник,  
14 марта**



06.00, 17.00 На спорте 12+  
06.30 Утро preview 16+  
07.00 Утро Первых 16+  
09.00 Неделя 16+  
09.55 "ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ" 12+  
11.30 Кулинария как наука 12+  
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+  
12.40 Я местный 12+  
13.20 Актуальное интервью 12+  
13.40 Люди РФ 12+  
14.10 Клен 12+  
14.50 "КУПИДОН" 16+  
15.40 Мультфильм.  
16.45 Азбука здоровья 16+  
17.45 Откровенно о важном 12+  
18.15 Интересно 16+  
18.45 Приходские хроники 0+  
19.00 Вместе с наукой 12+  
19.30, 20.30, 21.30, 23.30 Новости с субтитрами 16+  
20.00, 21.00 Карт-бланш 16+  
22.00, 05.10 "ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ" 12+  
22.50 Последний день 12+  
00.00 "БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ 2. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ" 16+  
01.40 Начистоту 12+

**ПЕРВЫЙ**

05.00, 09.25 Доброе утро.  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00, 18.00 Новости.  
09.50 Жить здорово! 16+  
10.55 Модный приговор 0+  
12.15, 01.35, 03.05, 17.00 Время покажет 16+  
15.15 Давай поженемся! 16+  
16.00 Мужское / Женское 16+  
18.40 На самом деле 16+  
19.45 Пусть говорят 16+  
21.00 Время.  
21.30 "ЯНЫЧАР" 16+  
23.25 Большая игра 16+  
00.25 "Объяснение любви" 12+

**РОССИЯ 1**

05.00, 09.30 Утро России 12+  
09.00, 14.30, 21.05 "Местное время".  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.  
11.30, 17.30 60 минут 12+  
14.55 Кто против? 12+  
21.20 "ЕЛИЗАВЕТА" 16+  
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+  
01.00 "ГОДУНОВ. ПРОДОЛЖЕНИЕ" 16+  
02.00 "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" 16+  
03.40 "СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ" 16+

**НТВ**

04.55 "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" 16+  
06.30 Утро 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.20 Сегодня.  
08.25, 10.25 "МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ" 16+  
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+  
14.00 Место встречи 16+  
16.45 За гранью 16+  
17.50 ДНК 16+  
20.00 "ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ" 16+  
23.40 "ПЭС" 16+  
03.30 "БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА" 16+

**Внимание населения!**

**18 марта с 15 до 18 часов**  
в здании Спас-Деменского райпо  
(ул. Советская, 49)

Кировская обувная фабрика  
принимает обувь для фабричного ремонта:  
- замена подошвы (большой выбор), высоты каблук,  
- смена низа (кожи),  
- изменение фасона.  
Полная реставрация старой обуви. Сезонная гарантия.  
Оплата после выполнения заказа,  
тел. 8-902-394-04-72.

**ЭЛРОГРАММА ТЕЛЕВИДЕНИЯ**

**Вторник,  
15 марта**



06.00, 20.30, 21.30, 23.30, 19.30 Новости с субтитрами 16+  
06.30 Утро preview 16+  
07.00 Утро Первых 16+  
09.00, 17.00, 17.45 Карт-бланш 16+  
09.55, 14.50 "КУПИДОН" 16+  
10.45, 00.00 "БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ 2. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ" 16+  
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+  
12.40, 22.00, 05.10 "ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ" 12+  
13.40, 19.00 Вместе с наукой 12+  
14.05 Начистоту 12+  
15.40 Последний день 12+  
16.20 История образования 12+  
16.45 Точка зрения 12+  
18.15, 20.00 Интересно 16+  
18.45 Азбука здоровья 16+  
20.15, 21.00 Глушенковы 16+  
22.50 Моё родное 12+  
02.05 Дальневосточная экспедиция 12+

**ПЕРВЫЙ**

05.00, 09.25 Доброе утро.  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00, 18.00 Новости.  
09.50 Жить здорово! 16+  
10.55 Модный приговор 0+  
12.15, 17.00 Время покажет 16+  
15.15 Давай поженемся! 16+  
16.00 Мужское / Женское 16+  
18.40 На самом деле 16+  
19.45 Пусть говорят 16+  
21.00 Время.  
21.30 "ЯНЫЧАР" 16+  
23.25 Большая игра 16+  
00.25 "Николай II. Последняя воля императора" 16+

**РОССИЯ 1**

05.00, 09.30 Утро России 12+  
09.00, 14.30, 21.05 "Местное время".  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.  
11.30, 17.30 60 минут 12+  
14.55 Кто против? 12+  
21.20 "ЕЛИЗАВЕТА" 16+  
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+  
01.00 "ГОДУНОВ. ПРОДОЛЖЕНИЕ" 16+  
02.00 "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" 16+  
03.40 "СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ" 16+

**НТВ**

04.55 "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" 16+  
06.30 Утро 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.20 Сегодня.  
08.25, 10.25 "МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ" 16+  
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+  
14.00 Место встречи 16+  
16.45 За гранью 16+  
17.50 ДНК 16+  
20.00 "ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ" 16+  
23.40 "ПЭС" 16+  
03.25 "БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА" 16+

**Среда,  
16 марта**



06.00, 21.00 Откровенно о важном 12+  
06.30 Утро preview 16+  
07.00 Утро Первых 16+  
09.00, 17.15, 17.45 Глушенковы 16+  
09.45, 18.45, 20.00 Интересно 16+  
10.00, 14.50 "КУПИДОН" 16+  
10.50, 00.00 "БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ 2. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ" 16+  
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+  
12.40, 22.00, 05.10 "ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ" 12+  
13.40, 19.00 Вместе с наукой 12+  
14.05, 01.40 Начистоту 12+  
15.40, 22.50 Моё родное 12+  
16.20 Позитивные новости 12+  
16.45 История образования 12+  
17.00 Приходские хроники 0+  
18.15, 20.15 Культурная среда 16+  
19.30, 20.30, 21.30, 23.30 Новости с субтитрами 16+  
02.05 "ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ" 16+  
03.45 "18 ЛУН" 12+

**ПЕРВЫЙ**

05.00, 09.25 Доброе утро.  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00, 18.00 Новости.  
09.50 Жить здорово! 16+  
10.55 Модный приговор 0+  
12.15, 01.30, 03.05, 17.00 Время покажет 16+  
15.15 Давай поженемся! 16+  
16.00 Мужское / Женское 16+  
18.40 На самом деле 16+  
19.45 Пусть говорят 16+  
21.00 Время.  
21.30 "ЯНЫЧАР" 16+  
23.25 Большая игра 16+  
00.25 "Сергей Юрский. Против правил" 12+

**РОССИЯ 1**

05.00, 09.30 Утро России 12+  
09.00, 14.30, 21.05 "Местное время".  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.  
11.30, 17.30 60 минут 12+  
14.55 Кто против? 12+  
21.20 "ЕЛИЗАВЕТА" 16+  
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+  
01.00 "ГОДУНОВ. ПРОДОЛЖЕНИЕ" 16+  
02.00 "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" 16+  
03.40 "СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ" 16+

**НТВ**

04.55 "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" 16+  
06.30 Утро 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.20 Сегодня.  
08.25, 10.25 "МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ" 16+  
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+  
14.00 Место встречи 16+  
16.45 За гранью 16+  
17.50 ДНК 16+  
20.00 "ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ" 16+  
23.40 "ПЭС" 16+  
03.25 "БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА" 16+

**Четверг,  
17 марта**



06.00, 21.30, 23.30, 19.30 Новости с субтитрами 16+  
06.30 Утро preview 16+  
07.00 Утро Первых 16+  
09.00, 18.45 Интересно 16+  
09.15, 17.45 Культурная среда 16+  
09.30, 16.20 История образования 12+  
10.00, 14.50 "КУПИДОН" 16+  
10.50, 00.00 "БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ 2. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ" 16+  
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+  
12.40, 22.00, 05.10 "ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ" 12+  
13.40, 19.00 Вместе с наукой 12+  
14.05 Начистоту 12+  
15.40, 22.50 Моё родное 12+  
16.45 Точка зрения 12+  
17.00 Откровенно о важном 12+  
18.00 Персона 12+  
18.45 Спасайся, кто хочет 16+  
20.45 Территория закона 16+  
21.00 Азбука здоровья 16+  
21.15 Приходские хроники 0+  
01.40 "Я УКРАДУ ТЕБЯ У ВСЕГО МИРА" 16+  
03.15 "ЛИНКОВЫЕ ДЛЯ АДВОКАТА" 16+

**ПЕРВЫЙ**

05.00, 09.25 Доброе утро.  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00, 18.00 Новости.  
09.50 Жить здорово! 16+  
10.55 Модный приговор 0+  
12.15, 01.30, 03.05, 17.00 Время покажет 16+  
15.15 Давай поженемся! 16+  
16.00 Мужское / Женское 16+  
18.40 На самом деле 16+  
19.45 Пусть говорят 16+  
21.00 Время.  
21.30 "ЯНЫЧАР" 16+  
23.25 Большая игра 16+  
00.25 "Григорий Горин. Живите долго!" 12+

**РОССИЯ 1**

05.00, 09.30 Утро России 12+  
09.00, 14.30, 21.05 "Местное время".  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.  
11.30, 17.30 60 минут 12+  
14.55 Кто против? 12+  
21.20 "ЕЛИЗАВЕТА" 16+  
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+  
01.00 "ГОДУНОВ. ПРОДОЛЖЕНИЕ" 16+  
02.00 "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" 16+

**НТВ**

04.55 "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" 16+  
06.30 Утро 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.20 Сегодня.  
08.25, 10.25 "МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ" 16+  
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+  
14.00 Место встречи 16+  
16.45 За гранью 16+  
17.50 ДНК 16+  
20.00 "ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ" 16+  
23.40 ЧП 16+  
00.20 Поздников 16+  
00.35 Мб и наука 12+

**Пятница,  
18 марта**



06.00, 20.30, 21.30, 23.30, 19.30 Новости с субтитрами 16+  
06.30 Утро preview 16+  
07.00 Утро Первых 16+  
09.00 Клен 12+  
09.20 Азбука здоровья 16+  
09.35, 18.45 Территория закона 16+  
09.50 Позитивные новости 12+  
10.00, 14.50 "КУПИДОН" 16+  
10.50 "БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ 2. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ" 16+  
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 12+  
12.40, 22.00, 05.10 "ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ" 12+  
13.40, 19.00 Вместе с наукой 12+  
14.05 Начистоту 12+  
15.40 Моё родное 12+  
16.20 Актуальное интервью 12+  
16.45, 04.55 История образования 12+  
17.00 Всегда готовы! 12+  
17.45 Спасайся, кто хочет 16+  
20.00 Персона 12+  
21.00 Люди РФ 12+  
22.50 10 фотографий 12+  
00.00 "О ТЕБЕ" 16+

**ПЕРВЫЙ**

05.00, 09.25 Доброе утро.  
09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости.  
09.50 Жить здорово! 16+  
10.55, 02.00 Модный приговор 0+  
12.15, 17.00 Время покажет 16+  
15.15, 02.50 Давай поженемся! 16+  
16.00, 03.30 Мужское / Женское 16+  
18.40 Человек и закон 16+  
19.45 Полчудес 16+  
21.00 Время.  
21.30 Голос 0+  
23.05 Большая игра 16+  
00.05 "Жади Фостер"

**РОССИЯ 1**

05.00, 09.30 Утро России 12+  
09.00, 14.30, 21.05 "Местное время".  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.  
11.30, 17.30 60 минут 12+  
14.55 Кто против? 12+  
21.20 "ЕЛИЗАВЕТА" 16+  
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+  
01.00 "ГОДУНОВ. ПРОДОЛЖЕНИЕ" 16+  
02.00 "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" 16+

**НТВ**

04.55 "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" 16+  
06.30 Утро 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.  
08.25 "Мои университеты. Будущее за настоящими" 6+  
09.25, 10.25 "МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ" 16+  
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+  
14.00 Место встречи 16+  
16.45 ДНК 16+  
17.55 Жди меня 12+  
20.00 Следствие вли 16+  
21.00 Страна талантов 23.40 Своя правда 16+  
01.30 Захар Прилепин 01.55 Квартирный вопрос

**Суббота,  
19 марта**



06.00, 14.05 Начистоту 16+  
06.45, 10.55 Начистоту 07.10, 03.50 10 фотографий 12+  
07.45 Азбука здоровья 08.00, 13.30, 15.30, 12.30, 14.30 Новости 16+  
08.30 Люди РФ 12+  
09.00 Откровенно о важном 12+  
09.30 Кулинария как наука 12+  
10.30 Утро Первых 16+  
11.00 Мультфильм.  
12.40 "ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ" 12+  
13.40 Вместе с наукой 12+  
14.45 Приходские хроники 0+  
15.00, 18.30 Персона 12+  
15.45 Он и она 16+  
19.00 Неделя 16+  
18.00 На спорте 12+  
19.00 "О ТЕБЕ" 16+  
20.35 "АЛЕША" 12+  
21.45 "ТУРДНО БЫТЬ МАЧО" 16+  
23.25 Концерт "Жара в Вегасе" 12+  
00.50 "18 ЛУН" 12+

**ПЕРВЫЙ**

06.00 Доброе утро.  
09.00 Умники и умники 12+  
09.45 Слово пастыря 0+  
10.00, 12.00 Новости.  
10.15 "Амурский тигр. Хозяин тайги" 12+  
11.15, 12.15 Видели видео? 0+  
14.00 Балет на льду Татьяны Навки "Лебединое озеро" 12+  
15.45 Кто хочет стать миллионером? 12+  
17.20 Наша Надя 16+  
19.20 45 лет ансамблю "Русская песня" 12+  
21.00 Вести.  
21.20 "ОДИН ВДОХ" 12+  
23.15 "ОДИССЕЙ" 16+  
01.30 Наедине со всеми

**РОССИЯ 1**

05.00 Утро России 12+  
08.00 "Местное время".  
08.35 По секрету всему свету 12+  
09.00 Формула еды 12+  
09.25 Питер на одного 10.10 Сто к одному 12+  
11.00 Вести.  
11.30 "МОЙ ЧУЖОЙ РЕБЕНОК" 12+  
13.30 "ТОЛЬКО О ЛЮБВИ" 12+  
18.00 Привет, Андрей! 20.00 Вести в субботу.  
21.00 "ПРОСТИ ЗА ЛЮБОВЬ" 12+

**НТВ**

04.55 ЧП 16+  
05.25 "ДВЕНАДЦАТЬ ЧАСОВ" 16+  
07.20 Смотр 0+  
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня.  
18.00 Готовим с Алексеем Зиминим 0+  
08.50 Подем, подем! 0+  
09.25 Едим дома 0+  
10.20 Главная дорога 16+  
11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым 12+  
12.00 Квартирный вопрос 13.05 Однажды 16+  
14.00 Своя игра 0+  
15.00, 16.20 Следствие вли 16+  
19.00 Центральное телевидение 16+  
20.20 Ты не поверишь! 21.20 Секрет на миллион 23.30 Международная пиорама 16+

**Воскресенье,  
20 марта**



06.00 Мультфильм.  
07.30 Утро Первых 16+  
08.00, 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 Детский канал 6+  
13.40 Клен 12+  
14.00 "АЛЕША" 12+  
15.10 "ТУРДНО БЫТЬ МАЧО" 16+  
17.00 Карт-бланш 16+  
19.00 "О ТЕБЕ" 16+  
20.35 "Я УКРАДУ ТЕБЯ У ВСЕГО МИРА" 16+  
22.10 "ЛИНКОВЫЕ ДЛЯ АДВОКАТА" 16+  
00.05 Он и она 16+  
01.15 "ДВОЙНАЯ ИГРА" 16+  
02.40 "МОРИС РИШАР" 16+  
04.35 Концерт "Жара в Вегасе" 12+

**ПЕРВЫЙ**

05.20, 06.10 "ВОПРЕКИ ВСЕМУ" 12+  
06.00, 10.00, 12.00 Новости.  
06.55 Игрой, гармонь любима! 12+  
07.40 Часовой 12+  
08.10 Здоровье 16+  
09.20 Непутевые заметки 12+  
10.15 Жизнь других 12+  
11.15, 12.15 Видели видео? 0+  
14.05 "Суровое море России" 12+  
15.55 "Жил я шумно и весело" 12+  
17.05 Доченьки 16+  
18.00 Вертинский 16+  
19.05 Две звезды 12+  
21.00 Время.  
22.00 "ТРОЕ" 16+  
00.20 "Я давно иду по прямой" 12+  
01.20 Наедине со всеми 16+  
02.05 Модный приговор 0+  
02.55 Давай поженемся! 16+  
03.35 Мужское / Женское 16+

**РОССИЯ 1**

05.20, 03.15 "ФОРМУЛА СЧАСТЬЯ" 12+  
07.15 Устами младенца 12+  
08.00 "Местное время".  
08.35 Когда все дома 12+  
09.25 Утренняя почта 12+  
10.10 Сто к одному 12+  
11.00 Вести.  
11.30 "РАБОТА НАД ОШИБКАМИ" 12+  
13.40 "ТОЛЬКО О ЛЮБВИ" 12+  
17.50 Танцы со Звездами 12+  
20.00 Вести недели.  
22.00 Москва 12+  
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым 12+  
01.30 "ЛЮБОВЬ НА СЕНЕ" 12+

**НТВ**

04.45 "ЗОЛОТОЙ ТРАНЗИТ" 16+  
06.35 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+  
14.00 Своя игра 0+  
15.00, 16.20 Следствие вли 16+  
18.00 Новые русские сенсации 16+  
19.00 Итоги недели.  
20.10 Маска 12+  
23.20 Звезды сошлись 16+  
00.50 Основано на реальных событиях 16+  
03.25 "БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА" 16+

**Внимание населения!**

Администрация МР «Спас-Деменский район» информирует население района, что с 14 марта 2022 года будет проводиться отлов животных (собак) без владельцев на территории района независимо от породы и наличия ошейника.  
Номер телефона горячей линии, по которой осуществляется прием заявок на проведение отлова животных без владельцев: 8(48455) 2-24-82 - отдел аграрной политики и социального обустройства села администрации МР «Спас-Деменский район».  
Уважаемые жители, на период отлова и в дальнейшем просим осуществлять надлежащий присмотр за домашними животными. Также информируем о том, что за ненадлежащее исполнение обязанностей по содержанию и выгулу домашних животных предусмотрена административная ответственность.

**АВТОВЫКУП ВЛОБОМ СОСТОЯНИИ.**  
Отечественные, иномарки, битые, не на ходу.  
**Срочно. Дорого. Эвакуатор.**

Помощь при подборе авто.  
Тел. 8-920-873-05-17.



# Меню после «омикрона»: какая еда поможет восстановиться

**После перенесенного «омикрона» есть 6-7 раз в сутки**

Врачи советуют внимательно относиться к своему рациону питания после перенесенной коронавирусной инфекции, вызванной «омикроном». Они полагают, что в период восстановления важно нормализовать работу желудка и кишечника, нарастить мышечную массу и ускорить обмен веществ.

О долгосрочных последствиях COVID-19, вызванных штаммом «омикрон», врачи пока говорить не торопятся.

Развитие постковидного синдрома проявляется в среднем спустя три месяца после перенесенного заболевания. А поскольку «омикрон» появился в России меньше трех месяцев назад, судить об отсутствии осложнений или более легком течении восстановительного периода после заболевания этим штаммом коронавируса преждевременно.

Тем не менее, как и другие штаммы коронавируса, «омикрон» в первую очередь оказывает влияние на работу нервной и сердечно-сосудистой систем.

Неврологические последствия после COVID-19 проявляются вне зависимости от того, насколько тяжело протекала болезнь и насколько долгой была терапия. На такие последствия влияют и хронические заболевания, которыми пациент страдал еще до заражения.

**Чаще всего последствия со стороны нервной системы проявляются как функциональные расстройства в виде нарушения обоняния и вкуса, астенический синдром, той или иной степени выраженности, включая различные степени нарушения сна и когнитивную дисфункцию.**

Сохраняются они в среднем в течение нескольких недель,

иногда дольше - до нескольких месяцев.

Но если заняться реабилитацией и восстановлением метаболизма сразу после заболевания, риск постковидных осложнений будет минимальным - и важную роль здесь сыграет питание.

## Как и что готовить

Главное в постковидном питании - восстановить нормальную работу желудочно-кишечного тракта, нарастить мышечную массу и ускорить метаболизм. В первую очередь надо повысить в суточном рационе содержание белка. Белком и кальцием богаты многие кисломолочные продукты, которые особенно полезны после перенесенной коронавирусной инфекции. А вот насыщенные жиры и трансжиры лучше заменить полезными ненасыщенными жирами. Они содержатся в оливковом, подсолнечном и кукурузном маслах, орехах, авокадо и морской рыбе.

Врачи также советуют не переедать углеводов: их перебор способствует развитию воспалительного процесса. Также специалист рекомендует полностью отказаться от алкоголя, табака и фаст-фуда: они замедляют процесс выздоровления.

**Исключить придется слишком холодные и чрезмерно горячие блюда, свести к минимуму жирные и жареные, отдать предпочтение приготовлению на пару.**

Для поддержания сил и водно-электролитного баланса после перенесенного заболевания рекомендовано добавить в рацион бульоны.

Куриный, а лучше костный бульон заживляет слизистую желудочно-кишечного тракта, способствует выздоровлению пос-

ле заболеваний, в том числе, после штамма «омикрон».

Правда, аппетит может вернуться не сразу, поэтому питаться стоит часто и малыми порциями. Оптимальным считается шести- и даже семиразовый прием пищи

## Что пить

Отдельное внимание стоит уделить питьевому режиму: врачи советуют выпивать до 2-2,5 литра жидкости в день. Особенно полезными будут богатые витаминами соки, компоты, морсы и кисели.

После перенесенного «омикрона» у многих людей снижается работоспособность и повышается сонливость. Переболевшие пытаются побороть их с помощью кофе и кофеинсодержащих напитков. Это действительно помогает взбодриться, но в период восстановления после болезни следует минимизировать воздействие на организм стимуляторов, к которым относится и кофеин.

Кофеин истощает запасы АТФ (аденозинтрифосфат, играющий важную роль в обмене веществ), которые после ковида и так минимальны.

Он обладает выраженным мочегонным действием, что приводит к обезвоживанию и, как следствие, к повышению свертываемости крови, а также к снижению в крови микроэлементов, таких как калий, что негативно влияет на работу сердца и сердечно-сосудистую систему.

**Кофе лучше вводить в рацион постепенно, а в первое время отдать предпочтение некрепкому чаю.**

В период восстановления врачи также советуют отказаться от напитков с большим содержанием сахара, такие напитки могут дополнительно «раскачивать» нервную систему, нарушать чувство голода и тормозить восстановление организма после болезни, оказывая воспалительное дей-



ствие, а также способствовать развитию нарушения обмена углеводов.

## Какие витамины помогут восстановиться и в каких продуктах их найти

Согласно исследованиям, пациенты в постковидном периоде часто сталкиваются с дефицитом витамина D, а также таких микроэлементов, как магний, цинк и селен. Компенсировать их нехватку помогут привычные продукты.

Витамин D содержится в рыбе жирных сортов, желтках, сливочном масле. Большим количеством магния богаты кешью, гречка, миндаль, арахис, фундук, овсянка, кунжут, отруби.

Цинк легче усваивается из рациона, богатого животными белками, содержится в говядине, баранине, свинине и субпродуктах, а также в пшеничных отрубях и тыквенных семечках. Источниками селена являются грецкие орехи, соя, чечевица, горох, семечки, рис, гречка, овсянка, морепродукты и рыба. Следует помнить, что при длительной термической обработке уровень селена в блюдах снижается.

Для восстановления после коронавируса важны и другие витамины. В частности, витамин А, который участвует в активации иммунной системы, они содержатся в продуктах растительного (морковь, тыква, брокколи, шпинат) и животного происхождения (печень, яичный желток, лосось).

Из растительных источников усваивается примерно треть витамина А, поэтому для улучшения процесса усвоения рекомендуется употреблять растительную пищу и жирные продукты одновременно. Например, можно добавить в морковный сок немного оливкового масла или сливоч-

**Также для восстановления иммунной системы стоит добавить в рацион витамин В9 и омега-3 полиненасыщенные жирные кислоты.**

Витамин В9 в значимых количествах содержится в зеленых овощах с листьями, в бобовых, печени, хлебе из муки грубого помола. А омега-3 - в морской рыбе, семенах чиа, морских водорослях.

Исследования показывают, что на улучшение когнитивных способностей влияет содержание омега-3 жирных кислот в организме. Однако популярные жареные орехи со всевозможными вкусовыми добавками к источникам полезных жиров не относятся. При жарке жиры в орехах окисляются, и польза их теряется. Ищите сушеные орехи и семена, лучше всего - в скорлупе.

Неврологи также отмечают важность карбоновых кислот.

Янтарная кислота улучшает метаболизм, уменьшает гипоксию и стимулирует иммунитет, что в свою очередь приводит к уменьшению усталости. В необходимом количестве янтарная кислота содержится в кисломолочных продуктах, семенах подсолнуха и льна, яблоках и винограде.

В постковидном рационе обязательно должны присутствовать фрукты, ягоды и овощи, богатые витамином С.

Витамин С - антиоксидант, он защищает клетки от повреждения свободными радикалами и участвует в работе иммунитета. Им богаты шиповник, киви, черная смородина, перец, квашеная капуста и цитрусовые. Кроме того, они содержат клетчатку, полезную для микробиоты, которая, в свою очередь, влияет на настроение и иммунитет, а также участвует в производстве витаминов группы В и К.

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ! ПИТАЙТЕСЬ ПРАВИЛЬНО!**

Л. ИЗОТЕНКОВА,  
ГБУЗ КО «КОЦОЗИМП»  
с использованием материалов из открытых интернет-источников.

# Надежные четвероногие друзья

**Мы все помним, гордимся, чтим подвиги наших воинов, которые участвовали в освобождении нашей страны от немецко-фашистских захватчиков, но редко вспоминаем о надежных четвероногих спутниках - собаках, которые вместе с солдатами голодали, мерзли в окопах, бросались под танки и взрывали вражеские поезда. Животные наравне с людьми проявляли стойкость, мужество и героизм, приближая День Победы.**

Почти 70 тысяч четвероногих бойцов несли службу, защищая нашу Родину от врага. Собаки выполняли самую разнообразную работу: искали мины, помогали раненым, служили связистами и саперами, доставляли важные сообщения и боеприпасы в самый центр боевых действий. Эти собаки - настоящие герои Великой Отечественной войны.

За время войны было обучено и сформировано 17 батальонов собак-минеров, 14 отрядов собак-истребителей бронетехники, 37 батальонов ездовых собак, 2 специализированных отряда, 4 батальона связных. Все они были верными помощниками солдат.

Например, собаки-связисты доставили около 200 000 боевых донесений, протянули 7 883 км телефонного кабеля. При помощи хвостатых саперов было разминировано более 4 миллионов единиц фугасов и мин.

Собаки-санитары вывезли с поля боя примерно около 500 000 тяжелораненых бойцов. Оказывали помощь и во время боя. Подползали с медицинской сумкой к раненому бойцу, ждали, пока он себя перевяжет, и ползли к следующему.

Собаки-диверсанты, обвешанные взрывчаткой, бросались под вражеские танки. Им за годы войны было уничтожено более 300 танков.

Сторожные собаки работали в засадах, бодрствовали ночью и в ненастную погоду ради обнаружения врага. Четвероногие умницы только поворотом туловища указывали направление угрожающей опасности.

Собаки разведывательной службы сопровождали разведчиков в тыл

врага для успешного прохода через его передовые позиции, обнаружения скрытых огневых точек, засад, секретов. Особо отличившихся собак, как и бойцов, представляли к наградам.

Человек чтит подвиги и верность своих четвероногих друзей. Недаром по всему земному шару появляются все новые памятники собачьей верности. Существуют деся-

ки мемориалов в Англии, Франции, Италии, Японии и других странах. 21 июня 2013 года, накануне Дня памяти и скорби, в Москве на Поклонной горе был открыт памятник фронтовой собаке. Всего в Москве 11 памятников, посвященных собакам-героям.

**И. ВЕЛЬГУС,**  
библиотекарь **Боловской**  
сельской библиотеки.



**В** середине 1960-х годов в Ленинграде, в районе Парголово, носили деревянные дома, освобождая место для нового жилого строительства. Во дворе расселенного дома рабочие обнаружили удивительный объект - могилку, над которой возвышался обелиск с прикрепленной фотографией. С фотографии смотрел пес с большими умными глазами - поменьше двортерьера с гончей. Подпись гласила: «Дорогому другу Трезору (1939. - 1945 гг.) от спасенных им хозяев». Было понятно, что памятник как-то связан с событиями блокады, и сносить его не стали, а через паспортный стол начали искать бывших жильцов дома.

Через неделю в тот двор пришел седой мужчина и бережно снял фотографию собаки с обелиска. Сказал обступившим его строителям: - Это наш Трезорка! Он спас нас и наших детей от голода. Я его фотографию повесил в новой квартире.

Мужчина рассказал удивительную историю. «Осенью 1941 года окранны северных районов города сравнительно мало страдали от обстрелов и бомбежек, основные удары немцев приходились на центральную часть Ленинграда. Но голод пришел и сюда, в том числе и в деревянный дом на четыре семьи, в каждой из которых были дети.

Общим любимцем двора был Трезорка - игривый и смысленный пес. Но в одно октябрьское утро в собачью миску, кроме воды, налить было нечего. Пес постоял, видно, подумал. И исчез. Жители вздохнули с облегчением - не нужно смотреть в голодные собачьи глаза. Но Трезорка не пропал без вести. К обеду он вернулся домой, неся в зубах пойманного зайца. Его хватило на обед для всех четырех семей. Требушу, лапы и голову отдал главному добытчику...

С тех пор Трезорка начал приносить зайцев почти ежедневно. Пригодные поля опустевших совхозов были заполнены неубранным урожаем - в сентябре к городу подступил фронт. Капуста, морковь, картофель, свекла остались в грядках. Зайцам раздолье. Их расплодилось очень много.

В семьях двора регулярно варили бульоны из зайчатины. Женщины научились шить из шкурки теплые зимние варежки, меняли их на табак у некурящих, а табак обменивали на еду.

Охотничьи походы Трезора подказали еще один спасительный маршрут: дети с саночками ходили на засыпанные снегом поля и выкапывали картофель, капусту, свеклу. Пусть подмороженные, но продукты.

Во время блокады в этом доме никто не умер. В новогодний вечер 31 декабря детям даже установили елку, и на ветках вместе с игрушками висели настоящие шоколадные конфеты, которые выменяли у армейских тыловиков на пойманного Трезором зайца.

Так и пережили блокаду. Уже после Победы, в июне 1945 года, Трезор как обычно с утра отправился на охоту. А через час пришел во двор, оставляя за собой кровавый след. Он подорвался на mine. Умный пес, видимо, что-то почувал, успел отскочить, поэтому не погиб сразу. Умер уже в родном дворе.

Жители дома плакали над ним, как над ушедшим из жизни близким человеком. Похоронили его во дворе, поставили памятник. А когда переезжали в новое жилье, в суматохе забыли о нем.

Мужчина попросил строителей: - Если сможете, не застраивайте могилу Трезора. Посадите на этом месте ель. Пусть у ребятшек-новоселов зимой будет елка. Как тогда, 31 декабря 1941 года. В память о Трезорке.

Жители высотной новостройки уже привыкли, что возле одного из подъездов растет большая красивая ель. И немногие знают, что она посажена в память о 900 днях блокады и собаке, спасшей от голода шестнадцать ленинградцев». В память о 27 млн. советских граждан, убитых, замученных, сожженных, умерших от голода и уничтоженных фашистами.

Теперь, более чем когда-либо, крайне необходимо сделать все, чтобы мир никогда не забыл об этом, всегда помнил о вкладе советского народа в освобождение Европы и мира от фашизма!

## Уважаемые жители Спас-Деменского района!

Ежегодно весной в экстренные службы в период весеннего половодья поступают обращения по фактам подтопления приусадебных участков. Граждане несут на затопление огородов. Информация, поступившая на телефон доверия, доводится до органов местного самоуправления, специалисты отделов ГО и ЧС местных администраций обследуют территорию частного подворья, делают подтверждающие фотоснимки. В случае необходимости к месту выезжает оперативная группа МЧС. В большинстве случаев ситуация складывается следующая: вокруг двора в течение зимы складировались отходы, территория загромождена строительным мусором, хозяевами не проводились работы по очистке от снега территории. Все эти факторы послужили причиной подтопления (не затопления) участка. Подтопления подвалов, погребов, а также огородов частных подворий в период активного снеготая-

ния связаны с подъемом уровня грунтовых вод, характерного для весеннего сезона. Каждый хозяин частного дома о проблемах сезонных подтоплений, безусловно, знает, поэтому, прежде чем звонить в экстренные службы (по тел. 112), выполнит ряд мероприятий по отводу талых вод с участка, проверит дренажную систему, выроет канаву, по которой вода отойдет от дома и огорода. Глобальной причиной подтоплений может быть неисправность ливневых стоков и дренажных систем, привнести в порядок которые обязаны коммунальные службы населенного пункта. Для этого коммунальщики имеют необходимую специальную водооткачивающую технику и насосы.

Если ситуация выходит из-под контроля, необходимо звонить в ЕДДС на своей территории либо по тел. 010 (101), 112 - с мобильного телефона.

**ЗАТОПЛЕНИЕ** территории связано с подъемом уровня воды в реках (река

разливается, выходит из берегов и затопливает здания или сооружения). Такая ситуация рассматривается как чрезвычайная.

**ПАВОДОК** - фаза водного режима реки, которая может многократно повторяться в различные сезоны года, характеризуется интенсивным, обычно кратковременным увеличением расходов и уровней воды и вызывается дождями или снеготаянием во время оттепелей.

**ВАЖНО НЕ ПУТАТЬ ЭТИ ДВА ПОНЯТИЯ И КОРРЕКТНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ТЕРМИНОЛОГИЮ**

**НАПОМИНАЕМ:** страхование имущества физических лиц - возможность обезопасить себя и своих близких от финансовых потерь в случае непредвиденных обстоятельств с вашей квартиры, коттеджем, дачей и ценными вещами в них.

Отдел ГОЧС г. Спас-Деменск.

## Поздравляем!

**Дорогую, любимую Татьяну Викторовну ТИХОНОВУ с юбилеем!**

*Желаем в этот юбилей Как можно больше светлых дней, Чтобы ты почаще улыбалась И никогда не озорчалась!*

*Пусть все сбываются мечты, Чтобы была счастливой ты. Пусть жизнь полнится добром, Любовью, светом и теплом!*

Дети.



## Внимание, работа!

Отделу культуры администрации МР «Спас-Деменский район» **требуется бухгалтер**, тел. 2-24-06.

## «Новая жизнь»

УЧРЕДИТЕЛИ: автономная некоммерческая организация «Редакция газеты «Новая жизнь» и администрация МР «Спас-Деменский район».

Газета зарегистрирована Управлением Роскомнадзора по Калужской области Свидетельство ПИ № ТУ 40-0053

Индекс для подписки ПР284.

Цена свободная.

Главный редактор В. Н. ФИТИСОВА.

12+

Позиция редакции газеты может не совпадать с точкой зрения авторов публикуемых материалов. Письма, рукописи, фотографии и рисунки не рецензируются и не возвращаются.

Адрес редакции и издателя: 249610, Калужская обл., г. Спас-Деменск, ул. Советская, 104. Телефоны: редактор - 2-15-30, отдел общественно-политических, социально-экономических проблем, бухгалтерия, сельскохозяйственный отдел - 2-17-58, отдел набора и верстки - 2-12-59. E-mail: novaja@kaluga.ru. Дежурный редактор Е.И. НИКИШКИНА.

Набрано и сверстано в редакции газеты «Новая жизнь». Отпечатано в КРОФИСМК «Губерния», 248640, г. Калуга, пл. Старый Торг, 5. Тел. 57-40-70 oblizdat@kaluga.ru Индекс 51766. Объем 1 п. л. Тираж 1200. Заказ Подписано в печать 09.03.2022 г. по графику в 17.00, фактически в 15.00.

Материалы в такой рамке публикуются на коммерческой основе. Ответственность за содержание рекламных текстов несет рекламодатель.