



СОСТОЯЛАСЬ ВНЕОЧЕРЕДНАЯ СЕССИЯ РАЗДОЛЬНЕНСКОГО РАЙОННОГО СОВЕТА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ III СОЗЫВА

По информации Раздольненского районного совета

15 октября под руководством заместителя председателя Раздольненского районного совета Натальи Уваровой состоялась внеочередная сессия Раздольненского районного совета Республики Крым III созыва. На сессии присутствовали председатель Раздольненского районного совета Татьяна Вышинская и глава Администрации Раздольненского района Денис Олейник.

На повестку дня был вынесен один вопрос: «О внесении изменений в решение внеочередной сессии Раздольненского районного совета Республики Крым III созыва от 11.12.2024 № 69-3/24 «О бюджете муниципального образования



Надежда Ковалёва



Татьяна Вышинская, Наталья Уварова

«Раздольненский район Республики Крым» на 2025 год и плановый период 2026 и 2027 годов». Докладчиком по нему выступила заместитель начальника финансового управления Администрации Раздольненского района Надежда Ковалёва.

ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОМУ КЛУБУ «БАГИРА» ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИИ СЕРГЕЯ ФИРСОВА – 10 ЛЕТ!



Слева направо: В.А. Прокошев, Ю.И. Мозолевский, В.А. Рамазанов

10 октября 2025 года в Кукушкинской общеобразовательной школе имени кавалера ордена Мужества Павла Назарова состоялось торжественное мероприятие, посвящённое 10-летию создания военно-патриотического клуба юных морских пехотинцев «Багира» имени Героя России Сергея Фирсова. Он был создан по инициативе Территориального общественного самоуправления Кукушкинского сельского поселения «Возрождение». С момента создания ТОСа одна из важнейших его задач – патриотическое воспитание подрастающего поколения.

За 10 лет в рамках деятельности ВПК «Багира» состоялось множество событий, одно из наиболее значимых – присвоение клубу имени Героя России заместителя командира разведроты 165-го полка 55-й дивизии морской пехоты Тихоокеанского флота, командира разведгруппы «Малина» старшего лейтенанта морской пехоты Сергея Александровича Фирсова.

→ 2 стр.



* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *

ВАКАНСИЯ: АГРОНОМ-ТЕХНОЛОГ



ТРЕБОВАНИЯ:

- организация выращивания сельскохозяйственных культур и обеспечение защиты растений
- анализ и контроль технологических процессов, внедрение новых технологий
- анализ эффективности мероприятий и контроль качества продукции и работ



+7 978 902 62 09
+7 978 738 00 30

заработная плата
от 150 000 руб.

Раздольненский район, с. Чернышево, ул. Кирова 2а

ВАКАНСИЯ:



ТРАКТОРИСТ-МАШИНИСТ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА

ТРЕБОВАНИЯ:

- управление тяжелым и легким трактором для выполнения сельскохозяйственных работ;
- ремонт, подготовка и обслуживание техники перед началом работ;
- выполнение других задач, связанных с использованием трактора на хозяйственных участках.



+7 978 902 62 09

заработная плата
от 100 000 руб.

Раздольненский район, с. Чернышево, ул. Кирова 2а

ВАКАНСИЯ: ЭНЕРГЕТИК



ТРЕБОВАНИЯ:

- проектирование и разработка энергетических систем и оборудования, подготовка технической документации;
- организация монтажа, наладки и ввода в эксплуатацию энергоустановок, контроль качества работ;
- обеспечение бесперебойной и эффективной работы энергооборудования, проведение регулярных осмотров, испытаний и ремонтов;
- анализ показателей работы энергосистем, выявление и устранение проблем и неисправностей;
- руководство работами по ликвидации аварий и восстановлению энергоснабжения;
- разработка и реализация мероприятий по оптимизации режимов работы оборудования и повышению энергоэффективности;
- учёт расхода энергоресурсов, составление энергобалансов, подготовка отчётности;
- контроль соблюдения правил технической эксплуатации, требований охраны труда и техники безопасности;
- 5 группа допуска по электробезопасности.



+7 978 902 62 09

заработная плата
от 150 000 руб.

Раздольненский район, с. Чернышево, ул. Кирова 2а

АРЕНДУЕМ ИЛИ КУПИМ ВАШ ПАЙ!



ООО «Базис-Агро» осуществляет:

БАЗИС-АГРО

- Аренду земли сельскохозяйственного назначения на длительный срок более 10 лет
- Выкуп земельных участков сельскохозяйственного назначения

Гарантируем полное юридическое сопровождение сделки

Информация по телефону:

+7 (978) 824-00-30, Любовь Александровна

РЕКЛАМА, ОБЪЯВЛЕНИЯ, ПОЗДРАВЛЕНИЯ
+7 (978) 006-84-13

ДИЗТОПЛИВО +7 (978) 037-98-90 +7 (978) 815-50-17

ООО «ЮгНефтеЛогистика»

19 ОКТЯБРЯ – ДЕНЬ РАБОТНИКОВ ПИЩЕВОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ

Уважаемые работники и ветераны пищевой промышленности Раздольненского района!

Поздравляю вас с профессиональным праздником! Пищевая продукция Раздольненского района завоевала признание и доверие потребителей как в районе, так и далеко за его пределами.

Благодаря вашему мастерству, ответственности и трудолюбию в пищевой промышленности успешно сочетаются исконные традиции и современные технологии, а на наших столах в изобилии представлены качественные и вкусные продукты.

Уверена, продовольственная безопасность страны – в надёжных руках. Несмотря на непростые экономические условия, вы не стоите на месте, постоянно совершенствуя производственные процессы, наращивая линейку товаров, повышая качество продукции, безопасность и эффективность труда.

Искренне желаю вам крепкого здоровья, благополучия и успехов во всех начинаниях на благо Раздольненского района, Республики Крым и всего Отечества!

Депутат Государственного Совета Республики Крым
Жанна Хуторенко

Уважаемые работники пищевой промышленности и ветераны отрасли!

От всей души поздравляю вас с профессиональным праздником! В нашем районе успешно действуют предприятия пищевой промышленности. Продукция наших производителей соответствует самым взыскательным требованиям и пользуется спросом далеко за пределами региона.

Уверены, что ваш высокий профессионализм, богатый опыт, любовь к выбранному делу и дальше будут способствовать эффективному развитию пищевой промышленности района, помогут предприятиям активно осваивать новые рынки сбыта, надёжно обеспечивать продовольственную безопасность Раздольненского района.

Благодарим вас за созидательный и плодотворный труд. Желаем представителям отрасли неиссякаемой энергии, крепкого здоровья и новых достижений!

Председатель Раздольненского районного совета
Татьяна Вышинская,
депутатский корпус

Уважаемые работники пищевой промышленности и ветераны отрасли!

Примите поздравления с профессиональным праздником! Пищевую отрасль Раздольненского района представляют предприятия, продукция которых завоевала доверие и любовь потребителей района. Широкий, разнообразный ассортимент выпускаемой продукции и отличное качество – основные составляющие успеха. Высокий интерес к продовольственным товарам на отраслевых выставках, общероссийских ярмарках служит дополнительным тому подтверждением.

Убеждён, что верность добрым традициям качества, трудолюбие и профессионализм сотрудников и в дальнейшем будут способствовать активному развитию отрасли и расширению рынков сбыта.

Желаю всем работникам и ветеранам отрасли крепкого здоровья и благополучия!

Глава Администрации Раздольненского района
Денис Олейник

19 ОКТЯБРЯ – ДЕНЬ РАБОТНИКОВ ДОРОЖНОГО ХОЗЯЙСТВА

Уважаемые работники и ветераны дорожной отрасли Раздольненского района!

Поздравляю вас с профессиональным праздником – Днём работников дорожного хозяйства!

Дорожная инфраструктура имеет важнейшее значение для экономики, она способствует укреплению экономических, социальных и культурных связей не только внутри нашего района, но и с соседними муниципальными образованиями.

Примите искренние слова благодарности за ваш ответственный труд. Благодарю всех кто достойно, с честью, при любой погоде трудится на благо Раздольненского района. Искренне желаю вам счастья, благополучия, достатка. Пусть удача, успех и отличное настроение всегда будут вашими спутниками по жизни! С праздником!

Депутат Государственного Совета Республики Крым
Жанна Хуторенко

Уважаемые ветераны и работники дорожного хозяйства Раздольненского района!

Примите поздравления с профессиональным праздником! Выражаем искреннюю благодарность всем людям, которые неустанно строят и поддерживают дороги, благодаря которым мы перевозим грузы, общаемся и путешествуем.

Работа дорожника сложна и ответственна. Это праздник не только тех, кто строит автомагистрали и мосты, но и тех, кто круглый год обеспечивает содержание и эксплуатацию сложного дорожного хозяйства, надёжное и безопасное автомобильное сообщение между населёнными пунктами нашего района.

В этот праздничный день, уважаемые дорожники, примите самые искренние слова благодарности за ваш нелёгкий труд. От всей души желаем вам крепкого здоровья, сил, семейного благополучия, стабильности и успехов в осуществлении планов!

Председатель Раздольненского районного совета
Татьяна Вышинская,
депутатский корпус

Уважаемые работники и ветераны дорожного хозяйства района!

От всей души поздравляю вас с профессиональным праздником! Нелёгкий труд дорожных строителей во все времена был почётным и высоко ценился обществом. От качества вашей работы зависят оперативность грузовых и пассажирских перевозок, безопасность движения, динамичное развитие всех отраслей производства и общественной инфраструктуры. От повседневного труда рабочих, специалистов, инженеров и руководителей дорожной отрасли зависит обеспечение комфортной жизни каждого человека.

Спасибо всем, кто достойно трудится на благо общего дела. Желаю вам, посвятившим свою жизнь родной земле, работать так же упорно и самозабвенно и искренне радоваться плодам своего труда. Спасибо вам за добросовестную работу и профессионализм! От всей души желаю крепкого здоровья, благополучия, процветания, успеха в делах!

Глава Администрации Раздольненского района
Денис Олейник

ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОМУ КЛУБУ «БАГИРА» ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИИ СЕРГЕЯ ФИРСОВА – 10 ЛЕТ!

1 стр. <

30 лет назад, в феврале 1995 года, разведгруппа «Малина» под командованием старшего лейтенанта Сергея Фирсова для того, чтобы отвлечь противника от движения основных сил 165-го полка, уберечь полк от засады, выдав своё местоположение открытием огня, вступила в неравный бой с группировкой Дудаева, насчитывавшей около 120 боевиков.

Герои-разведчики – сержант Юрий Зубарев, старший матрос Андрей Сошелин, матрос Вадим Выжимов под командованием старшего лейтенанта Сергея Фирсова – ценою своих жизней сорвали планы боевиков по окружению и уничтожению батальона морской пехоты. Под шквальным огнём противника в течение четырёх часов разведгруппа вела ожесточённый и неравный бой с многократно превосходящими силами, уничтожив около трёх десятков боевиков. Вся разведгруппа погибла.

За мужество и героизм, проявленные при выполнении воинского долга, сержант Юрий Владимирович Зубарев, матросы Вадим Вячеславович Выжимов и Андрей Анатольевич Сошелин посмертно награждены орденами Мужества, а их командиру старшему лейтенанту Сергею Александровичу Фирсову Указом Президента Российской Федерации № 434 от 3 мая 1995 года присвоено звание Героя Российской Федерации посмертно.

В торжественном мероприятии, посвящённом 10-летию клуба, приняли участие учащиеся и педагогический состав Кукушкинской и Серебрянской школ, а также почётные гости:

- ветеран 55-й дивизии морской пехоты Тихоокеанского флота, председатель Правления РНО «Союз морских пехотинцев Крыма» полковник в отставке Валерий Алексеевич Рамазанов;
- ветеран боевых действий, принимавший участие в СВО, подполковник морской пехоты Владимир Александрович Прокошев;
- руководитель Черноморского Представительства РНО «Союз морских пехотинцев Крыма» подполковник в отставке Станислав Владимирович Заикин;
- ветеран боевых действий, ветеран морской пехоты Дмитрий Евгеньевич Гусев;
- ветеран боевых действий в Афганистане, старший лейтенант в отставке Иван Павлович Бабенко;
- директор Кукушкинской школы на момент создания ВПК «Багира» Людмила Васильевна Колос;
- инициатор создания и постоянный куратор ВПК «Багира» имени Героя России Сергея Фирсова, руководитель Раздольненского Представительства РНО «Союз морских пехотинцев Крыма», глава Администрации Кукушкинского сельского поселения Юрий Иванович Мозолевский;
- представитель компании «Союз Маринс Групп», снявшей видеофильм о данном мероприятии, Мила Александровна Салбиева.

В ходе торжественной части перед участниками мероприятия выступили почётные гости: ветераны морской пехоты, представители народного ополчения добровольческого формирования «Барс Крым», выполняющие задачи по защите Крыма, а также те, кто 10 лет назад создали клуб юных морских пехотинцев «Багира». Гости поздравили воспитанников ВПК «Багира» имени Героя России Сергея Фирсова с 10-летием образования клуба, отметили важность работы подобных клубов и пожелали воспитанникам дальнейших успехов в деятельности клуба, в овладении навыками начальной военной подготовки, в спорте.

В торжественной обстановке воспитанники, впервые вступающие в ряды клуба, приняли торжественную присягу, также им были вручены медали «Юный защитник Отечества».



Вручение грамоты Татьяне Семенчук

Кроме того, Мила Салбиева вручила командиру клуба Сергею Щербакову приглашение на посещение воспитанниками клуба отеля «Ялта Интурист».

Валерий Рамазанов вручил медали морской пехоты России «За заслуги» людям, создавшим клуб «Багира»: инициатору создания клуба Юрию Мозолевскому и бывшему директору Кукушкинской школы Людмиле Колос, а также нынешнему руководителю клуба Татьяне Семенчук.

В программу мероприятия вошли творческие номера. Учащиеся 5 класса выступили со стихотворением, а ученица 10 класса Дарья Ананьева под гитару трогательно исполнила песню группы Любэ «Солдат».

Нужно сказать, что торжественное мероприятие прошло на высоком эмоциональном уровне. Рассказ о разведгруппе «Малина», её командире Сергее Фирсове, слова об истории клуба, воспоминания о бывших воспитанниках клуба, которые стали участниками специальной военной операции, напутствия, стихи и прозвучавшая песня – всё было пронизано любовью к Родине, чувством долга и самоотверженности, проявленных при защите родного Отечества.

В память о бойцах разведгруппы «Малина» к бюсту Сергея Фирсова был выставлен почётный караул, после чего состоялось возложение цветов.

По окончании торжественной части воспитанники клуба за сладким столом смогли пообщаться с ветеранами морской пехоты, послушать их воспоминания о службе.

Во все времена наши воины в боях, защищая страну, проявляли самоотверженность, смелость, мужество и отвагу! Ни в одной стране мира нет равных нашему воину. Столько героических подвигов, как русский солдат, не совершил никто. «Умираю, но не сдаюсь» – слова, написанные кровью в боях с фашизмом в годы Великой Отечественной войны, мог написать только русский солдат. И сегодня нашим военнослужащим суждено продолжить бой с фашизмом ради мира на земле, независимого и счастливого будущего нашей страны.

Мы свято верим в то, что враг будет разбит и победа будет за нами!

Инициатор создания и постоянный куратор
ВПК юных морских пехотинцев «Багира»
имени Героя России Сергея Фирсова
Ю.И. Мозолевский



На переднем плане: Сергей Щербаков, Мила Салбиева



ЮБИЛЕЙ РАЗДОЛЬНЕНСКОГО РАЙОННОГО ДОМА КУЛЬТУРЫ – 55 ЛЕТ ТВОРЧЕСТВА И ВДОХНОВЕНИЯ!

МБУК «МЦКДиБО» Раздольненского района

Юбилей – не просто дата в календаре, а целая история, наполненная трудами, вдохновением и любовью к искусству. 8 августа 1970 года перед жителями посёлка впервые распахнуло свои двери новое здание – Раздольненский районный дом культуры. С его открытием творческая жизнь в районе стала насыщенной и интересной.



Директор МБУК «МЦКДиБО» Раздольненского района Илья Марценюк

8 октября в Раздольненском районном доме культуры состоялся праздничный концерт «Мы наполняем музыкой сердца», посвящённый 55-летию Раздольненского районного дома культуры.

Праздничный вечер начался просмотром видеоролика, в котором были представлены архивные кадры, фотографии и воспоминания о становлении Дома культуры.

Далее почётные гости мероприятия – заместитель председателя Раздольненского районного совета Н.А. Уварова, заместитель главы Администрации Раздольненского сельского поселения С.А. Ковалёв, директор МБУК «МЦКДиБО» Раздольненского района И.И. Марценюк – пожелали коллективу Дома культуры процветания, творческих достижений, успешной реализации всех поставленных целей и задач.

В концертной программе приняли участие солисты и творческие коллективы Раздольненского района: Инна Ломоносова, Марина Блезарова, Ирина Козлова, Сергей Папченко, детский вокальный ансамбль «Сопрано», вокальный дуэт «Фортуна», вокальное трио «Вдохновение», вокальный ансамбль казачьей песни «Воля» (Раздольненский РДК), хореографическая школа-студия «Демирель», образцовый хореографический ансамбль «Радость» (МБУДО «Раздольненская детская школа искусств»), вокальный ансамбль «Беспокойные сердца» (ГБУ РК «ЦСО Раздольненского района»).

Видеопоздравления в адрес сотрудников Дома культуры прозвучали от работников культуры, профес-

сиональная деятельность которых была связана с районным Домом культуры.

В финале в исполнении всех участников концерта прозвучала песня «Надежда». Зал приветствовал артистов громкими аплодисментами.

Праздничный концерт стал не только юбилеем Дома культуры, но и праздником для каждого, чья судьба связана с Раздольненским домом культуры, для тех, кто когда-либо стоял на этой сцене, пел, танцевал, учил и вдохновлял. Ведь Дом культуры – это творческие люди, объединённые одним общим делом – дарить людям радость!



Заместитель председателя Раздольненского районного совета Н.А. Уварова



Культурный организатор Раздольненского РДК Людмила Абдулаева, директор Раздольненского РДК Александр Ямяк, заместитель главы Администрации Раздольненского сельского поселения Сергей Ковалёв



Вокальное трио «Вдохновение»



Сергей Папченко



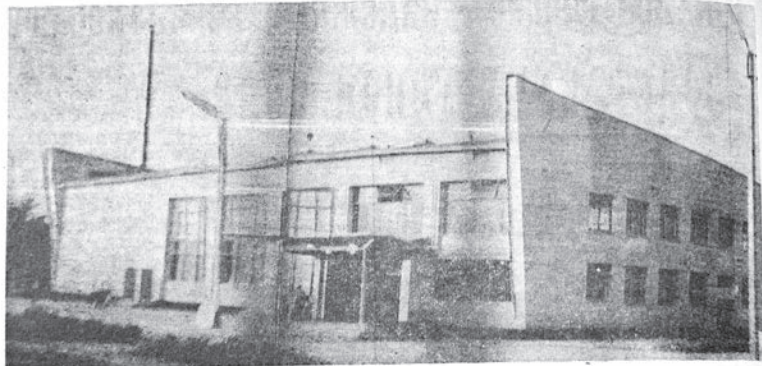
Хореографическая школа-студия «Демирель»



■ По страницам газеты «Авангард»

Из архива газеты, № 96 от 11 августа 1970 года

Районный Дом культуры открыт



В прошлую субботу раздольненские строители были именинниками дважды. К своему празднику они закончили сооружение районного Дома культуры. Это большое современное здание, которое располагает зрительным, спортивным и лекционным залами, библиотекой и десятком рабочих комнат. Впереди разбита просторная площадка, выложенная бетонной плиткой.

В субботний вечер, в 20 часов, состоялось открытие районного Дома культуры. 600-местный зрительный зал заполнен до отказа. Перед собравшимися выступил первый секретарь райкома партии А. А. Омесов.

Он поздравил жителей райцентра с завершением строительства Дома культуры, а строителей – с их праздником, рассказал о развитии экономики и культуры района за последние годы. Затем большая группа строителей была награждена Почетными грамотами райкома партии и исполкома райсовета, а также денежными премиями.

После небольшого перерыва в новом Доме культуры выступил Заслуженный артист Белорусской ССР Виктор Вуячич. Зрители тепло приняли одаренного певца – лауреата Всесоюзного конкурса «Советская песня» (первая пре-

мия) и лауреата Международного конкурса «Золотой Орфей» (Болгария) – второй премия. Ему были вручены Почетная грамота райкома партии и исполкома райсовета депутатов трудящихся и букеты цветов. В концерте принял участие вокально-музыкальный ансамбль «Тоника» под управлением Бориса Федорова.

Итак, районный Дом культуры открыт. Это еще один шаг по преобразованию некогда захолустного Раздольного в современный поселок городского типа.

На снимке: общий вид районного Дома культуры. Фото С. Васильченко.



Образцовый хореографический ансамбль «Радость»

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ с 20 по 26 октября

ОВЕН (21.03 – 20.04) В начале недели Овнов ждёт успех и прибыль. Вы получите выгодное предложение. Вокруг вас будет складываться благоприятная и гармоничная обстановка. Среда – отличный день для начала новых дел, проектов и отношений. Вас ждёт много романтики и приятные сюрпризы. Направьте энергию в сферу творчества и личных отношений.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05) У Тельцов появится желание действовать. Вы с энтузиазмом возьмётесь за что-то новое. Главное, не хватайтесь за всё сразу, иначе будет трудно разобраться, где важное, а где ненужное. Слушайте советы тех, кто старше или опытнее. Из неожиданно источника появятся деньги, но захочется их тут же потратить на развлечения. Немного можно, конечно, но большую часть лучше сэкономить – впереди может быть интересная поездка.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06) Неделя станет для Близнецов временем проверки на прочность и переосмысления приоритетов. Она потребует от вас чёткости, организованности и самодисциплины – сейчас не время для иллюзий и рискованных авантур. Помните: только последовательный труд приносит настоящий результат. Середина недели может оказаться непростой: накопится усталость, возможны конфликты на работе или в семье. Важно не терять самообладания и беречь энергию.

РАК (22.06 – 23.07) Эта неделя для Раков будет динамичной: вам предстоит не просто многое успеть, но и сделать всё качественно и хорошо. Что касается лени и попытки получить выгоду на ровном месте, то для этого не лучшее время. Тренируйте собственное чувство ответственности. К пятнице закончится период переживаний. Если найдётся возможность отправиться в путешествие, её непременно надо использовать. Проявите больше внимания и заботы к близким людям.

ЛЕВ (24.07 – 23.08) Учитесь владеть собой в спорных ситуациях, а к концу недели полагайтесь на интуицию – она не подведёт. Слово «нет» должно стать главным для вас в этот период – не вступайте в авантурные затеи и держите финансы под строгим контролем. Разумно отделяйте работу от личной жизни, помогайте другим – это укрепит ваш авторитет. Ваша природная дипломатичность окажется востребована в жарких дискуссиях – вы сможете примирить конфликтующие стороны.

ДЕВА (24.08 – 23.09) В личных отношениях возможны сомнения и недопонимания – настройтесь на открытый мирный разговор. Не замыкайтесь в себе и не делайте поспешных выводов. Ваше умение находить баланс и справедливые решения поможет разрешить любые противоречия. Берегите ресурсы и помогайте тем, кто действительно нуждается в поддержке. Ваша мудрость – ваше богатство.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10) Вас ждёт рост – как профессиональный, так и в личной жизни. Влиятельные люди обратят на вас внимание, так что не бойтесь быть непредсказуемыми и проявлять свою индивидуальность. Доводите задуманное до конца, не бойтесь удивлять коллег и партнёров необычными решениями. Будьте инициативны, открывайтесь необычным предложениям, заводите полезные контакты. Оптимизм и вера в лучшее заразительны. Смелость и открытость миру принесут неожиданные подарки судьбы.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11) Оберегайте спокойствие в доме любой ценой. В середине недели возможна проверка на доверие в отношениях – пройдите её достойно. Избегайте крупных покупок в середине недели. Дождитесь выходных – тогда ситуация стабилизируется. Продолжайте работать над отношениями с партнёром, а в новых знакомствах не спешите открываться. Выдержка и верность принципам помогут пережить любые бури.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12) Вас ждёт высокий интеллектуальный подъём, креативные устремления и успешные начинания. Темп жизни ускорится и вы почувствуете прилив энергии. Рассматривая свежие идеи, тщательно анализируйте риски, не поддавайтесь мимолётным капризам. На этой неделе возможно появление влиятельных союзников и поддержка спонсоров – это откроет вам дорогу к интересным проектам. В конце недели возможны ссоры с близкими и эмоциональные всплески. Постарайтесь их избежать или хотя бы смягчить.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01) Перед вами откроется выбор из нескольких привлекательных возможностей. Энергии этой недели дадут вам смелость и заряд, чтобы рассмотреть их все. Взвесьте все варианты. Ваше решение на этой неделе будет судьбоносным. Прислушайтесь к внутреннему голосу – он подскажет, какой путь приведёт к настоящей реализации, а какой – лишь иллюзия. Будьте готовы делать выбор. Активность и решительность принесут успех.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 19.02) Водолеи станут удивительно коммуникабельными. Вам легко завести новое знакомство, а интересные разговоры начнут получаться сами собой. Следите за финансами – возможны мелкие траты, которых можно избежать. В личной жизни настанет период гармонии и понимания с партнёром. Основные силы и время на этой неделе Водолеи направят на решение домашних или семейных вопросов. Не откладывайте их, а при необходимости заручитесь поддержкой близких.

РЫБЫ (20.02 – 20.03) Доверяйте только тем, кто заслужил, держитесь подальше от провокаторов и умников с рискованными советами. Новые знания и анализ ситуации пригодятся не только для работы, но и для выстраивания личных отношений. Финансовая ситуация будет относительно ровной, лучше всего заранее спланировать траты на эту неделю. Семейные отношения укрепятся через доверие и открытый диалог. Возможна встреча, которая даст новый смысл вашей жизни или откроет неожиданную перспективу.

«КРЫММЕДСТРАХ» РАССКАЗАЛ О НОВОВВЕДЕНИЯХ В СИСТЕМЕ ОМС

ООО «СМК «Крыммедстрах»

Растущая цифровизация и запрос на более доступные качественные медицинские услуги привели к значительным изменениям в системе обязательного медицинского страхования (ОМС). С сентября этого года в системе ОМС обновилась правила. Теперь у пациентов больше прав, информации и возможностей влиять на качество получаемой медицинской помощи.

О том, чего ждать крымчанам, получающим медицинскую помощь по полису ОМС, рассказали в страховой компании «Крыммедстрах».

На связи со страховым представителем

Правилами ОМС предусмотрено информационное сопровождение застрахованных лиц страховыми представителями на всех этапах получения медицинской помощи. Если контактный номер телефона устарел, страховая компания не сможет проинформировать вас, например, о возможности прохождения бесплатной диспансеризации или напомнить об очередном диспансерном осмотре. Своевременная актуализация контактной информации в системе ОМС очень важна.

Правилами предусмотрено, что гражданин или его представитель должен уведомить свою страховую компанию об изменении контактных данных: адреса электронной почты, номера телефона и почтового адреса. Сделать это можно в любом удобном пункте выдачи полисов своей страховой компании.

Новорождённые – под надёжной защитой полиса матери

Следующее важное изменение касается младенцев. Ребёнок со дня рождения и до момента государственной регистрации в ЗАГСе получает всю необходимую медицинскую помощь по полису одного из родителей. А вот выбрать для малыша страховую компанию они могут сразу после оформления свидетельства о рождении. Если родители самостоятельно не выберут страховую компанию, новорождённого автоматически прикрепят к той, где застрахован один из его родителей.

Если оба родителя ребёнка относятся к категории лиц, которые не подлежат ОМС (военнослужащие, сотрудники МВД, ФСБ, ФСИН, национальной гвардии и др.), то страховую компанию для малыша определит Территориальный фонд ОМС.

СНИЛС – обязательный документ для оформления полиса ОМС

Ранее для детей до 14 лет при оформлении полиса ОМС не требовалось предоставлять СНИЛС (страховой номер индивидуального лицевого счёта). Теперь СНИЛС стал обязательным документом для оформления всех граждан Российской Федерации вне зависимости от возраста. С полным перечнем документов можно ознакомиться на сайте «Крыммедстрах».

Выбор поликлиники в регионе проживания

Обновился порядок выбора медицинской организации в регионе проживания. Для получения медицинской помощи по полису ОМС изменился список сведений, необходимых для заявления о выборе поликлиники: теперь не нужно указы-

вать место и дату регистрации пациента, но требуется внести СНИЛС (при наличии). Также сокращаются до двух рабочих дней сроки рассмотрения заявления при принятии гражданином на обслуживание. Само заявление теперь можно подавать в электронном виде через портал «Госуслуги».

Обновлённый порядок прохождения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетними

В новом порядке расширен объём профилактических осмотров детей, включая новые методы диагностики и дополнительные исследования. Первый приём невролога теперь будет проводиться в возрасте 3-х месяцев. Офтальмолог теперь будет исследовать глазное дно в условиях мидаза (расширенного зрачка) в 1 месяц и 1 год, а осмотр оториноларинголога в 1 год и 6 лет теперь будет сопровождаться современным методом диагностики нарушений слуха (вызванной отоакустической эмиссией). Для детей из групп риска в 6 и 10 лет предусмотрен экспресс-анализ крови на холестерин с использованием тест-полосок. В 1,5 года будет проводиться дополнительный скрининг на риск нарушений психического развития. Педиатры будут рассчитывать и фиксировать стандартное отклонение индекса массы тела, а уролог-андролог и гинеколог впервые проведут осмотр в 6 лет и затем ежегодно, начиная с 13 лет.

Диспансеризация маломобильных граждан

Теперь маломобильные граждане могут пройти диспансеризацию в стационарах. Данный вид профилактических мероприятий будет организован для людей, проживающих в отдалённых районах или сельской местности, которым затруднительно передвигаться самостоятельно из-за возраста, хронических заболеваний или инвалидности, а доставка такой категории пациентов во врачебные амбулатории, фельдшерско-акушерские пункты или поликлиники, как правило, затруднена. Во время госпитализации в течение трёх дней для них будет организован осмотр профильных специалистов, лабораторные и инструментальные исследования, а при выявлении заболеваний – назначено лечение.

Ознакомиться с информацией о результатах прохождения диспансеризации можно будет не только в ходе очного приёма у медицинского работника, ответственного за проведение профилактического осмотра или диспансеризации, но и в личном кабинете «Госуслуг».

КОНКРЕТНО

ООО «СМК «Крыммедстрах» (лиц. ОС «4325-01» от 04.07.2022, выдана ЦБ РФ, член Всероссийского союза страховщиков, рег. № 160). Обращайтесь по адресам: г. Симферополь, ул. Екатерининская, 29, г. Севастополь, ул. Ленина, 17, по телефону горячей линии: 8-800-100-77-03, e-mail: office@krum-ms.ru, сайт: www.oms-crimea.ru. Раздольненское отделение: пгт Раздольное, ул. Ленина, 13в.

* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *

**НАТЯЖНЫЕ
ПОТОЛКИ**
любой сложности
+7 (978) 258-79-78

ЕВРОЗАБОРЫ
от производителя
БОЛЬШОЙ ВЫБОР
▪ ворота ▪ калитки
▪ установка ▪ доставка
выезд на замеры бесплатно
+7 (978) 737-26-50

СТРОИТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ

- ДОМА С НУЛЯ • ДАЧИ
- ХОЗ. БЛОК • ФУНДАМЕНТ
- КРОВЛЯ КРЫШ • ОТМОСТКА
- ДЕКОРАТИВКА • САЙДИНГ
- ЗАБОРЫ ИЗ СЕТКИ И ПРОФ. ЛИСТА
- УТЕПЛЕНИЕ ДОМОВ
- БЛАГОУСТРОЙСТВО ТЕРРИТОРИИ
- ПОДДОМКРАЧИВАНИЕ ДОМОВ
- И МНОГИЕ ДРУГИЕ ВИДЫ РАБОТ.

+7 (978) 063-42-42, Роман
ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ
СКИДКА – 10 %
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД
Работаем и со своим материалом

angel-ritualcrimea@bk.ru
Агентство ритуальных услуг
АНГЕЛ
ПАМЯТНИКИ
изготовление ♦ доставка ♦ установка
• Гранит габбро
• Мрамор • Крошка
• Гранит литьевой
ЦВЕТНЫЕ ПОРТРЕТЫ
НА ГРАНИТЕ И КЕРАМИКЕ
ОГРАДЫ ♦ СТОЛЫ ♦ СКАМЕЙКИ
Срок изготовления памятника 1-1,5 мес.
+7978 131-73-74
+7978 209-21-31
www.angel-crimea.ru
памятники-в-крыму.рф
г. Красноперекопск
ул. Гекало, 20В
г. Белогорск
ул. Симферопольская, 35
пгт Черноморское
ул. Южная, 56К
пгт Первомайское
ул. Ленина, 156
пгт Раздольное
ул. Ленина, 4/3
с. Воинка
ул. Ленина/Сивашская

**ЭКСКАВАТОР
ПОГРУЗЧИК**
+7 978 310 75 11
УСВ
+7 (978) 456-29-01
Индивидуальный подход к каждому клиенту!

ПОКУПКА И АРЕНДА

**ЗЕМЕЛЬНЫХ УЧАСТКОВ
СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОГО
НАЗНАЧЕНИЯ**

КФХ "ХЛЕБОРОБ", +79785146722



ЛЕПТОСПИРОЗ И МЕРЫ ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ

Иммунолог поликлиники ГБУЗ РК «Раздольненская РБ» Р.Н. Рахматова

В 2024 году в Республике Крым зарегистрировано шесть случаев заболевания лептоспирозом, из них два закончились летальным исходом.

Лептоспироз – это природноочаговое заболевание, которое передаётся человеку от животных. Возбудителями являются лептоспиры. Известны более 100 видов диких и домашних млекопитающих, которые являются носителями патогенных лептоспир. Выделяя лептоспиры с мочой в течение всей жизни, они поддерживают природные очаги инфекции. Опасность для человека представляют крысы, мыши, землеройки, ежи, свиньи, коровы, овцы, лошади, козы.

Основные пути заражения лептоспирозом:

- **контактный** – через повреждённые кожные покровы, слизистые оболочки полости рта, носа, глаз, желудочно-кишечного и мочеполового тракта;
- **водный** – при купании или рыбалке в пресноводных водоёмах, стирке белья, выращивании риса;
- **алиментарный (пищевой)** – при употреблении инфицированных продуктов: мяса, молока от больных животных.

Инкубационный период лептоспироза – от 3 до 30 дней, обычно 6–14 дней. Симптомы лептоспироза: резкий подъём температуры до 39–40 градусов, слабость, озноб, тошнота и рвота, боль в пояснице, боли в икроножных мышцах, мелкоточечная или мелкопятнистая сыпь на коже, носовые кровотечения, желтуха. Наиболее распространённые осложнения лептоспироза – острая почечная и печёночная недостаточность. Если не оказать медицинскую помощь, то человек может умереть.

Чтобы не заболеть лептоспирозом, необходимо соблюдать меры индивидуальной профилактики:

- не допускать загрязнения пищевых продуктов и воды выделениями грызунов;
- не купаться в пресных водоёмах и не пить сырую воду из них;
- избегать контакта с потенциальными переносчиками болезни, например лисами;
- использовать защитную одежду (маску, влагонепроницаемые перчатки) при проведении сельскохозяйственных и животноводческих работ;
- содержать жилые помещения в чистоте, постоянно проводить борьбу с грызунами.

Самый эффективный метод предупреждения развития лептоспироза у людей – вакцинация. Она проводится лишь группам повышенного риска заболевания среди населения: работникам ветеринарных клиник, разводчикам собак, свиаркам, дояркам, телятницам, сотрудникам мясокомбинатов и животноводческих ферм, людям, занимающимся перевозкой животных, рабочим цирков, зоопарков, конноспортивных секций, охотникам и рыболовам, владельцам собак.

Для вакцинации применяется инактивированная вакцина против лептоспироза, то есть убитые штаммы микроорганизма. Они не могут вызвать инфекцию, но способны защитить человека. Вакцинация проводится однократно с ревакцинацией через год.

Соблюдая перечисленные меры индивидуальной профилактики, вы не подвергнете себя риску заражения лептоспирозом.

КРОССВОРД

По горизонтали:

1. Колючий, но тёплый привет от бабушки.
6. Живая единица мощности.
10. Украшение для новогодней ёлки.
12. Цветовой оттенок, тон окраски.
13. Начальный продукт приготовления.
14. Тот, кто предлагает в мужья или в жёны.
17. Третий месяц года.
19. Передвижной склад для снабжения армии.
21. Помещение в дирижабле, где сосредоточены приборы по управлению.
22. Зной.
23. Работа болгаркой или автогеном.
24. Ряд однородных, последовательно изменяющихся явлений.
25. Четырёхугольное, овальное или иной формы крепление для обрамления чего-нибудь.
27. Скульптура, изображающая грудь, плечи и голову.
29. Легкая полупрозрачная льняная или хлопчатобумажная ткань.
31. Официальное заявление о неудовольствии с просьбой об удовлетворении или устранении причин, вызвавших неудовольствие.
33. Холодное мясное или рыбное блюдо.
34. Человек с красной тряпкой и стальными нервами.
37. Чьи-нибудь средства к существованию.
39. Преодоление верхом больших расстояний.
42. Религиозный запрет, налагаемый на какие-нибудь действия, предметы.
44. Плоское металлическое кольцо с нанесёнными по окружности делениями.
46. Отступление от общепринятых правил и взглядов.
47. Тело, ограниченное двумя сферическими поверхностями.
48. Отдельный фотографический снимок.
50. Узкая дорожка, протоптанная пешеходами.
51. Сигнал, воспринимаемый слухом.
53. Казачья атака.
55. Постоянный состав сотрудников учреждения.
58. Небольшой на тонкой короткой ножке сосуд для вина.
59. Спортивная игра в мяч.
60. Гормон, регулирующий уровень сахара в крови.
61. Восточный курительный прибор.
62. Спортивный костюм дзюдоиста.

По вертикали:

2. Бархат на минималках.
3. Туловище статуи с отбитыми головой и конечностями.
4. Одежда священника для богослужения.
5. Жулик.
6. Буддистский монах.
7. Пружинащая палка для отталкивания от земли при прыжках в высоту.
8. Поле для игры в шахматы.
9. Капитан коммерческого судна (устар.).
11. Положение в боксе.
15. Посещение больного врачом.
16. Линия прохождения кабеля или трубопровода.
17. В Польше и Венгрии – крупный помещик.
18. Французский поэт-символист.
20. Тип соединения в строительстве и машиностроении.
22. Бесхвостое земноводное.
26. Лучшее место для проверки морозостойкости новой куртки.
28. Лингвистический дублёр.
30. Широкая улица, проспект.

32. Философское понятие, обозначающее реальность в её наиболее общем смысле.
35. Низменность в устье реки.
36. Детский юмористический киножурнал.
37. Парусная лодка на полозьях.
38. Система питания для тех, кто хочет влезть в старые джинсы.
40. Стекланный или металлический сосуд цилиндрической формы.
41. Орган, воспринимающий свет и позволяющий видеть окружающий мир.
42. Мастер точной обработки металла.
43. Сумчатое млекопитающее, родственное крысе.
45. Судно для транспортировки других судов.
49. Шахтная печь для выплавки чугуна.
52. Человек, который отказался от мяса, яиц, молока, рыбы, морепродуктов.
53. Большой ящик в амбаре для хранения припасов.
54. Солдат.
56. Мощная военная машина с вооружением.
57. Внутреннее помещение корабля под нижней палубой.

ВСТРЕЧАЕМ ОТОПИТЕЛЬНЫЙ СЕЗОН ВО ВСЕОРУЖИИ

ОНДиПР по Раздольненскому району УНДПР ГУ МЧС России по Республике Крым

С наступлением осенних холодов и началом отопительного сезона резко возрастает риск возникновения пожаров. Статистика неумолима: именно в этот период происходит значительная часть бытовых возгораний. Чтобы тепло в вашем доме не привело к беде, важно соблюдать несколько ключевых правил безопасности, касающихся как печного отопления, так и электрообогревателей.

ПЕЧНОЕ ОТОПЛЕНИЕ: проверить, почистить, побелить

Печь была и остаётся источником повышенной пожарной опасности. Чаше всего пожары происходят из-за перекала печей, появления трещин в кладке, а также из-за выпадения из топки или зольника горящих углей. Чтобы избежать трагедии, необходимо выполнить несколько обязательных мероприятий перед началом сезона и соблюдать правила эксплуатации.

Что сделать до начала холодов:

- **Проведите ревизию.** Проверьте исправность печи и дымохода, отремонтируйте их, заделайте все трещины.
- **Очистите от сажи.** Тщательно вычистите дымоход (делать это следует не реже одного раза в три месяца).
- **Побелите трубу.** Дымовую трубу на чердаке и выше кровли необходимо побелить, это поможет легко заметить появляющиеся трещины по прорывам копоти.
- **Проверьте разделки.** Убедитесь, что печь и дымоход имеют противопожарные разделки (отступки) от горючих конструкций.
- **Прибейте предтопочный лист.** На деревянном полу или полу из других горючих материалов перед топочной дверцей должен лежать металлический лист размером не менее 50 х 70 см.

ЭЛЕКТРООБОГРЕВАТЕЛИ

С наступлением холодов в сеть включаются обогреватели. Резко возрастающая нагрузка на электропроводку и нарушение правил эксплуатации приборов – вторая по распространённости причина осенне-зимних пожаров.

Главные правила безопасности:

- пользуйтесь обогревателями только заводского производства. Самодельные устройства или неисправные приборы кустарного производства недопустимы;
- перед использованием внимательно изучите руководство по эксплуатации и не нарушайте изложенных в нём требований;
- с началом сезона проверьте исправность электропроводки, розеток, вилок и щитков;
- отопительные электроприборы должны стоять на безопасном расстоянии от штор и мебели, на несгораемых подставках;
- не включайте в одну розетку одновременно несколько электроприборов повышенной мощности – это приводит к перегрузке в электросети;
- не оставляйте включённый электрообогреватель на ночь и не используйте его для сушки вещей.

Общие рекомендации для всех

1. Установите пожарный извещатель. Автономный пожарный извещатель в жилой комнате может вовремя предупредить о начинающемся пожаре.
2. В доме обязательно должен быть огнетушитель или другие средства первичного пожаротушения.
3. Не оставляйте малышей без присмотра и объясняйте им об опасности игры с огнём. Не храните спички в доступном для детей месте.
4. Курение в постели, особенно в нетрезвом виде, – частая причина пожара. Курите только в строго отведённых местах.

Если пожар всё же начался

Главное – не паниковать. Немедленно позвоните в пожарную охрану по телефонам «101» или «112». Чётко назовите адрес, что горит и есть ли угроза людям. До приезда пожарных постарайтесь вывести из помещения людей, отключите электроэнергию и, если это не опасно, приступите к тушению имеющимися средствами. Если справиться с огнём не удаётся, немедленно покиньте помещение, закрыв за собой дверь.

Помните, что пожар – не слепая случайность, а результат нарушения правил. Защитите свой дом от огня, уделив немного времени профилактике.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 41

По горизонтали:

2. Скерв. 6. Пикап. 10. Бант. 11. Общение. 12. Ярус. 13. Обрат. 14. Хвост. 15. Торг. 17. Аллегор. 20. Агат. 23. Иодль. 24. Прапорщик. 25. Фаянс. 28. Ассистент. 33. Лесостепь. 36. Туземец. 37. Овин. 38. Фтор. 39. Шейх. 40. Обморок. 41. Раут. 42. Обоз. 43. Орда. 44. Антиген. 46. Гильотина. 48. Запеканка. 53. Сюжет. 54. Дифракция. 55. Докер. 58. Ирис. 61. Радиола. 63. Узел. 65. Носки. 66. Нонет. 67. Утро. 68. Салазки. 69. Кода. 70. Букет. 71. Егоза.

По вертикали:

1. Жабо. 2. Стог. 3. Варан. 4. Ротапринт. 5. Реле. 6. Пехотинец. 7. Кровь. 8. Пята. 9. Пума. 15. Тайга. 16. Редис. 18. Липа. 19. Герц. 21. Глясе. 22. Тесть. 26. Стоимость. 27. Тойтерьер. 29. Сумерки. 30. Иноходь. 31. Турбина. 32. Керосин. 33. Ледорез. 34. Терраса. 35. Поручик. 44. Антихрист. 45. Назидание. 46. Гусли. 47. Ложки. 49. Наказ. 50. Аврал. 51. Град. 52. Окно. 56. Висок. 57. Рондо. 59. Рота. 60. Сноб. 62. Имам. 63. Утка. 64. Езда.

ОТВЕТЫ НА СУДОКУ, ОПУБЛИКОВАННЫЕ В № 41

3	5	1	7	8	6	4	2	9		8	5	7	2	3	9	4	1	6
9	2	8	3	4	1	7	5	6		3	1	2	4	8	6	9	5	7
4	6	7	2	5	9	1	8	3		9	6	4	7	5	1	3	8	2
5	8	3	6	7	4	9	1	2		1	9	5	6	7	3	8	2	4
1	7	6	9	3	2	5	4	8		7	3	6	8	2	4	1	9	5
2	9	4	8	1	5	3	6	7		4	2	8	9	1	5	6	7	3
8	4	9	1	6	7	2	3	5		5	4	9	1	6	2	7	3	8
6	1	2	5	9	3	8	7	4		2	8	1	3	4	7	5	6	9
7	3	5	4	2	8	6	9	1		6	7	3	5	9	8	2	4	1

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт			Сб			Вс		
	20 октября	+6°	+9°	21 октября	+6°	+11°	22 октября	+4°	+15°	23 октября	+9°	+16°	24 октября	+11°	+16°	25 октября	+10°	+16°	26 октября	+11°	+17°

В СТОЛИЦЕ КРЫМА СОСТОИТСЯ СТРАТЕГИЧЕСКАЯ СЕССИЯ «СВОЁ ДЕЛО» ДЛЯ ВЕТЕРАНОВ СВО И ИХ СЕМЕЙ

По информации пресс-службы Министерства экономического развития Республики Крым

В Симферополе 31 октября состоится стратегическая сессия «СВОё дело» – практико-ориентированная площадка для ветеранов специальной военной операции и членов их семей. Об этом сообщила заместитель председателя Совета министров Республики Крым – министр финансов Республики Крым Ирина Кивико.

«Главными темами сессии в этом году станут действующие в регионе меры государственной поддержки бизнеса, навигация в современном информационном поле, а также создание сообщества женщин-предпринимателей из числа жён и матерей участников СВО. Стоит отметить, что поданному направлению поддержки участников специальной военной операции мы получаем всё больший отклик и хорошую обратную связь, при этом многие участники реализуемой в Крыму программы «СВОё дело» являются на сегодняшний день действующими предпринимателями», – напомнила Ирина Кивико.

Участники стратегической сессии узнают, какие инструменты доступны для запуска и масштабирования собственного дела, получают практические рекомендации от экспертов и найдут партнёров для совместных проектов.

Мероприятие пройдёт 31 октября в Симферополе. Регистрация и подробности о мероприятии по ссылке: <https://forms.yandex.ru/cloud/68e4db7be010db409c63a2bf/>.

РАСПИСАНИЕ КИНОСЕАНСОВ КИНОТЕАТРА «АДРЕНАЛИН»

(Раздольненский районный Дом культуры, ул. Ленина, 39)

Продолжительность	Начало	Название	Цена
18 ОКТЯБРЯ (Сб.)			
1ч. 23мин.	10:00	Серафима (6+)	300 руб.
1ч. 44мин.	11:25	(Не) искусственный интеллект (6+)	300 руб.
32 мин.	13:10	Хот Род: Летающий кирпич (18+)	150 руб.
1ч. 58мин.	13:45	Первый на Олимпе (12+)	300 руб.
32 мин.	15:45	Хот Род: Летающий кирпич (18+)	150 руб.
1ч. 37мин.	16:20	Финник 2 (6+)	300 руб.
1ч. 47мин.	18:00	Сводишь с ума (16+)	300 руб.
1ч. 49мин.	19:50	Серцеед (16+)	300 руб.
19 ОКТЯБРЯ (Вс.)			
1ч. 27мин.	10:00	Тафити. Приключения на краю света (6+)	300 руб.
1ч. 37мин.	11:30	Финник 2 (6+)	300 руб.
1ч. 34мин.	13:10	Нахимовцы. Янтарный берег (12+)	300 руб.
32 мин.	14:45	Хот Род: Летающий кирпич (18+)	150 руб.
1ч. 58мин.	15:20	Первый на Олимпе (12+)	300 руб.
32 мин.	17:20	Хот Род: Летающий кирпич (18+)	150 руб.
1ч. 47мин.	17:55	Сводишь с ума (16+)	300 руб.
1ч. 49мин.	19:45	Серцеед (16+)	300 руб.

Финник 2 (6+) (Премьера) (ПК)* – Анимационное приключение, комедия
Серцеед (16+) (Премьера) – Комедия
Хот Род: Летающий кирпич (18+) (Премьера) – Короткометражный
Серафима (6+) (ПК)* – Анимация, семейный
Первый на Олимпе (12+) – Драма, экшн
Сводишь с ума (16+) – Комедия, мелодрама, фэнтези
Тафити. Приключения на краю света (6+) – Анимация
(Не) искусственный интеллект (6+) (ПК)* – Семейный, приключения, комедия
Нахимовцы. Янтарный берег (12+) (ПК)* – Экшн, приключения, семейный

*ПК – Пушкинская карта

Телефон для бронирования мест:

+7 (978) 276-32-13

(чт., пт. – с 15:00 до 21:00; сб., вс., – с 09:00 до 21:00)

Чт., Пт., Сб., Вс. – рабочие дни; Пн., Вт., Ср. – выходные дни

В <https://vk.com/id447275381>

ЦЕНТР КИНО <https://center-kino.ru/3316>

ВНИМАНИЕ!!!
 Билеты на фильмы с возрастным ограничением 18+ будут продаваться после предъявления паспорта по требованию кассира.

«ПРОФСТАРТ» – ПЕРВЫЙ ШАГ К ОСОЗНАННОМУ ВЫБОРУ БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ

Д.А. Селяметова

На базе МБОУ «Новосёловская школа им. Героя Советского Союза Д.А. Кудрявицкого» состоялось важное профориентационное мероприятие «ПрофСтарт», организованное советником директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями Динаре Арсеновной Селяметовой.

Оно было проведено в тесном сотрудничестве с Таиром Шукриевичем Ибрагимовым, доцентом кафедры технологического образования и ответственным секретарём приёмной комиссии ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова, а также с МБОУ ДО «МУПК им. А.М. Данилина».

В мероприятии приняли участие обучающиеся 9, 10 и 11 классов МБОУ «Новосёловская школа им. Героя Советского Союза Д.А. Кудрявицкого», а также президенты советов старшеклассников ученического самоуправления каждой



школы Раздольненского района и советники директоров школ района. Цель встречи – расширение представлений старшеклассников о мире профессий, помощь в осознанном выборе будущего образовательного пути и профессиональной деятельности.

В рамках профориентационной работы были организованы презентации образовательных программ ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова и МБОУ ДО «МУПК им. А.М. Данилина», а также интерактивные дискуссии, позволяющие учащимся задать вопросы представителям вуза и учреждения дополнительного образования. Особое внимание было уделено профессиям, востребованным на современном рынке труда, и возможностям развития профессиональных навыков.

Мероприятие стало важной площадкой для обмена опытом между школами Раздольненского района в сфере профориентации. Организаторы выразили надежду на дальнейшее тесное сотрудничество в целях повышения эффективности профориентационной работы и помощи старшеклассникам в осознанном выборе будущей профессии.



В РАЗДОЛЬНОМ ПРОШЁЛ XII РАЙОННЫЙ ФЕСТИВАЛЬ НАЦИОНАЛЬНЫХ КУЛЬТУР «ЯРМАРКА ДРУЖБЫ НАРОДОВ»

МБУК «МЦКДиБО» Раздольненского района

10 октября при поддержке Министерства культуры Республики Крым на базе Березовского сельского дома культуры состоялся XII Районный фестиваль национальных культур «Ярмарка дружбы народов».

На фестивале присутствовали почётные гости: глава Администрации Березовского сельского поселения – председатель Березовского сельского совета Владимир Бауэр, директор МБУК «МЦКДиБО» Раздольненского района Илья Марценюк и методист аппарата управления МБУК «МЦКДиБО» Ольга Магда.

С поздравительной речью к зрителям и участникам фестиваля обратился Владимир Бауэр. Он пожелал всем хорошего настроения, а участникам – ярких выступлений.

В концертной программе приняли участие солисты и творческие коллективы Раздольненского района: Аида Мандзюк, Юлия Недашковская, Валентина Орешкевич, клуб выходного дня «Солнышко» (Березовский СДК), Ольга Славская (Кукушкинский СДК), Василица Абрамова-Иревли (Серебрянский СДК), Елена Принада (Кумовский СДК), вокальный дуэт «Дружба» (Сенокосненский СК), вокальное трио «Вдохновение» (Огнёвский СК), образцовый ансамбль народных инструментов «Са-



ратовские гармоники», ансамбль ложкарей «Русский сувенир» (Ручьёвский СДК), вокальный ансамбль эстрадного пения «Катерина», танцевальный коллектив «Славновчаночка» (Славновский СДК), вокальный ансамбль «Крымские росы» (Раздольненский РДК), ансамбль казачьей песни «Звон» (Ковыльновский СДК), клуб по интересам «Е.Н.П.» (Рылевский СК), вокальный ансамбль «Славяночка» (Славянский СДК), вокальный ансамбль «Черёмуха» (Кропоткинский СК), вокальный ансамбль «Рябинуш-

ка» (Чернышевский СДК), образцовый крымскотатарский ансамбль ударных инструментов «Генчлик» (Новосёловский ПДК), вокальный ансамбль «Беспокойные сердца» (ГБУ РК «ЦСО Раздольненского района»).

В завершение фестиваля Илья Марценюк поблагодарил солистов и творческие коллективы за яркие выступления, пожелал дальнейших успехов и вручил дипломы.

Фестиваль стал настоящим праздником дружбы, творчества и взаимоуважения!



СЕРГЕЙ ШЕВЧЕНКО ЗАВОЕВАЛ 3 МЕСТО В СОРЕВНОВАНИЯХ ПО МНОГОБОРЬЮ ГТО В ТЮМЕНИ

По информации МБУК «МЦКДиБО» Раздольненского района, пресс-службы Администрации Раздольненского района

С 30 сентября по 4 октября 2025 года в г. Тюмени прошло одно из самых ярких и запоминающихся спортивных мероприятий года – X Спартакиада пенсионеров России, приуроченная к празднованию 80-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов и Международному дню пожилых людей, который по традиции отмечают 1 октября.



На лучших спортивных площадках города собрались сильнейшие и титулованные спортсмены (женщины от 55 лет, мужчины от 60 лет) из 78 регионов России, Беларуси, Казахстана, Финляндии, Австралии. Участники состязались в таких дисциплинах, как лёгкая атлетика,

комбинированная эстафета, плавание, настольный теннис, шахматы и дартс.

Сборную команду Республики Крым на этих соревнованиях представила делегация из восьми атлетов. В числе почётных участников от Крыма выступил наш соотечественник Сергей Григорьевич Шевченко – неоднократный победитель республиканских соревнований по Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) и стрельбе, сотрудник Муниципального бюджетного учреждения культуры «Межпоселенческий центр культуры, досуга и библиотечного обслуживания» Раздольненского района Республики Крым.



В упорной борьбе Сергей Шевченко добился значительного успеха, завоевав третье место в многоборье ГТО. Искренне поздравляем Сергея Григорьевича с этим выдающимся достижением, желаем ему крепкого здоровья, неиссякаемой энергии и новых ярких побед на спортивных аренах!

С ЛЮБОВЬЮ И БЛАГОДАРНОСТЬЮ: УЧЕНИКИ РАЗДОЛЬНЕНСКОЙ ШКОЛЫ-ЛИЦЕЯ № 1 ПОЗДРАВИЛИ ВЕТЕРАНОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ТРУДА

Ресуль Ревупович Ибрагимов, учитель математики, классный руководитель 9 «А» класса МБОУ «Раздольненская школа-лицей № 1»

3 октября в преддверии Дня учителя ученики 9 «А» класса МБОУ «Раздольненская школа-лицей № 1» по доброй и трогательной традиции поздравили дорогих сердцу учителей, вышедших на заслуженный отдых. В этот день слова признательности и тёплые пожелания звучали в адрес Дарьи Фёдоровны Назаровой и Эргувана Абкеримовны Абибуллаевой.



Эргуван Абкеримовна Абибуллаева родилась в селе Аим Андижанской области Узбекской ССР. Окончив школу в 1979 году, она продолжила образование в Ташкентском педагогическом институте им. Низами, выбрав факультет крымскотатарской и русской филологии. С 1985 по 1989 год Эргуван Абкеримовна делилась знаниями в Сырдарьинской области, а с 1989 года её жизнь неразрывно связана с Крымом. В Черноморском районе она работала учителем в Кировской средней школе, затем в детском саду «Сказка» в посёлке Раздольное.

Но настоящим домом для её педагогического таланта стала Раздольненская школа № 1, где с 1998 по 2018 год Эргуван Абкеримовна трудилась, отдавая душу любимой профессии. За эти годы она получила второе высшее образование, став учителем истории и обществознания. Её уроки всегда были наполнены смыслом и ответственностью. Под её руководством ученики не раз становились призёрами районных и республиканских конкурсов «МАН» и олимпиад. Трижды Эргуван Абкеримовна участвовала в конкурсе «Учитель года», занимая призовые места. Ушла на заслуженный отдых она в почётном звании «Учитель-методист», оставив яркий след в сердцах многих поколений учеников.

Дарья Фёдоровна Назарова – ещё одна яркая звезда на педагогическом небосклоне Раздольненской школы. Родилась Дарья Фёдоровна в 1930 году в городе Кокчетав Казахской ССР. Более 40 лет жизни она посвятила преподаванию. В Раздольном Дарья Фёдоровна оставила заметный след, работая в Доме пионеров, где руководила проектами Малой академии наук и вела кружок «Юный натуралист». Её педагогический опыт также распространялся на политическое занятие в школах № 2 и № 1, а также на работу учителем начальных классов.

Дарья Фёдоровна – участница VI Всемирного фестиваля молодёжи и студентов, проходившего в Москве в 1957 году. В 2020 году она отметила свой 90-летний юбилей, получив персональное поздравление от Президента Российской Федерации Владимира Путина. За самоотверженный труд и заслуги перед Родиной Дарья Фёдоровна Назарова была удостоена медали «За доблестный труд в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.».

Ученики, которым посчастливилось учиться у этих замечательных педагогов, поделились своими тёплыми воспоминаниями:

«Эргуван Абкеримовна – не просто учитель, она была нашим наставником и вдохновителем. Её уроки всегда проходили на одном дыхании, она умела найти подход к каждому ученику. Благодаря ей многие из нас полюбили крымскотатарский язык, историю и обществознание», – вспоминает Мустафа Якубов, выпускник 2012 года.

«Дарья Фёдоровна – настоящий пример преданности своему делу. Её энергия и энтузиазм заряжали нас на новые свершения. Она научила нас не только знаниям, но и жизненным ценностям, умению быть честными и справедливыми», – говорит Николай Кустол, бывший ученик Дарьи Фёдоровны.



В рамках встречи состоялся душевный разговор. Ветераны педагогического труда поделились своими воспоминаниями о школьных годах, рассказали о том, как зарождалась их любовь к педагогике и что помогало им оставаться верными своему призванию на протяжении многих лет. Их истории – пример истинного служения профессии.

Ученики 9 «А» класса с трепетом и уважением вручили педагогам цветы и сладкие гостинцы, выразив искреннюю благодарность за мудрость, терпение и бесценные знания, которые учителя подарили многим поколениям. Такие встречи – не просто дань уважения, но и возможность для юных поколений прикоснуться к истории школы, почувствовать связь времён и понять, насколько важен труд учителя. Это напоминание о том, что настоящие педагоги оставляют неизгладимый след в жизни каждого человека.

19 ОКТЯБРЯ – ДЕНЬ ОТЦА

Уважаемые жители Раздольненского района!

От всей души поздравляю всех мужчин с Днём отца! Примите самые тёплые, искренние поздравления с замечательным праздником. Он является признанием первостепенной роли отцов в жизни семьи, их социальной ответственности в воспитании и гражданском становлении подрастающего поколения. Семья – это самое святое, что есть и должно быть у человека. В ней мать является хранительницей семейного очага, а отец – главным защитником и кормильцем семьи. Здоровая, благополучная и законопослушная семья является надёжной опорой государства.

Желаю всем отцам крепкого здоровья, хорошего настроения! Счастья, благополучия и процветания вам и вашим близким. Пусть ваш дом будет наполнен радостью и детским смехом!

Депутат Государственного Совета Республики Крым
Жанна Хуторенко

Уважаемые мужчины, главы семейств
и жители Раздольненского района!

Сердечно поздравляем вас с чудесным праздником – Днём отца!

Воспитание ребёнка, надёжность и уверенность семьи невозможны без заботливого главы семейства. Личный пример отца, его почтительное отношение к матери, родительская ответственность – гарантия надёжной подготовки детей достойными гражданами общества.

Дорогие друзья! Среди вас немало тех, кто является достойным примером ответственного отношения к отцовству, когда глава семьи не только её опора, кормилец, но ещё и защитник, друг и наставник для своих детей. Особого уважения заслуживают многодетные отцы и те, кто воспитывает детей в одиночку.

Желаем вам крепкого здоровья, счастья и благополучия! Пусть у вас всегда будет повод для гордости за своих детей, а у них – стремление следовать вашему достойному примеру!

Председатель Раздольненского районного совета
Татьяна Вышинская,
депутатский корпус

Дорогие жители Раздольненского района!

Примите самые тёплые, искренние поздравления с Днём отца! Этот праздник – замечательная возможность выразить свою благодарность за поддержку, любовь и мудрость, которую папы дарят своим детям.

Семья во все времена остаётся главной ценностью в жизни человека, и во многом ребёнок берет пример с родителей. Отцы – главные защитники, наставники и преданные друзья. К отцу всегда можно прийти за поддержкой и советом. Отецеская забота помогает преодолевать трудности и вдохновляет на новые достижения.

Сегодня многие наши соотечественники защищают страну в зоне проведения СВО. Это чьи-то сыновья, мужья, братья и отцы. Они отстаивают интересы Отечества и право близких на мирную спокойную жизнь, показывают пример любви к Родине, исполнения долга.

Желаю всем семьям нашего района благополучия, счастья, любви и добра! Пусть ваша семейная гармония будет прочной, а каждый день наполняется радостью и теплотой!

Глава Администрации Раздольненского района
Денис Олейник

Поздравляем

20 октября день
рождения отмечает
Артур Варданович
АЗАРЯНЦ
От всей души
поздравляем!



Мужествен и атлетичен,
Так умён и так практичен!
С юбилеем! В тридцать пять
Так хотим мы пожелать:

Быть здоровым, энергичным,
Ярким, статным, симпатичным,
Бодрым, чётким, позитивным,
Мудрым, смелым и активным!

Чтобы цели достигались
И желания сбывались!
Будь всегда самим собой,
Со счастливою судьбой!

С любовью мама,
бабушка, братья,
семья Степаненко
и все родственники

РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ «АВАНГАРД» ПРИГЛАШАЕТ

- поздравить родных, друзей, знакомых со страниц газеты;
- опубликовать собственные статьи и стихотворения;
- заказать рекламу, разместить объявления.

Тел.: +7 (978) 006-84-13

Адрес: пгт Раздольное, пр. 30 лет Победы, 8
Эл. почта: gazeta@avangardpress.ru

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!
ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ ЖЕЛАЮЩИХ
ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ
НА 2026 ГОД НА РАЙОННУЮ
ГАЗЕТУ «АВАНГАРД»
Стоимость подписки на:
1 квартал – 620 руб.;
полугодие – 1240 руб.

Подписаться на газету можно в редакции газеты, которая находится по адресу: **пгт Раздольное, пр. 30 лет Победы, 8,** и в почтовых отделениях Раздольненского района.

По вопросу подписки можно обращаться по телефону: **+7 (978) 006-84-13,** либо на электронную почту: **gazeta@avangardpress.ru**

*** РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ ***

ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СОБРАНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ МЕСТОПОЛОЖЕНИЯ ГРАНИЦ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА

Кадастровым инженером Гладковой Оксаной Степановной, 296200, Республика Крым, Раздольненский район, п. Раздольное, ул. Красноперекое шоссе, д. 27, кв. 41, email: skolzkaya@mail.ru, моб. тел.: +7 (978) 836-99-34, квалификационный аттестат № 82-15-311, в отношении земельных участков с кадастровыми №№ 90:10:020901:267, расположенного по адресу: Республика Крым, Раздольненский р-н, Новосёловский п/с, выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границы земельного участка.

Заказчиком кадастровых работ является Грезин Виталий Александрович, проживающий по адресу: 296274, Республика Крым, Раздольненский район, пгт Новосёловское, ул. Маёвская, дом № 48.

Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ состоится по адресу: 296200, Республика Крым, Раздольненский район, п. Раздольное, ул. Ленина, 32, «18» ноября 2025 г. в 10 часов 00 минут.

С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: 296200, Республика Крым, Раздольненский район, п. Раздольное, ул. Ленина, 32.

Обоснованные возражения относительно местоположения границ, содержащихся в проекте межевого плана, и требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с «18» октября 2025 г. по «18» ноября 2025 г. по адресу: 296200, Республика Крым, Раздольненский район, п. Раздольное, ул. Ленина, 32.

Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границ: кадастровый номер: 90:10:020901:202, Республика Крым, Раздольненский р-н, Новосёловский п/с; 90:10:020901:88, Республика Крым, Раздольненский р-н, Новосёловский п/с.

При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок (часть 12 статьи 39, часть 2 статьи 40 Федерального закона от 24 июля 2007 г. № 221-ФЗ «О кадастровой деятельности»).

ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СОБРАНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ МЕСТОПОЛОЖЕНИЯ ГРАНИЦ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА

Кадастровым инженером Гладковой Оксаной Степановной, 296200, Республика Крым, Раздольненский район, п. Раздольное, ул. Красноперекое шоссе, д. 27, кв. 41, email: skolzkaya@mail.ru, моб. тел.: +7 (978) 836-99-34, квалификационный аттестат № 82-15-311, в отношении земельных участков с кадастровыми №№ 90:10:020301:172, расположенного по адресу: Республика Крым, Раздольненский р-н, Новосёловский с/с, выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границы земельного участка.

Заказчиком кадастровых работ является Устюгов Владимир Николаевич, проживающий по адресу: Республика Крым, г. Евпатория, ул. Конституции, дом № 9, кв. 38.

Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ состоится по адресу: 296200, Республика Крым, Раздольненский район, п. Раздольное, ул. Ленина, 32, «18» ноября 2025 г. в 10 часов 00 минут.

С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: 296200, Республика Крым, Раздольненский район, п. Раздольное, ул. Ленина, 32.

Обоснованные возражения относительно местоположения границ, содержащихся в проекте межевого плана, и требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с «18» октября 2025 г. по «18» ноября 2025 г. по адресу: 296200, Республика Крым, Раздольненский район, п. Раздольное, ул. Ленина, 32.

Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границ: кадастровый номер: 90:10:020701:168, Республика Крым, Раздольненский р-н, Новосёловский с/с; 90:10:020701:128, Республика Крым, Раздольненский р-н, Новосёловский с/с.

При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок (часть 12 статьи 39, часть 2 статьи 40 Федерального закона от 24 июля 2007 г. № 221-ФЗ «О кадастровой деятельности»).

ЭКСКУРСИЯ В БИБЛИОТЕКУ
«БИБЛИОТЕКА ПРИНИМАЕТ ГОСТЕЙ»

Анна Савун, заведующая Раздольненской центральной районной детской библиотекой МБУК «МЦКДиБО»

Детская библиотека – это многогранный мир, в котором создаётся комфортная среда для подрастающего поколения. Проведение разнообразных библиотечных мероприятий ещё раз подтверждает, что книга объединяет и развивает детей!

В Раздольненской центральной районной детской библиотеке в рамках Десятилетия детства в России 2018–2027 гг. для ребят 1 «А» класса МБОУ «Раздольненская школа-гимназия № 2 им. Л. Рязанки» (классный руководитель Н.М. Юдина) прошла экскурсия в библиотеку «Библиотека принимает гостей».

В этот день юные читатели совершили увлекательное путешествие в мир книг: познакомились с основными правилами

пользования библиотекой и обращения с книгами. Узнали, как можно записаться в библиотеку, что такое абонемент, читальный зал и чем они отличаются, как правильно выбирать книги, по какому принципу книги располагаются в библиотеке, что у каждой книги есть своё место на книжном стеллаже, где она должна храниться, чтобы любой человек мог самостоятельно её найти. Выбранную из огромного разнообразия книгу можно взять только после записи в формуляр читателя. После прочтения книга должна быть возвращена в нужный срок в целости и сохранности.

Прослушав информацию, ребята с удовольствием отгадывали загадки из сказоч-

ного мешочка, играли в игры «Что любит книга?», «Собери сказку», «Кто что ест», а также побывали в «Литературной галерее», где складывали пазлы и отгадывали названия сказок.

В этот день для наших первоклассников состоялось посвящение в читатели. Библиотекари поздравили ребят со вступлением в многочисленную семью читателей и вручили удостоверение читателя детской библиотеки и закладки для книг. В завершение ребята пообещали бережно относиться к книжкам и посещать библиотеку вместе с родителями.

Красочным дополнением к мероприятию стала книжно-иллюстрированная выставка «Мои любимые книжные друзья».



КАК СОХРАНИТЬ ЗРЕНИЕ В ЭПОХУ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ:
ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА И ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ

Министерство здравоохранения Республики Крым

В эпоху цифровых технологий глаза человека ежедневно подвергаются беспрецедентной нагрузке. Смартфоны, компьютеры, планшеты, телевизоры, светодиодное освещение – всё это стало неотъемлемой частью жизни. Платой за комфорт часто становится появление жалоб на зрительную усталость, дискомфорт и постепенно ухудшающееся зрение.

«Синдром сухого глаза, компьютерный зрительный синдром, ранняя близорукость – эти диагнозы становятся все более распространёнными. Хорошая новость в том, что мы можем взять здоровье своих глаз под контроль. Защита зрения – это не разовые действия, а комплекс полезных привычек», – сообщила главный внештатный офтальмолог Минздрава Республики Крым, к.м.н., доцент кафедры офтальмологии Медицинского факультета им. В.И. Вернадского Светлана Чистякова.

Специалист рассказала на что нужно обращать внимание в повседневной жизни, чтобы сохранить зрение. По её словам, главный врагом для нашего зрения являются цифровые экраны и синий свет.

«Длительное всматривание в экран приводит к перенапряжению глазных мышц, мы реже моргаем (в 2–3 раза!), что вызывает сухость и раздражение. Синий свет от экранов, хотя и не так опасен, как иногда преподносится, но может нарушать циркадные ритмы и способствовать усталости глаз», – пояснила Светлана Чистякова.

Врач рекомендует использовать правило «20-20-20»: каждые 20 минут отрывайте взгляд от монитора и смотрите на объект, находящийся на расстоянии не менее 6 метров, в течение 20 секунд. Это помогает расслабить мышцы, фокусирующие взгляд вблизи.

«Работая за компьютером, напоминайте себе моргать. Это естественным образом увлажняет роговицу. Используйте корректную яркость экрана. Отрегулируйте её так, чтобы она примерно соответствовала освещению в комнате. Увеличьте шрифт текста на компьютере, планшете или других гаджетах, чтобы не приходилось напрягаться. Используйте на ваших гаджетах ночной режим. Тёплый желтый свет меньше воздействует на выработку мелатонина (гормона сна) и комфортнее для глаз. Устанавливайте приложения, которые автоматически регулируют цветовую температуру экрана. При необходимости можно в своей работе использовать специальные очки. Рассмотрите возможность покупки очков с антибликовым покрытием и лёгким фильтром от синего света (особенно для вечерней работы)», – рассказала специалист.

Также необходимо обеспечить себе правильное освещение. Слишком тусклый, или наоборот слишком яркий прямой свет, особенно от верхних светильников, создаёт блики и заставляет глаза постоянно перестраиваться.

«Используйте локальное освещение (настольную лампу) для работы, избегая при этом полной темноты в комнате. Резкий

контраст между ярким экраном и тёмным помещением вреден. Располагайте источник света так, чтобы он не светил прямо в глаза и не создавал бликов на экране. Идеально, когда свет падает сбоку», – объяснила Светлана Чистякова.

Большое значение имеет и правильно организованное рабочее место. Оптимальное расстояние до экрана – 50–70 см. Верхний край монитора должен находиться на уровне или чуть ниже уровня глаз. Важна также правильная осанка – сидеть нужно прямо, расслабив плечи. Это улучшает кровоснабжение, в том числе и в области глаз.

Кроме того, по словам главного крымского офтальмолога, забота о своём зрении включает здоровый образ жизни и правильное питание. Здоровье глаз напрямую зависит от получения определённых витаминов и антиоксидантов.

«Существуют такое понятие, как «суперфуды» для зрения. Например, лютеин и зеаксантин защищают сетчатку от вредного синего света и окислительного стресса. Они содержатся в листовых зелени (шпинат), брокколи, кукурузе, яйцах. Витамин А критически важен для ночного зрения. Его источники – морковь, сладкий картофель, тыква, печень. Цинк помогает усвоению витамина А, он содержится в устрицах, говядине, нуте. Омега-3 жирные кислоты поддерживают здоровье клеточных мембран и борются с синдромом сухого глаза. Ищите их в жирной рыбе (лосось, скумбрия, сельдь), грецких орехах, семенах льна. Витамины С и Е – мощные антиоксиданты, защищающие глаза от свободных радикалов. Их содержат цитрусовые, болгарский перец, миндаль, семечки подсолнуха», – рассказала Светлана Чистякова.

Также врач рекомендует отказаться от вредных привычек. Например, курение резко увеличивает риск катаракты и возрастной макулодистрофии.

«Носите качественные солнцезащитные очки. Не покупайте готовые очки «для чтения» без консультации с врачом. Они могут не подходить вашим глазам и усугублять проблему», – отмечает специалист.

Золотое правило сохранения здоровья глаз – регулярный осмотр у врача-офтальмолога. Все назначения необходимо выполнять только после консультации со специалистом. Многие заболевания глаз (глаукома, диабетическая ретинопатия) на ранних стадиях протекают бессимптомно. Рекомендуется взрослым до 40 лет без жалоб проходить осмотр раз в 2–3 года, после 40–45 лет – ежегодно. При наличии диабета, высокого давления или семейной истории глазных болезней – так часто, как рекомендует врач.

Резюмируя, главный внештатный офтальмолог Минздрава Республики Крым Светлана Чистякова отмечает, что защита зрения в современном мире – это осознанный и комплексный подход. Сочетание разумного использования гаджетов, правильного питания, защиты от солнца и регулярных визитов к врачу позволит сохранить ясный и острый взгляд на мир на долгие годы.

Общественно-политическая газета
 Раздольненского района «Авангард»

Соучредители:

Администрация Раздольненского района Республики Крым.
 Адрес: 296200, Республика Крым, Раздольненский район,
 пгт Раздольное, ул. Ленина, 5;

Раздольненский районный совет Республики Крым.
 Адрес: 296200, Республика Крым, Раздольненский район,
 пгт Раздольное, ул. Ленина, 5;

Муниципальное автономное учреждение Раздольненского района Республики Крым «Редакция газеты «Авангард».
 Адрес: 296200, Республика Крым, Раздольненский район,
 пгт Раздольное, пр. 30 лет Победы, 8.

Регистрационное свидетельство Управления
 Роскомнадзора по Республике Крым
 и городу Севастополь ПИ № ТУ91-00394 от 26.01.2022

16+

Директор – главный редактор Е.Е. Лазарева

Издатель и редакция: Муниципальное автономное учреждение Раздольненского района Республики Крым
 «Редакция газеты «Авангард»

Адрес издателя и редакции: 296200, Республика Крым,
 пгт Раздольное, пр. 30 лет Победы, 8.

Моб. тел.: +7 (978) 006-84-13. e-mail: gazeta@avangardpress.ru
 Официальный сайт редакции газеты «Авангард» Раздольненского района Республики Крым http://avangardpress.ru/

Ответственность за достоверность фактов, цитат, фамилий и других сведений несут авторы публикаций, а рекламной информации – рекламодатель. Позиция редакции может не совпадать с точкой зрения авторов. Письма, рукописи, фотоснимки и ресурсы не рецензируются и не возвращаются. Редакция использует письма читателей по своему усмотрению, переписку с ними не ведёт. Редакция оставляет за собой право редактировать материалы. Ответственность за доставку несёт почтовое отделение. Подписано в печать: по графику – 19:00 16.10.2025, фактически – 19:00 16.10.2025.

Индекс 61440

Печать офсетная
 Цена розничная – 40 руб.
 Цена по подписке – 32 руб.

ТИРАЖ 873

Заказ 1373

Отпечатана в

АО «Издательство и типография
 «Таврида», РФ, 295051,
 Республика Крым, г. Симферополь,
 ул. Генерала Васильева, 44