

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ОБЩЕСТВЕННО-
ПОЛИТИЧЕСКАЯ
ГАЗЕТА

СЕВЕРНАЯ ПАН РАМА

20 (7149)
20 мая
2023 года

ВЫХОДИТ
ПО СУББОТАМ
ИЗДАЁТСЯ
С 8 СЕНТЯБРЯ
1940 ГОДА

"Золотая семья Ямала - 2023"

Такого звания и премии от губернатора ЯНАО удостоились супруги Александр Иванович и Фаина Ивановна Коневы из Восяхово



на Ивановна Коневы – до сих пор находятся под впечатлением от поездки.

- Столько внимания мы еще не получали, - призналась Фаина Ивановна. - На самой церемонии нас бесконечно фотографировали, брали интервью. Перед поездкой была проделана большая подготовительная работа. Было очень волнительно! Спасибо большое за помощь и поддержку детям, внукам, Олеся Балиной, Татьяне Паршуковой, Ирине Молчановой и журналистам «Ямал-Медиа». Приятно было слышать тёплые слова от представителя департамента социальной защиты населения ЯНАО Дианы Витальевны Саранчиной. Нас так все опекали и поддерживали! Волны доброты и заботы мы получали от организаторов торжества и от участников тоже. Какие все семьи замечательные! Общение с ними было по-настоящему душевным. Сама церемония прошла на высоком уровне: всё чётко, красиво. Награды вручала директор департамента социальной защиты населения ЯНАО Оксана Петровна Медынская. Безусловно, нам приятно, что нас оценили, ведь это не просто конкурс, это итог прожитого. Но больше всего запало в душу то, как люди умеют искренне радовать чужому успеху. Это мы ощутили и во время поездки, и после, когда нас поздравляли наши земляки. Спасибо всем большое!

Церемония награждения десятой юбилейной премии «Семья Ямала» состоялась 13 мая в Тарко-Сале.

Лауреатов премии выбирали в восьми номинациях: «Многодетная семья года», «Молодая семья года», «Династия года», «Опекунская (приёмная) семья года», «Преодоление», «Золотая семья года», «Спортивная семья года» и «Творческая семья года».

При определении победителей эксперты учитывали достижения взрослых и детей, награды за участие и победы в конкурсах и соревнованиях, социальную активность и преданность традициям. Победители получили сертификаты на гранты от губернатора в 250 тысяч рублей.

Победители в номинации «Золотая семья года» – супруги Александр Иванович и Фаина Ивановна Коневы.

Супруги Коневы наравне с лауреатами в номинациях «Многодетная семья года», «Молодая семья года» и «Династия года» представят Ямал на всероссийском конкурсе «Семья года». Пожелаем нашим конкурсантам удачи!

*Тамара Куляева.
Фото пресс-службы губернатора ЯНАО.*



ПОДГОТОВКА К
НАВИГАЦИИ

2



ЭСКУЛАП

5 - 6, 11 - 12

ТАЛАНТЫ И
ПОКЛОННИКИ



16

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Дорогие выпускники,
уважаемые педагоги и родители!

По всему Шурышкарскому району звенят последние звонки. Примите мои поздравления с незабываемым школьным праздником!

В этом году он наступил для 195 девятиклассников и 52 одиннадцатиклассников. Под трель последнего звонка ребята вспоминают свои победы, важные уроки, первых учителей, первую любовь...

И становится немного грустно. Но поводов для уныния нет. Ведь прощание со школой ознаменует начало нового увлеченного и насыщенного разными событиями пути.

Впереди у вас непростые испытания: экзаменационная пора и выбор дальнейшего пути. Сейчас перед вами открыты все

двери, и я искренне желаю вам найти своё место в жизни. Вы – дети нового времени, современные и креативные. И у вас всё обязательно получится!

Уважаемые педагоги! Спасибо вам за ту душевность, которую вы вкладываете в своих учеников, творческий подход и верность выбранной профессии. Уверен, что в каждом из ребят ваша доброта отзовется сторицей.

Дорогие родители! Знаю, какое сильное волнение испытываете вы сейчас, когда ваши дети стоят на пороге новой жизни. Ведь для вас они всегда остаются маленькими дочками и сыновьями. Сейчас они как никогда раньше нуждаются в вашей поддержке. Я желаю вам пройти этот непростой жизненный этап вместе.

С праздником! Пусть звон последнего звонка станет радостным началом взрослой жизни!

Глава Шурышкарского района О.Н.Попов.

В РУСЛЕ СОБЫТИЙ

"Единороссы" выбирают кандидата

В рамках подготовки к выборам губернатора Тюменской области в Новом Уренгое состоялась встреча кандидатов праймериза

В этом году нас ждет очень важная выборная кампания. 10 сентября, в единый день голосования, жители Ямала, ХМАО и юга области выбирают губернатора Тюменской области. И кампания, можно сказать, уже делает первые шаги. Идет подготовка к праймеризу - внутрипартийному голосованию по формированию списка выдвиженцев от партий, объединений.

Так, 13 мая в Новом Уренгое состоялась встреча кандидатов предварительного голосования по кандидатурам для последующего выдвижения от партии «Единая Россия» на должность губернатора Тюменской области с секретарями первичных и местных отделений партии.

В партийном отборе «Единой России» будут участвовать три кандидата на пост губернатора Тюменской области. На должность претендуют депутаты Тюменской областной Думы Владимир Фомин и Владимир Пушкарёв, а также действующий губернатор Тюменской области Александр Моор.

Выступивший на встрече партийцев губернатор ЯНАО Дмитрий Артюхов, говоря о важности сентябрьского политического события, сказал: «То, как живут три наших региона, как принимаются совместные решения по их развитию – в конечном счёте ложится в фундамент нашего благополучия. Несмотря на все сложности последних лет, мы видим, как меняются к лучшему Тюмень, Югра и наш Ямал. Но самое главное – у нас впереди очень много планов. Поэтому сегодня важно сделать правильный выбор».

Губернатор Тюменской области Александр Моор, выступая перед однопартийцами, отметил, что в его программе «особое место занимают сохранение семейных ценностей, развитие высшего образования, экономических проектов в интересах наших субъектов. Сегодняшняя выстроенная политическая система власти показала, что готова выдержать любые испытания. Убеждён, сохранение системы взаимодействия трёх субъектов, которая сложилась на протяжении долгих лет, позволит и дальше вместе отстаивать наши интересы и решать любые вопросы, развивать общую инфраструктуру, социально-экономические проекты, принимать меры по поддержке земляков».

Напомним, губернатор Александр Моор 11 мая встретился с Президентом России Владимиром Путиным. В ходе диалога обсуждались актуальные вопросы социально-экономического положения в регионе. Глава государства поддержал решение Александра Моора принять участие в предстоящих выборах главы региона.

По информации пресс-службы губернатора ЯНАО.

В преддверии большой навигации

Речники МУП «СпецТрансСервис» месяц назад вышли из отпусков и продолжают подготовку судов и стоечного флота к предстоящей летней навигации

Техническая подготовка флота к навигации – это ответственная работа, требующая тщательной проверки всех систем и механизмов судов. В условиях короткого лета простоев в ремонте быть попросту не должно, особенно это касается пассажирских судов. Помимо судов, предприятия МУП «СпецТранСервис» обслуживает весь стоечный флот в районе. Основные работы: проверка палубной части, ремонт лееров (ограждений), сварка, проверка на герметичность и косметический ремонт, фактически завершены на всех семи причалах и дебаркадерах. Если маломерные суда и плавмагазины идут сразу после ледохода, то основной пассажирский флот вынужден ожидать прибытия обслуживающих судов для обустройства речных знаков – буйков и бакенов. Кроме того, перед расстановкой стоечного флота на местах ежегодно осуществляется проверка дна на прилегающем участке специальными катерами на предмет отсутствия подводных объектов.

- Сейчас на балансе предприятия два существующих пассажирских судна «КС», и добавится новый КС-162 «Стерх», - говорит руководитель МУП «СпецТранСервис» Рустам Зокиров. – Это судно пока находится на отстое на базе Северного речного пароходства в Лабитнанги. Там проходит процесс подготовки к эксплуатации, проверка систем двигателей, установка различных приборов, оборудования, связи, антенны, шпильи. Процесс ввода в эксплуатацию пассажирских судов довольно сложный и длительный, необходимо провести полное освидетельствование плавучего объекта и повторные ходовые испытания для последующего внесения судна в речной регистр. Поэтому предполагаем, что в начале июля судно начнёт курсировать. А пока рейсы будет осуществлять «Победа-75».

Скоростные суда значительно больше старых «КС» и имеют плоское дно, поэтому они обслуживаются на специализированной городской ремонтной базе, где, кроме прочего, имеется соответствующее подъемное оборудование и узкоспециализированные специалисты.

Речная навигация в районе стартует первого июня. Расписание движения внутримунципальных маршрутов по большей части останется прежним. Однако на предприятии не исключили, что, возможно, будет веден еще один дополнительный рейс в село Восяхово.

Вениамин Горяев.

ДЕНЬ СЕМЬИ

Когда в доме живёт счастье

В Шурышкарском районе активно растёт количество многодетных приёмных семей, где воспитываются дети, оставшиеся без попечения родителей

На учёте в отделе опеки и попечительства Шурышкарского района состоит 124 ребёнка из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в возрасте от 0 до 18 лет. Дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, воспитываются в 74 замещающих семьях. Из них 9 – это многодетные приёмные семьи, где воспитываются от трёх до пяти ребят разного возраста. Всего таких детей 34.

За 2023 год выявлено и устроено 11 детей, из них два ребёнка – из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, из Шурышкарского района и 9 – из других населённых пунктов ЯНАО (Салехарда, Лабитганги, Тазовского района).



Один из ярких примеров крепкой и дружной семьи нашего района – семья Зинатовых из Шурышкар. Супруги воспитывали троих сыновей, но всегда мечтали о дочке. Августа Петровна и Дамир Фаридович приняли решение взять под опеку девочку младенческого возраста. Расчитывали на одну, но судьба им преподнесла подарок, вместо одной – в семье появились четыре сестрёнки, две из них близняшки. Сегодня супруги Зинатовы воспитывают семерых детей. Уютный дом наполнен теплотой и задорным детским смехом.

Августа Петровна поделилась своими дневниковыми записями-воспоминаниями о том, каким был её путь к обретению заветного счастья:

- Искала девочек от 0 до 3-х лет, обзвонила всех региональных операторов... В июле наткнулась на годовальных девочек-близняшек, по базе проходила ещё одна их сестричка двух лет. Какое-то время думала, смотрела фотки, умилялась, такие хорошие три сестрёнки, но позвонить не осмелилась. Но вот прошло пару месяцев безрезультатного поиска дочки или двух, и я снова вернулась к этим маленьким трём крохам... Взвесив все «за» и «против», позвонила всё же региональному оператору. Оказалось, что у девочек есть ещё четырехгодовалая сестра, и находится она в другом детском доме... Еще пару недель раздумий... Решила ехать за девочка-

ми... Постоянно думаю о том, правильно ли я поступаю, ведь четверо детей – это очень большая ответственность, иногда кажется, что я так легкомысленна. Затем мой настрой сменяется страстным желанием забрать девочек, независимо от их количества и диагнозов. О, боже, помоги мне! Я хочу помочь девочкам обрести любящую семью, а себе – очаровательных дочек... Арианна, Сафия и Амалия, я вся в предвкушении нашей встречи...

Августа Петровна поехала за тремя девочками в Астрахань, а их старшая сестра Ева находилась за 300 километров от Астрахани в селе Чёрный Яр.

- Когда в первый раз увидела фото девочки, испугалась: у неё на лице шрамы от ожогов, - делится женщина. - Я говорила сама себе, что малышка не виновата, это взрослые не уследили. И теперь из-за этого все девочки могут остаться в детских домах... Прошло уже несколько месяцев с того момента, как я привезла наших маленьких дочек домой. За это время было столько разных эмоций, чувств, переживаний. Никто не говорил, что будет легко. Конечно, еще много нам вместе нужно пройти... Но на данном этапе жизни мы – счастливая семья!

Материал и фото предоставлены отделом опеки и попечительства Шурышкарского района.

Потребность, передаваемая из поколения в поколение

Так можно объяснить выбор профессии педагогов целых династий.
Одна из них — династия Беляевских из села Горки



Тамара Беляевских



Александр Беляевских

Беляевских Тамара Григорьевна приехала в Горки в далекие 70-е прошлого века выпускницей дефектологического факультета Свердловского педагогического института. Ей предстояло встать у истоков становления первой в округе Горковской вспомогательной школы – особой школы для особенных детей. Вместе с Гориной Ниной Павловной Тамара Григорьевна, профессиональные логопед и олигофренопедаг, они задали направление развития и становления опыта коррекционно-развивающего обучения. Молодые специалисты, не имеющие опыта практической работы, лишь только базовые знания института, смогли задать этот вектор развития и поддержать его пусть не практическими, а теоретическими установками.

А после нескольких лет успешной деятельности Тамара Григорьевна была назначена завучем и отвечала за организацию школьного учебного процесса. Целенаправленная и педантичная Тамара Беляевских разрабатывала учебные планы, знакомила коллег с особенностями методики преподавания. Следила за наполнением уроков коррекционным компонентом – это было абсолютно новым для педагогов, имеющих базовое педагогическое образование. Изначально и потом много лет подряд она вела общешкольный семинар «Особенности умственно-отсталых детей». Такая форма методического просвещения была новой не только для школы, но и для района в целом.

Работая в школе, где основным предметом являлось трудовое обучение, Тамара



Наталья Новикова (Беляевских)

Григорьевна освоила швейное дело и задала ему новое направление - усилилась его практическая направленность. Довести до совершенства трудовые навыки помогает многократное повторение трудовой операции – так требовала методика. Виды швов, их качество отрабатывались на пошиве постельного белья для всего

интерната. Зачем покупать в магазине, когда можно шить самим? - такую задачу ставила Тамара Григорьевна. Педагог придумала ещё и заправочные наволочки – специально пошитые и украшенные кружевом ручной работы, которое тоже делали девочки на кружках, на уроках и даже в свободное время. И сразу стало уютнее в спальнях интерната, хотя и ворчали мальчишки по утрам, заправляя свою подушку в эту красивую наволочку. Эта традиция сохранилась в группах и по сей день.

А ещё старшие девочки шили одежду для младших воспитанников – домашние платья, рубашки, брюки, юбки. Это позволяло хоть немного экономить школьный бюджет, да и дети были заняты полезным делом. И не нужно было тратить много слов убеждения, чтобы доказать важность трудовой подготовки. Мотивация возникала естественным путём, девочки видели, что их изделия востребованы, их труд нужен школе, они успешны в этой деятельности.

Традиционно к каждому празднику шились костюмы. Обычно из подручных материалов, но как красиво, качественно и со вкусом! Практически сразу же в школе организовали костюмерную – там хранили все костюмы. И никогда не было проблемы: во что нарядить ребёнка в том или ином номере праздничного концерта. Более 40 лет отдала Тамара Григорьевна делу своей жизни, и вклад её в развитие системы коррекционной педагогики огромен!

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА 13 СТР.



МЕДИЦИНСКИЙ КАЛЕНДАРЬ

Миллиметры ртутного столба: контролируем давление

17 мая отмечается Всемирный день борьбы с артериальной гипертензией

Под артериальной гипертензией понимают повышение артериального давления свыше 140 и 90 мм рт. ст. При отсутствии лечения гипертензивная болезнь приводит к увеличению риска возникновения ишемической болезни сердца, инсультов, поражения почек, увеличению общей смертности.

Гипертензивную болезнь, как и любое хроническое прогрессирующее заболевание легче предупредить, чем лечить. Поэтому профилактика гипертензии, особенно для людей с отягощенной наследственностью, является задачей первой необходимости.

В первую очередь о профилактике гипертензивной болезни стоит задуматься всем, у кого артериальное давление находится в пределах высокой или пограничной нормы, особенно это касается молодёжи и подростков.

Профилактика артериальной гипертензии бывает первичной и вторичной.

Первичная профилактика гипертензивной болезни включает в себя:

- Нормализация функции центральной нервной системы (предотвращение стрессов).

- Чёткий распорядок дня (постоянное время подъёма и отхода ко сну).

- Упражнения на свежем воздухе и лечебная физкультура (длительные прогулки на свежем воздухе, езда на велосипеде, умеренная работа на огороде).

- Ежедневные нагрузки в зале и дома.

- Нормализация сна (сон длительностью до 8 часов).

- Рациональное питание. Тщательно считайте потреблённые с пищей килокалории, не допускайте излишнего потребления жиров. Жиров можно употреблять в сутки не более 50–60 граммов, причём 2/3 из них должны составлять жиры растительного происхождения: кукурузное, подсолнечное масло. Ограничить продукты, содержащие большое количество животных жиров – цельное молоко, сливочное масло, сметана. В рационе должно быть достаточное количество белков: нежирные сорта рыбы, птицы, снятое молоко, творог, кефир и др. Необходимо ограничить приём легкоусвояемых углеводов: сахар, мёд, изделия из сдобного теста, шоколад, манную, рисовую крупы.

- Снижение веса (при ожирении). Без снижения веса, говорить о профилактике гипертензии не приходится. Нельзя пытаться резко похудеть, снижать массу тела можно на 5–10% в месяц.

- Отказ от курения!!!

- Снижение употребления поваренной соли (употреблять не более 6 граммов в день).

- Потребление продуктов питания с большим содержанием солей калия, кальция и магния (нежирный творог, петрушка, фасоль, чернослив, свекла, запечённый картофель, курага, изюм без косточек.)

- Ограничение потребления спиртных напитков.

Вторичная профилактика проводится у пациентов, у которых артериальная гипертензия установлена как диагноз. Ее цель – предотвращение возникновения осложнений. При этом данный вид профилактики включает в себя два компонента: немедикаментозное лечение артериальной гипертензии и антигипертензивную (лекарственную) терапию. Немедикаментозное лечение, в принципе, соответствует первичной профилактике, только с более жесткими требованиями. Если наследственность и окружающую среду каждый отдельный человек изменить не в состоянии, то образ жизни и питание – вполне. Лекарственная терапия – назначенные доктором препараты, которые целенаправленно действуют на высокий уровень давления, снижая его. Пациенты с артериальной гипертензией должны строго придерживаться рекомендаций врача и принимать препараты по назначению, предупреждая тем самым риск развития осложнений.

К профилактике артериальной гипертензии можно отнести систематический контроль уровня давления утром и вечером. Неотступное следование рекомендациям лечащего врача, своевременное обращение к нему в случае ухудшения состояния.

Помните – болезнь легче (и дешевле) предупредить, чем лечить!

Подготовила А.А. Дамдын,
врач-терапевт.



Чем опасен туберкулёз?

Почему так важна ранняя диагностика этого заболевания?

Главная опасность туберкулёза, в том, что в начальных формах заболевания протекает бессимптомно, то есть без клинических проявлений. При появлении первых симптомов заболевания, форма туберкулёза во многих случаях уже запущенная, плохо поддающаяся лечению и приводящая к хронической форме.

Поэтому главным направлением в борьбе с туберкулезом является ранняя диагностика.

С 1 года до 18 лет используется иммунодиагностика, до 7 лет включительно Проба Манту (туберкулин), с 8 лет до 17 лет диаскин тест.

Диаскинтест это отечественный препарат, аналог зарубежных тестов (квантифицированный и интерферованный тест), обладает рядом преимуществ это простота использования, стоимость (используются как Проба Манту внутрикожный метод). Основанный на использовании двух белков ESAT6 и CFP10, которые присутствуют только в патогенных МБТ человеческого типа. Диаскинтест ставится внутрикожно, результат оценивается через 72 часа. Если диаскинтест положительный, значит, в организме есть микобактерия туберкулеза, и она активно размножается и может вызвать заболевание, поэтому необходимо дополнительное обследование и предупредительное лечение. То есть благодаря этому тесту меняется формат противотуберкулезной помощи в сторону профилактики.

В данный момент диаскинтест используется для дифференциальной диагностики туберкулеза, также у взрослых в группах риска по туберкулезу (с хроническими заболеваниями, медработникам, лицам, состоящим на учете у психиатра, нарколога) для ранней диагностики заболевания.

Флюорография позволяет диагностировать все случаи туберку-

лёза лёгких от малых до деструктивных форм и многообразную другую патологию органов грудной клетки: опухоли, воспаления лёгких. Поэтому для своевременного выявления туберкулёза всем необходимо проходить флюорографию ежегодно.

Инфицирование туберкулёзом происходит в основном в детском возрасте и к 17 годам около 50% подростков, как правило, тубинфицированы.

Вначале при первом контакте с микобактерией туберкулёза происходит так называемое инфицирование, когда внешних проявлений нет, и факт проникновения в организм возбудителя заболевания можно определить только по измененной реакции Манту.

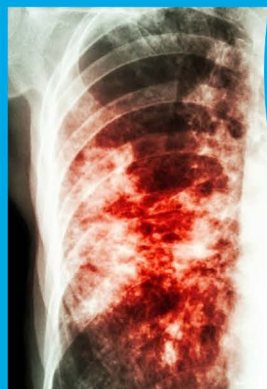
Реакция Манту – это не прививка, а диагностическая проба, которая показывает наличие аллергической реакции на туберкулёз.

Если результаты обследования указывают на возможность инфицирования туберкулёзом, ребенок подлежит обязательному обследованию в противотуберкулёзном кабинете. В этой ситуации большую роль играет отношение родителей и осознание ими необходимости тщательного обследования, в дальнейшем лечения или проведения профилактических курсов лечения. Отказ родителей от лечения, уклонение от обследования часто приводит к развитию у инфицированного ребенка активного туберкулёза.

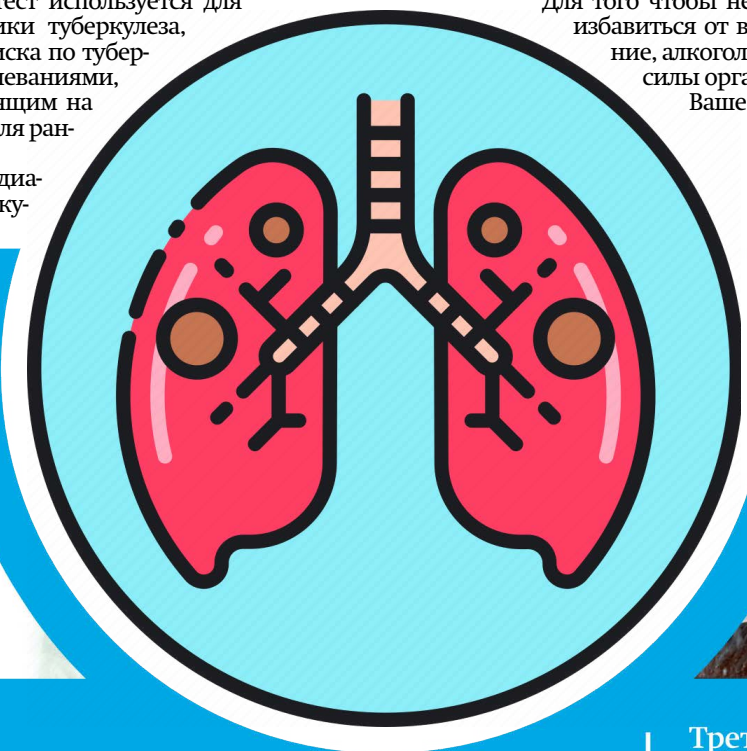
Для того чтобы не заболеть туберкулёзом, следует избавиться от вредных привычек, так как курение, алкоголь, наркотики снижают защитные силы организма.

Ваше здоровье - в ваших руках!

Подготовил С.С. Гарбузов,
врач-фтизиатр.



Туберкулёз – это воздушно-капельная инфекция, которая вызывается микобактериями туберкулеза. Источник инфекции: человек больной активным туберкулёзом лёгких. Возбудитель болезни попадает в организм человека при вдыхании «зараженного» воздуха вместе с каплями слюны и мокроты, которые выбрасываются больным при разговоре, кашле, чихании.



Чаще всего туберкулёзом поражаются лёгкие, но инфекция может поразить и любой другой орган.

Треть населения земного шара инфицирована микобактериями туберкулёза, но далеко не все им болеют. У большинства людей защитные силы организма препятствуют развитию этого заболевания.

ПОНЕДЕЛЬНИК

22 мая

Первый канал

05.00 «Доброе утро»
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00
Новости
09.05 «АнтиФейк» (16+)
09.40 «Жить здорово!» (16+)
10.30, 11.20 «Подкаст. Лаб» (16+)
12.45, 14.15, 18.05 (16+)
17.15 «Мужское/Женское» (16+)
19.50 «Куклы наследника Тутти» (16+)
21.00 «Время»
22.00 Т/с «Трейдер» (16+)
00.05 «На футболе с Денисом Казанским» (18+)
00.35 «Подкаст. Лаб». «Пусть не говорят, пусть читают» (16+)
01.15 «Подкаст. Лаб». «Креативные индустрии» (16+)
01.55 «Подкаст. Лаб». «Психика» (16+)
02.35 «Подкаст. Лаб». «Мелодии моей жизни» (16+)
03.05 «Подкаст. Лаб». «Мелодии моей жизни» (16+)
03.20 «Подкаст. Лаб». «Кот Шрёдингера» (16+)
04.00 «Подкаст. Лаб». «Жизнь замечательных» (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России»
05.07, 05.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Местное время. Вести-Ямал»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести»
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.20 Т/с «Земский доктор. Восемь лет спустя» (16+)
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+)
02.05 Т/с «Московская борзая» (16+)
03.45 Т/с «Пыльная работа» (16+)

ОГТРК «ЯМАЛ РЕГИОН»

06.00 Д/ф «Русь. Власть» (12+)
06.30 Д/ф «Русь. Вера» (12+)
07.00, 08.00, 17.00, 18.00, 19.00, 23.00 «Новости» (16+)
07.10 «Большой газ. Фонтаны и аварии» (12+)
07.40, 07.50, 19.20, 19.50, 21.50, 22.20 «Мнение» (12+)
08.10, 17.30, 19.10, 21.40 «Интервью» (12+)
08.40 «Северный колорит» (12+)
09.00 Профилактические работы
17.10, 21.20 «С полем» (16+)
18.10, 20.10 «Север-Пресс» (16+)
18.30, 20.30 «Документальное кино» (12+)
19.30, 21.00, 22.00 «Время Ямала» (16+)
22.30, 05.00 Д/ф «Заповедники РФ. Тайны Лапландского заповедника. Каменное сердце» (12+)
23.10 «Специальный репортаж» (12+)
23.30, 05.30 Д/ф «Заповедники РФ. Тайны Приокско-Терасского заповедника. Зубы мудрости» (12+)
00.00 Т/с «Ангел-хранитель» (16+)
03.30 Т/с «Принцесса с Севера» (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры

06.35 «Пешком...». «Москва усадебная»
07.05 «Невский ковчег». «Теория невозможного». Леонид Тарасюк
07.35 Д/ф «Звезда жизни и смерти»
08.15 «Цвет времени». Эль Греко
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 Х/ф «Мужество»
10.15 «Наблюдатель»
11.15, 01.15 «XX век». «Эмиль Гилельс. Жизнь в музыке»
12.45 «Новости. Подробно. Арт»
13.00 К 85-летию Армена Медведова. «Монолог в 4-х частях». 1 ч.
13.30 Д/ф «Престольный праздник. День Николая Чудотворца»
14.10 «Линия жизни». Анатолий Карпов
15.05 «Настоящая война престолов». «Людовик XIV. Детство под солнцем»
15.55 «Агора». Ток-шоу с Михаилом Швыдким
17.15, 02.25 «Роман в камне». «Тамбов. Дворец Асеевых»
17.45 Мастера фортепианного искусства. Андраш Шифф
18.45 «Острова»
19.45 «Главная роль»
20.05 «Семинар». Назим Мустафаев. «Мода ар-деко. Прекрасные 20-е»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 Д/ф «Балерина - Весна»
21.40 «Сати. Нескучная классика...» с Филиппом Чижевским и Алексеем Париным
22.25 «Настоящая война престолов». «Людовик XIV. Детство под солнцем»
23.15 Д/с «Свидетели времени». «Юрий Летунов. Характер «Главного»»
23.55 «Магистр игры». «Ловушка сбывшегося предсказания. История по «Макбету» Шекспира»
00.25 «Ступени цивилизации». «Планеты»

ЗВЕЗДА

05.00 Т/с «Кадеты» (12+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 18.00, 21.00 Новости дня (16+)
09.25 Д/с «Отечественные гранатометы. История и современность» (16+)
10.55, 01.25 Т/с «Государственная граница». «Восточный рубеж» (12+)
12.35 Д/с «Победоносцы» (16+)
13.45 Х/ф «Неслужбное задание» (16+)
15.55, 17.10 Х/ф «Взрыв на рассвете» (16+)
17.00 «Военные новости» (16+)
18.20 «Специальный репортаж» (16+)
18.55 «Битва за Россию». «От Кинбурна до Фокшан. Суворов против Юсуф-паши» (16+)
19.40 «Загадки века с Сергеем Медведевым». «Денацификация Франции» (12+)
21.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+)
22.55 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+)
23.25 Х/ф «Игра без правил» (12+)
02.45 Д/ф «Александр Феклисов. Карибский кризис глазами резидента» (12+)
03.30 Д/с «Хроника Победь» (16+)
03.55 Т/с «Анакоп» (16+)

ВТОРНИК

23 мая

Первый канал

05.00 «Доброе утро»
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00
Новости
09.05 «АнтиФейк» (16+)
09.40 «Жить здорово!» (16+)
10.30, 11.20, 14.15, 18.05, 23.00 (16+)
17.15 «Мужское/Женское» (16+)
19.50 «Куклы наследника Тутти» (16+)
21.00 «Время»
22.00 Т/с «Трейдер» (16+)
00.35 «Подкаст. Лаб». «АстроУмные» (16+)
01.15 «Подкаст. Лаб». «Легкие деньги» (16+)
01.55 «Подкаст. Лаб». «Антропология» (16+)
02.35, 03.05 «Подкаст. Лаб». «Нельком шить» (16+)
03.20 «Подкаст. Лаб». «20 лет спустя» (16+)
04.00 «Подкаст. Лаб». «Триггер» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России»
05.07, 05.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 09.34, 14.30, 21.05 «Местное время. Вести-Ямал»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести»
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.20 Т/с «Земский доктор. Восемь лет спустя» (16+)
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+)
02.05 Т/с «Московская борзая» (16+)
03.45 Т/с «Пыльная работа» (16+)

ОГТРК «ЯМАЛ РЕГИОН»

06.00 Д/ф «Русь. Вера» (12+)
06.30 Д/ф «Русь. Слово» (12+)
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 16.30, 17.00, 18.00, 19.00, 23.00 «Новости» (16+)
07.10, 10.10, 12.10, 13.10, 15.30, 16.40, 18.10, 20.10 «Интервью» (12+)
07.40, 09.10, 14.10, 23.10 «С полем!» (16+)
08.10, 17.10, 20.40 «Север-Пресс» (16+)
08.30, 10.05, 10.40, 11.05, 12.05, 12.40, 13.40, 14.05, 16.35, 19.10, 19.50, 21.50, 22.20 «Мнение» (12+)
08.40, 11.10, 16.10 «Северный колорит» (12+)
09.30, 11.30, 14.30, 17.30 «Документальное кино» (12+)
10.20, 13.20, 15.10, 18.40, 21.20 «Специальный репортаж» (12+)
12.50, 16.50, 21.40 «Не олени пишут» (16+)
19.30, 21.00, 22.00 «Время Ямала» (16+)
22.30, 05.00 Д/ф «Заповедники РФ. Тайны заповедника Тайган-Таш. Правильные пчелы» (12+)
23.30, 05.30 Д/ф «Заповедники РФ. Тайны Кавказского заповедника. Царь горы» (12+)
00.00 Т/с «Ангел-хранитель» (16+)
03.30 Т/с «Принцесса с Севера» (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...». «Москва дворцовая»
07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного». Николай Урванцев
07.35 Д/с «Планеты»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 Х/ф «Тайник у красных камней»
10.15 «Наблюдатель»
11.15, 00.45 «XX век». «Встреча с кинорежиссером Эльдаром Рязановым»
12.45 «Новости. Подробно. Книги»
13.00 К 85-летию Армена Медведова. «Монолог в 4-х частях». 2 ч.
13.30 «Игра в бисер». «Артур Конан Дойл. Собака Баскервилей»
14.15 «Свидетели времени». «Юрий Летунов. Характер «Главного»»
14.55, 22.25 «Настоящая война престолов». «Мазарини - главный кукловод Франции. 1654-1661»
15.45 «Жизнь замечательных идей». «Неевклидовы страсти»
16.15 «Сати. Нескучная классика...» с Филиппом Чижевским и Алексеем Париным
17.15 «Эрмитаж». Авторская программа Михаила Пиотровского
17.45, 02.00 Мастера фортепианного искусства. Андраш Шифф
18.45 Д/ф «Алексей Арбузов. Сказки и быль»
19.45 «Главная роль»
20.05 «Семинар». Анна Пак. «Аниме и манга - современная культура, покорившая мир»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 «Искусственный отбор»
21.40 «Белая студия»
23.15 «Свидетели времени». «Всеволод Овчинников. Грамматика жизни»
23.55 «Ступени цивилизации». «Планеты»

ЗВЕЗДА

05.25 Т/с «Анакоп» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 18.00, 21.00 Новости дня (16+)
09.15, 21.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+)
10.55 Т/с «Государственная граница» (12+)
12.35, 13.20, 17.05 Т/с «Без права на ошибку» (16+)
17.00 «Военные новости» (16+)
18.20 «Специальный репортаж» (16+)
18.55 «Битва за Россию». «От Рымника до Измаила. Суворов против Юсуф-паши» (16+)
19.40 «Улика из прошлого» (16+)
22.55 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+)
23.25 Х/ф «Пядь земли» (12+)
01.10 Т/с «Государственная граница». «Восточный рубеж» (12+)
02.25 Х/ф «Беспокойное хозяйство» (12+)
03.50 Д/ф «Легендарные самолеты. Ту-22. Сверхзвуковая эволюция» (16+)

СРЕДА

24 мая

Первый канал

05.00 «Доброе утро»
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00
Новости
09.05 «АнтиФейк» (16+)
09.40 «Жить здорово!» (16+)
10.30, 11.20, 14.15, 18.05, 23.00
(16+)
17.15 «Мужское/Женское» (16+)
19.50 «Куклы наследника Тутти»
(16+)
21.00 «Время»
22.00 Т/с «Трейдер» (16+)
00.35 «Подкаст. Лаб». «Письма»
(16+)
01.15 «Подкаст. Лаб». «Триггеры»
(16+)
01.55 «Подкаст. Лаб». «Пусть не
говорят, пусть читают» (16+)
02.35, 03.05 «Подкаст. Лаб».
«АстроУмные» (16+)
03.20 «Подкаст. Лаб». «Психика»
(16+)
04.00 «Подкаст. Лаб». «Мелодии
моей жизни» (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России»
05.07, 05.35, 07.07, 07.35, 08.07,
08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Мест-
ное время. Вести-Ямал»
09.55 «О самом главном». Ток-
шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести»
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу
(12+)
14.55 «Кто против?». Ток-шоу
(12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.20 Т/с «Земский доктор. Восемь
лет спустя» (16+)
23.25 «Вечер с Владимиром
Соловьёвым» (12+)
02.05 Т/с «Московская борзая»
(16+)
03.45 Т/с «Пыльная работа» (16+)

ОГТРК «ЯМАЛ РЕГИОН»

06.00 Д/ф «Русь. Слово» (12+)
06.30 Д/ф «Русь. Человек» (12+)
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00,
12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00,
16.30, 17.00, 18.00, 19.00, 23.00
«Новости» (16+)
07.10, 12.30, 13.10, 17.40 «Се-
вер-Пресс» (16+)
07.30, 10.10, 15.10, 21.20 «Доку-
ментальное кино» (12+)
08.10, 13.30 «С полем!» (16+)
08.30, 09.50, 10.05, 10.40, 11.05,
12.05, 12.50, 13.50, 14.05, 15.40,
16.35, 18.50, 19.20, 19.50, 21.50,
22.20 «Мнение» (12+)
08.40, 11.10, 16.10 «Изьватас
олэм». Программа на языке
коми (12+)
09.10, 11.30, 14.30, 17.10, 19.10,
20.50 «Интервью» (12+)
09.20, 14.10, 18.10, 20.10 «Специ-
альный репортаж» (12+)
09.40 «Не олени пишут» (16+)
18.30, 20.30, 23.10 «Ясавэй. Ко-
чевник XXI века» (12+)
19.30, 21.00, 22.00 «Время Ямала»
(16+)
22.30, 05.00 Д/ф «Заповедники
РФ. Тайны Астраханского запо-
ведника. Цветок Будды» (12+)
23.30, 05.30 Д/ф «Заповедники
РФ. Тайны Баргузинского запо-
ведника» (12+)
00.00 Т/с «Ангел-хранитель» (16+)

01.45 Т/с «Восток-Запад» (12+)
03.25 Т/с «Костёр на снегу» (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 12.30,
17.00, 19.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...». «Москва иль-
фопетровская»
07.05 «Невский ковчег. Теория
невозможного». Владимир
Мальшев
07.35 Д/с «Планеты»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 Х/ф «Тайник у красных
каменей»
10.15 «Наблюдатель»
11.15, 01.00 «XX век». «Золотой
плягер». Ведущая Наталья
Шеманкова
12.00, 02.30 «Роман в камне».
«Самара. Дом Сандры»
12.45 «Новости. Подробно.
Кино»
13.00 К 85-летию Армена Медве-
дева. «Монолог в 4-х частях». 3 ч.
13.30 «Искусственный отбор»
14.15 «Свидетели времени».
«Всеволод Овчинников. Грамма-
тика жизни»
14.55 «Настоящая война престо-
лов». «Людовик XIV - абсолют-
ный монарх. 1661-1669»
15.45 «Жизнь замечательных
идей». «Срез без разреза»
16.15 «Белая студия»
17.15 Д/ф «Евгений Колобов»
18.00 Мастера фортепианного
искусства. Клаудио Аррау
18.40 Х/ф «Первопечатник Иван
Федоров»
19.45 «Семинар». Максим Крон-
гауз. «Норма и коммуникация в
современном мире»
20.25 «Спокойной ночи, малы-
ши!»
20.40 «Свидетели времени».
«Мир и война Вадима Синяв-
ского»
21.25 Д/ф «Шрифт Петра Вели-
кого»
22.10 Гала-концерт на Красной
площади
23.55 «Ступени цивилизации».
«Планеты»
01.45 Д/ф «Алексей Арбузов.
Сказки и быль»

ЗВЕЗДА

04.30 Т/с «Не хлебом единым»
(16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 18.00, 21.00 Ново-
сти дня (16+)
09.15, 21.15 «Открытый эфир».
Ток-шоу (16+)
10.55, 01.20 Т/с «Государствен-
ная граница». «Красный песок»
(12+)
12.30, 13.20, 17.05, 03.55 Т/с
«Берега» (16+)
17.00 «Военные новости» (16+)
18.20 «Специальный репортаж»
(16+)
18.55 «Битва за Россию». «Опера-
ция «Багратион». Рокоссовский
против Буша» (kat16+)
19.40 Д/с «Секретные материа-
лы» (16+)
22.55 «Между тем» с Наталией
Метлиной (12+)
23.25 Х/ф «Сашка» (12+)
02.25 Д/с «Восход Победы» (12+)

ЧЕТВЕРГ

25 мая

Первый канал

05.00 «Доброе утро»
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00
Новости
09.05 «АнтиФейк» (16+)
09.40 «Жить здорово!» (16+)
10.30, 11.20, 14.15, 18.05, 23.00
(16+)
17.15 «Мужское/Женское» (16+)
19.50 «Куклы наследника Тутти»
(16+)
21.00 «Время»
22.00 Т/с «Трейдер» (16+)
00.35 «Подкаст. Лаб». «Космиче-
ские истории» (16+)
01.15 «Подкаст. Лаб». «Собрались с
мыслями» (16+)
01.55 «Подкаст. Лаб». «Креатив-
ные индустрии» (16+)
02.35, 03.05 «Подкаст. Лаб». «Ле-
гкие деньги» (16+)
03.20 «Подкаст. Лаб». «Антрополо-
гия» (16+)
04.00 «Подкаст. Лаб». «АстроУм-
ные» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России»
05.07, 05.35, 07.07, 07.35, 08.07,
08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Местное
время. Вести-Ямал»
09.34 Национальная редакция
09.55 «О самом главном». Ток-шоу
(12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести»
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу
(12+)
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.20 Т/с «Земский доктор. Восемь
лет спустя» (16+)
23.25 «Вечер с Владимиром Со-
ловьёвым» (12+)
02.05 Т/с «Московская борзая»
(16+)
03.45 Т/с «Пыльная работа» (16+)

ОГТРК «ЯМАЛ РЕГИОН»

06.00 Д/ф «Русь. Человек» (12+)
06.30 Д/ф «Русь. Московия. Мех»
(12+)
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00,
12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00,
16.30, 17.00, 18.00, 19.00, 23.00
«Новости» (16+)
07.10, 12.20, 14.40, 17.30 «Ясавэй.
Кочевник XXI века» (12+)
07.30, 11.30, 15.40, 18.40 «Се-
вер-Пресс» (16+)
07.50, 09.50, 10.05, 10.50, 11.05,
11.50, 12.05, 12.40, 12.50, 14.05,
16.35, 16.50, 17.50, 19.20, 19.50,
20.50, 21.50, 22.20 «Мнение» (12+)
08.10, 13.10, 17.10 «Специальный
репортаж» (12+)
08.30, 10.40, 23.10 «Не олени
пишут» (16+)
08.40, 11.10, 16.10 «Тут султ*там».
Программа на языке ханты (12+)
09.10, 14.10, 18.10, 20.10 «Докумен-
тальное кино» (12+)
09.40, 10.10, 12.10, 13.30, 15.10,
16.40, 19.10, 20.40, 21.20, 23.20
«Интервью» (12+)
19.30, 21.00, 22.00 «Время Ямала»
(16+)
22.30, 05.00 Д/ф «Заповедники РФ.
Тайны Жигулевского заповедни-
ка. Сонное царство» (12+)
23.30 Д/ф «Заповедники РФ.
Тайны Дарвинского заповедника.
Птицы счастья» (12+)

00.00 Т/с «Восток-Запад» (12+)
03.25 Т/с «Костёр на снегу» (12+)
05.30 Д/ф «На пути к Великой Побе-
де. Мурманск - город-герой» (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 12.30, 17.00,
19.30 Новости культуры
06.35 «Лето Господне». «Вознесение»
07.05 «Невский ковчег». «Теория
невозможного». Владимир Фролов
07.35 Д/с «Планеты»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 Х/ф «Тайник у красных
каменей»
08.15 «Наблюдатель»
09.15, 00.45 «XX век». «У микрофона
Юрий Левитан»
12.00, 02.30 «Роман в камне». «Ка-
зань. Дом Зинаиды Ушковой»
12.45 «Новости. Подробно. Театр»
13.00 К 85-летию Армена Медведе-
ва. «Монолог в 4-х частях». 4 ч.
13.30 «Абсолютный слух»
14.15 «Свидетели времени». «Мир и
война Вадима Синявского»
14.55, 22.25 «Настоящая война
престолов». «Филипп Орлеанский -
интриги и стратегические альянсы.
1669-1679»
15.45 «Жизнь замечательных идей».
«Невероятный 102-й»
16.10 «2 Верник 2». Раиса Рязанова
17.15 «Моя любовь - Россия!». «И друг
степей кацмык...»
17.45 Мастера фортепианного
искусства. Рудольф Бухбиндер
18.30 «Первые в мире». «Лампа
Лодыгина»
18.45 Д/ф «Как женили Бальзамино-
ва. Константин Воинов»
19.45 «Главная роль»
20.05 «Открытая книга». Марина
Москвина. «Три стороны камня»
20.35 «Цвет времени». Василий
Поленов. «Московский дворик»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 «Неоконченная пьеса для
механического пианино». Прошлая
жизнь»
21.40 «Энигма. Сергей Лейферкус»
23.15 «Свидетели времени». «Анато-
лий Аграновский. Убрать лишнее»
23.55 «Ступени цивилизации».
«Планеты»
01.25 Мастера фортепианного
искусства. Григорий Соколов

ЗВЕЗДА

05.20, 12.35, 13.20, 03.20 Т/с «Берега»
(16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 18.00, 21.00 Новости
дня (16+)
09.15, 21.15 «Открытый эфир». Ток-
шоу (16+)
10.55, 01.25 Т/с «Государственная
граница». «Красный песок» (12+)
16.10, 17.05 Х/ф «Берем все на себя»
(12+)
17.00 «Военные новости» (16+)
18.20 «Специальный репортаж»
(16+)
18.55 «Битва за Россию». «Операция
«Багратион». Рокоссовский против
Моделя» (kat16+)
19.40 «Код доступа» (12+)
22.55 «Между тем» с Наталией
Метлиной (12+)
23.25 Х/ф «Майские звезды» (12+)
02.40 Д/ф «Афганский дракон»
(12+)

ПЯТНИЦА

26 мая

Первый канал

05.00 «Доброе утро»
09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Новости
09.05 «АнтиФейк» (16+)
09.40 «Жить здорово!» (16+)
10.30, 11.20, 14.15 (16+)
17.20, 18.40 «Человек и закон» (16+)
18.00 Вечерние новости
19.05 «Поле чудес»
20.20, 21.45 «Сегодня вечером» (16+)
21.00 «Время»
22.45 «Вызов. Первые в космосе» (12+)
23.45 «Голос» весны в обновленном составе (12+)
01.50 «Подкаст. Лаб». «Антропология» (16+)
02.30 «Подкаст. Лаб». «Не лыком шиты» (16+)
03.10 «Подкаст. Лаб». «Письма» (16+)
03.50 «Подкаст. Лаб». «Триггеры» (16+)
04.25 «Подкаст. Лаб». «Пусть не говорят, пусть читают» (16+)
05.05 «Подкаст. Лаб». «Собрались с мыслями» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России»
05.07, 05.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.15 «Местное время. Вести-Ямал»
09.34 Национальная редакция
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 «Вести»
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Прямой эфир» (16+)
21.30 «Удивительные люди. Новый сезон» (12+)
23.35 «Истории Большой Страны» (12+)
00.35 X/ф «Холодное сердце» (12+)
03.55 Т/с «Пыльная работа» (16+)

ОГТРК «ЯМАЛ РЕГИОН»

06.00 Д/ф «Русь. Московия. Мех» (12+)
06.30 Д/ф «Русь. Московия. Власть» (12+)
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 16.30, 17.00, 18.00, 19.00, 23.00 «Новости» (16+)
07.10, 12.20, 15.40, 23.10 «Специальный репортаж» (12+)
07.30, 09.10, 12.10, 14.10, 15.10, 18.30, 19.10, 20.30, 21.30 «Интервью» (12+)
08.10, 10.30, 13.10, 17.10 «Документальное кино» (12+)
08.40, 11.10, 16.10 «Ялэмдад нумгъ». Программа на ненецком языке (12+)
09.40, 10.05, 11.05, 11.50, 12.05, 12.50, 13.40, 14.05, 16.35, 17.40, 19.20, 19.50, 22.20 «Мнение» (12+)
10.10, 14.40, 21.40 «Север-Пресс» (16+)
11.30, 15.20, 18.10, 20.10 «Ясавэй. Кочевник XXI века» (12+)

12.40, 16.50, 21.20 «Не олени пишут» (16+)
19.30, 21.00, 22.00 «Время Ямала» (16+)
22.30 Д/ф «Заповедники РФ. Тайны Дарвинского заповедника. Птицы счастья» (12+)
23.30 Д/ф «Заповедники РФ. Тайны Ильменского заповедника. В поисках сокровищ» (12+)
00.00 Т/с «Восток-Запад» (12+)
03.15 Т/с «Практика» (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...». «Москва романтическая»
07.05 «Невский ковчег». «Теория Невозможного». Огнеслав Костович
07.35 Д/с «Планеты»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.55 X/ф «Тайник у красных камней»
10.20 Спектакль «Средство Макропулоса»
12.45 «Открытая книга». Марина Москвина. «Три стороны камня»
13.15 «Власть факта». «Андрей Боголюбский. Северо-Восточный выбор»
14.00 «Свидетели времени». «Анатолий Аграновский. Убрать лишнее»
14.40, 22.00 «Настоящая война престолов». «Людовик XIV - один король, один закон, одна вера. 1680-1689». «Людовик XIV. Шах и мат? 1689-1701»
16.15 «Энигма. Сергей Лейферкус»
17.15 «Письма из провинции». Деревня Легково (Владимирская область)
17.40 Мастера фортепианного искусства. Григорий Соколов
18.45 «Царская ложа»
19.45 «Смехоностальгия»
20.15, 01.55 «Искатели». «Святая Анна». Затерянная во льдах»
21.40 «Линия жизни». Мария Кнушевицкая
23.30 «2 Верник 2». Юрий Сماعيلов и Анастасия Волынская
00.15 X/ф «Детективная история» (12+)
02.40 М/ф «Дарю тебе звезду». «Гром не грянет»

ЗВЕЗДА

04.50 Т/с «Берега» (16+)
06.20 X/ф «В добрый час!» (12+)
09.00, 13.00 Новости дня (16+)
09.40 X/ф «Старики-разбойники» (12+)
12.40, 13.20, 17.05 Т/с «Черные волки» (16+)
17.00 «Военные новости» (16+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.00 «Музыка+» (12+)
00.10 X/ф «На семи ветрах» (12+)
02.10 X/ф «Майские звезды» (12+)
03.45 Д/ф «Знамя Победы» (12+)

СУББОТА

27 мая

Первый канал

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники» (12+)
09.45 «Слово пастыря» (0+)
10.00, 12.00 Новости
10.15 «Спасение в космосе» (16+)
12.15 «Выбор агента Блейка» (12+)
14.20 Т/с «Щит и меч» (16+)
18.00 «Вечерние новости»
18.15 «Кто хочет стать миллионером?»
19.15 «Голос» весны в обновленном составе (12+)
21.00 «Время»
21.35 «Клуб Веселых и Находчивых» (16+)
23.50 Д/ф «Основной инстинкт: секс, смерть и Шэрон Стоун» (18+)
00.50 «Подкаст. Лаб». «20 лет спустя» (16+)
01.30 «Подкаст. Лаб». «Мелодии моей жизни» (16+)
02.10 «Подкаст. Лаб». «Космические истории» (16+)
02.50 «Подкаст. Лаб». «Собрались с мыслями» (16+)
03.30 «Подкаст. Лаб». «Креативные индустрии» (16+)
04.05 «Подкаст. Лаб». «Легкие деньги» (16+)
04.45 «Подкаст. Лаб». «Произвольная программа» (16+)
05.20 «Подкаст. Лаб». «Жизнь замечательных» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России. Суббота»
08.00 «Местное время. Вести-Ямал»
08.20 «Местное время. Суббота»
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды» (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 «Сто к одному»
11.00, 17.00, 20.00 «Вести»
11.40 «Доктор Мясников» (12+)
12.45 Т/с «Паромница» (12+)
18.00 «Привет, Андрей!». Вечернее шоу Андрея Малахова (12+)
21.00 Т/с «Горько-солёное море любви» (12+)
00.40 Т/с «Не отпускай меня» (12+)
04.10 Т/с «Семейное счастье» (12+)

ОГТРК «ЯМАЛ РЕГИОН»

06.30, 05.30 Д/ф «Вместе в космос» (12+)
08.00, 18.00 «Интервью» (12+)
08.30, 18.30 «Специальный репортаж» (12+)
08.50, 18.50 «Мнение» (12+)
09.00, 19.00 Т/с «Последний ход королевы» (12+)
12.00, 22.00 Т/с «Пороги» (12+)
04.00 Д/ф «Открытый мир. Неожиданный Кипр. Застывшее величие Фамагусты» (12+)
04.30 Д/ф «Открытый мир. Неожиданный Кипр. Античный Саламин» (12+)
05.00 Д/ф «Открытый мир. Неожиданный Кипр. Легендарная крепость» (12+)

КУЛЬТУРА

06.30 «Арсений Тарковский.

«Бабочка» в программе «Библейский сюжет»

07.05 М/ф «Кто ж такие птички». «Волшебный магазин»
07.55 X/ф «Дядюшкин сон»
09.15 «Мы - грамотеи!». Телевизионная игра
10.00, 19.30 Новости культуры
10.15 «Красуйся, град Петров!». «Мосты»
10.45 X/ф «Пётр Первый»
12.25 «Эрмитаж». Авторская программа Михаила Пиотровского
12.55, 00.40 Д/ф «В царстве белоголового лангура»
13.55 «Красуйся, град Петров!». Зодчий Доменико Трезини. Петропавловская крепость
14.20 «Рассказы из русской истории». Владимир Мединский
15.15 «Красуйся, град Петров!». Зодчий Андрей Штакеншнейдер. Мариинский дворец
15.50 Д/ф «Шрифт Петра Великого»
16.40 X/ф «Дневной поезд» (12+)
18.15 «Красуйся, град Петров!». Зодчий Василий Косяков. Морской собор в Кронштадте
18.45 Муз/ф «Лебединая верность»
19.45 Д/ф «Библиотека Петра. Слово и дело»
20.10 X/ф «Мне было девятнадцать» (12+)
22.00 «Агора». Ток-шоу с Михаилом Швыдким
23.00 X/ф «Манон 70» (16+)
01.35 «Искатели». «Тайна «деревянных богов»
02.25 М/ф «Бедная Лиза». «Рыцарский роман»

ЗВЕЗДА

04.45 X/ф «Школьный вальс» (16+)
06.20 X/ф «Улица полна неожиданностей» (12+)
08.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)
08.15 «Морской бой» (6+)
09.25 «Маршалы Сталина». Александр Васильевский (16+)
10.15 X/ф «Пограничный пес Алай» (12+)
11.45 «Легенды музыки». «Бременские музыканты» (12+)
12.10 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным» (12+)
13.15 «Не факт!» (12+)
13.40 Д/с «Война миров» (16+)
14.30 «Легенды кино». Вера Марецкая (12+)
15.20 «Время героев» (16+)
15.45 Д/ф «Что мы Защищаем» (16+)
16.15 X/ф «Берем все на себя» (12+)
18.30 X/ф «Я служу на границе» (12+)
20.25 X/ф «Тихая застава» (16+)
22.30 Всероссийский вокальный конкурс «Звезда-2023». Отборочный тур (6+)
00.15 X/ф «Про Петра и Павла» (16+)
02.00 X/ф «Старики-разбойники» (12+)
03.30 X/ф «На семи ветрах» (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ

28 мая

Первый канал

06.00, 10.00, 12.00 Новости
 06.10 «Подкаст. Лаб». «Космические истории» (16+)
 06.55 «Играй, гармонь любимая!» (12+)
 07.40 «Часовой» (12+)
 08.10 «Здоровье» (16+)
 09.20 «Мечталлион». Национальная лотерея (12+)
 09.40 «Непугёвые заметки» с Дмитрием Крыловым (12+)
 10.10 «Жизнь своих» (12+)
 11.05 «Повара на колесах» (12+)
 12.15 «Видели видео?» (0+)
 14.00 К 70-летию Александра Абдулова. «Жизнь на большой скорости» (16+)
 15.00 X/ф «Гений» (16+)
 18.00 «Вечерние новости»
 19.00 «Две звезды. Отцы и дети» (12+)
 21.00 «Время»
 22.35 Что? Где? Когда?
 23.45 «Арт и Факт». «Демон» (12+)
 00.20 «Подкаст. Лаб». «Кот Шрёдингера» (16+)
 00.55 «Подкаст. Лаб». «20 лет спустя» (16+)
 01.35 «Подкаст. Лаб». «Не лыком шиты» (16+)
 02.10 «Подкаст. Лаб». «Письма» (16+)
 02.50 «Подкаст. Лаб». «Триггеры» (16+)
 03.25 «Подкаст. Лаб». «Пусть не говорят, пусть читают» (16+)

РОССИЯ 1

06.10, 01.30 X/ф «Простить за всё» (12+)
 08.00 «Местное время. Вести-Ямал»
 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
 09.25 «Утренняя почта с Николаем Басковым»
 10.10 «Сто к одному»
 11.00, 17.00 «Вести»
 11.40 «Большие перемены»
 12.45 Т/с «Паромщица» (12+)
 18.00 «Песни от всей души». Вечернее шоу Андрея Малахова (12+)
 20.00 Вести недели
 22.00 «Москва. Кремль. Путин»
 22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+)

ОГТРК «ЯМАЛ РЕГИОН»

06.00, 05.00 Д/ф «Вместе в космос» (12+)
 08.00, 18.00 «Документальное кино» (12+)
 08.30, 18.30 «Ясавэй. Кочевник XXI века» (12+)
 08.50, 18.50 «Интервью» (12+)
 09.00, 19.00 Т/с «Любовь говорит» (12+)
 12.00, 22.00 Т/с «Пороги» (12+)
 04.00 Д/ф «Открытый мир. Неожиданный Кипр. Готическое кружево Белапайса» (12+)
 04.30 Д/ф «Открытый мир»

Неожиданная Кипр. Киренийская крепость» (12+)

КУЛЬТУРА

06.30 М/ф «Где я его видел?». «Двенадцать месяцев»
 07.40 X/ф «Тепло родного дома»
 09.50 «Страна птиц». «Вороны большого города»
 08.45 X/ф «Пётр Седьмой»
 12.25 Д/с «Забывтое ремесло». «Бурлак»
 12.40 «Невский ковчег».
 «Теория невозможного». Иван Бецкой
 13.10 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным. «Джером К. Джером. «Трое в одной лодке...»
 13.50 Опера «Евгений Онегин»
 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
 17.10 «Пешком...». Усадьба Остафьево
 17.35 «XX век». «Богема. Александр Абдулов»
 18.35 «Романтика романа»
 19.30, 19.45 Новости культуры
 20.25 «Острова»
 21.05 X/ф «Обыкновенное чудо»
 23.25 Чик Кория на фестивале Джаз во Вьенне
 00.15 X/ф «Дядюшкин сон»
 01.40 «Искатели». «Завещание Баженова»
 02.30 М/ф «Таракан». «Эксперимент». «Русские напевы»

ЗВЕЗДА

05.30 X/ф «Я служу на границе» (12+)
 07.05 X/ф «Приказано взять живым» (12+)
 09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым (16+)
 09.25 «Служу России» (12+)
 09.55 «Военная приемка» (12+)
 10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным.
 «Альманах № 144» (16+)
 11.30 «Код доступа» (12+)
 12.20 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+)
 13.05 Д/с «Граница. Особые условия службы» (16+)
 16.35 «Специальный репортаж» (16+)
 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой (16+)
 20.00 «Легендарные матчи». «Футбол. Прощальный матч Л. И. Яшина. 27 мая 1971 года. Сборная «Динамо» - Сборная мира» (12+)
 23.00 «Фетисов». Ток-шоу (12+)
 23.45 X/ф «Пограничный пес Альпий» (12+)
 01.10 X/ф «Улица полна неожиданностей» (12+)
 02.20 X/ф «Школьный вальс» (16+)
 03.55 X/ф «Девушка с характером» (12+)

НОВОСТИ ОКРУГА

Для здоровья молодых семей

По поручению губернатора органы ЗАГС ЯНАО досрочно, с 15 мая, начали выдавать сертификаты для молодоженов. Меру поддержки анонсировал глава региона в ходе ежегодного доклада о положении дел. Ранее планировалось запустить реализацию проекта 1 июля.

Мы определили для себя новый приоритет работы на ближайшие годы – сделать на Ямале лучшую территорию детства. Одно из мероприятий, с которого мы хотим начать, – это забота о здоровье молодых семей. Поэтому мы запускаем выдачу нового сертификата молодоженов. Он будет выдаваться при регистрации брака для бесплатного широкого обследования будущих родителей. Исследования, которые еще вчера стоили немалых денег, сегодня будут бесплатны, – сказал Дмитрий Артюхов.

Для получения сертификата достаточно, чтобы одному из супругов было от 18 до 35 лет. Выдавать документ будут при регистрации брака.

Ключевая цель – оценить состояние репродуктивного здоровья и в случае необходимости вовремя начать лечение. Сертификат позволяет получить консультацию специалистов, пройти ряд диагностических процедур, включая УЗИ и анализы на гормоны. Воспользоваться им можно в течение шести месяцев с момента получения.

Обследование можно будет пройти в поликлинике по месту жительства. Если потребуются – супругов направят на дообследование в более крупную больницу округа, где имеется все необходимое оборудование. В этом случае затраты на проезд будут компенсированы.

Сертификаты для молодоженов – это часть большой комплексной программы по укреплению репродуктивного здоровья северян. Ее куратором является Ямальский центр общественного здоровья и медпрофилактики. Медики совместно с сотрудниками НИИ интервенционной урологии Минздрава России проведут масштабное обследование среди мужчин разных возрастов и профессий. Это позволит выявить тех, кому требуется дополнительная диагностика.

Товары для новорожденного

К Ямальскому электронному сертификату на покупку детских товаров присоединились новые продавцы.

Теперь приобрести детские товары по «Единой карте жителя Ямала» родители могут еще в трех региональных магазинах. К проекту присоединились два магазина в Ноябрьске, и один – в поселке Тазовском.

В Ноябрьске с помощью электронного сертификата теперь можно приобрести детские товары в магазинах «Пора детства» и «Ноль Плюс», в поселке Тазовском – в «Детском Мире ШАЛУНИШКА». Таким образом, число региональных продавцов достигло пяти. Первыми партнерами проекта в округе стали магазины «Ростик» и «Мама-Мия» в Ноябрьске.

Чтобы участвовать в проекте, предпринимателям необходимо заключить соглашение с платежной системой «МИР» и обновить кассовое программное обеспечение для приема электронных сертификатов.

Также все обладатели электронного сертификата могут выбрать необходимую продукцию на маркетплейсе «Ozon». Теперь все товары этой категории находятся в отдельном классификаторе каталога – раздел «Ямал». Сформированный заказ можно оплатить сертификатом полностью или частично, с доплатой картой «Мир».

Выдавать электронный сертификат вместо коробок «Мальшу Ямала» на покупку детских товаров при рождении вторых и последующих детей в регионе начали с 1 марта. Данная мера реализуется по инициативе губернатора Ямала Дмитрия Артюхова в рамках Десятилетия детства, объявленного Президентом РФ Владимиром Путиным, и решает задачи нацпроекта «Демография». Сумма сертификата составляет 32 тысячи рублей. На эту сумму родители могут приобрести детские товары из утвержденного перечня, в который включено 78 товаров.

Самое актуальное о ВИЧ инфекции

ВИЧ инфекция – инфекционное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека. Вирус, попав в организм человека, поражает клетки иммунной системы, конечная стадия ВИЧ-инфекции – СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита), когда организм человека теряет способность сопротивляться любым инфекциям. В этом состоянии человек беззащитен не только перед обычными инфекциями, но также перед бактериями, вирусами, грибами, которые у людей с нормальным иммунитетом не вызывают заболевания.

Выделяют 4 стадии ВИЧ инфекции:

Первая стадия – инкубационный период, с момента заражения до появления первых признаков заболевания или до появления антител к ВИЧ. Он составляет от 3 недель до 3 месяцев, но иногда и до года.

Этот период еще называют «периодом окна», когда анализы на ВИЧ еще отрицательные, но вирусы имеются в организме и человек может заражать людей.

Вторая стадия – стадия первичных проявлений

В этой стадии могут быть такие признаки:

1. Лихорадка, возможно длительная до 3-4 недель, антибиотики, противовирусные и противогрибковые препараты не эффективны.
2. Увеличение лимфоузлов всех групп
3. Могут быть явления воспаления верхних дыхательных путей (фарингиты, частые ОРЗ)
4. Высыпания на коже и слизистых различного характера, вплоть до язвы.
5. Возможны диареи длительные (жидкий стул), похудание.

Далее развиваются вторичные заболевания: ангина, пневмония, кандидоз, герпетическая инфекция, туберкулез легких и т.д.

Но может быть и бессимптомное течение, так в основном и бывает.

Третья стадия – латентная стадия, тут как бы никаких клинических проявлений, кроме увеличенных лимфоузлов.

Четвёртая стадия – СПИД.

Разумеется, подобные симптомы могут быть и при многих других инфекционных заболеваниях. Поэтому, когда приходят первые положительные анализы на ВИЧ, больные не верят и почти в 100% говорят: «Не может быть такого, я ведь не болею, я бы почувствовал». Другими словами, ВИЧ-инфицированные по внешнему виду от нас ничем не отличаются.

Заражаются ВИЧ:

1. Половым путем. При незащищенных (без презерватива) сексуальных контактах.

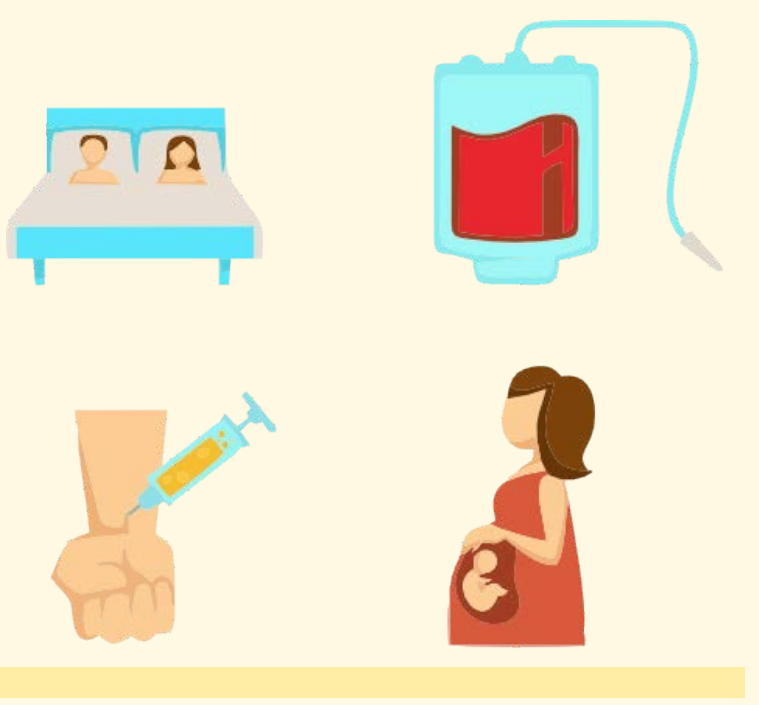
2. Через кровь (при попадании зараженной крови в организм человека)

При переливании крови и кровезаменителей, содержащих ВИЧ.

При совместном использовании оборудования, содержащего кровь с вирусами ВИЧ:

- при внутривенном употреблении наркотиков - общим шприцем,
- при проведении манипуляций с повреждением кожи или тканей тела грязными много-разовыми инструментами: пирсинге, татуировках;
- при использовании чужих зубных щеток, бритвенных, маникюрных принадлежностей, на которых имеются остатки крови больного.

3. От ВИЧ инфицированной матери к ребенку во время беременности, родах и при кормлении грудью.



Лечение

Несмотря на то, что пока не разработано лекарство для полного излечения от ВИЧ, существуют лекарства, которые позволяют значительно уменьшить количество вируса в организме человека и тем самым, замедляется процесс перехода ВИЧ к СПИДу и продлевается жизнь ВИЧ инфицированного. В данный момент существует государственная программа, по которой лечение ВИЧ инфицированных проводится бесплатно.

С появлением противовирусных препаратов, способных снижать количество вируса в организме человека, ВИЧ инфицированные беременные, которые получили двухкратное противовирусное (антиретровирусное) лечение во время беременности, рожают здоровых детей.

В нашем районе состоит на учете 27 больных ВИЧ инфекцией. Среди состоящих на учете не все соблюдают расписку о незаражении, которую дают при постановке на учёт. В этом году за первый квартал выявлено 2 больных, заболеваемость в нашем районе растет. Состоит на учете один ребенок до года, в результате того, что ВИЧ инфицированная женщина не принимала

препараты во время беременности, игнорировала предписания врачей. Имеются супружеские пары ВИЧ-инфицированных, которые родили детей, будучи инфицированными, дети здоровы, потому что женщина во время беременности получала лечение.

Если у вас были моменты, когда вы могли заразиться ВИЧ, вы должны узнать, есть у вас ВИЧ или нет, чтобы не заразить окружающих близких вам людей. С этим вопросом можете обратиться к инфекционисту в поликлинику районной больницы, кабинет № 101 и получить направление на анализы. Можно обследоваться и анонимно.

В Шурьшкарском районе с 15 по 21 мая проходит «Единая неделя тестирования на ВИЧ», приуроченная к Международному дню памяти людей, умерших от СПИДа.

Пройти экспресс-тестирование и узнать свой ВИЧ-статус можно в районной поликлинике, во врачебных амбулаториях и на фельдшерско-акушерских пунктах. Обследование при желании проводится анонимно.

Берегите себя, своих близких!

Материал подготовила И.У. Ялтырова, врач-инфекционист.

«Королева метаболизма»

25 мая отмечается Всемирный день щитовидной железы

Щитовидную железу недаром считают «королевой метаболизма». Ведь, в первую очередь, именно от уровня гормонов щитовидной железы зависит та интенсивность, с которой будут протекать обменные процессы.

Щитовидная железа вырабатывает гормоны: тироксин (Т4) и трийодтиронин (Т3), которые, выделяясь непосредственно в кровь, оказывают влияние на все клетки и ткани организма, регулируют скорость различных процессов обмена веществ, тем самым осуществляя влияние на функции всех органов и систем.

В крови большая часть гормонов щитовидной железы связана с белками, они являются биологически-неактивными, и лишь небольшая свободная от белков фракция гормонов активно выполняет свои функции (свободный Т3 и свободный Т4). «Дирижером» работы всей эндокринной системы является гипоталамо-гипофизарная система, которая состоит из двух желез: гипофиза, располагающегося у основания мозга, и гипоталамуса, находящегося в головном мозге несколько выше гипофиза.

Щитовидная железа, гипофиз и гипоталамус работают в согласии для контроля уровня тиреоидных гормонов. Если, например, в крови недостаточно тиреоидных гормонов, гипофиз увеличивает выработку своего тиреотропного гормона (или ТТГ), который стимулирует увеличение продукции гормонов железой. Как только нормальный уровень гормонов щитовидной железы восстанавливается, производство ТТГ замедляется и приближается к норме.

Состояние нормальной работы щитовидной железы называется эутиреоз («эу» в переводе с греческого обозначает «хорошо», «нормально»). Если щитовидная железа не производит достаточное количество гормонов, то обменные процессы в организме замедляются. Это состояние называется гипотиреозом.

Если же гормонов щитовидной железы становится больше, чем необходимо, обмен веществ усиливается и развивается противоположное гипотиреозу состояние – гипертиреоз.

Симптомы гипо- и гипертиреоза не являются специфичными только для нарушения работы щитовидной железы, они могут быть связаны с совершенно другими проблемами. Для того чтобы точно оценить активность щитовидной железы, достаточно сдать кровь, в которой в первую очередь оценивается уровень ТТГ, свободный Т4 и свободный Т3.

Термином «зоб» называют увеличенную в объеме щитовидную железу. В настоящее время точным методом определения ее размеров и структуры является ультразвуковое исследование (УЗИ). Широкое распространение получили аутоиммунные заболевания щитовидной железы. Болезнями этого типа являются диффузный токсический зоб (ДТЗ) и аутоиммунный тиреоидит (АИТ). Каждое из них встречается примерно у одного из 100 человек.

Другими заболеваниями щитовидной железы являются узлы, рак, подострый тиреоидит. Для дифференциальной диагностики узлового зоба (узлов щитовидной железы, превышающих 1 см в диаметре) показана тонкоигольная аспирационная биопсия (ТАБ).

Профилактика заболеваний щитовидной железы

Чтобы предупредить заболевания щитовидной железы, нужно подумать о соблюдении некоторых мер профилактики:

- физическая активность;
- интересная трудовая деятельность и нормальные отношения с коллегами;
- употребление в пищу йодированной соли, особенно в местности, где наблюдается недостаточное содержание йода в грунтовых водах.



Кроме того, важную роль играет правильное питание. В меню рекомендуется включать: кисломолочную продукцию, морскую капусту, все орехи, за исключением арахиса, сушеные фрукты, лимоны, семечки подсолнечника, зелень и овощи, шиповник, боярышник, зеленый чай, мед, хлеб из муки грубого помола.

Желательно ограничить или исключить из употребления: сахар с кондитерскими изделиями, маргарин, чипсы, спиртные напитки, маринады, консервированные продукты, кетчупы, горчицу, все виды соусов, продукцию фастфуда, тушенку, продукты быстрого приготовления.

Очень полезно употреблять в пищу морскую рыбу, однако в замороженной рыбе сохраняется лишь 20% йода. По этой причине тем, у кого есть возможность отдохнуть на берегу моря, рекомендуется побаловать себя только что выловленной морской рыбой.

В профилактических целях используют лекарственные препараты с содержанием определенного количества йода и препараты на основе трав, только после назначения врача.

Подготовил А.Л. Пензелов, врач-эндокринолог.

ГОД ПЕДАГОГА И НАСТАВНИКА

Потребность, передаваемая из поколения в поколение

Так можно объяснить выбор профессии педагогов целых династий.
Одна из них — династия Беляевских из села Горки

НАЧАЛО НА 3 СТР.

Любовь к швейному делу передалась дочери Тамары Григорьевны - Наталье. Она не просто переняла опыт, но и творчески дополнила его современными методическими подходами.

Вот уже 27 лет Наталья Николаевна Новикова (Беляевских) успешно преподает швейное дело в Горковской коррекционной школе, она умело привлекает внимание к изучаемому материалу, формирует интерес, показывает практическую значимость своего предмета. Развивает не только трудовые навыки, но и вкус, умение видеть красоту, даёт своим ученикам возможность самовыражения. А победное участие учениц педагога в творческих конкурсах различных уровней – самый

яркий результат деятельности!

Увлечения Натальи Николаевны различными техниками рукоделия не знают границ, достаточно побывать в её швейной мастерской, чтобы убедиться в разнообразии таланта одаренного педагога, передающего свои знания и умения порастающему поколению!

Сегодня она не только учитель швейного дела, Наталья Николаевна – мастер производственного обучения по профессии «Швея», она учит девочек профессиональному мастерству. А еще под ее руководством успешно развивается школьная сувенирная мастерская «Ямальский сундучок», которую знают не только в нашем районе, но и за пределами округа! Ее удивительные персонажи сказок, чулочные куклы, меховые талисманы и символы района – стерхи разлетелись по нашей

стране, и каждый дарит частичку «Доброшколь», где ее Мастер зажигает творческим светом все новые звездочки!

Династия педагогов – это, прежде всего, преданность профессии и неутомимая любовь к делу, которому посвящается жизнь нескольких поколений одной семьи.

Сегодня в Мужевской средней школе продолжает педагогическую династию Беляевских внук Тамары Григорьевны – Александр Николаевич Беляевских, который свой педагогический дебют начал с серьезного статуса – советник директора по воспитанию. Пожелаем ему удачи в этом непростом, но благородном труде!

Статья подготовлена по материалам книги «Время выбрало нас», посвященной 50-летию со дня образования Горковской коррекционной школы-интернат. Автор: **Е.А. Дитц, Н.К. Русских.**

НА СПОРТИВНОЙ ВОЛНЕ

ГТО: уровень подготовки растёт

В минувшие выходные в Мужах состоялась очередная сдача нормативов в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне", в котором приняли участие свыше 100 человек

Приём нормативов включил себя следующие физические испытания: рывок гири, подтягивание на высокой, низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклоны вперёд стоя на гимнастической скамье, смешанный бег на 1,2 и 3 км, челночный бег, стрельба из пневматической винтовки, прыжок в длину с места и поднимание туловища из положения лёжа на спине.

Для новичков сдать нормативы ГТО даже на бронзовый значок не так-то просто, необходимо вести хотя бы физически активный образ жизни. Стоит отметить, что виды нормативов определены не просто так, они все универсальны, то есть любой человек вне зависимости от физиологических показателей роста и веса может их выполнить. Если слабое зрение, то вместо стрельбы можно выбрать другой вид, вместо бега выполнить отжимание или вовсе взять рывок гири.

Подавляющее большинство спортсменов уже не в первый раз сдаёт комплекс спортивных упражнений ГТО, поэтому общий средний результат нормативов значительно возрос с момента внедрения Всероссийского движения. Спортивный



день объединил не только круг друзей и родственников, пришедших на мероприятие, а также показал, какие дружные и сплоченные коллективы есть в райцентре. Таковым коллективом стали сотрудники Мужевской центральной районной больницы, которых пришло на сдачу нормативов свыше пятидесяти человек.

– Как и большинство своих коллег, я пришла в очередной раз оценить свои физические возможности, ну и поддержать коллектив, – говорит медсестра Мужевской ЦРБ Ирина Игнатьева. – В прошлом году тоже сдавала, но сегодня было легче, не пришлось бежать два километра, а только один: наверное, сменилась ступень. Студенческие годы тоже сдавали, бежали, стреляли, бросали гранаты. Больше всего нравилось сдавать нормативы по лыжным гонкам, я тогда занималась лыжами. Помню на третьем курсе даже бежала в составе сборной Салехарда на окружных соревнованиях, тогда мы заняли третье место. А сегодня у нас здесь прошла отличная физическая зарядка!

Вениамин Горяев.
Фото автора.

Шурышкарцы расчехляют ружья

13 мая на Ямале в южной зоне открылась весенняя охота на водоплавающую дичь. В центральном районе охота официально откроется 20 мая и продлится до 29 мая

Условной границей 65-ой параллели, разделяющей южный и центральный районы охоты, является линия, пролегающая от Святого Мыса, Азовской протоки и до Большой Оби в районе Лопхарей. Границей центральной и северной зоны является 67-й градус северной широты, приблизительно в районе Аксарки. Такое разделение зон обусловлено климатическим фактором и временными периодами прилёта птиц.

Уже не первый год в округе действуют новые правила и сроки охоты с подсадной манной уткой. В текущем году выдача такого разрешения предусматривает сроки охоты с 9 мая по 9 июня. На данную особь выписывается особое разрешение, с помощью которой можно охотиться только на селезней из укрытия не более двум гражданам. Три охотника на одну подсадную утку - это уже нарушение, которое предусматривает изначально предупреждение, а при повторных случаях - штраф от 4000 рублей или лишение права охоты сроком от 1 до 2-х лет.

Охотник вправе взять сразу три разрешения для ведения охоты с подсадной уткой, а также на южный и центральный районы охоты, - сообщает Сергей Молчанов, начальник Шурышкарского территориального отдела ГКУ «Служба по охране, контролю и регулированию использования биоресурсов Ямало-Ненецкого автономного округа». - Однако общая норма добычи на каждого охотника едина и составляет 30 селезней, 10 гусей и пять серых ворон. Большинство охотников используют два разрешения, как южный, так и центральный районы охоты, но есть и такие, кто получил все три документа. На весеннюю охоту число желающих вести добычу с подсадной уткой увеличилось кратно. Если в прошлом году было выдано не более 30 разрешений, а в этом году это число составило 150. Такой вид охоты заметно начинает пользоваться спросом. Птиц специально закупают и держат у себя до открытия весеннего сезона.

Сейчас еженедельно инспекторы Шурышкарского отдела по охране биоресурсов проводят рейдовые мероприятия с целью соблюдения правил и сроков охоты. Самые распространенные нарушения - передвижение на транспорте с расчехленным оружием, а также несвоевременная отметка, то есть транспортировка дичи без внесения ее в разрешение. Такие случаи уже выявлены в ходе проверок. Сейчас, пока не прошел ледоход, профилактические рейды инспекторами осуществляются на аэролодках. Однако, как отметили в службе по охране биоресурсов, сегодня такая техника пользуется большим спросом у населения и имеется во многих поселе-



ниях, в том числе малых, что осложняет ведение контроля на многочисленных охотничьих угодьях.

Особое внимание инспекторов будет уделено зонам покоя дичи и природоохранным зонам. В окружной службе напоминают, что за нарушение правил

охоты предусмотрена административная и уголовная ответственность. Если охота проводится в закрытый период - это нарушение, которое автоматически влечет лишение охотничьего удостоверения.

В конце апреля при проведении природоохранного рейда были выявлены граждане, добывшие самку северного оленя, которая на тот момент выносила два эмбриона потомства. Граждане установлены и возбуждено уголовное дело. В отношении нарушителей, по всей вероятности, будет предусмотрена компенсация в виде возмещения нанесенного ущерба.

- Территории Большеобского и Кунатовского заказников расположены непосредственно в середине между охотничьими угодьями от Хашгорта до Лопхарей, где ведется контроль данных участков, как в зимний, так и в летний периоды. Отслеживаются все снегоходные дороги, а в летнее время находящиеся близ заказников маломерные суда, сказал в завершении беседы Сергей Алексеевич. - Отмечу также, что ежегодно в районе растет число добропорядочных охотников, как и число выданных разрешений. Отстрел запрещенных к добыче животных уменьшается, многие стараются соблюдать правила охоты. - Призываю всех охотников придерживаться действующих норм и правил охоты, удачного промысла и желаю хорошо отдохнуть на природе!

*Вениамин Горяев.
Фото Татьяны
Паршуковой.*



ГОСУСЛУГИ

В кино по Пушкинской карте бесплатно

«Пушкинская карта» - специальная инициатива для популяризации культуры среди молодежи. Это банковская карта, которую могут себе оформить граждане РФ от 14 до 22 лет, чтобы оплачивать в том числе походы в кино.

На билеты в кино можно потратить две тысячи рублей с «Пушкинской карты», при этом всего в распоряжении её владельца пять тысяч рублей. Оплата доступна на сайте <https://киносевер.рф> только на фильмы российского производства и советскую классику до 1991 года.

Напомним, что нужно для оформления Пушкинской карты.

У Пушкинской карты нет дополнительных требований к оформлению. Если вам от 14 до 22 лет, и у вас есть подтвержденная учетная запись на Госуслугах, достаточно просто скачать приложение «Госуслуги.Культура» и заказать выпуск карты.

Если по какой-то причине учетной записи у вас нет, карту можно оформить в отделении «Почта банка». Для этого вам потребуется российский паспорт и СНИЛС.

*Информационно-аналитический отдел
МБУ «Шурьшкарская централизованная клубная система».*

ОФИЦИАЛЬНО

ИЗВЕЩЕНИЕ

Департамент имущественных отношений Ямало-Ненецкого автономного округа (далее - департамент, автономный округ) во исполнение части 3 статьи 15 Федерального закона от 03.07.2016 № 237-ФЗ «О государственной кадастровой оценке» (далее - Федеральный закон № 237-ФЗ) информирует, что на основании решения от 16.03.2022 № 8 об удовлетворении заявления и необходимости пересчета кадастровой стоимости в связи с наличием ошибок, допущенных при определении кадастровой стоимости и акта об определении кадастровой стоимости от 19.04.2023 № АОКС-89/2023/000011 испр государственного бюджетного учреждения автономного округа «Государственная кадастровая оценка» департаментом принято решение внести изменения в кадастровую стоимость 4 объектов недвижимости, утвержденную приказом департамента от 11.11.2021 № 6-О «О внесении изменения в кадастровую стоимость объектов недвижимости: зданий, сооружений, объектов незавершенного строительства, помещений, машино-мест, расположенных на территории Ямало-Ненецкого автономного округа».

Результаты определения кадастровой стоимости 4 объектов недвижимости утвержденной приказом департамента от 28.04.2023 № 9-О «О внесении изменения в кадастровую стоимость объектов недвижимости: зданий, сооружений, объектов незавершенного строительства, помещений, машино-мест, расположенных на территории Ямало-Ненецкого автономного округа» (государственная регистрация нормативных правовых актов Ямало-Ненецкого автономного округа 02.05.2023 регистрационный №159).

Приказ департамента от 28.04.2023 № 9-О опубликован 03.05.2023 на:

- официальном сайте Правительства автономного округа в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (www.yanao.ru) в разделе Документы



ПРАВОПОРЯДОК

Как обратиться в полицию с заявлением?

Круглосуточный прием заявлений и сообщений о преступлениях, административных правонарушениях и происшествиях осуществляется в ОМВД России по Шурьшкарскому району по телефону: 8 (34994) 21-0-02; 112 по адресу: с.Мужи, ул. Республики, д. 58.

Граждане могут обратиться в устной форме или письменной. Заявление может быть предоставлено лично, по телефону, почтой, в электронном виде путем подачи заявления через сайт 89.mvd.rf в разделе «Прием обращений».

При приеме сообщения о происшествии в ОВД при личном обращении гражданину выдается талон-уведомление, в котором указываются сведения о сотруднике, принявшем сообщение, регистрационный номер КУСП, наименование ОВД, адрес и служебный телефон, дата приема и подпись, ФИО дежурного. Заявитель расписывается за получение талона-уведомления на талоне-корешке, предоставляет дату и подпись.

По результатам рассмотрения заявлений и сообщений о преступлениях органом дознания, дознавателем, следователем, руководителем следственного органа в пределах своей компетенции принимается одно из следующих решений:

1. О возбуждении уголовного дела.
2. Об отказе в возбуждении уголовного дела.
3. О передаче по подследственности в соответствии со статьей 151 УПК, а по уголовным делам частного обвинения - в суд в соответствии с частью второй статьи 20 УПК.

По результатам рассмотрения заявлений и сообщений об административных правонарушениях должностным лицом, уполномоченным составлять протоколы об

административных правонарушениях, в пределах своей компетенции принимается одно из следующих решений:

1. О возбуждении дела об административном правонарушении.
2. Об отказе в возбуждении дела об административном правонарушении.
3. О передаче заявления (сообщения) об административном правонарушении и материалов его проверки на рассмотрение государственного органа, органа местного самоуправления, организации или должностного лица, к компетенции которых относится решение соответствующих вопросов, по подведомственности.
4. О передаче заявления (сообщения) об административном правонарушении и материалов его проверки в иной территориальный орган МВД России по территориальности.

Информация о решениях по заявлениям и сообщениям о преступлениях, об административных правонарушениях, о происшествиях в течение 24 часов с момента их принятия направляется заявителю в письменной форме или в форме электронного документа. При этом заявителю разъясняется его право обжаловать данное решение прокурору или в суд в порядке, установленном статьями 123 и 125 УПК РФ.

Обращаем внимание, что своевременное обращение в органы внутренних дел с заявлением о преступлении позволяет более эффективно и своевременно провести необходимый комплекс мероприятий, направленных на его раскрытие, изобличение лиц, к нему причастных, и привлечение их к уголовной ответственности, возместить причиненный вред. А в случаях получения информации о готовящемся преступлении - предотвратить его.

СВЕДЕНИЯ О ДОЛЖНОСТНЫХ ЛИЦАХ, КОТОРЫМ МОГУТ БЫТЬ ОБЖАЛОВАНЫ ДЕЙСТВИЯ, СВЯЗАННЫЕ С ПРИЕМОМ ИЛИ ОТКАЗОМ ЗАЯВЛЕНИЙ И СООБЩЕНИЙ О ПРЕСТУПЛЕНИЯХ, ОБ АДМИНИСТРАТИВНЫХ ПРАВОНАРУШЕНИЯХ, О ПРОИСШЕСТВИЯХ

Начальник ОМВД России по Шурьшкарскому району
Денисов Максим Фёдорович
629640, Шурьшкарский район,
с. Мужи, ул. Республики, д. 58

Прокурор
Шурьшкарского района
Жилина Ольга Сергеевна
629640, Шурьшкарский район,
с. Мужи, Комсомольская, д. 2

Председатель
Шурьшкарского районного суда
Балакина Светлана Сергеевна
629640, Шурьшкарский район,
с. Мужи, ул. Совхозная, д. 2

Мировой Судья судебного участка
Шурьшкарского района
Бадмаев Александр Борисович
629640, Шурьшкарский район,
с. Мужи, ул. Уральская, д. 16 «а»

ТАЛАНТЫ И ПОКЛОННИКИ

"Я на небе зажгу звезду"

13 мая в зале детской школы искусств села Мужи состоялся сольный концерт выпускницы хорового отделения Елизаветы Молчановой

Концерт назывался «Музыка моей души» и автором его идеи была сама Елизавета Молчанова. Зрители, которым посчастливилось там быть, запомнят выступление Лизы надолго. Концерт, по их признанию, получился незабываемым.

Слова, вынесенные в заголовок этой статьи, - это цитата из мюзикла «Алые паруса» композитора Максима Дунаевского, где юная героиня Ассоль поёт свою песню. Арией Ассоль заканчивался полтора часовой концерт, в котором Елизавета спела шестнадцать произведений. Это был настоящий филармонический концерт, без микрофонов и фонограмм. Живая музыка, где юная певица и концертмейстер Елена Петровна Киммель очаровывали публику каждым произведением.

Первый блок - самый сложный: четыре арии итальянских композиторов 17-18 веков - «Caro mio ben» Томмазо Джордани, «Tu mancarvi a tormentarmi» Марка Антонио Чести, «Ария Странника» из оратории «Триумф Юдифи» Антонио Вивальди и «Dolce Amor bendato Dio» Франческо Кавалли. После того, как прозвучала ария Вивальди, зал просто взорвался от аплодисментов. Технически сложные пассажи певицы и виртуозная игра концертмейстера - это незабываемо!

К этому концерту мы шли очень долго. С первых лет обучения в школе искусств Елизавета посещала уроки вокала и постановки голоса. Директор школы Ирина Александровна Караянова услышала необычайную природную вокальную одарённость ребёнка и предложила мне заниматься развитием её голоса.

Когда составляли программу, в первое отделение концерта включили произведения, которые юная певица исполняла семь, а то и восемь лет назад: «Песню бабочки» Жана-Батиста Векерлена и «Лесной бал» Сергея Агабабова. Это небольшое возвращение в прошлое внесло яркий луч света в общий настрой, повеяло детством. Ну и русский язык, в отличие от итальянского, публика лучше воспринимает.

Заключительная часть первого отделения - и опять далеко в музыкальное прошлое. Три произведения на латинском языке под одним названием: «Ave Maria». Это знамени-



тая «Ave Maria» Иоганна Себастьяна Баха и Шарля Гуно (18-19 век), «Ave Maria» Джулио Каччини (16 век) и «Ave Maria» Франца Шуберта (19 век). Наиболее завораживающе прозвучала музыка Каччини: просто реальное погружение в эпоху средневековья, настолько всё красиво, гениально и проникновенно!

Второе отделение концерта началось ярко: в начале отделения прозвучала «Болтунья» Сергея Прокофьева на стихи Агнии Барто - одно из любимых произведений Елизаветы. С этим произведением она выиграла Гран-при Международного конкурса-фестиваля «Весенний солнцеворот» в 2021 году в городе Москва. Потом прозвучала русская народная песня и два русских романса.

В завершающей части концерта прозвучал «Романс Женьки» из оперы Кирилла Молчанова «А зори здесь тихие» и «Ариозо Матери» из кантаты Анатолия Новикова «Нам нужен мир».

Детскую школу искусств Елизавета закончила в 2021 году с красным дипломом. Хочется сказать огромные слова благодарности родителям и всем родным Елизаветы, всем учителям, кто учил и воспитывал это юное дарование, всем почитателям её прекрасного голоса. «Человек, поцелованный Богом», - так говорят про таких людей. Удачи и успехов тебе, Елизавета!

*С. Л. Киммель, преподаватель
детской школы искусств с. Мужи.
Фото Татьяны Паришковой.*

МБУ общественно-политическая газета



Учредитель - администрация
МО Шурьшкарский район
(с. Мужи, ул. Советская, 35).

Издатель -
МБУ ОПГ «Северная панорама»
(с. Мужи, ул. Ленина, 7).

Адрес редакции:
629640, Тюменская область,
Ямало-Ненецкий автономный
округ, Шурьшкарский район,
с. Мужи, ул. Ленина, 7

Контактные тел.:
21-250 (факс) - гл. редактор;
21-162 - зам. редактора;
21-055 - гл. бухгалтер;
21-252 - отдел верстки;
E-mail: sptmuji@mail.ru
Сайт: sptmuji.rf

Главный редактор
Н.Ф.Рочев.

Газета зарегистрирована
Управлением Федеральной службы
по надзору в сфере связи, информа-
ционных технологий и массовых
коммуникаций по Тюменской
области, Ханты-Мансийскому
автономному округу -
Югре и Ямало-Ненецкому
автономному округу.
Свидетельство о регистрации
ПИ № ТУ 72-01224
от 16 марта 2015 г.
Индекс 54344.

Тираж
821 экз.

Вместе с материалами для публикации,
просим присылать сведения об авторе: паспортные данные;
домашний адрес; ИНН; номер страхового свидетельства.

Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
Грамматической и синтаксической правкой официальных
материалов редакция не занимается.

Точка зрения редакции может не
совпадать с мнением авторов публикаций.

Заявки на размещение поздравлений, объявлений,
соболезнований, информации рекламного и иного характера прини-
маются не позднее 12 часов каждого четверга.
Газета набрана, сверстана и отпечатана на электронно-офсетном
комплексе редакции «Северная панорама»
(с. Мужи, ул. Ленина, 7).

Время подписания номера в печать:
по графику - 15.00; фактически - 15.00.