



ОБНИНСК

Цена свободная



Награды за хорошую работу

Во вторник, 12 августа, в Калуге прошла церемония торжественного вручения государственных наград Российской Федерации и наград Калужской области. Их удостоены 29 жителей нашей области. В их числе немало и обнинцев.

Среди тех, чей труд отмечен - руководители и работники научно-производственных и промышленных предприятий, представители здравоохранения, агропромышленного комплекса, юристы, сотрудники учреждений культуры, муниципальной службы и средств массовой информации.

Стр. 2



Новая услуга «Автоплатеж»
**ПУСТЬ ИНТЕРНЕТ
 ПЛАТИТ ЗА ИНТЕРНЕТ**

Бонус
5% Возвращаем обратно
 от суммы каждого
 автоматического платежа

MAXNET

www.maxnet.ru
 ☎ (484) 583-80-00

реклама

Агентство
Недвижимости

ПОМОЩЬ В
ЛЮБЫХ, ДАЖЕ
СЛОЖНЫХ,
СЛУЧАЯХ

R
RealZem

ГАРАНТИЯ
ЮРИДИЧЕСКОЙ
ЧИСТОТЫ
СДЕЛКИ

🏠 🏠 🏠

ПОКУПКА | ОБМЕН | ПРОДАЖА
 ГОРОДСКОЙ И ЗАГОРОДНОЙ НЕДВИЖИМОСТИ

www.RealZem.ru

г. Обнинск,
ул. Усачёва, 1

8 962 174 10 11

реклама

**МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР**

ЛИЦЕНЗИЯ № ЛО-40-01-000542 ОТ 29.08.2012 г.

ФИЗ

- Гинекология
- Психиатр-нарколог
- Терапевт
- Дерматовенеролог
- Стоматология (терапевт, ортопед, хирург)
- Ультразвуковое исследование
- Любые виды анализов

г. Обнинск, ул. Комарова, 3
 ☎ 8 (900) 572-77-74 ☎ 8 (910) 607-75-07
 ☎ 8 (484) 397-01-52 🌐 fiz-clinic40.ru

реклама



Уважаемые коллеги - работники атомной промышленности, жители города Обнинска, дорогие друзья!
Руководство АО «ГНЦ РФ – ФЭИ» сердечно поздравляет вас с нашим общим праздником – 80-летием атомной промышленности!

80 лет назад, 20 августа 1945 года, было принято знаковое решение о создании Специального комитета при Государственном комитете обороны СССР и Первого Главного управления при Совете народных комиссаров СССР для руководства работами по использованию атомной энергии, урана и управлению «советским атомным проектом». Это решение стало отправной точкой в становлении мощнейшей и по масштабу, и по значению для нашей страны атомной промышленности, ставшей достойным ответом на вызовы послевоенного времени после разгрома гитлеровской Германии, ответом на реальные угрозы со стороны США, которые показали в действии всему миру разрушительную силу ядерного оружия.

Наши героические атомщики неимоверными усилиями за короткие сроки смогли создать ядерный щит нашей страны, обеспечив глобальный мир на планете и ядерный паритет двух сверхдержав.

Созданием ядерного щита отечественная атомная промышленность не ограничилась. Благодаря достижениям, открытиям и подвигам при решении задач обеспечения безопасности Родины, наши атомщики смогли стать первопроходцами в мирном применении энергии деления ядра: в послевоенные десятилетия смогли запустить Первую в мире промышленную атомную электростанцию, построить первый атомный ледокол, создать первый в мире токамак – установку для термоядерного синтеза и на многие годы опередить весь мир в целом ряде других ядерных разработок и исследований.

Игорь Васильевич Курчатова, Юлий Борисович Харитон, Яков Борисович Зельдович, Борис Львович Ванников, Николай Леонидович Духов, Ефим Павлович Славский, Анатолий Петрович Александров, Александр Ильич Лейпунский и другие именитые советские атомщики навсегда вписаны в историю.

Атомная отрасль – это особая гордость нашей страны, обладающая уникальным интеллектуальным и технологическим потенциалом, высокопрофессиональными работниками, бесконечно преданными общему делу, славными традициями, бережно хранимыми нашими ветеранами, талантливой молодёжью, способной принять от старшего поколения накопленный опыт, умения и навыки!

Сегодня атомная отрасль также достойно и уверенно отвечает на глобальные вызовы, остаётся мировым лидером в области атомных технологий, реализует самые смелые проекты, опережающие время и расширяющие границы возможного, развивает целый ряд инновационных направлений: ядерную медицину для долгой и здоровой жизни человечества, цифровые и квантовые технологии, новые материалы с уникальными свойствами, – создавая будущее человечества!

Дорогие коллеги, друзья, желаем вам крепкого здоровья, стабильности, процветания, творческих и профессиональных успехов, благополучия!

Администрация АО «ГНЦ РФ – ФЭИ»

Дорогие обнинцы!

В этом году в нашей стране отмечается юбилейная дата – 80-летие атомной промышленности.

Точка отсчёта – 20 августа 1945 года, когда был создан Специальный комитет для руководства работами по использованию атомной энергии урана. А с пуска Первой в мире АЭС в Обнинске началась история мирного атома. Благодаря выдающимся учёным Россия стала первым государством, использовавшим атомную энергию в мирных целях.

Атомная промышленность прошла большой исторический путь. Талантливые учёные, инженеры и рабочие высочайшего класса создали прочный фундамент для развития и лидерства нашей страны в этой сфере. В Обнинске создавались атомные реакторы для подводных лодок и космической техники, были разработаны технологии мирного атома для медицины и уникальные материалы для покорения космоса. Тысячи обнинцев трудились и сегодня трудятся в этой отрасли, реализуя значимые национальные и международные проекты.

Атомная промышленность является важнейшим и динамично развивающимся сектором российской экономики, объединяющим около 350 предприятий, на которых работает четверть миллиона человек. И Обнинск в этой сфере по-прежнему занимает заметное место.

Дорогие земляки, ветераны и молодые работники атомной промышленности! Поздравляю вас с юбилеем отрасли!

В.Родионов

доктор технических наук, генеральный директор ПАО ПЗ «Сигнал»

Награды за хорошую работу

Награды землякам вручил губернатор **Владислав Шапша**. Он поблагодарил тружеников Калужской области за большой вклад в её развитие.

«Эти награды – признание ваших заслуг и вашего таланта. Каждый день вы с полной самоотдачей работаете на благо Калужской области и Российской Федерации. Своим примером вы заряжаете коллег, которые находятся рядом с вами. Вы – наставники, старшие товарищи, люди, которые ведут за собой свои коллективы. Из результатов вашего труда складываются достижения экономики нашего региона. Вы знаете, что по многим показателям – в промышленности, науке, сельском хозяйстве – он является одним из лидеров в стране. В том числе и благодаря вашему труду. Спасибо вам за это. Желаю всем благополучия и успехов», – сказал губернатор.

В ходе торжественной церемонии медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени за достигнутые трудовые успехи и многолетнюю добросовестную работу были награждены представители АО «Обнинское научно-производственное предприятие «Технология» им. А.Г. Ромашина» **Александр Терёхин** и **Пётр Степанов**.

За заслуги в области здравоохранения и многолетнюю добросовестную работу почётное звание «Заслуженный врач Российской



Каникулы по графику



День знаний в этом году пройдёт как обычно первого сентября. А вот летние каникулы-2026 начнутся 26 мая.

Об этом сообщили 11 августа в министерстве просвещения России. Ведомство направило в регионы рекомендации по организации учебного процесса. Согласно документу, обучение в школах можно орга-



нской Федерации» присвоено заведующей городским аритмологическим центром Городской клинической больницы № 2 «Сосновая роща» **Елене Багликовой**, а также врачу Калужского областного клинического онкологического диспансера **Ирэне Рожковой**.

Почётного звания «Заслуженный работник сельского хозяйства Российской Федерации» удостоены заведующая отделом развития агропромышленного комплекса администрации Боровского района **Надежда Деменюк** и техник по искусственному осеменению колхоза имени М.А. Гурьянова Жуковского района **Альфия Ильясова**.

Почётным званием «Заслуженный метеоролог Российской Федерации» отмечена заведующая лабораторией Центра метрологии и технического регулирования в области гидрометеорологии и мониторинга окружающей среды обнинского НПО «Тайфун» **Людмила Сараева**.

Благодарность президента Российской Федерации объявлена главному научному сотруднику Всероссийского научно-исследовательского института сельскохозяйственной метеорологии **Александру Клещенко**.

Ряд калужан отмечены региональными наградами – медалями «За особые заслуги перед Калужской областью», «За медицинскую доблесть», юбилейной медалью «80 лет Калужской области», а также знаком отличия «За наставничество» и почётными званиями.

низовывать как по четвертям, так и по триместрам. Осенние, зимние и весенние каникулы должны составлять не меньше семи дней. Для первоклассников рекомендовали предусматривать дополнительные недельные каникулы в феврале.

И ещё. Минпросвещения разработало варианты расписаний уроков для 1-11-х классов при организации обучения в 2025/26 учебном году для оптимизации образовательной нагрузки.

В соответствии с федеральным учебным планом и с учетом 5-дневной или 6-дневной недели разработаны: пять вариантов расписаний для уровня начального общего образования (1-4-е классы); шесть вариантов расписаний для уровня основного общего образования (5-9-е классы); 19 вариантов расписаний для уровня среднего общего образования (10-11-е классы).

Каждая школа сможет адаптировать модель расписания под свои условия в рамках единых федеральных требований. Рекомендации согласованы с Роспотребнадзором и доведены до регионов.

По новому уставу



В Обнинске утверждён новый Устав города. 29 июля были проведены публичные слушания, внесено немало изменений в главный муниципальный документ. Консультацию по этому поводу мы получили от юридического отдела городского Собрания.

Напомним, 20 марта 2025 года был принят новый Федеральный закон «Об общих принципах организации местного самоуправления в единой системе публичной власти» (№33-ФЗ). А большая часть норм нового закона вступила в силу 19 июня этого года.

Значительные изменения коснулись роли и места главы муниципального образования и способа замещения им должности. До сих пор главой муниципального образования (местного самоуправления) был председатель городского Собрания. Теперь, говорится в законе, глава муниципального образования не вправе быть председателем городского Собрания, но глава муниципального образования одновременно замещает государственную должность субъекта РФ и муниципальную должность.

Законом субъекта России могут устанавливаться дополнительные гарантии для глав муниципальных образований, финансируемые за счёт регионального бюджета. В нынешних условиях у главы местного самоуправления (муниципального образования) заместителя, временно исполняющего обязанности, не было. Теперь, в новом Уставе это лицо должно быть указано. А вступление в должность главы должно выполняться в торжественной процедуре.

Произошли такие исключения для населения: теперь его представители не могут отзывать депутатов представительных органов и глав муниципалитетов. И ещё исключается правотворческая инициатива граждан, в ТОСах могут участвовать горожане в возрасте с 18 лет, а не с 16-ти, как было до сих пор.

Новый Федеральный закон усилил роль органов государственной власти субъектов РФ в части организации местного самоуправления.

16 июня 2025 года Законодательным Собранием Калужской области были приняты несколько законов, направленных на организацию местного самоуправления на территории Калужской области.

Например, закон «О порядке избрания главы муниципального образования Калужской области» (№651-ОЗ) установил, что «Глава муниципального образования Калужской области избирается представительным органом муниципального образования Калужской области из числа кандидатов, представленных конкурсной комиссией по результатам конкурса, и возглавляет местную администрацию».

Обратите особое внимание на то, как областной закон №650 установил для города Обнинска новые наименования.

Например, вместо муниципального образования «Город Обнинск», как было до сих пор, теперь будет городской округ город Обнинск Калужской области. Городское Собрание переименовывается в Собрание городского округа города Обнинска Калужской области.

Теперь не будет главы городского самоуправления, председателя городского Собрания, но будет глава городского округа города Обнинска Калужской области.

Исполнительный орган местной власти будет называться - администрация городского округа города Обнинска Калужской области.

Все названные законы вступили в силу с 19 июня 2025 года.

Устав города окончательно утверждён на заседании городского Собрания первого августа.

Предстоящие в сентябре выборы городских депутатов будут проходить в орган власти, который (уже по закону) называется «Собрание городского округа города Обнинска Калужской области», а не Обнинское городское Собрание. Так прописано в новом Уставе города.

Однако, новый Устав не вступает в силу моментально. Предстоит пройти регистрацию в Управлении Минюста, на что требуется 30 дней, затем документ будет опубликован в СМИ – на это уйдёт ещё семь дней.

Обновить необходимо и другие городские документы, например, регламент Собрания, положение об администрации Обнинска и другие. После выборов в сентябре город будет жить по новому Уставу. Каковы будут результаты перемен, увидим в предстоящие годы.

Е.Земляков

Готовимся к голосованию



В понедельник в администрации Обнинска обсуждали готовность к проведению выборов губернатора Калужской области, депутатов областного Законодательного Собрания и Обнинского городского Собрания. Голосование пройдёт с 12 по 14 сентября 2025 года.

Об организации выборов рассказал заместитель главы администрации города по вопросам управления делами **Геннадий Ананьев**. На территории Обнинска будут работать 42 избирательных участка, размещённых в школах, учреждениях культуры и спорта. Каждый участок оснастят комплексом обработки избирательных бюллетеней (КОИБ).

Подготовлены помещения для проведения встреч зарегистрированных кандидатов и их доверенных лиц с избирателями. Выделены места для размещения предвыборных печатных и агитационных материалов. В основном они располагаются на остановочных павильонах.

Заместитель начальника городского отдела МВД России **Юрий Хрипунов** доложил о том, как сотрудники полиции будут обеспечивать охрану общественного порядка на всех избирательных участках. За три дня до голосования кинологи проверят помещения, после чего участки перейдут под круглосуточную охрану полиции.

Начальник Управления по делам ГОЧС города **Сергей Краско** сообщил, что подготовлено четыре дизель-генератора для бесперебойного энергоснабжения избирательных участков. На каждом из них будет дежурить сотрудник пожарной охраны. А кроме того, все участки будут проверены на предмет безопасности, надёжность срабатывания пожарной сигнализации и её исправность. Также участки оборудуют дополнительными средствами первичного пожаротушения, будет введен дополнительный резерв дежурного караула.

На время проведения выборов будут зарезервированы дежурные автомобили для оказания оперативного содействия УИКа.

По информации председателя Территориальной избирательной комиссии **Анны Середюк**, на выборы в Законодательное Собрание по двум обнинским округам №16 и №17 зарегистрированы 12 кандидатов от шести политических партий. В городское Собрание из 150 кандидатов зарегистрированы 143. Регистрацию не прошли те, кто не предоставил необходимый пакет

документов, и два отказа – по подписям, которые кандидаты собирали в поддержку своего выдвижения.

В настоящее время работники ТИК занимаются подготовкой участковых комиссий к работе на выборах, проводят обучение, в том числе для операторов КОИБ и обходчиков, которые будут информировать избирателей.

В списки избирателей будут включены все жители Обнинска, достигшие возраста 18 лет и имеющие в городе регистрацию по месту жительства.

Если у избирателя не будет возможности проголосовать на своём избирательном участке 12, 13 и 14 сентября, нужно заранее подать заявление для голосования по месту нахождения. Такое заявление можно будет подать до восьмого сентября на портале Госуслуг и в Территориальной избирательной комиссии. С третьего сентября это можно будет сделать и в участковой избирательной комиссии.

В Москве будет создано 14 экстерриториальных избирательных комиссий. Информация о них есть на сайте калужского Избиркома. Однако проголосовать можно будет только на выборах губернатора Калужской области.

Кроме того, воспользоваться можно ещё одной формой голосования – дистанционной, как это было ранее на выборах президента Российской Федерации. Заявление о дистанционном голосовании также можно подать через портал Госуслуг до восьмого сентября.

С 20 августа в Калужской области начнётся реализация проекта «ИнформУИК» – это адресное информирование избирателей о выборах. Члены участковых комиссий будут проводить квартирный обход избирателей. Они будут экипированы соответствующим образом: яркие синие жилеты, тематические бейсболки, сумки, бейджи и специальное приложение на мобильном устройстве. Задача обходчика – в доступной форме довести до избирателей информацию о днях и времени проведения выборов и доступной форме голосования. Также они смогут принять заявки для голосования на дому.



На обнинской Первой в мире АЭС побывали специалисты из Египта



Экскурсия эта, как теперь говорят, «знаковая». Она организована в рамках образовательной программы Технической академии Росатома, где сейчас проходит обучение будущий персонал первой атомной электростанции в Африке.

Строят электростанцию российские специалисты в городе Эль-Дабаа, на побережье Средиземного моря, в 300 километрах к северо-западу от Каира.

АЭС «Эль-Дабаа» - это четыре энергоблока мощностью по 1200 мегаватт каждый, оснащённых водо-водяными реакторами новейшего и самого безопасного поколения.

Частичный ввод в эксплуатацию АЭС в Египте, по прогнозам Росатома, ожидается в 2026 году, окончательное завершение проекта - в 2028-м.

Интересная аналогия: около 70 лет назад СССР перекрывал Нил для строительства ГЭС. Теперь же на месте, где раньше была пустыня, растёт надежда населения Египта на самообеспечение энергией.

Обнинские школы накануне Дня знаний



Сейчас в городе идёт проверка образовательных учреждений. В комиссию, кроме представителей коммунального комплекса, СЭС и пожарных, входят и депутаты городского Собрания.

Елена Корнилова, Вячеслав Наруков и Альбина Нечитайло посетили школы №9, 12, 13 и начальную школу - детский сад №35.

В школе №9 отремонтированы цокольный этаж, медицинский кабинет, кабинет информатики, заменены окна в рекреационной зоне на четвёртом этаже. В школе №13 обновили кровлю и один из коридоров. В школе №12 - входную группу.

Особое внимание, по словам Альбины Нечитайло, проверяющие уделили работе систем оповещения и пожаротушения - всему тому, что помогает повысить безопасность детей.

В десятой школе ремонтные работы тоже уже подходят к концу. Уже готовы пищеблок и обеденный зал, где установлено новое оборудование. Параллельно идёт благоустройство крыльца, сообщил руководитель администрации Вячеслав Лежнин.

В последние дни августа в школе займются оформлением рекреационных зон. Их здесь хотят украсить «в историческом стиле»: на стенах появятся портреты выдающихся учёных и людей, внёсших вклад в развитие Обнинска. Среди них - математик Пафнутий Чебышёв, радиобиолог Рудольф Алексахин и многолетний председатель горисполкома, почётный гражданин города Нина Антоненко.

«Важно, чтобы дети, которые учатся в школе, знали историю страны и родного города», - подчеркнул Лежнин.

Работы проводятся в рамках национального проекта «Молодёжь и дети».

Регион выходит в лидеры



По словам губернатора Владислава Шапши, Калужская область продолжает наращивание промышленного производства, динамика существенно опережает среднероссийские показатели.

«Лидирующие показатели в ЦФО, в стране. Хорошие темпы роста отмечаются во многих обрабатывающих отраслях. Это особенно наглядно в автопроме. Предприятия приступили к серийному производству автомобилей по полному циклу. С положительным результатом работает сельское хозяйство, активность проявляет строительный сектор. В национальном рейтинге состояния инвестиционного климата Калужская область вошла в первую пятёрку регионов в стране. Это позволяет нам стабильно пополнять бюджет. Расходы, которые у нас в бюджете прописаны, направлены на социальную поддержку жителей, реализацию программ развития, выполнения задач, поставленных президентом», - подчеркнул губернатор, выступая в понедельник на заседании областной администрации.

Один из вопросов был посвящён результатам мониторинга ситуации в реальном секторе экономики области за первое полугодие этого года.

Анна Королёва, и.о. министра экономического развития и промышленности региона доложила о том, что оборот организаций области за шесть месяцев увеличился на 22,5% в действующих ценах к аналогичному периоду 2024 года и составил более 1,2 трлн рублей. Объём отгруженной промышленной продукции за этот же период - 664 млрд рублей, индекс промышленного производства - 115,6%.

Калужская область по итогам января-июня занимает первое место среди регионов ЦФО по индексу промышленного производства и второе место по объёму обрабатывающих производств на душу населения. Среди субъектов страны регион на четвёртом месте по индексу промышленного производства. Значительный рост отмечается в производстве автотранспортных средств (в 9,2 раза), прочих транспортных средств и оборудования (на 29,2%), бумаги и бумажных изделий (на 21%), химических веществ и химических продуктов (на 14%), компьютеров, электронных и оптических изделий (на 12%).

В промышленном секторе региона сохраняется стабильная экономическая ситуация. С начала года предприятия автокластера наращивают объёмы производства. Всего выпущено более 71 тысячи автомобилей. Доля автопрома в объёме промышленности региона в текущем году достигает 18%. На общую долю ведущих предприятий различных отраслей приходится до 30% промышленного производства области.

По информации министра сельского хозяйства области Александра Ефремова, рост производства молока составил 107%, в среднем продуктивность на одну фуражную голову - 29,4 литра.

Владислав Шапша поручил Александру Ефремову доложить в рабочем порядке об исполнении поручения по формированию на базе региональной МТС отряда беспилотных летательных аппаратов.

Уложиться в график



Заместитель начальника управления городского хозяйства Кристина Асташкина в понедельник на рабочем совещании в администрации Обнинска рассказала о подготовке к отопительному сезону, о ремонте дорог и благоустройстве.

В рамках подготовки к отопительному периоду проведены промывки и опрессовки в жилых домах. На изношенных частях сетей прошли сварные и ремонтные работы.

На сегодняшний день готовность следующая: котельные по всем видам собственности - 94%, жилищный фонд - 85%, тепловые сети - 97%, водопроводные сети - 90%, канализационные сети - 100%. Образовательные учреждения готовы на 99%.

Продолжается ремонт автодороги на проспекте Маркса. Здесь планируется замена асфальтового покрытия, установка бортового камня, корректировка высоты люков,

нанесение дорожной разметки, устройство пешеходных ограждений. На участке от улицы Энгельса до улицы Калужской будет выполнен ремонт пешеходного перехода на раздельной полосе. Сейчас уже снят нижний слой асфальта, завезены оголовки люков, проводятся работы по корректировке их высоты, выполняется частичная замена бортового камня. Срок завершения работ - до конца сентября.

По работам на улице Толстого заключен муниципальный контракт. Прошло совещание с подрядчиком, представителями Обнинского городского транспорта и ОНПП «Технология». Работы по ремонту

дорожного полотна решено проводить преимущественно в ночное время, чтобы не затруднять автомобильное движение. Никаких перекрытий не планируется.

На благоустройстве сквера по улице Жюлио-Кюри заканчивается работа по укладке брусчатки. Идёт обустройство газонов с подсыпкой торфа и озеленение. Выполняется облицовка клумб и парапетов гранитом. Установлены малые архитектурные формы, информационные стенды, завезены скамейки. Специалисты смонтировали освещение и уже успешно провели пробный запуск. После изоляции освещение будет работать на постоянной основе. На этой неделе также планируется монтаж систем видеонаблюдения. Завершение работ по графику - до конца августа.

Продолжается благоустройство и в ТОСах. В настоящее время ведутся работы в ТОС «38, 39 мкр.», «Заовражье», «Посёлок Обнинское». По ТОСу «32 мкр.» готовится конкурсная документация. По ТОСам «52 мкр.», «45 мкр.» и «51А мкр.» состоялись конкурсные процедуры. Срок выполнения работ по контракту - 18 сентября.

За всеми подрядчиками ведётся контроль, также они предупреждены о том, что в случае срыва сроков к ним будут применены штрафные санкции.

Вводная лекция... за завтраком



Говорили на «Завтраке...» много о реакторах и экспериментах с ними, о технике безопасности (здесь, как и в целом в госкорпорации «Росатом», она ставится во главу угла), о перспективных направлениях деятельности института и возможностях карьерного роста, сколько займёт дорога от главного корпуса до самой дальней лаборатории (к слову, здесь новички оказались быстрее директора), а также о том, как обычная опечатка в документе может привести к приостановке деятельности всего предприятия.

Традиционные встречи в формате «Завтрак с генеральным директором» позволяют не только новым молодым сотрудникам познакомиться с руководителем в неформальной обстановке за чашечкой чая и получить обратную связь, но и руководству оце-

нить настроения в коллективе, узнать о проблемах и потребностях сотрудников.

Как рассказал Андрей Лебезов, институт всячески поддерживает молодёжное сообщество. Из последнего: скоро у этой категории сотрудников появится свой «дом». Уже готов проект для организации молодёжного пространства, где парни и девушки могли бы собираться и обсуждать креативные идеи. Дизайн помещения выбирал молодёжный актив предприятия.

Лебезов дал сотрудникам совет: не останавливаться в получении образования и защите диссертаций (у него самого их три, и все пригодились в нынешней работе). Генеральный директор отметил, что в родных стенах и защищаться проще, а также подкинул пару прорывных идей для научного труда.

Серьёзная организация, стабильность, возможность применить полученное образование в области ядерной физики на практике, интересная работа – вот причины, по которым новые сотрудники пришли на работу в обнинский Физико-энергетический институт. Их они назвали на встрече с генеральным директором ФЭИ Андреем Лебезовым, которая прошла на днях и называлась «Завтрак с генеральным директором».

Например, тот, кто вырабатывает модель нормировки научной деятельности, нобелевскую премию, конечно, не получит, но докторскую защитит сразу, считает Лебезов.

Если же от чистой экономики развернуться ближе к профилю Физико-энергетического института, то здесь, тот, кто решит проблему переработки графита (с которым пока никто в мире не знает, что делать), обеспечит себе безбедную старость.

Подытоживая встречу, гендиректор ФЭИ попросил новых работников не замыкаться на тех знаниях, что они получили в институте, не быть пассивными, генерировать идеи, искать себя и не бояться предлагать новое. Именно это, по его мнению, залог успеха в карьере на любом месте работы.

Ищите новые пути повышения эффективности



Агентство инновационного развития Калужской области (АИРКО) сообщает о том, что продолжается приём заявок для участия в федеральной премии в области корпоративных инноваций *GenerationS Innovation Award 2025 (GIA)*.

Эта премия отмечает наиболее результативные достижения российских компаний в области инноваций, которые отвечают целям Национального проекта «Эффективная и конкурентная экономика» - развитие экономики, финансового рынка, конкуренции, поддержка предпринимательства, рост производительности труда и инвестиционной активности, а также снижение негативного влияния на окружающую среду.

Особое внимание уделено перспективам промышленных секторов экономики, высоким технологиям и молодёжному бизнесу.

В условиях динамично меняющегося мира и растущей конкуренции, инновации становятся ключевым фактором успеха и устойчивого развития бизнеса.

Премия призвана выявить и отметить компании, которые не только внедряют передовые технологии и подходы, но и создают благоприятную среду для генера-

ции и реализации инновационных идей.

Победители будут отобраны по пяти номинациям:

- Внутренняя инновация года
- Коллаборация года
- Культура инноваций
- Инноватор года
- Прорыв года.

Также впервые на премии будет подготовлен «Рейтинг инновационных компаний России», в рамках которого будут выявлены лидеры инновационной деятельности.

Принять участие в премии и рейтинге могут крупные и средние российские компании. Это возможность продемонстрировать свои достижения в области инноваций, получить признание со стороны экспертного сообщества и укрепить свой имидж как инновационно-активной компании.

Приём заявок проходит до 20 августа 2025 года на официальном сайте: gia.generation-startup.ru/

Интеллектуальные победы = билет на «Ледокол знаний»



13 августа из Мурманска стартовала шестая международная арктическая экспедиция «Ледокол знаний». Она организована Сетью информационных центров по атомной энергии (ИЦАЭ) при поддержке госкорпорации «Росатом», приурочена к 80-летию атомной промышленности России и 500-летию начала освоения Россией Северного морского пути.

Экспедиция пройдёт по маршруту Мурманск – Северный полюс – Земля Франца-Иосифа – Мурманск. Планируется, что участники экспедиции достигнут Северного полюса 17 августа, а возвращение в порт Мурманска состоится 22 августа, в день Государственного флага Российской Федерации. Частью экспедиции станет научно-просветительская программа с международными экспертами в области атомных и космических тех-

нологий, учёными и популяризаторами науки. Во время рейса участники познакомятся с устройством и работой атомного ледокола, увидят неповторимую природу Арктики, совершат самое быстрое в мире кругосветное путешествие – обойдут вокруг точки, где сходятся все земные меридианы, а также впервые в истории в условиях Северного полюса испытают отечественные роверы-планетоходы.

В этом году к экспедиции присоединились 66 школьников из 21 страны, включая Бразилию, Боливию, Египет, Индонезию, Китай и другие страны. Многие зарубежные участники станут первыми представителями своих стран, побывавшими на вершине планеты. В экспедиции также примут участие российские и зарубежные учёные, инженеры, специалисты атомной и космической отраслей, известные блогеры и популяризаторы науки.

В этом году отправились в путешествие к Северному полюсу и обнинские школьники – Мария Сплавская и Сергей Калякин.

Рассказать о науке по-новому

Как рассказать о великих научных открытиях так, чтобы заинтересовать школьников? Как вдохновить их на изучение физики, математики, инженерии и показать, что наука действительно меняет мир? Ответы на эти вопросы – в новом образовательном курсе «Цифровизация изобретателей».

Всероссийский фестиваль популяризации науки «Вектор Победы» приглашает педагогов принять участие в бесплатном онлайн-курсе повышения квалификации.

Курс разработан НИЯУ МИФИ при поддержке гранта Минобрнауки России в рамках федерального проекта «Популяризация науки и технологий» и приурочен к 80-летию атомной отрасли России и 80-летию Победы в Великой Отечественной войне – датам, которые напоминают о силе знаний, инженерной мысли и научного поиска.

Курс предназначен для учителей физики, математики, технологии, инженерии, педагогов дополнительного образования, методистов. Он будет полезен каждому, кто хочет сделать свои уроки современными, интересными, научно обоснованными и вдохновляющими.

Что ждёт участников курса:

- Увлекательные примеры из истории науки и инженерии, которые помогут увидеть привычные вещи с неожиданной стороны.
- Актуальные знания о достижениях атомной и ядерной физики, развеивание популярных мифов о радиации и современных технологиях.
- Практические инструменты для объяснения сложных тем доступно и понятно, а также методики вовлечения школьников в исследовательскую и проектную деятельность.

Три программы на выбор:

- История инженерии: от первых механизмов до технологий будущего
 - Люди, идеи, открытия: как наука меняет мир
 - От учёного к учителю: как привить интерес к науке и развить исследовательское мышление.
- Формат обучения: дистанционно, доступно из любой точки России. Можно выбрать одну или несколько программ.

По окончании обучения участники получают удостоверение о повышении квалификации установленного образца от НИЯУ МИФИ.

Регистрация и подробности о курсе здесь: vectoru.ru/obraz-online-kurs

О полезной радиации и вредной тёплой воде

Радиофобия – к сожалению, вечный спутник атомной энергетики. Однако уже давно радиация является не только опасностью, но и полезным инструментом в самых разных отраслях экономики. Об этом, а также о том, каковы главные экологические проблемы АЭС, мы беседуем с исполняющим обязанности директора обнинского Института атомной энергии НИЯУ МИФИ, доктором биологических наук, профессором РАН Алексеем Пановым.



– Алексей Валерьевич, можно ли сегодня говорить о промышленном использовании радиации?

– Ионизирующее излучение используется сегодня в самых разных областях деятельности человека. В медицине радиофармпрепараты применяют для диагностики и лечения онкологических заболеваний, создаются установки для облучения опухолей. Есть большая отрасль радиационного материаловедения, в которой излучение используют для создания новых материалов. Например, ионизирующим излучением обрабатывают различные полимеры и придают им новые свойства. Очень активно ионизирующее излучение используется в сельском хозяйстве и пищевой промышленности. Например, для стимуляции семян, чтобы они проросли в более короткие сроки. Это применяется в условиях неустойчивого земледелия, когда у вас короткий вегетационный период и нужно, чтобы эти семена «стартовали» и начали развиваться быстрее, чем в обычных условиях. Используется ионизирующее излучение и для обработки клубней картофеля, чтобы они не проросли. Это тоже большая проблема: вот мы храним урожай картофеля, пришла весна, он начинает активно прорастать, и мы часть урожая вынуждены утилизировать. А если мы обработаем картофель в определенных дозах, то апикальная меристема, то есть растущие ткани проростков, прекратят свое развитие, и картофель будет храниться долго, вплоть до конца лета.

Есть способы обработки сухофруктов, сушеных трав или семян, которые заражены микрофлорой. К нам в страну часто приходят сушёные специи из стран Азии и Африки, которые заражены патогенными микробами. Их тоже обрабатывают ионизирующим излучением для того, чтобы убить эту микробиоту, и человек не отравился. Схожим образом ионизирующим излучением об-

рабатывают и крупы для уничтожения насекомых вредителей.

– А какие источники излучения для этого применяются?

– Бывают разные источники ионизирующего излучения. Это могут быть и гамма-лучи, например, на основе радиоизотопа кобальт-60. Это может быть и электронное облучение с помощью электронных ускорителей и так далее. То есть, спектр возможного воздействия на объект очень широкий.

– А как обеспечивается безопасность при работе с таким излучением?

– При работе на гамма-установках, как и на любых радиационно-опасных объектах, есть определенные требования к обеспечению безопасности персонала, и в первую очередь радиационной. Дозы облучения, например, пищевой продукции регламентированы международными организациями, такими как МАГАТЭ, и наша нормативная база тоже активно развивается в этом направлении. Регламентируются и параметры самого источника излучения, и расстояния объекта до него, и время облучения. Под каждую задачу, для каждого вида продуктов или материалов определяются оптимальные дозы облучения в определенном диапазоне, для того, чтобы получить необходимый эффект. Стоит отметить, когда мы облучаем пищевые продукты гамма-лучами, излучение проходит через объект, но радионуклиды с ним не соприкасаются. Точно также, когда мы делаем рентген, мы просвечиваем организм, но в него радиоизотопы не поступают.

– Ясно, что радиационное воздействие АЭС на персонал станций строго контролируется, но контролируется ли радиационное воздействие на окружающую биосферу?

– Раньше, прежде всего, оценивали воздействие АЭС на человека, это был так называемый антропоцентрический подход, потому что человек – наиболее

радиочувствительный организм на нашей планете, и поэтому считалось, что если мы защищаем нормативами человека, то и все остальные живые организмы автоматически будут в безопасности. Но в последние 20-30 лет политика в области радиационной безопасности стала смещаться в сторону экоцентрического подхода, то есть, кроме оценки безопасности человека, стали оценивать ещё и воздействие АЭС на живую природу, в частности дозовые нагрузки, которые формируются у животных и растений. Поскольку видов растений и животных очень много, то стали оценивать дозы у референтных или индикаторных видов. Есть определённая система выбора этих видов, то есть, они должны быть наиболее радиочувствительные и распространены в районе размещения атомной станции. Поскольку АЭС расположены в разных географических и климатических зонах, под каждую станцию выбирается определенный набор референтных видов, и по ним оценивается радиационное воздействие. В реальности дозы облучения крайне низкие, и никакого отрицательного влияния на живые организмы атомная станция не оказывает – это что касается радиоактивности.

– То есть, АЭС для окружающей среды абсолютно безопасна?

– Если говорить о воздействии АЭС на окружающую среду, то это, прежде всего, выбросы радионуклидов в атмосферу и сбросы в водную среду. Существуют нормативы по выбросам и сбросам, и они очень строгие. Каждая атомная станция имеет определённые лимиты по этим выбросам и сбросам, и они не превышаются с большим запасом.

Но есть определенная проблема с тепловыми сбросами, от которых страдают и водоёмы-охладители, и сама атомная станция. Когда АЭС работает, то технологические воды, которые используются для охлаждения реактора, не всегда достаточно охлаждаются, и

в водоёмы сбрасывается вода с повышенной температурой. Особенно эта проблема проявляется в летний период. И она приводит к тому, что в водоёмах начинают активно развиваться гидробионты – различные водоросли, и другие живые организмы, например, моллюски – дрейсенны. Водоёмы начинают зарастать, и трубопроводы, которые используются для забора и сброса воды, начинают обрастать ракушками. Это снижает тепловой обмен АЭС и эффективность работы станции. Данная проблема существует, и её необходимо решать. Биологи активно принимают в этом участие. У нас в обнинском Институте атомной энергии НИЯУ МИФИ есть Центр радиационной безопасности, радиоэкологии и биомониторинга, который оценивает влияние тепловых сбросов АЭС на водоёмы-охладители и видовой состав гидробионтов, которые размножаются в водоёмах. Мы пытаемся подбирать методы борьбы с обрастанием гидробионтами трубопроводов атомных станций.

– Трудно победить моллюсков?

– Это непростая задача, потому что видовой состав везде разный. Основная проблема в том, что в этих водоёмах нельзя работать с химическими веществами, так как они обычно хозяйственного использования, в них часто разводят рыбу, поэтому химией здесь бороться нельзя, нужны биологические способы борьбы. Часто в водоёмы-охладители запускают специальные виды рыб, которые питаются гидробионтами, но это тоже не панацея. Так что для биологов задач здесь много. А в остальном, в районах размещения атомных станций и человек, и все живые организмы чувствуют себя хорошо.

Беседовал К.Фрумкин
пресс-служба МИФИ
<https://technosuveren.ru>

Экологический марафон Росатома

Госкорпорация «Росатом» приглашает всех заинтересованных в реализации экологических проектов – студентов, школьников, представителей НКО, общественных объединений и экоактивистов к участию в просветительском Экологическом онлайн-марафоне, и последующей обучающей программе.

Старт Марафона состоялся шестого августа, участники могут присоединиться уже сейчас. Финал – 30 августа 2025 года.

Самые активные участники Эко-марафона смогут пройти отбор на образовательную программу и получить сертификат тренера для работы на профильных мероприятиях в атомных городах.

Основная цель Эко-марафона и образовательных мероприятий – формирование в атомных городах сообщества экспертов и волонтеров в сфере экологического просвещения и охраны окружающей среды. В рамках Марафона участники повысят уровень экологической осведомленности, узнают об экологически ответственных практиках и проектах госкорпорации «Росатом».

Чтобы присоединиться к Эко-марафону, нужно вступить в телеграм-чат «Экообщество Росатома», открыть ветку «Задания для Эко-марафона», выполнять их и повышать свой рейтинг. Выполнять задания можно до конца августа.



По зову сердца



Сотрудники обнинского Физико-энергетического института приняли участие в торжественном открытии Музея московского народного ополчения 1941 года в Спас-Деменске. Церемония прошла девятого августа.

Вклад работников ФЭИ в сохранение памяти о героических подвигах добровольцев, сражавшихся в битве за Москву неоспорим. В 60-70-х годах молодёжь ФЭИ стала инициатором поискового движения в нашей стране.

Именно тогда началась работа там, где проходили бои, в результате которой были подняты останки без вести пропавших воинов. Вскоре на базе института сформировался первый поисковый отряд «Обнинские следопыты». Он существует по сей день, его возглавляет ветеран ФЭИ Галина Слесарева.

Тогда же, в 70-е, сотрудники ФЭИ начали выезжать в Спас-Деменский район для оказания шефской помощи по сельхозработам, и местные краеведы параллельно привлекали их к поисковой деятельности. Места захоронений обозначали памятником в виде штыка из нержавеющей стали. Изготавливали их на опытно-производстве ФЭИ.

Один из таких «Штыков» стоит на хуторе Новоалександровский. Туда перенесли останки воинов народного ополчения из 14 деревень, ныне прекративших своё существование. Сейчас за ним ухаживают сотрудники и учащиеся местной школы.

Дивизии московского народного ополчения сформировали в июле 1941 года из добровольцев Ленинского, Фрунзенского, Кировского, Москворецкого и Киевского районов. Память об этих событиях и имена героев теперь хранят не только братские могилы и монументы, но и Музей народного ополчения.

В церемонии его открытия участвовали руководители музеев народного ополчения школ и вузов Москвы, представители администрации Спас-Деменского района, его жители и родственники воинов московского народного ополчения.

Губернатор Калужской области **Владислав Шапша** поблагодарил создателей музея: «Спасибо инициаторам этой замечательной идеи - Московской городской Думе, её депутатам, которые вышли с предложением к нашим законодателям, и они его поддержали. Спасибо тем наследникам - героям ополченцев, которые сегодня здесь рядом с нами.

Калужская земля пропитана кровью героев Великой Отечественной войны. Когда сюда прибыли дивизии московского народного ополчения, они стояли вторым эшелоном, а перед ними была действующая боеспособная армия. Ополченцы приняли на себя самый тяжёлый и основной удар немецко-фашистских войск. Они три дня защищали эти рубежи. И сегодня здесь на земле Спас-Деменска мы открываем музей в память об этих событиях», - сказал губернатор.

Среди почётных гостей на открытии музея в Спас-Деменске был и гендиректор студии «Военфильм» **Игорь Угольников**, чей дед воевал в составе первой дивизии народного ополчения Ленинского района Москвы, пропал без вести. Останки его поисковики обнаружили на этой земле.

В рамках мероприятия состоялся просмотр кинохроники 1941 года «Народное ополчение» и нового художественного фильма о московских добровольцах «По зову сердца», созданного студией «Военфильм» под руководством Угольникова.

В этот же день губернатор **Владислав Шапша** и почётные гости возложили цветы к памятнику московским ополченцам Люблинского батальона, а также почтили минутой молчания память защитников, погибших на Калужской земле в 1941 году в битве за Москву.

Новое инновационное производство

Первый в России сервис-центр для беспилотных летательных аппаратов откроют в Калужской области.

Региональное правительство и компания «ГЛОНАСС» подписали соглашение о создании центра. Ежегодно специалисты смогут обслуживать более двух тысяч дронов и воздушных судов малой авиации, а также более полутора тысяч единиц общественного транспорта и спецтехники. Транспортные средства будут оснащаться спутниковой навигацией и тахографами.

Центр должен стать драйвером цифровизации транспортной отрасли и повысить безопасность эксплуатации транспорта в разных сферах. Кроме того, на его базе планируется обсуждать внедрение технологий и использование инфраструктуры ЭРА-ГЛОНАСС по всей стране.

Площадка для комплексного оснащения дронов в рамках создаваемой единой системы идентификации будет создана на базе госинформсистемы ЭРА-ГЛОНАСС.

Соглашение между областным правительством и компанией «ГЛОНАСС» было подписано



восьмого августа, а реализация проекта предусмотрена в рамках нацпроекта «Беспилотные авиационные системы».

«У нас в регионе есть необходимая научная и производственная база, серьёзный кадровый потенциал для развития этой сферы. В Калужской области уже производятся беспилотники и комплектующие к ним. Налаживаем сотрудничество с лидерами отрасли», - отметил **Владислав Шапша**.

По словам заместителя губернатора области **Дмитрия Разумовского**, новый центр способен обеспечить безопасность эксплуатации транспорта в таких сферах, как строительство, село и лесное хозяйство.

В будущем там же могут взаимодействовать областные власти, контролирующие органы и иные организации в ходе внедрения технической инфраструктуры ЭРА-ГЛОНАСС во всей России.

Беречь природу

Министерство природных ресурсов и экологии Калужской области объявило о начале осеннего этапа Всероссийской акции «Сохраним лес». Участие в ней ежегодно принимают тысячи добровольцев по всей стране.

В ближайшие дни на специальной интерактивной карте появятся точки, где все желающие смогут поучаствовать в посадке деревьев.

В прошлом году благодаря этой акции в лесах нашего региона появилось 214 тысяч новых сосен и елей на площади более 75 гектаров.

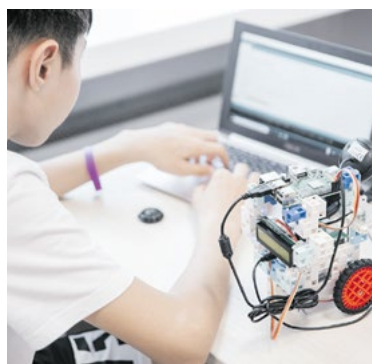
Но не только в рамках общероссийской акции калужане стараются беречь и восстанавливать леса. В соседнем с Обнинском Жуковском районе на территории памятника природы регионального значения



«Сосновые боры по реке Протве» на днях активисты провели очистку леса от мусора. У деревни Любицы они ликвидировали стихийную свалку бытовых и строительных отходов, полностью заполнив предоставленный местной администрацией бункер-накопитель объёмом восемь кубометров.

Немалых трудов потребовала уборка выкорчеванных ранее пней. Решение проблемы нашли вполне экологичное - не вывозить их на мусорный полигон, а использовать с пользой. Сделали из пней изгородь вдоль дороги у въезда на территорию памятника природы.

Роботы бывают разные



В сентябре в Калуге с 24-го по 26-е число пройдут Всероссийские соревнования по робототехнике. Об этом сообщает ТАСС со ссылкой на Институт развития профессионального образования (ИРПО), который выступает организатором мероприятия.

Турнир развернётся в стенах Федерального технопарка профессионального образования. Принять в нём участие смогут школьники, студенты колледжей и вузов, специалисты и педагоги. Соревнования будут проходить по трём направлениям: прикладная, промышленная и мобильная робототехника.

На площадке можно будет проконсультироваться с ведущими экспертами и посмотреть выставку.

С помощью этого турнира организаторы хотят популяризировать технические и инженерные профессии, сформировать устойчивые профессиональные навыки и помочь в развитии кадрового потенциала отрасли.

Помогаем нашим

Груз гуманитарной помощи отправили бойцам СВО калужские активисты. В нём большая партия строительных материалов, два мотоцикла, квадрокоптер - всё это необходимо тем, кто сражается на передовой.

Груз получают бойцы, которые служат в мотострелковом батальоне на Донском направлении. Там сейчас находится часть экипажа атомной подводной лодки «Обнинск», пока субмарина на ремонте. Калужская область шефствовала над этим и ещё многими экипажами подлодок и ракетных кораблей, на которых службу проходили ребята из нашего региона.



«Бойцы обратились ко мне с просьбой помочь с нужной техникой и материалами. Попросил коллег подключиться», - написал губернатор **Владислав Шапша** на своих страницах в соцсетях.

Ему удалось встретиться и поговорить с **Русланом** - бойцом, который ушёл на СВО из Боровского района. Он приехал сопровождать груз.

«Ребята ценят, что поддержка земляков есть», - рассказал боец.

Криминал

Кровавая неделя

В одном из домов Обнинска едва не случилось ритуальное убийство. Мужчина, увлекающийся оккультными практиками, проник в чужую квартиру, вооружившись ножом и газовым баллончиком.

Он вошёл к соседу, когда тот спал. Распылил газ в лицо и нанёс несколько ударов ножом. Однако потерпевший был не робкого десятка и сумел дать отпор нападавшему, он обезвредил его и удерживал до прибытия полицейских.

Обнинский городской суд удовлетворил ходатайство следователя о заключении подозреваемого под стражу на два месяца. Ему предъявлены обвинения не только в покушении на убийство, но и в незаконном проникновении в жилище.

Об этом происшествии сообщили в объединённой пресс-службе судов общей юрисдикции Калужской области.

А вот в Кирове - районном центре Калужской области - задержали женщину, которая нанесла своему сожителю единственный, но смертельный удар ножом. Это случилось ночью в понедельник, 11 августа.

Повздорив с мужчиной, она ударила его ножом в шею. Раненого успели доставить в больницу, но всё-таки он скончался.

Следователь осмотрел место происшествия, изъял орудие преступления и назначил необходимые экспертизы, в том числе - психиатрическую - для обвиняемой. Женщина уже во всем созналась.

Спорт

Волейбол



Губернатор Владислав Шапша встретился с олимпийским чемпионом по волейболу, обнинским тренером Александром Савиным.

Он вручил легендарному спортсмену юбилейную медаль «80 лет Калужской области». Владислав Шапша поделился воспоминаниями о событиях 1980 года, когда сборная СССР по волейболу победила на Олимпиаде.

«Я тогда был ещё ребенком, но хорошо помню ту радость и гордость, которую наш народ испытал во время Олимпиады-80. Эта победа стала началом славных волейбольных традиций в Калужской области. Наша волейбольная школа вырастила многих мастеров и чемпионов. Спортшкола олимпийского резерва в Обнинске носит имя Александра Савина. Александр Борисович и сейчас посвящает ей много внимания», - написал губернатор в своем телеграм-канале.

Спортивный праздник



Он прошёл в Обнинске девятого августа в День физкультурника. Участие в традиционном легкоатлетическом пробеге «Дорога добра» приняли сотни жителей города.

Они преодолели около трёх километров бегом, на велосипедах, лыжероллерах и самокатах.

На стадионе «Труд» состоялись матчи любительской футбольной лиги, в которых состязались восемь команд из Обнинска и соседних городов. Победу одержала команда «Корт».

Завершилось празднование Дня физкультурника традиционным «Атомным велопробегом». А накануне, восьмого августа, прошла церемония награждения руководителей, тренеров и сотрудников спортивных школ города. В Обнинске физической культурой и спортом занимаются более 70 тысяч человек. Профессионально в этой сфере сегодня трудятся 370 человек.

По итогам 2024 года в городе было подготовлено 3 456 спортсменов массовых разрядов. Звание «Мастер спорта России» было присвоено десяти спортсменам. Звания «Мастер спорта международного класса» и «Гроссмейстер России» удостоился один человек.

Десятки наших спортсменов и тренеров, других работников спортивных организаций в этот день были награждены почётными грамотами и благодарственными письмами министерства спорта Калужской области, медалями «65 лет городу Обнинску», почётными грамотами городской администрации.

Пляжный волейбол

Обнинск вновь, уже в третий раз, примет этап чемпионата страны по пляжному волейболу. Соревнования как всегда будут проходить на площадке у ТРК «Плаза».

На проспекте Маркса уже начинается монтаж специального стадиона на 1600 зрителей, на котором с 21 по 23 августа можно будет наблюдать за спортивными баталиями волейболистов. В турнире примут участие сильнейшие российские и зарубежные команды.

Игры будут проходить с 9:00 до 20:00, а финальные матчи состоятся 23 августа с 10:00 до 18:00. Для всех желающих вход на соревнования свободный.

Поддержка спорта

Более 400 тысяч рублей направлено на поддержку калужских студентов-целевиков, которые готовятся работать в сфере физкультуры и спорта.

Об этом рассказала замгубернатора, глава областного министерства финансов Валентина Авдеева.

В 2024 году выплаты получили 44 студента. На это выделили 647,5 тысячи рублей. А в первом полугодии 2025 года на указанные цели направлено 417,5 тысячи рублей. Их распределили между 30 будущими спортивными работниками.

Футбол

Обнинским футболистам нечем порадовать своих болельщиков, «Квант» потерпел очередное поражение. В третьей группе дивизиона «Б» в рамках 18 тура команда Обнинска на выезде играла против «Знамени труда» из Орехова-Зуева.

Начинался матч как будто с успеха квантовцев... На девятой минуте Дмитрий Дёмин после углового вывел команду вперёд. Но уже через 10 минут дальним ударом хозяева восстановили равенство. Впрочем, Муса Сайфутдинов сумел воспользоваться ошибкой подмосковной обороны и снова склонил чашу весов в пользу Обнинска. Однако до перерыва игроки «Знамени труда» успели показать, как умеют бить издалека. Причём сделали это дважды и на отдых ушли уже при счете 3:2. А во второй части игры так и не дали обнинцам собраться с силами. В ворота Никиты Побережного влетели еще четыре мяча. Хозяева поля одержали победу 7:2. «Квант» по-прежнему на последнем месте в таблице.

Современные технологии в работе спасателей

Традиционно МЧС России принимает участие во Всероссийском цифровом форуме «Цифровая эволюция 2025». На этот раз он проходил в Калуге.

По поручению главы МЧС ведомство представил замминистра Антон Герасимов. Выступая на сессии по цифровой эволюции городского хозяйства, он подчеркнул важность внедрения современных информационных технологий для развития «умных городов» и повышения уровня безопасности населе-

ния. В рамках этого направления участники обсудили планы по развитию системы 112, а также интеграцию новых решений для автоматизации служб экстренного реагирования.

Одной из ключевых инициатив по цифровой трансформации безопасности населения стал проект «Цифровой пожарный гарнизон». Это ещё один шаг к внедрению современных технологий в работу пожарной охраны. Его цель – создание единой цифровой системы управления и реагирования, чтобы при любых происшествиях информация передавалась мгновенно, а действия спасателей были чёткими и слаженными. В результате тратится меньше времени на реагирование, а значит - больше шансов спасти жизни людей.

Также в рамках участия в форуме замминистра посетил главное управление МЧС по Калужской области и провёл рабочее совещание с личным составом.

1 СЕНТЯБРЯ 17:00 SINTEC GROUP ГДК

ШКОЛЬНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ

И снова 1 сентября

Праздничный концерт творческих коллективов ГДН и города
Интерактивные игровые площадки для всей семьи
Увлекательные мастер-классы

Площадки от SINTEC GROUP:
• Зона крафтовых игр – «Развивайся, играя!»
• «Живые статуи» - «Мой город, моя история»
• Фотобудка - «У нас всё на ПЯТЫ!»

Всем гостям праздника воздушные шары, флажки от партнера мероприятия - компании SINTEC GROUP!

ВХОД СВОБОДНЫЙ
ПЛОЩАДЬ ГДК, ЛЕНИНА, 126

0+

ОМТ ГДК 6+

20 сентября 12:00

Мюзикл

В гостях у Кошки

ПУШКИНСКАЯ КАРТА РОССКАССА.РФ ГДК-ОБНИНСК.РУ

БИЛЕТЫ ПОКУПАЮТ ЗДЕСЬ

ПОНЕДЕЛЬНИК, 18 АВГУСТА



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.40 Т/с "Ищейка" 16+
19.40 "Большая игра" с Дмитрием Саймсом 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Чистые руки" 16+
23.00 Т/с "Доктор Преображенский" 16+
00.00 Большая игра 16+
01.15 Время героев 16+
02.10, 03.05 Подкаст.Лаб 16+



05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30, 01.40, 03.30 Т/с "Тайны следствия" 16+
17.00 Малахов 16+
21.30 Т/с "Спасская" 16+
23.35 Т/с "Анна медуим" 16+



06.30, 16.30 Д/ф "Энциклопедия загадок" 16+
07.00 Легенды мирового кино 16+
07.30 Х/ф "У них есть Родина" 0+
09.15 Диалоги о животных 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 16+
10.20, 01.55 Искатели 16+
11.05 Х/ф "Удивительный мальчик" 16+
12.45 Д/ф "Чебоксары. Усадьба купца Федора Ефремова" 16+
13.15 Х/ф "Визит дамы" 0+
15.35, 19.45 Д/ф "Его называли "Папа Иоффе" 16+
16.15 Д/ф "Забывтое ремесло" 16+
17.15, 00.55 Мастер-классы 16+
18.15 Д/ф "Иркутск. Особняк Второвых" 16+
18.45 Галерея 16+
20.25 Спокойной ночи, малыши!
20.45 Х/ф "Белая перчатка" 16+
23.00 Д/ф "Кино история контрразведки". "Начало..." 16+
23.40 Т/с "Курсанты" 0+
00.25 Д/ф "Жил-был царь". "Государева охота" 16+



04.50 Т/с "Морские дьяволы. Смерч. Судьбы" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.20 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Морские дьяволы. Северные рубежи" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 ДНК 16+
20.00 Т/с "Лихач" 16+
23.45 Т/с "Емеля" 16+
01.55 Т/с "Игра" 16+



05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 06.05, 06.45, 07.25, 09.30, 09.35, 10.25, 11.20, 12.05 Т/с "Свои-6" 16+
08.05 Фирменный рецепт с Емельяненко 12+
08.40 Знание-сила 12+
13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25, 02.45, 03.25, 04.00 Т/с "След" 16+
22.20, 01.20 Т/с "Великолепная пятёрка-7" 16+
23.05, 00.30, 02.05 Т/с "Великолепная пятёрка-5" 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+



06.00 Настроение 12+
08.10 Смех, дрожь и видео 16+
08.40 Х/ф "Чёрная месса" 12+
10.40, 04.15 Д/ф "Назад в СССР" 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50, 02.45 Х/ф "Я знаю твои секреты" 12+
13.45, 04.55 Мой герой 12+
14.55 Город новостей 16+
15.10, 18.10, 00.30 Петровка, 38 16+
15.20 Х/ф "Анна и тайна прошлого" 12+
17.20 Фактор безопасности 12+
18.20 Х/ф "Метод уборщицы" 12+
22.35 10 самых... 16+
23.05 Знак качества 16+
00.00 События. 25-й час
00.40 Д/ф "Русские тайны" 16+
01.25 Д/ф "Звёздные семьи. Предел терпения" 16+
02.05 Д/ф "Следствие ведет КГБ" 16+
05.30 Д/ф "Большое кино" 16+



05.00, 18.00, 01.30, 04.30 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
09.00 Военная тайна 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 Засекреченные списки 16+
17.00, 02.15 Тайны Чапман 16+
20.00 Х/ф "Библиотекарь" 16+
21.55 Знаете ли вы, что? 16+
23.30 Х/ф "Пацан против всех" 18+



06.00, 05.10 М/ф "Три кота" 0+
09.10, 10.10, 10.45 Т/с "Папины дочки. Новые" 12+
11.20 Х/ф "Моя ужасная сестра-2" 6+
13.05 Х/ф "Я-медведь" 6+
15.05 Т/с "Против всех" 16+
19.00, 19.30, 20.00 Т/с "Миллиард проблем" 16+
20.30 Х/ф "Падение ангела" 16+
23.00 Х/ф "Эмпайр Стэйт" 16+
00.55 Х/ф "Децибел" 18+
02.45 Х/ф "Возвращение высокого блондина" 16+
04.00 Шоу из шоу 16+



06.30, 05.30 По делам несовершеннолетних 16+
07.25, 04.40 Давай разведёмся! 16+
08.25, 02.50 Тест на отцовство 16+
10.40, 23.25 Д/с "Понять. Простить" 16+
11.45, 00.30 Д/с "Порча" 16+
12.55, 01.30 Д/с "Знахарка" 16+
13.30, 02.00 Д/с "Верну любимого" 16+
14.05, 02.25 Д/с "Голоса ушедших душ" 16+
14.40 Х/ф "Женский защитник" 16+
19.00 Х/ф "Вернуть жизнь" 16+
04.30 6 кадров 16+



07.00, 06.00 Утро ТНТ 16+
08.00, 04.10, 05.00, 05.45 Одинажды в России 16+
09.00 Большой куш. Бангкок 16+
11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с "Интерны" 16+
17.00, 18.00 Т/с "Полицейский с Рублевки" 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с "Знахарь" 16+
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с "Казачок" 16+
23.00 Х/ф "Пара из будущего" 16+
01.05 Х/ф "Иллюзия превосходства" 18+
02.45 Х/ф "Реальные Пацаны против Зомби" 16+

ВТОРНИК, 19 АВГУСТА



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.40 Т/с "Ищейка" 16+
19.40 "Большая игра" с Дмитрием Саймсом 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Чистые руки" 16+
23.00 Т/с "Доктор Преображенский" 16+
00.00 Большая игра 16+
01.15, 03.05 Подкаст.Лаб 16+



05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30, 01.40, 03.30 Т/с "Тайны следствия" 16+
17.00 Малахов 16+
21.30 Т/с "Спасская" 16+
23.35 Т/с "Анна медуим" 16+



06.30 Лето Господне. Преображение 16+
07.00 Легенды мирового кино 16+
07.30 Х/ф "Я-11-17" 16+
08.35 Д/ф "Кино история контрразведки". "Начало..." 16+
09.15 Диалоги о животных 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 16+
10.20, 02.05 Искатели 16+
11.05 Х/ф "Рыжий, честный, влюбленный" 0+
12.45 Д/ф "Жил-был царь". "Государева охота" 16+
13.15 Х/ф "Белая перчатка" 16+
15.20 Д/ф "Белоруссия. Косовский замок" 16+
15.50, 19.45 Д/ф "Лев Арцимович. Предчувствие атома" 16+
16.30 Д/ф "Энциклопедия загадок" 16+
17.15, 00.55 Мастер-классы 16+
18.30 Д/ф "Забывтое ремесло" 16+
18.45 Галерея 16+
20.25 Спокойной ночи, малыши!
20.45 Х/ф "Платон Кречет" 16+
23.00 Д/ф "Кино история контрразведки". "Шпионские страсти" 16+
23.40 Т/с "Курсанты" 0+
00.25 Д/ф "Жил-был царь". "Государев зверинец" 16+



05.00, 08.25, 10.35 Т/с "Морские дьяволы. Северные рубежи" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.20 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 ДНК 16+
20.00 Т/с "Лихач" 16+
23.45 Т/с "Емеля" 16+
01.55 Т/с "Игра" 16+



05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 06.05, 09.30, 10.20, 11.15, 12.05 Т/с "Свои-6" 16+
06.40, 07.15, 07.35, 08.05 Страна советов 16+
08.40 Знание-сила 12+
13.30, 14.20, 15.15, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25, 02.45, 03.20, 03.55 Т/с "След" 16+
22.20, 01.20 Т/с "Великолепная пятёрка-7" 16+
23.05, 00.30, 02.05 Т/с "Великолепная пятёрка-5" 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+



06.00 Настроение 12+
08.15, 05.30 Смех, дрожь и видео 16+
08.40 Х/ф "Чёрная месса" 12+
10.40, 04.15 Д/ф "Назад в СССР" 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50, 02.45 Х/ф "Я знаю твои секреты" 12+
13.45, 04.55 Мой герой 12+
14.55 Город новостей 16+
15.05 Х/ф "Анна и тайна прошлого" 12+
17.00 Хроники московского быта 12+
18.10, 00.30 Петровка, 38 16+
18.20 Х/ф "Метод уборщицы-2" 12+
22.35 10 самых... 16+
23.10 Д/ф "Заморский принц. Страшная сказка" 16+
00.00 События. 25-й час
00.40 Д/ф "90-е" 16+
01.25 Прощание 16+
02.05 Д/ф "Охота на маньяка" 16+



05.00, 18.00, 01.10, 04.20 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
09.00 Военная тайна 16+
10.00 СОВБЕЗ 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 Документальный спецпроект 16+
17.00, 02.00 Тайны Чапман 16+
20.00 Х/ф "Золотой конвой" 16+
22.30 Смотреть всем! 16+
23.25 Х/ф "72 часа" 18+



06.00, 05.40 М/ф "Три кота" 0+
09.00, 10.00, 10.25 Т/с "Папины дочки. Новые" 12+
11.00 Х/ф "Пробуждающая совесть" 16+
13.00 Х/ф "Пробуждающая совесть-2. Дар змеи" 12+
15.05 Т/с "Против всех" 16+
17.25, 19.00, 19.30 Т/с "Миллиард проблем" 16+
20.00 Х/ф "Перевозчик-3" 16+
22.00 Х/ф "Операция фортуна. Искусство побеждать" 16+
00.20 Х/ф "Джентльмены" 18+
02.20 Х/ф "Высокий блондин в чёрном ботинке" 18+
03.45 Т/с "Сеня-Федя" 16+



06.30, 05.30 По делам несовершеннолетних 16+
07.20, 04.40 Давай разведёмся! 16+
08.20, 02.55 Тест на отцовство 16+
10.30, 23.30 Д/с "Понять. Простить" 16+
11.40, 00.35 Д/с "Порча" 16+
12.55, 01.35 Д/с "Знахарка" 16+
13.30, 02.05 Д/с "Верну любимого" 16+
14.05, 02.30 Д/с "Голоса ушедших душ" 16+
14.40 Х/ф "Мой любимый раджа" 16+
19.00 Х/ф "На двоих не делится" 16+
04.35 6 кадров 16+



07.00, 06.00 Утро ТНТ 16+
08.00, 09.00, 10.00, 04.25, 05.10, 05.50 Одинажды в России 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с "Интерны" 16+
17.00, 18.00 Т/с "Полицейский с Рублевки" 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с "Знахарь" 16+
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с "Казачок" 16+
23.00 Х/ф "Гуляй, Вася! Свидание на Bali" 16+
01.10 Х/ф "Пара из будущего" 16+
02.55 Х/ф "Последний из лучших" 18+

СРЕДА, 20 АВГУСТА



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.40 Т/с "Ищейка" 16+
19.40 "Большая игра" с Дмитрием Саймсом 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Чистые руки" 16+
23.00 Т/с "Доктор Преображенский" 16+
00.00 Большая игра 16+
01.15, 03.05 Подкаст.Лаб 16+



05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30, 01.40, 03.30 Т/с "Тайны следствия" 16+
17.00 Малахов 16+
21.30 Т/с "Спасская" 16+
23.35 Т/с "Анна медуим" 16+



06.30, 16.30 Д/ф "Энциклопедия загадок" 16+
07.00 Легенды мирового кино 16+
07.35 Х/ф "Я-11-17" 16+
08.35 Д/ф "Кино история контрразведки". "Шпионские страсти" 16+
09.15 Диалоги о животных 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 16+
10.20, 02.05 Искатели 16+
11.05 Х/ф "Рыжий, честный, влюбленный" 0+
12.45 Д/ф "Жил-был царь". "Государев зверинец" 16+
13.15 Х/ф "Платон Кречет" 16+
15.35 Д/ф "Николай Пономарев-Степной. Девять десятилетий, или Параллельная фантастика" 16+
17.15, 00.55 Мастер-классы 16+
18.30 Д/ф "Забывтое ремесло" 16+
18.45 Галерея 16+
19.45 80 лет атомной промышленности России. "Советский атомный проект. Действующие лица" 16+
20.20 Х/ф "Выбор цели" 16+
23.00 Д/ф "Кино история контрразведки". "Военные тайны" 16+
23.40 Т/с "Курсанты" 0+
00.25 Д/ф "Жил-был царь". "Государево здоровье" 16+



04.50, 08.25, 10.35 Т/с "Морские дьяволы. Северные рубежи" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.20 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 ДНК 16+
20.00 Т/с "Лихач" 16+
23.45 Т/с "Емеля" 16+
01.55 Т/с "Игра" 16+



05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 06.05, 06.45, 07.25, 08.20, 09.30, 09.40, 10.25, 11.20, 12.05 Т/с "Свои-6" 16+
13.30, 14.20, 15.15, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 19.00, 19.50, 20.40, 21.25, 02.45, 03.25, 04.00 Т/с "След" 16+
22.20, 01.20 Т/с "Великолепная пятёрка-7" 16+
23.05, 00.30, 02.05 Т/с "Великолепная пятёрка-5" 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+



06.00 Настроение 12+
08.15, 05.30 Смех, дрожь и видео 16+
08.45 Х/ф "Кукольный домик" 12+
10.40, 04.15 Д/ф "Назад в СССР" 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50, 02.45 Х/ф "Я знаю твои секреты" 12+
13.45, 04.55 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Х/ф "Анна и тайна ночи" 12+
17.00 Хроники московского быта 12+
18.10, 00.30 Петровка, 38 16+
18.20 Х/ф "Метод уборщицы-3" 12+
22.35 10 самых... 16+
23.10 Д/ф "Звёздные разводы" 16+
00.00 События. 25-й час
00.40 Д/ф "Дорогие товарищи" 16+
01.25 Знак качества 16+
02.05 Мифы о еде 16+



05.00, 18.00, 01.35, 04.30 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
09.00 Документальный спецпроект 16+
10.00 Засекреченные списки 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 Д/с "Легенды и мифы" 16+
17.00, 02.20 Тайны Чапман 16+
20.00 Х/ф "Я, Алекс Кросс" 16+
21.55 Безумные факты 16+
23.30 Х/ф "Дитя робота" 16+



06.00, 05.45 М/ф "Три кота" 0+
09.05, 10.05, 10.40 Т/с "Папины дочки. Новые" 12+
11.10 Х/ф "Танцуй отсюда!" 16+
13.05 Х/ф "Тайна волшебных часов" 6+
15.05 Т/с "Против всех" 16+
17.55, 19.00, 19.30 Т/с "Миллиард проблем" 16+
20.00 Х/ф "Овердрайв" 16+
21.55 Х/ф "Тачка 19" 16+
23.40 Х/ф "Территория зла" 18+
01.50 Х/ф "Как отмыть миллион" 16+
03.45 Т/с "Сёстры" 16+



06.30, 05.30 По делам несовершеннолетних 16+
07.25, 04.40 Давай разведёмся! 16+
08.25, 02.50 Тест на отцовство 16+
10.40, 23.20 Д/с "Понять. Простить" 16+
11.45, 00.30 Д/с "Порча" 16+
12.55, 01.30 Д/с "Знахарка" 16+
13.30, 02.00 Д/с "Верну любимого" 16+
14.05, 02.25 Д/с "Голоса ушедших душ" 16+
14.40 Т/с "Второй шанс на счастливую жизнь" 16+
19.00 Х/ф "Жена моего сына" 16+
04.30 6 кадров 16+



07.00, 06.00 Утро ТНТ 16+
08.00 Кто куда 16+
08.30, 09.00, 10.00, 04.45, 05.30 Одинажды в России 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с "Интерны" 16+
17.00, 18.00 Т/с "Полицейский с Рублевки" 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с "Знахарь" 16+
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с "Казачок" 16+
23.00 Х/ф "Шпион, который меня кинул" 16+
02.50 Х/ф "Левша" 18+

ЧЕТВЕРГ,



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.40 Т/с "Ищейка" 16+
19.40 "Большая игра" с Дмитрием Саймсом 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Чистые руки" 16+
23.00 Т/с "Доктор Преображенский" 16+
00.00 Большая игра 16+
01.15, 03.05 Подкаст.Лаб 16+



21 АВГУСТА

00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
02.05 Т/с **“Великолепная пятёрка-3”** 16+



06.00 Настроение 12+
08.15, 05.30 Смех, дрожь и видео 16+
08.40 Х/ф **“Кукольный домик”** 12+
10.40, 04.15 Д/ф **“Назад в СССР”** 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50, 02.45 Х/ф **“Я знаю твои секреты”** 12+
13.45, 04.55 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Х/ф **“Анна и тайна ночи”** 12+
17.00 Хроники московского быта 12+
18.10, 00.30 Петровка, 38 16+
18.20 Х/ф **“Метод уборщицы-4”** 12+
22.35 10 самых... 16+
23.10 Актёрские драмы 16+
00.00 События. 25-й час
00.40 Д/ф **“Охота на маньяка”** 16+
01.25 Д/ф **“90-е”** 16+
02.05 Д/ф **“Настоящий детектив. Ничего святого”** 16+



05.00, 18.00, 01.45, 04.30 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
09.00 Документальный спецпроект 16+
10.00 Засекреченные списки 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Купи-продай 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 Неизвестная история 16+
17.00, 02.30 Тайны Чапман 16+
20.00 Х/ф **“Близнецы”** 16+
22.05 Момент в истории 16+
23.30 Х/ф **“Средневековье”** 18+



06.00, 05.30 М/ф **“Три кота”** 0+
08.55, 10.00, 10.25 Т/с **“Папины дочки. Новые”** 12+
11.00 Х/ф **“Овердрайв”** 16+
12.55 Х/ф **“Одни дома”** 12+
15.05 Т/с **“Против всех”** 16+
17.55, 19.00, 19.30 Т/с **“Миллиард проблем”** 16+
20.00 Х/ф **“День курка”** 16+
22.00 Х/ф **“Отель Артемиды”** 16+
23.55 Х/ф **“Падение ангела”** 16+
02.05 Х/ф **“Предел страха”** 18+
03.30 Т/с **“Мафия-дело семейное”** 16+



06.30, 05.35 По делам несовершеннолетних 16+
07.25, 04.45 Давай разведёмся! 16+
08.25, 02.55 Тест на отцовство 16+
10.40, 23.30 Д/с **“Понять. Простить”** 16+
11.45, 00.35 Д/с **“Порча”** 16+
12.55, 01.35 Д/с **“Знахарка”** 16+
13.30, 02.05 Д/с **“Верну любимого”** 16+
14.05, 02.30 Д/с **“Голоса ушедших душ”** 16+
14.40 Х/ф **“Я всё исправлю сама”** 16+
19.00 Т/с **“Седьмое небо”** 16+
04.35 6 кадров 16+



07.00, 06.00 Утро ТНТ 16+
08.00, 09.00, 10.00, 04.40, 05.25 Однажды в России 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Т/с **“Интерны”** 16+
17.00, 18.00 Т/с **“Полицейский с Рублевки”** 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00 Т/с **“Знахарь”** 16+
21.30, 22.00, 22.30 Т/с **“Казачок”** 16+
23.00 Х/ф **“Викинг”** 18+
01.35 Х/ф **“Железное небо-2”** 16+

ПЯТНИЦА, 22 АВГУСТА



05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженемся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.40 Т/с **“Ищейка”** 16+
19.45 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.45 Что? Где? Когда? 16+
22.55 Т/с **“Шерлок и дочь”** 16+
00.40 Подкаст.Лаб 16+



05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Местное время. Вести-Калуга
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30 Т/с **“Тайны следствия”** 16+
17.00 Прямой эфир 16+
21.30 Торжественное открытие Международного конкурса молодых исполнителей “Новая волна-2025” 16+
23.55 Х/ф **“Розы и шипы”** 16+
03.20 Х/ф **“Крепкий брак”** 16+



06.30, 16.30 Д/ф **“Энциклопедия загадок”** 16+
07.00 Д/ф **“Забытое ремесло”** 16+
07.20 Х/ф **“Циклон” начнется ночью”** 0+
08.35 Д/ф **“Кино история контрразведки”**. “КГБ против ЦРУ” 16+
09.15 Диалоги о животных 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 16+
10.20 По следам тайны 16+
11.05 Х/ф **“Про Красную Шапочку”** 0+
12.45 Д/ф **“Жил-был царь”**. “Государевы кушанья” 16+
13.15 Х/ф **“Конец Черных рыцарей”** 16+
14.45 Д/ф **“Крутая лестница”** 16+
15.35, 19.45 Д/ф **“Лев Рябев. Атомный директор”** 16+
17.15, 01.10 Мастер-классы 16+
18.10 Х/ф **“Антон Иванович сердится”** 0+
20.35, 02.10 Искатели 16+
21.20 Х/ф **“Анна на шее”** 0+
22.45 Д/ф **“Грозовой перевал”** 16+
23.40 Х/ф **“Очаровательные и опасные”** 16+



05.00, 08.25, 10.35 Т/с **“Морские дьяволы. Северные рубежи”** 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 ДНК 16+
17.55 Жди меня 12+
20.00 Т/с **“Лихач”** 16+
23.20 Своя правда 16+
01.15 Захар Прилепин. Уроки русского 12+
01.50 Т/с **“Игра”** 16+



05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 06.05, 06.50, 07.35, 09.30, 10.20, 11.15, 12.05, 13.30, 14.20, 15.15, 16.05 Т/с **“Наш спецназ-3”** 16+
08.30 Ваше здоровье! 12+
17.30, 18.20, 19.05, 20.00, 20.45, 21.35, 22.20 Т/с **“След”** 16+
23.10 Светская хроника 16+
00.10, 01.00 Они потрясли мир 16+
01.50, 02.30, 03.10, 03.50, 04.30 Т/с **“Пилигрим-2”** 16+



06.00 Настроение 12+
08.15, 11.50 Х/ф **“Как извести любовницу за 7 дней”** 12+
11.30, 14.30, 17.50 События
12.35, 15.05 Х/ф **“Неопалимый Феникс”** 12+
14.55 Город новостей 16+
17.00 Д/ф **“Легенды эстрады”** 16+
18.10 Удиви меня 16+
20.00 Х/ф **“Ночной переезд”** 12+
21.50 Хорошие песни 12+
23.30 Петровка, 38 12+
01.00 Х/ф **“Огарева, 6”** 12+
02.30 Петровка, 38 16+
02.45 Х/ф **“Ждите неогданного”** 12+
05.35 Смех, дрожь и видео 16+
05.55 Д/ф **“Большое кино”** 16+



05.00, 18.00, 02.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+
09.00 Документальный спецпроект 16+
10.00 Засекреченные списки 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Тайны Чапман 16+
17.00 Главные тайны мира 16+
20.00 Х/ф **“Охота на воров”** 16+
22.40 Х/ф **“Искусство ограбления”** 16+
00.30 Х/ф **“Ограбление президента”** 18+



06.00, 05.40 М/ф **“Три кота”** 0+
08.55, 12.00, 12.30 Т/с **“Папины дочки. Новые”** 12+
13.00 Уральские пельмени. Смехbook 16+
14.05 Шоу Уральские пельмени 16+



06.30, 05.25 По делам несовершеннолетних 16+
07.30, 04.35 Давай разведёмся! 16+
08.30, 02.55 Тест на отцовство 16+
10.45, 23.30 Д/с **“Понять. Простить”** 16+
11.55, 00.35 Д/с **“Порча”** 16+
13.00, 01.35 Д/с **“Знахарка”** 16+
13.35, 02.05 Д/с **“Верну любимого”** 16+
14.10, 02.30 Д/с **“Голоса ушедших душ”** 16+
14.45 Х/ф **“Верная жена”** 16+
19.00 Х/ф **“Сокровище Королёвой Анны”** 16+
06.05 Х/ф **“Выбор сердца”** 16+



07.00 Утро ТНТ 16+
08.00, 09.00, 10.00, 03.35, 04.25, 05.15, 06.00 Однажды в России 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 Т/с **“Интерны”** 16+
20.00, 21.00 Комеди Клуб. Дайджест 16+
22.00 Комеди Клуб 16+
23.00, 23.30, 00.00, 00.30 Галустян 16+
01.00, 01.55, 02.40 Женский стендап 18+

СУББОТА, 23 АВГУСТА



06.00 Доброе утро. Суббота 12+
09.45 Слово пастыря 0+
10.00, 12.00 Новости
10.15 Д/ф **“Безбилетный пассажир удачи”**. К 95-летию со дня рождения Георгия Даниели 16+
11.05 Играем свадьбу! 12+
12.15 Поехали! 12+
13.05 Т/с **“Убойная сила”** 16+
17.05 Кто хочет стать миллионером? 12+
18.00 Вечерние новости
18.20 Ээхх, Разгуляй! 16+
21.00 Время
21.35 Сегодня вечером 16+
23.30 Х/ф **“Горизонт в огне”** 18+
01.50 Подкаст.Лаб 16+



05.00 Утро России. Суббота 12+
08.00 Вести. Местное время. Суббота
08.35 По секрету всему свету 12+
09.00 Формула еды 12+
09.25 Пятёрка на одного 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 Наши. Военкоры 12+
12.00 Доктор Мясников 12+
13.00 Большие перемены 12+
14.30, 20.50 Местное время. Вести-Калуга
14.50 “Измайловский парк”. Большой юмористический концерт 16+
17.15 “Эра мечтателей”. Торжественная церемония, посвящённая 80-летию атомной промышленности 12+
21.00 Х/ф **“Столичная штучка”** 12+
00.35 Х/ф **“Боль чужой potere”** 12+



06.30 Библейский сюжет 16+
07.05 М/ф **“Храбрый олененок”**. **“Последняя невеста Змея Горыныча”**. **“Человечка нарисовал я”** 16+
08.40 Классная тема! 16+
09.10, 22.45 Х/ф **“Инспектор Гулл”** 12+
11.30 Передвижки. Исаак Левитан 16+
12.00 Х/ф **“Анна на шее”** 0+
13.25 Кино о кино 16+
14.05, 01.05 Д/ф **“Заповедное. Путь зубра”** 16+
14.50 М/ф **“Бременские музыканты”**. **“По следам бременских музыкантов”** 16+
15.35 Спектакль **“Не будите мам”** 16+
17.40 ...Жизнь свою он прожил как поэт 16+
19.30 Новости культуры 16+
19.45 Х/ф **“Последний дюйм”** 0+
21.10 Сказки народов мира в опере 16+
01.45 Искатели 16+
02.30 М/ф **“История любви одной лягушки”**. **“Пилюля”** 16+



04.45 Т/с **“Дельта. Продолжение”** 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 Поедем, поедим! 16+
09.20 Едим дома 0+
10.20 Главная дорога 16+
11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым 12+
12.00 Квартирный вопрос 0+
13.00 Однажды... 16+
14.00 Основано на реальных событиях 16+
16.20 ЧП. Расследование 16+
17.00 Своя игра 0+
18.00 Следствие вели... 16+
19.00 Центральное телевидение 16+
20.20 Х/ф **“Глаз пустыни”** 16+
01.30 Т/с **“Игра. Реванш”** 16+
04.30 Т/с **“Агентство скрытых камер”** 16+



05.00, 05.10, 05.45, 06.25 Т/с **“Пилигрим-2”** 16+
07.05, 07.55, 11.10, 12.05, 13.00, 13.55, 14.55, 15.45, 18.30, 19.25, 20.20, 21.15 Т/с **“Условный мент-2”** 16+

08.45, 09.30, 10.15, 16.40, 17.40 Т/с **“Условный мент-6”** 16+
09.00 Страна советов 16+
22.10, 23.05 Т/с **“Филин-4”** 16+
00.00 Известия. Главное 16+
01.05 Светская хроника 16+
02.10, 02.50, 03.30, 04.10 Т/с **“Филин-2”** 16+



06.25 Православная энциклопедия 6+
06.50 Х/ф **“Ночной переезд”** 12+
08.25 Удиви меня 16+
10.05 Мифы о еде 16+
10.55 Просто & вкусно 6+
11.30, 14.30, 22.00 События
11.50 Смешите меня семеро 16+
12.35 Петровка, 38 12+
14.45 Х/ф **“Жизнь, по слухам, одна”** 12+
18.25 Т/с **“Хроника гнусных времен”** 12+
22.15 Д/ф **“Тайная комната. Золото Третьего рейха”** 16+
23.00 Д/ф **“Русские тайны”** 16+
23.45 Д/ф **“Смерш. Ловушка для самурая”** 16+
00.30 Д/ф **“Охота на маньяка”** 16+
01.10 Д/ф **“Дорогие товарищи”** 16+
01.50, 02.30, 03.10 Хроники московского быта 12+
03.55, 04.20, 04.45, 05.15 10 са-мых... 16+



05.00, 03.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+
09.00 Минтранс 16+
10.00 Самая полезная программа 16+
11.00, 13.00 Военная тайна 16+
15.00 СОВБЕЗ 16+
16.00 112 16+
17.00 Документальный спецпроект 16+
18.00 Засекреченные списки 16+
19.00 Добровэфире 16+
20.00 Х/ф **“Отзвуки прошлого”** 16+
21.50 Х/ф **“Опасный Бангкок”** 16+
23.45 Х/ф **“Страна чудес Вилли”** 18+
01.30 Х/ф **“Монстр-траки”** 6+



06.00 Х/ф **“Призраки”** 16+
07.55, 09.00 Просто кухня 12+
10.00 100 мест, где поесть 16+
11.00 М/ф **“Садко”** 6+
12.45 М/ф **“Карлик нос”** 16+
14.25 М/ф **“Яга и книга заклинаний”** 6+
16.35 Х/ф **“Хроники панголинов”** 12+
18.40 Х/ф **“Стражи времени”** 6+
20.50 Х/ф **“Робин гуд. Начало”** 16+
23.05 Х/ф **“Орёл девятого легиона”** 12+
01.20 Х/ф **“Эмпайр Стэйт”** 16+
02.50 Т/с **“Метод Лавровой”** 16+



06.30 Х/ф **“Выбор сердца”** 16+
10.00, 03.35 Т/с **“Редкая группа крови”** 16+
19.00 Т/с **“Адвокат для сбывшего жениха”** 16+
23.30 Х/ф **“Вальс цветов”** 16+
03.10 6 кадров 16+



07.00, 07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 02.35, 03.20, 04.10, 05.00, 05.50, 06.00 Однажды в России 16+
11.30 Кто куда 16+
12.00, 12.45, 14.25, 16.05, 17.40, 19.20 Битва экстрасенсов 16+
21.00 Большой хит 16+
23.00 StandUp 18+
00.00 Женский стендап 18+
01.00 Погоня 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 24 АВГУСТА



06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 00.00 Подкаст.Лаб 16+
06.40 Играй, гармонь любимая! 12+
07.25 Здоровье 16+
08.30 Золотая коллекция Союзмультфильма 0+
09.10 Непутевые заметки 12+
09.30 Мечтателион. Национальная Лотерея 12+
10.15 Жизнь своих 12+
11.05 Повара на колесах 12+
12.15 Они выбрали-Родину 16+
12.55 Видели видео? 0+
14.20 Д/ф **“Безбилетный пассажир удачи”**. Полная версия. К 95-летию со дня рождения Георгия Даниели 16+
15.25 Х/ф **“Кин-дза-дза!”** 12+
18.00 Вечерние новости
19.00 Две звезды. Лучшее 16+
21.00 Время
23.00 Т/с **“Триггер”** 16+



05.25, 01.35 Х/ф **“Осторожно! Вход разрешён”** 12+
07.20 В кругу друзей 12+
08.00 Вести. Местное время. Воскресенье
08.35 Когда все дома 12+
09.25 Утренняя почта 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 Наши. Военкоры 12+
12.00 Доктор Мясников 12+
13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
14.30 Местное время. Вести-Калуга
15.00 Парад юмора 16+
17.50 Песни от всей души 12+
22.30 Москва. Кремль. Путин 16+
23.00 Воскресный вечер с Владимиrom Соловьёвым 12+



06.30 Библейский сюжет 16+
07.05 М/ф **“Братья Лю”**. **“Праздник новогодней елки”** 16+
08.35 Классная тема! 16+
19.00 Х/ф **“Последний дюйм”** 0+
10.30 Больше, чем любовь 16+
11.10 Х/ф **“Не болит голова у дятла”** 0+
12.25 Юбилейный концерт Государственного академического Воронежского русского народного хора имени К.И.Массали-тинова. 2024 г. 16+
13.25 Человеческий фактор. “Особенный театр” 16+
13.55 Х/ф **“Дорога на Бали”** 12+
15.30, 00.45 Д/ф **“Полёт над Владивостоком”** 16+
16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком 16+
17.10 К 250-летию Большого театра России. “Легендарные голоса. Бэла Руденко” 16+
18.05 Д/ф **“Татчина. Усадьба Елизаветино”** 16+
18.35 Х/ф **“Сюжеты вокруг сюжетов. Брат мой-враг мой”** 16+
19.30 Новости культуры 16+
19.45 Х/ф **“Из жизни отдыхающих”** 12+
21.10 Русские сказки в опере 16+
22.25 Д/ф **“Красота по-русски”** 16+
23.20 Х/ф **“Когда мне будет 54 года”** 16+
01.40 Искатели 16+
02.25 М/ф **“Мена”**. **“Фатум”** 16+



05.00 Т/с **“Дельта. Продолжение”** 16+
06.40 Центральное телевидение 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! 12+
10.20 Первая передача 16+
11.00 Чудо техники 12+
12.00 Дачный ответ 0+
13.00 Однажды... 16+
14.00 Основано на реальных событиях 16+
16.20 ЧП. Расследование 16+
17.00 Своя игра 0+
18.00 Следствие вели... 16+
19.00 Итоги недели
22.00 Звезды сошлись 16+
23.00 Звезды 16+
01.55 Т/с **“Игра. Реванш”** 16+



05.00, 05.40, 06.20 Т/с **“Филин-4”** 16+
07.00 Х/ф **“Невероятные приключения итальянцев в России”** 12+
09.

Бегом от деменции!



Деменция – это не просто возрастная забывчивость, а тяжёлая болезнь, которая меняет жизни и пациентов, и их близких.

Сейчас, по различным данным, в мире живет 55 миллионов людей с болезнью Альцгеймера (именно её чаще всего ассоциируют с деменцией, хотя последняя может быть спутником и других возрастных проблем). По прогнозам экспертов, к 2030 году их будет уже 78 миллионов, а к середине века – 139-150 миллионов.

Как защитить себя и что реально работает для профилактики, рассказала эксперт, врач-невролог Амина Киндарова.

Деменция – это синдром, который объединяет несколько болезней. Самые частые – болезнь Альцгеймера и сосудистая деменция, они часто сочетаются. В группе риска – люди с хроническими, плохо контролируемые заболеваниями, то есть те, у кого есть некомпенсированная артериальная гипертония, нелеченный сахарный диабет, различные кардиологические проблемы. Особенно опасно, если пациенты не принимают препараты по этим диагнозам.

«Но даже если у вас нет этих болезней, расслабляться рано. Деменция – это результат сложных изменений в мозге: нарушается микроциркуляция, питание тканей, взаимодействие клеток, накапливаются патологические вещества. И это ненормальное старение, это болезнь», – объясняет врач.

О ВАЖНЫХ СИМПТОМАХ

Эти симптомы сигнализируют о приближении деменции:

- Проблемы с планированием и выполнением обычных дел (человек просто забывает, что хотел сделать). Не просто «ой, забыл, что вчера делал», а невозможность вспомнить даже с подсказкой.
- Сложности с ориентацией во времени.
- Частые ошибки в словах, подборе выражений.
- Человек путает события, не может вспомнить имена.

«Если эти ситуации становятся всё более частыми и начинают влиять на жизнь, важно не откладывать визит к врачу: самые главные два доктора в этой ситуации – терапевт и невролог», – советует Амина Киндарова.

ПРОСТЫЕ, НО ВАЖНЫЕ ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ ДЕМЕНЦИИ

Казалось бы, болезнь Альцгеймера не поддается профилактике. Ведь она связана с накоплением «токсина» (тау-амилоидных бляшек в мозге, замедляющих передачу импульсов между нейронами). Как с таким бороться?

– На самом деле профилактика есть. И начинать её лучше гораздо раньше, чем мы можем заболеть. Оптимально – после 35-40 лет, – говорит врач.

Что важно:

1. Сон и режим

Во сне мозг не бездействует, а выполняет важные функции – очищается от патологических белков, которые участвуют в развитии деменции.

Важно не только количество, но и качество сна: в среднем взрослым нужно 7-8 часов. «Если вы спите шесть часов, но это качественный сон без пробуждений – этого может быть достаточно. А если 9-10 часов, но с частыми пробуждениями – это неэффективно», – поясняет Киндарова.

2. Физическая активность

Регулярная физическая нагрузка важна для хорошего кровоснабжения (очищения) мозга. Достаточно 20-30 минут активности в день: прогулки, плавание, танцы, йога – всё это работает на профилактику.

3. Контроль хронических заболеваний

Если у вас есть гипертония, диабет или лишний вес, их нужно корректировать: «Лучше заняться этим сразу же, чтобы не допустить сосудистых изменений в мозге в пожилом возрасте», – говорит врач.

4. Питание с достаточным количеством овощей, полезных жиров и регулярным приёмом пищи способствует нормальной работе мозга.

5. Снижение веса

Лишний вес запускает различные воспалительные процессы в организме, которые также могут быть ассоциированы с болезнью Альцгеймера. Но снижение веса помогает в том случае, если оно связано с нормализацией образа жизни, а не экстремальными диетами.

6. Психосоциальное здоровье

Стресс, тревожные расстройства, депрессия – всё это факторы риска.

7. Интеллектуальная деятельность

Когнитивные тренировки (например, учить стихи, разгадывать кроссворды и т.п.) полезны, но они работают только в комплексе с физической активностью, сном и социальным общением. Важно тренировать не только память, но и другие функции: внимание, речь, двигательные навыки. Это могут быть новые хобби, изучение языков, настольные игры, общение с новыми людьми.

– То есть профилактика деменции – это не что-то сложное. Это про сон, физическую активность, здоровое питание и общение, – подытоживает врач-невролог. – Главное – начать заботиться о мозге заранее: высыпаться, двигаться, общаться, контролировать хронические болезни и не забывать о радостях жизни.

Подготовила А.Яковлева

Сформировать критическое мышление

Председатель Госдумы Вячеслав Володин обратился в правительство для пересмотра формата домашних заданий в школах, ссылаясь на чрезмерную учебную нагрузку.

В своём телеграм-канале он отметил, что многие родители и педагоги выражают беспокойство по поводу того, что школьники проводят в учёбе от 8 до 10 часов в день.

«Вопрос становится всё более актуальным ещё и по той причине, что у детей появляются новые возможности для формального выполнения домашнего задания – технологии искусственного интеллекта, поиск готовых ответов в интернете и так далее. Тем самым всё это порой превращается просто в пустую трату времени», – считает Володин.

Он отметил, что мировой опыт различен в подходах к самостоятельной работе школьников после уроков. В некоторых странах, например, домашние задания носят исследовательский и творческий характер, и это даёт ребёнку навыки более глубокого изучения тем и формирует критическое мышление.



Депутаты Госдумы планируют в сентябре вернуться к обсуждению вопроса чрезмерной нагрузки на школьников.

«Мы обратились в правительство с тем, чтобы этот вопрос был рассмотрен. Несмотря на признание проблемы, до сегодняшнего дня конкретных предложений в этой части не выработано. Дети должны развиваться, а не искать готовые ответы при помощи различных программ и ИИ», – подчеркнул Володин.

Медкнижки в цифре



С апреля 2026 года документом, подтверждающим прохождение медицинских осмотров, должна стать медицинская книжка, сформированная в форме электронного документа в единой информационной системе электронных медицинских книжек.

Такой законопроект 11 августа внесли в Государственную Думу сенаторы Мохмад Ахмадов, Юлия Лазуткина, Сергей Горняков и Андрей Чернышев.

«В целях защиты прав граждан и отдельных категорий работников, предусматривается возможность поэтапного перехода на ЭМК с сохранением бумажных форм до первого апреля 2026 года, а также внесение изменений в подзаконные акты для корректного отражения функционала ЭМК и порядка их ведения», – говорится в пояснительной записке.

Согласно приказу минздрава от 28 июня 2024 года, одновременное использование бумажных и электронных медицинских книжек допускается до первого сентября 2025 года, а после этой даты предусмотрен обязательный переход на ЭМК. На портале государственных и муниципальных услуг уже реализован сервис для оформления таких документов.

Электронные медицинские книжки выдают россиянам с сентября 2023 года. В них, как и в бумажных, отражаются сведения обо всех необходимых работникам медосмотрах, прививках, профессиональной гигиенической подготовке, инфекционных заболеваниях и анализах.

Внедрение ЭМК является частью масштабной цифровизации системы здравоохранения, осуществляемой в соответствии с Федеральным законом № 242-ФЗ от 29 июля 2017 года. Как отмечается в пояснительной записке к законопроекту, эта мера позволит повысить прозрачность и достоверность сведений о прохождении медицинских осмотров, снизить административные издержки и обеспечить дополнительную защиту от подделки документов.

Работы, которые нельзя выполнять без медкнижки, определены приказом минздрава. Она нужна тем, кто контактирует с пищевыми продуктами при их производстве, хранении, перевозке или продаже, работает с питьевой водой на любом процессе её подготовки или обслуживает водопроводные сети, воспитывает или учит детей, трудится в сфере бытовых и коммунальных услуг.

ВЫВОЗ ООО «ФОРМ-С»

- СТРОИТЕЛЬНОГО
- МАЛООПАСНОГО
- ПРОМЫШЛЕННОГО
- БЫТОВОГО МУСОРА!



СЪЁМНЫЕ КОНТЕЙНЕРЫ
от 8 м КУБ. до 32 м КУБ.

Установка контейнера в день обращения. Выгодные цены! Работаем ежедневно!

8-980-710-63-07 / 8-910-590-43-89

Строительная компания строит дома, гаражи и др. постройки под «ключ». Выполняет все виды кровельных работ под «ключ» с гарантией и обслуживанием в г.Обнинске и ближайших районах. Служба собственной доставки, монтажные бригады (славяне); консультация, замер и помощь в выборе материалов бесплатно. Работаем с заключением договора.

ДОСТУПНЫЕ И ПРИЕМЛЕМЫЕ ЦЕНЫ ТОЛЬКО У НАС!

СКИДКИ пенсионерам, инвалидам и ветеранам ВОВ

8-961-123-83-75,

8-980-713-64-34.



ПРИГЛАШАЮ
в Городской парк (старый город)

22 августа 2025 года
ко Дню Государственного флага Российской Федерации

16-00 Выставка книг «Наша Родина - Россия» 6+
Организатор: Филиал библиотеки «Старый город»
16-00 Музыкальная гостиная «Над Россией моей» 6+
Организатор: МАУ «Городской парк»
16-00 Игра - квиз «Над нами реет флаг России» 6+
Организатор: Городская детская библиотека «Сказка»
17-00 Музыкальный час «Величаво над страной реет флаг земли родной» 6+
Организатор: МАУ «Городской парк»
17-00 Акция «Наш триколор» 3+
Организатор: Администрация города Обнинска
17-00 Акция «Флаг державы - символ славы» 3+
Организатор: Администрация города Обнинска

с 18 по 31 августа 2025г.
Выставка
«Государственные символы России», посвященная 22 августа – Дню Государственного флага России

Директор Городского парка
ДАВЫДОВА
Жанна Владимировна

16 ноября в 19.00 - Александр Иванов и группа «Рондо». 12+
Касса ГДК работает ежедневно с 13.00 до 19.00.
Билеты можно приобрести на сайте ГДК.
Телефон: 8(484) 393-20-95.
Сайт ГДК: gdk-obninsk.ru

ДОМ УЧЁНЫХ (пр.Ленина, д.129)

12 сентября в 18.00 - открытие юбилейного XX международного православного Сретенского кинофестиваля «Встреча». Тема фестиваля - «Великая Победа: Люди и судьбы!». 6+
15 сентября в 18.00 - закрытие юбилейного XX международного православного Сретенского кинофестиваля «Встреча». 6+
20 сентября в 19.00 - стендап-концерт Кирилла Мазура с программой «По семейным обстоятельствам». 18+
21 сентября в 18.00 - спектакль «Двое на качелях». 18+
25 сентября в 19.00 - балет «Спящая красавица» при участии артистов театров Санкт-Петербурга. 6+
27 сентября в 18.00 - Российский государственный академический камерный «Вивальди-Оркестр» с программой «По зову романтических грёз» от Петра Чайковского до Александры Пахмутовой. 6+
30 сентября в 20.00 - стендап-концерт Елизаветы-Варвары Арановой. 18+
11 октября в 16.00 - юбилейный концерт Игоря Милокова. 6+

16 октября в 19.00 - премьера спектакля «Унесённые Голливудом». 16+
24 октября в 19.00 - концерт Виктории и Антона Макарьских. 6+
23 ноября в 19.00 - стендап-концерт Виктории Складчиковой. 18+
5 января в 19.00 - новогоднее шоу «Белоснежный бал Иоганна Штрауса» CONCORD ORCYESTRA. 6+
Тел. для справок: 393-27-90; 393-18-31.

ДОМ КУЛЬТУРЫ ФЭИ (пр.Ленина, д.15)

19 августа в 17.30 - шоу-программа «Ты уникальный ребенок России». 0+
В МАУ «ДК ФЭИ» проводится набор участников в коллективы на новый творческий сезон 2025-2026 г.:
• детская студия театра балета «Подснежник». Рук. А.Крамова. Тел.: 8-903-696-52-40 (Возраст: с 4-х лет)
• школа «Витадан» ансамбля балетного танца «Ангажемент». Рук. У.Шорина. Тел.: 8-980-513-50-12, 8-905-641-65-11. (Возраст: с 3-х лет)
• студия исторических танцев «Время танцевать». Рук. И. Сидорова. Тел.: 8-920-877-86-36. (Возраст: с 12-ти лет)
• театральная студия «7Я» и Литературно-поэтический театр «Многогранник». Рук. З. Мелконян. Тел.: 8-977 627-04-49. (Возраст: с 6-ти лет)
• театральная студия «Созвездие» Рук. М.Клименко. Тел.: 8-953-333-09-26. (Возраст: с 5-ти лет)

• ансамбль эстрадного и народного танца «АРИБА». Рук. О.Росовская. Тел.: 8-903-026-48-47. (Возраст: с 4-х лет)
• ансамбль барабанщиц «ВИВА». Рук. М.Колеватых. Тел.: 8-910-862-57-81. (Возраст: с 11-ти лет)
• детская студия «Дом радуги» Рук. Е.Велижева, А.Соломаха. Тел.: 8-910-514-00-58, 8-910-514-16-36. (Возраст: с 3-х лет)
• ансамбль русских песни «Оберег» Рук. Ю.Рузанова. Тел.: 8-910-545-62-49. (Возраст: с 6,5 лет)
• вокальный эстрадный коллектив «Сириус». Рук. А.Пашкина. Тел.: 8-985-718-81-50. (Возраст: с 4-х лет)

ЦЕНТРАЛЬНАЯ БИБЛИОТЕКА (ул.Энгельса, д.14)

Лекторий общества «Знание»
20 августа в 17.30 - «Л.Н.Толстой и музыка». Произведения Л.Н.Толстого послужили творческой основой композиторам. Лектор - Н.Пак. 16+
27 августа в 17.30 - «Лето в поэзии и живописи». Лектор - Л.Иванова. 12+
Виртуальный концертный зал
19 августа в 16.00 - лекция «Происхождение русских». Станислав Дробышевский, кандидат биологических наук, антрополог, президент движения популяризации наук. 16+
22 августа в 18.00 - «Легенда о сердце». Театральный институт им. Б.Шукина. Видеозапись спектакля. 16+
26 августа в 16.00 - лекция «Валентин Серов». Искусствовед А. Апресян. 16+
31 августа в 15.00 - «Хоровые оперные шедевры». Губернская симфоническая капелла. Видеозапись из Пензы. 16+
Лекционный зал
21 августа в 18.00 - 90 - ление со дня рождения О. Табакова. «Многоликий Лелик из табакерки». 16+
Вход на мероприятия свободный.
Телефон: 58-40-270,
сайт: <https://cbs-obninsk.ru>

РАБОТА

МБУ «Дом учёных» требуются: уборщица, гардеробщица, дворник. ☎ 397-04-41.

МБУ «Городской Дворец культуры» требуется: дворник. ☎ 8(484) 393-56-89.

РАЗНОЕ

Ремонт холодильников и стиральных машин.
☎ 8-910-867-34-42, 396-59-14.

Ремонт: холодильников, стиральных машин на дому. Продажа оригинальных запчастей. Сервисный центр «Радиотехника»: г.Обнинск, ул.Курчатова, д.46. ☎ 395-31-31.

Ремонт телевизоров кинескопных и жидкокристаллических. Возможна доставка. ООО «Радиотехника»: Треугольная, пл., д.1. ☎ 396-21-34.

На улице Лейпунского, д.2 работает церковная лавка от церкви «Вера. Надежда. Любовь». ВСЕ УСЛУГИ.

Музей-магазин на ул. Курчатова, 12 купит антиквариат, предметы старины, коллекции. ☎ 8-953-460-40-82

ПРОДАМ

Костыли недорого.
☎ 8-920-879-68-51

ГОРОДСКОЙ ПАРК (ул.Горького д.60)

16, 17, 23, 24 августа с 12.00 до 15.00 – тренировочные занятия на электромотоциклах. 6+
16 августа с 11.00 до 19.00 – фестиваль народного творчества на детской площадке около ТРК «Плаза». 6+
16 августа в 16.00 – музыкальный концерт «Душа с душою говорит» в гостях у парка Т. Кутянина. 6+
16, 23 августа с 17.00 до 18.00 – проект «Звуки винила», слушаем и танцуем под виниловые пластинки. 6+
16 августа в 18.00 – танцевальный вечер в парке «Когда мне было 20 лет...». 6+
17, 24 августа с 9.30 до 10.30 – Шаолинский Цигун. Суставные практики. Рефлексотерапевт. Жизнь без боли. Клуб «Северный Шаолин». 6+
17 августа в 12.00 – «Мери Поппинс и длинный чулок» детская программа по экологическому воспитанию. 6+
17, 24 августа с 19.00 до 21.00 – Бачата. Танцевальные вечера от фитнес-клуба С.С.С.Р. 6+
19 августа с 16.00 до 18.00 - вечер современной поэзии, свободный поэтический микрофон. 6+
22 августа в 16.00 - ко Дню Государственного флага РФ – музыкальная гостиная «Над Россией моей». 6+
22 августа в 17.00 - музыкальный час «Величаво над страной реет флаг земли родной». 6+
22 августа в 17.00 - акции «Наш триколор», «Флаг державы – символ славы». 6+
23 августа в 11.00 - проведение городской выставки «Дары сада и огорода». 6+
23 августа в 16.00 - музыкальный концерт «Осень, за окнами август.» В гостях у парка С. Тютюнников и А.Петрищенко. 6+
23 августа в 18.00 - танцевальный вечер в парке «Песни на касете». 6+
24 августа в 12.00 - детский праздник «Миу-миу вечеринка». 6+
24 августа в 17.00 - квартирник «ВЫ!» музыкального пространства «MusicInside». 6+ (парк «Усадьба Белкино») Режим работы аттракционов в парке уточняем по тел.: 8-953-325-54-48.

ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ (пр.Ленина, д.126)

15 сентября в 15.00 – И. Кумицкий и Л. Фесенко в экшн-комедии «Любовь с антрактом». 18+
20 сентября в 12.00 - ОМТ представляет музыкальный спектакль «В гостях у кошки». Режиссёр Е. Лахтикова. 6+
23 сентября в 19.00 - «Победа!» - концерт SHAMANA. 6+
25 сентября в 19.00 - большой концерт Олега Митяева «Экология души». 6+
29 сентября в 19.00 - ироническая комедия «Именины Валентины». В ролях: К.Юшкевич, О. Железняк, Ю.Меньшова, И. Замотаев. 12+
4 октября в 18.00 - легендарные хиты группы «Сектор газа». 18+
5 октября в 12.00 - музыкальный спектакль «Приключения Тома Сойера». 6+
10 октября в 14.30 - театральная студия «Мечта». Спектакль «Это Чехов». Режиссёр Е. Лахтикова. 12+
17 октября в 14.30 - Обнинский драматический театр имени В.П. Бесковой. Блокадная драма Е.Шварца «Одна ночь». Режиссёр Е. Черпакова. 12+
18 октября в 12.00 - спектакль Театра кошек Юрия Куклачёва «Коты спасают мир». 0+
18 октября в 19.00 - Сатья. О любви, семье и многом другом. 18+
19 октября в 18.00 - концерт Большого эстрадно-симфонического оркестра Санкт-Петербурга под руководством А. Тетерина – золотая коллекция из репертуара маэстро Поля Мориа. 6+
20 октября в 19.00 - жизненная комедия «Плохие девочки». В ролях Т. Васильева, О. Железняк, И. Глухих. 16+
25 октября в 18.00 - Magic Cellos Band. Русский рок на виолончелях. 12+
26 октября в 16.00 - концерт многократного обладателя Гран-при, заслуженного коллектива народного творчества ансамбля танца «Купава». Руководитель, заслуженный работник культуры РФ А. Чистякова. 0+
28 октября в 19.00 - концерт Султана Лагучева. 6+
29 октября в 19.00 - комедия «Тёща с сюрпризом». 16+

ПРИЁМ РЕКЛАМЫ И ОБЪЯВЛЕНИЙ ПО АДРЕСУ: 249032, Калужская обл., г.Обнинск, ул.Звёздная, д.14. Т. 397-90-31.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции • Письма и незаказанные рукописи не рецензируются и не возвращаются • Ответственность за достоверность рекламы несёт рекламодатель • Помеченные значком v материалы - на правах рекламы			
Учредитель и издатель: ООО «Обнинский вестник» Главный редактор В.В. Хлыстов	Адрес редакции и издателя: 249032, Калужская обл., г. Обнинск, ул.Звёздная, д.14, E-mail: obninsk@obninsk.ru. Электронная версия газеты: www.vestnik-obninsk.ru Секретарь, рекламный отдел: 397-90-31, с 9.00 до 17 час., без обеденного перерыва.	Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Калужской области, св. Пи № ТУ40-00357 от 30.01.2024 г.	Газета выходит один раз в неделю Индекс 51740 Тираж 15000 экз.
		Дата подписания в печать 14.08.2025	Отпечатано в ООО «Типография «КП - Москва» Адрес: 141407, МО, г.Химки, Нагорное ш., д.2, корп.9, пом.А Заказ 3214