



общественная газета СЕРПУХОВ

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ
ИНФОРМАЦИОННО-
АНАЛИТИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ

16+

otv-media.ru

serpuhov.ru

№ 46 (349)
6 декабря 2024 года

В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ

ЗИМА В ПОДМОСКОВЬЕ

ДОБРОЕ ДЕЛО

ВЛАСТЬ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА

ПАРТИЙНАЯ ЖИЗНЬ

ПАТРИОТ



В НОМЕРЕ:



стр. 3

Встречаем время радостных событий

Фото: пресс-служба администрации Г.о. Серпухов



О подвигах, о доблести, о славе

День Героев Отечества – памятная дата, которая является продолжением исторических традиций и способом сохранения памяти о том, какие подвиги были совершены героями нашей страны.

В честь этой даты 9 декабря в 18:30 пройдёт большой патриотический концерт, в котором примут участие творческие коллективы ДК «Россия» и приглашённые артисты.

Вход свободный!



ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К ОФИЦИАЛЬНЫМ ГРУППАМ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
СЕРПУХОВ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ!



Телеграм-канал
[serpuhov_live](https://t.me/serpuhov_live)



ВКонтакте
[serpuhovmo](https://vk.com/serpuhovmo)



Одноклассники
[serpuhovmo](https://ok.ru/serpuhovmo)





Начало контрнаступления советских войск под Москвой – важнейшая дата в истории Великой Отечественной войны, один из дней Воинской славы России.

В далекие сороковые не было в нашей стране семьи, из которой хотя бы один мужчина не встал на защиту Отчизны. Не было населенного пункта, из которого не ушли бы добровольцы. Не было завода, где не стояли бы дети у станков. Не было города, который не делал бы все возможное, чтобы не дать фашистским захватчикам осуществить бесчеловечный план порабощения народов. Наш Серпухов – в их числе. Именно здесь ценой тысяч жизней был остановлен враг, рвавшийся к столице. Проходят десятилетия, но память хранит имена героев.

По традиции, отметить памятную дату серпуховичи приходят на мемориальный комплекс на Соборной горе. Здесь захоронены и увековечены имена более 1920 воинов Красной армии, погибших в горниле Великой Отечественной. Большая их часть, защищая столицу нашей Родины – Москву, погибла под Серпуховом осенью и зимой 1941 года.

Сюда приходят с семьей, с детьми. Постоять у Вечного огня, рассказать детям о подвигах советских солдат, ополченцев, с оружием в руках защищавших столицу. Помянуть погибших, зайдя в храм Троицы Живоначальной... А еще посмотреть с Соборной горы в сторону Протвино и представить себе, что там, за Протвой, сразу за Дракино и наукоградом, куда многие из нас едут летом купаться, в 8-10 км от Серпухова стоял враг...

5 декабря 2024 года мы отмечаем уже 83-ю годовщину той самой битвы под Москвой. К мемориалу на Соборной горе пришли Глава Г.о. Серпухов Сергей Никитенко, его заместитель Татьяна Орлова, председатель Совета депутатов Михаил Шульга, представители Администрации, депутатского корпуса, силового блока, Общественной палаты, Благочиния, военно-патриотических объединений. У памятника Воину-освободителю застыл почетный караул, звучит музыка военных лет. К подножию монумента легли цветы и венки.

Торжественные церемонии также прошли на площади Славы, у мемориалов на ул. Крюкова, в микрорайоне им. Ногина, в пос. Большевик и Пролетарский, дер. Станки и с. Липицы, в Протвино и Пущино. Память героев почтили минутой молчания.

И врагу никогда не добиться, чтоб склонилась твоя голова



Эта битва стала нашей первой крупной победой, одной из самых масштабных в Великой Отечественной войне. Бойцы и командиры проявляли героизм и самоотверженность. Подвиги совершили не только отдельные защитники, но и целые взводы, роты, батальоны и дивизии. Активно формировалось партизанское движение.



**Сергей Никитенко,
Глава Г.о. Серпухов:**

„ – В результате контрнаступления советских войск были освобождены Московская и Тульская области, многие районы Тверской и Смоленской областей. Победа под Москвой стала прологом окончательного уничтожения фашизма, прологом Великой Победы 9 мая 1945 года. Низкий поклон и вечная благодарность защитникам. Наш долг – сохранить в сердце и памяти подвиг героя, передать будущему поколению важность этой даты.



СОБЫТИЕ

Работать на благо жителей

В честь Дня рождения партии «Единая Россия» секретарь Серпуховского местного отделения, Глава округа Сергей Никитенко вместе с депутатом Государственной Думы Александром Коганом и руководителем фракции в окружном Совете депутатов Николаем Пушкиным провел личный прием секретарей первичных отделений.

В Общественной приемной «Единой России» Сергей Никитенко вручил партийные билеты и значки новым членам партии – чемпиону мира по боксу, депутату окружного Совета Федору Чудинову, вице-президенту по инновационным проектам Института инженерной физики Игорю Бугакову и руководителю испытательного центра ООО «Русь ЭО» Николаю Савельеву.

– Ценно, что ряды партии постоянно пополняются активными и инициативными людьми. «Единая Россия» – это ответственность. Рассчитываю, что вместе мы будем успешно работать на благо жителей, – отметил Сергей Никитенко. Секретарям первичных отделений он вручил благодарственные письма от местного отделения



за активную общественно-политическую работу.

Вместе с партийцами обсудили важ-

ную тему – приведение в надлежащее состояние мемориалов памяти Великой Отечественной войны. В следующем году страна отмечает большой юбилей

– 80-летие Победы. Очень важно, чтобы к этому знаковому событию места воинской славы были приведены в надлежащее состояние, и каждый житель муниципалитета мог почтить память героев. В ходе приема также обсудили планы по установке памятников участникам специальной военной операции.

С секретарем первичного отделения Ниной Трошкиной обсудили вопрос получения льготных лекарств людьми с ограниченными возможностями здоровья. Члены партии объяснили порядок действий, а Александр Коган взял обращение на контроль.

Директор Липицкой школы Галина Юдина поблагодарила за проведение

конкурса «Вклад в будущее». В этом году учебное заведение одержало победу в группе до 1 100 обучающихся. Средства направили на спортивно-оздоровительный кластер. В школе меняют покрытие в спортзале, обшивку стен, закупили новое оборудование, в детский сад приобрели малые архитектурные формы для улицы, теневые навесы. Поступила благодарность и за приобретение книг в библиотеку. Теперь сельские жители с удовольствием читают новые издания.

Сергей Никитенко поблагодарил секретарей первичных отделений за активность, неравнодушное отношение к Серпухову и желание сделать его еще лучше.

В ходе приема также обсуждались вопросы транспортной инфраструктуры, образования, освещения, ЖКХ, проведения ремонта на объектах, где это необходимо.

Фото: пресс-служба Администрации Г.о. Серпухов

Снеговика пока не слепишь и с горки не покатаешься? Не беда, что с внешними признаками зимы проблема, на календаре-то декабрь, значит, зима все же приходит в Подмосковье.

В минувшие выходные в Серпухове был дан старт сезону новогодних праздников. Чтобы зима стала для жителей и гостей Городского округа временем ярких и незабываемых событий, подготовлена насыщенная программа. В первый день декабря в парке имени Олега Степанова состоялось открытие Почты Деда Мороза, зажглись огни на новогодней елке, вокруг которой сказочные персонажи вместе с юными посетителями вели хороводы и устраивали подвижные игры. Для гостей организовали чаепитие, мастер-классы по изготовлению елочных украшений, выставки, фотозоны и театрализованную постановку «Теплые объятия».

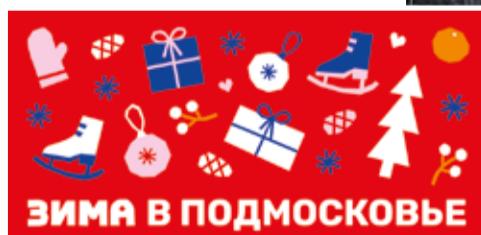
Но главное событие начала зимы произошло в парке «Питомник» – здесь торжественно открыли зимний спортивный сезон. Начал работу центральный каток Серпухова. По традиции постарались сделать этот праздник ярким и запоминающимся. Ледовое покрытие площадки после небольшой реконструкции стало комфортное и безопасное. Здесь одинаково удобно и тем, кто уверенно держится на льду, и тем, кто впервые встал на коньки. Работают прокат, пункт заточки и теплая раздевалка с камерами хранения, кафе, есть опытные инструкторы.

Каток в «Питомнике» бесплатный и будет работать с 10:00 до 21:00, с перерывами для очистки и заливки льда.

• КОММЕНТАРИЙ

Татьяна Орлова, заместитель Главы Администрации Г.о. Серпухов:

– Парк «Питомник» для меня – любимый с детства. Сюда мы приходили после уроков поиграть в снежки, прокатиться на санках, слепить снеговика. Время проходит незаметно, и сегодня здесь уже наши дети радуются старту самого волшебного времени года на главном катке Серпухова. Неизменно только одно – детские улыбки и ожидание настоящего праздника. Пусть наступившая зима оправдает все ожидания и станет временем теплых и добрых встреч, радостных событий и хорошего настроения.



ЗИМА В ПОДМОСКОВЬЕ



Встречаем время радостных событий



ВАЖНО! Вход на каток в парке «Питомник» осуществляется по QR-коду. Для его получения необходимо забронировать сеанс катания:

- на сайте «Спорт Подмосковья»,
- в приложении «ДоброДел» – раздел «Услуги», кнопка «Катки»,
- в приложении «МОЕ» – раздел «Катки».

Подробная инструкция размещена на сайте спортивной школы «Русский медведь» в разделе «Каток».

Бронирование сеанса катания становится доступно за 24 часа до начала сеанса и 20 минут после начала сеанса. QR-код на посещение катка можно отсканировать за 20 минут до начала сеанса и 20 минут после начала сеанса. За один раз можно забронировать от 1 до 5 билетов на сеанс. На одну электронную почту за сутки можно забронировать максимум 10 билетов!

СЕАНСЫ КАТАНИЯ: 10:00 – 11:00, 11:30 – 12:30, 14:00 – 15:00,
16:00 – 17:00, 18:00 – 19:00, 20:00 – 21:00.



Сергей Никитенко,
Глава Г.о. Серпухов:

– Парки и учреждения подготовились к встрече гостей. В зимний период запланировано проведение сотен культурных, образовательных и спортивных мероприятий, посвященных предстоящему празднику. Для комфорtnого пребывания посетителей в парках должно быть чисто и уютно. Для уборки дорожек от снега и льда есть вся необходимая техника. Для противогололедной обработки тропинок будет использоваться гранитная крошка.



Зимой на территории Серпухова, Протвино и Пущино будут вести работу

17 ЛЕДОВЫХ ПЛОЩАДОК,
к заливке которых приступят при устойчивой минусовой температуре

• КОММЕНТАРИЙ

Михаил Шульга, Почетный гражданин Серпухова, председатель Совета депутатов:

– В день открытия катка в «Питомнике» был побит наш собственный рекорд – каток посетили 1027 человек. Очень рад, что наша ледовая площадка в парке пользуется такой любовью серпуховичей. Ждем в гости всех любителей зимнего отдыха!

События прошедших выходных – яркое начало большого марафона зимних мероприятий, которые будут организованы на территории всего Серпухова. 14 декабря – праздничный фестиваль «Парки-Баранки» в парке им. Олега Степанова и торжественное открытие резиденции Деда Мороза. Написать письмо добруму волшебнику юные жители могут уже сейчас – его почта работает в парках им. Олега Степанова и «Питомник». Нас также ждут «Олимпийские победы» (21 декабря), «Новый год под шубой» (28-29 декабря), «Сказки водят хоровод» (2 января), «Территория чудес» (4 января), «Рождественские узоры» (7 января). В парке «Жемчужина» будет залит большой каток, где также планируется проведение активностей.

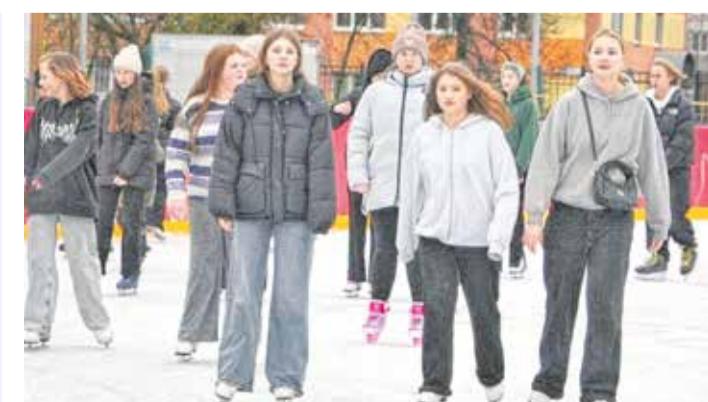


Фото: пресс-служба Администрации Г.о. Серпухов

Делать добро по зову сердца

Всех, кто стремится сделать мир лучше, объединяет Международный День добровольцев, который отметили 5 декабря во Дворце молодежи «Дружба». Это повод не только оценить вклад волонтеров в развитие общества, но и вдохновить новых людей присоединиться к благородному делу добровольчества. К собравшимся обратилась заместитель Главы Администрации Г.о. Серпухов Оксана Лебедева. Самые активные представители движения, волонтерские объединения были отмечены грамотами и благодарственными письмами.

В России не бывает чужой беды

Их путь – делать что-то полезное не ради денег, а по зову сердца. Волонтеров можно встретить в приютах для животных и домах престарелых, на лесных пожарах и музыкальных фестивалях, в ночлежках, хосписах и других местах, где людям нужна помощь. Они работают с детьми-сиротами, одинокими стариками, инвалидами, малоимущими, мигрантами, беженцами, бездомными и другими людьми, попавшими в трудную жизненную ситуацию. Заботу о ветеранах Великой Отечественной войны взяли на себя «Волонтеры Победы», в пандемию ковида в полный голос заявили о себе волонтеры-медики, тепло из дома несут «серебряные волонтеры». А все вместе сегодня



Серпуховские активисты приняли участие в региональном конкурсе «Волонтер года – 2024». Двое из них стали победителями: директору ДК «Исток» Павлу Михайлюку вручили премию в номинации «Надежный тыл», а Вячеслава Федорова наградили за создание центра правовой помощи и консультирования ветеранов «Щит».



они объединились, чтобы помочь участникам специальной военной операции, их семьям и жителям приграничных территорий.

Они не только собирают гуманитарные посылки, но и сами доставляют их прямо на место. Призыв «Своих не бросаем!» стал главным в сегодняшней жизни многих людей, находящихся за сотни километров от боевых действий.

Из Серпухова – на передовую

Из пунктов приема, работающих в разных уголках округа, на передовую отправляются тонны важного груза. Это дизельные генераторы, теплая одежда, бензопилы, амуниция, спальные мешки, продукты, печки-буржуйки, вещи, стройматериалы, медикаменты, средства личной гигиены. В посылках – детские письма, весточки из родного края, которые всегда ждут военнослужащие.

В сборе помочи принимают участие сотни жителей Городского округа, семьи военнослужащих, учащиеся и педагоги колледжей, школ и детских садов, представители предпринимательского сообщества, предприятий, общественных организаций. Доставку гуманитарной помощи из Серпухова на передовую регулярно обеспечивает жена военнослужащего, руководитель волонтерского движения «Своих не бросаем!» Марта Мирненко. Сбором и отправкой помощи занимаются



общественное движение «Здоровое Отечество», организация по содействию и защите ветеранов боевых действий «Русич», ветераны-пограничники, Центр по профориентации и трудоустройству молодежи, Окружное управление социального развития, Серпуховское отделение Союза женщин Подмосковья, представители Комитета семей воинов Отечества, члены физкультурно-спортивного клуба инвалидов «Равные возможности», получатели услуг Комплексного центра социального обслуживания и реабилитации «Серпуховский», прихожане храмов.

Все вместе

С первых же дней специальной военной операции центром волонтерского движения в Серпухове стал ДК «Исток». Здесь работает крупнейшее добровольческое объединение «Добрые руки». Производство экипировки и снаряжения для бойцов ведется без выходных и праздников. Плетением маскировочных сетей, изготовлением плащ-палаток, пятиточечников, маскировочных халатов, тактических носилок, белья, балаклав, снудов и других вещей занимаются активисты волонтерского движения «Милосердие Серпухов» и Духовно-просветительского центра Владычного женского монастыря, сотрудники ДК. На помощь в «Исток» приезжают и жители других городов. Кроме того, здесь ведется сбор гуманитарной помощи и средств для нужд участников СВО. Даже начавшаяся реконструкция ДК не остановила работу цеха. Он просто перебазировался в Богоявленский храм.

Волонтерские цехи также работают на ул. Ворошилова, 140, в поселках Пролетарский, Авангард, деревне Большое Гризлово, в Протвино и Пущино.

Волонтеры постоянно в поиске, осваивают новые техники, открывают дополнительные цехи, вкладывают душу в свою работу, потому что знают, как она необходима. Благодаря изделиям наших мастеров сохраняются жизни и здоровье бойцов.



Фото: пресс-служба Администрации Г.о. Серпухов



Обновляем объекты социальной сферы

До конца года в Подмосковье введут в эксплуатацию 58 социальных объектов – 35 новых и 23 после капремонта. Об этом сообщил Губернатор Московской области Андрей Воробьев. Среди городских округов, где эта работа ведется активно и целенаправленно, – наш Серпухов. В этом году обновление социальных объектов у нас приобрело масштабный характер. Остановимся лишь на некоторых проектах.

Культурная реконструкция

Гавшинский сельский Дом культуры, построенный в 1958 году, в связи с аварийным состоянием пришлое закрыть на реконструкцию. Первым делом предстояло решить вопрос с кровлей, площадь которой порядка 400 кв.м. Провели демонтаж старого покрытия, заменив на современное – более качественное и долговечное. В дальнейших планах – полная реконструкция здания с обновлением фасада, внутренних помещений и инженерных сетей.

За счет средств муниципального бюджета отремонтировали кровлю и в Глазовском сельском Доме культуры.

Завершается реконструкция главного фойе Дворца культуры «Россия». В разработке современного дизайн-проекта принимали участие специалисты из Санкт-Петербурга. Смонтирован каркас будущего гардероба на 960 мест. Рядом – раздевалка для воспитанников кружков и секций с комфортной зоной ожидания: диванами, розетками и шкафчиками для обуви. Внешне фойе тоже преобразится – металлоконструкции новых помещений облицованы стеклянным кирпичом, который добавит света и яркости пространству. Строители позаботились и о сохранности мрамора Дворца культуры. Плитку и лестницу отшлифовали и кристаллизовали. На время ремонта

мраморные полы закрыли оргалитом, а колонны защитили плёнкой.

Оборудована и зона ожидания для родителей – под лестничным маршем установят столики и диванчики, вдоль окон также разместят мягкую мебель. Для удобства навигации в ДК планируется установить указатели и светодиодные панели с репертуаром предстоящих культурных мероприятий.

Работы в ДК проводятся за счет средств областного и муниципального бюджетов.

Ремонт Дома культуры «Лира» и прилегающего сквера в п. Пролетарский также подходит к завершению. В зале специалисты заменили систему отопления и освещения, покрасили



Дворец культуры «Россия»

стены, постелили ковролин, повесили кулисы, обработанные противопожарной смесью.

В прилегающем сквере идет монтаж детского игрового комплекса. Кроме того, на объекте было уложено около 1300 кв. м. масфальбетонного по-

крытия, 1980 кв. м брускатки на пешеходные дорожки, 1,5 км бортового камня. Установлены 14 скамеек и 14 урн.

Важный проект, реализуемый в округе – капитальный ремонт Культурно-досугового центра «Протон». Площадь здания – 6500 кв. м, и его восстановление приближается к завершению. Финальные этапы проекта включают пуско-наладочные работы для винт-установок, приточно-вытяжных систем. Активно осуществляются доставка и монтаж новой мебели и оборудования.

Норма жизни

Обновление приходит и в учреждения здравоохранения. В круглогодичном стационаре Пролетарской участковой больницы в активной стадии ремонт кровли. За неделю специалисты частично демонтировали старое покрытие, провели устройство пароизоляции, утепление, смену обрешетки. Работы ведутся оперативно и качественно.



Спортивный центр «Надежда» села Липицы



Ремонт не остановил функционирование стационара: обновление кровли не препятствует работе сотрудников учреждения и не доставляет неудобств пациентам.

Большой объем работ выполнен в спортивном центре «Надежда» села Липицы – монтаж систем отопления и водоснабжения, выравнивание стен и их покраска. Уложили плитку в коридорах, раздевалках, санузлах и душевых, залили пол, специалисты приступили к финишной отделке – застилке спортивного линолеума и монтажу подвесного потолка. После этого следует установка спортивного оборудования, часть из которого уже закуплена. Работы идут в соответствии с графиком. По итогу ремонта жители Липицы получат современное спортивное пространство для занятий разнообразными физическими активностями.

В дошкольном отделении «Капелька» школы № 3 в Протвино продолжается ремонт спортивного зала. Детский сад, построенный в 1987 году, посещают 192 ребенка. Помещение для занятий физической культурой нуждалось в обновлении. Уложено современное спортивное напольное покрытие, заменены светильники, радиаторы, окна и двери. Помимо этого, новые окна установили во всех группах учреждения. Запланирован монтаж противопожарных дверей и перил.

Работы в рамках текущего ремонта проводятся и в дошкольном отделении №16 «Малышок» школы №1 Серпухова. Здесь подрядчик заменяет окна в спальных группах.



Дом культуры «Лира»



Гавшинский сельский Дом культуры

Диагноз ставят врачи

– Чем занимаются специалисты вашего профиля? Какие у них задачи?

– Врачи клинической лабораторной диагностики на основании исследований биологических сред организма диагностируют наличие или отсутствие каких-либо заболеваний, оценивают уровень различных показателей в организме пациента, а также помогают врачам других специальностей выбрать наиболее эффективное лечение. Кроме того, врачи моего профиля принимают активное участие в научной деятельности своей медицинской организации.

– Кроме работы в лаборатории, Вы также ведете прием. В каких случаях пациенту нужно обращаться именно к врачу лабораторной диагностики?

– В первую очередь, если пациент не понимает, какие именно анализы ему нужно сдать, но он хочет обследовать организм или же у него есть какие-то жалобы. На основании симптомов, которые он обозначит, я могу назначить необходимые исследования. Это в том числе поможет избежать лишних трат. Очень часто пациенты начинают самостоятельно сдавать всевозможные анализы, которые в их ситуации абсолютно не нужны.

Кроме того, есть пациенты, которые, уже сделали исследования, но не могут разобраться, что означают результаты и нужно ли им дальше обращаться к каким-то специалистам. Можно сказать, что я – то самое звено, которое расшифрует анализы и затем направит к нужному профильному специалисту.

– Бытует мнение: расшифровывать любые анализы можно, например, в интернете. Зачем же идти к врачу, если можно все сделать самостоятельно?

– Рассуждая на тему самодиагностики, я всегда вспоминаю отрывок из повести Джерома К. Джерома «Трое в лодке, не считая собаки», где главный герой, читая в медицинском справочнике описание различных болезней, обнаружил у себя в наличии симптомы абсолютно всех заболеваний – от брюшного тифа до холеры, за исключением болезни коленной чашечки. На самом деле, самостоятельная постановка диагноза по данным из интернета – это серьезная проблема. Не имея медицинского образования, невозможно поставить верный диагноз. Особенно это касается сложных заболеваний. Самостоятельная гипердиагностика приводит людей к повышенной тревожности, которой и так сейчас очень много.

Излишняя самодиагностика может привести к неправильно назначенному себе лечению. В последующем, когда человек начнет себя действительно плохо чувствовать и все-таки обратится к специалисту, то, вероятнее всего, клиническая симптоматика его настоящего заболевания будет уже стерта. В таком случае достаточно сложно оперативно подобрать верное лечение.

Всегда, когда есть какие-то отклонения от нормы, нужно обращаться к специалисту.

– Очень часто люди, ощущая какие-либо симптомы, делают вывод, что это – дефицит какого-либо витамина...

– И тогда они идут в аптеку, покупают витамины и назначают себе дозировку на свое усмотрение. Но они забывают, что и гипервитаминоз (переизбыток какого-то витамина) и гипо-



Клиника «АксиоМед»

следит за вашим здоровьем



В начале зимы, когда – то мороз, то сырость, кажется, никуда не деться от простуд и инфекций. Работоспособность снижается, настроение падает... О том, какие параметры организма нужно регулярно проверять, чтобы сохранять крепкий иммунитет и оставаться в тонусе даже в сезон простуд и хандры, рассказывает врач клинической лабораторной диагностики клиники «АксиоМед» Валерия Филиппова.

витаминоз (нехватка витамина) одинаково опасны. В дальнейшем это может очень негативно отразиться на работе органов и систем организма.

И хорошее настроение не покинет больше вас

– Упадок сил, плохое настроение многие связывают с нехваткой витаминов. Так ли это?

– Действительно, у многих, особенно осенью, подобное состояние связано с недостатком витаминов В1, В2, В12 и витамина D. Но в этом ли причина – покажут только анализы. Многие витамины, если уходят в гиповитаминоз, в дальнейшем могут вызывать опасные состояния. Отдельно хотела бы остановиться на витамине D. Он участвует в регуляции обмена кальция, фосфора и магния. Как только витамина D становится недостаточно в организме, кальций мобилизируется из костной ткани, что приводит к повышенной травматизации и остеопорозам костей. Нарушается строение костной ткани и в дальнейшем это вызывает боли в суставах, костях.

Кроме того, недостаток витамина D оказывает влияние и на настроение. Его дефицит вызывает тревожные состояния и даже депрессивные расстройства. Но самостоятельно назначать себе этот витамин крайне опасно. Гипервитаминоз – это большой риск. И сложно даже предположить, на какую именно систему организма будет дано осложнение из-за большого употребления витамина D в конкретной ситуации.

– Как понять, что в организме не хватает именно витамина D?

– Для того, чтобы определить наличие дефицита витамина D, врач назначает исследование крови на 25-ОН. Основные симптомы дефицита этого витамина – изменение настроения, аппетита, появление сонливости, депрессивные наклонности, повышенная тревожность. Но такие симптомы бывают не только при дефиците витамина D, это



может быть связано и с другими заболеваниями. Поэтому назначать определенные анализы должен все-таки врач, проанализировав все жалобы и симптоматику пациента.

– Можно ли самостоятельно расшифровать результат анализа?

– По результатам анализов вы сможете приблизительно понять – в норме они или нет. Но существует большое количество референсных значений, поэтому правильную оценку сможет дать только врач, а не пациент. Иногда бывает, что по анализам – уровень витамина D достаточный, но состояние пациента все же требует коррекции. Упадок сил и сонливость – это ведь может быть и симптомом железнодефицита.

Самое время пройти обследование

– Какие анализы и с какой периодичностью нужно сдавать, чтобы понимать, что организм в норме?

– Я бы посоветовала проводить ежегодный чекап – комплексное обследование организма. Оно позволит оценить, в каком состоянии находятся все органы и системы. Делать это лучше в

ние, а у человека есть сбой в иммунной системе?

– Для того, чтобы оценить состояние вашего иммунитета, просто каких-либо субъективных ощущений недостаточно. Если есть подозрения, что защитные функции организма явно слишком слабы, я бы посоветовала сдать анализ на иммунный статус, минимальную панель. Это исследование крови, которое показывает, в каком состоянии у человека находится его иммунитет. Но расшифровать это исследование правильно может только один специалист – врач-иммунолог. И он же при необходимости назначит терапию.

– Что нужно делать, чтобы даже сейчас, когда за окном пасмурно и уныло, быть бодрым и энергичным?

– Ответ достаточно прост: нужно придерживаться правильного питания, нормального режима сна: для мужчин – восемь–девять часов, для женщин необходимо чуть больше – от девяти до десяти часов. Кроме того, важно следить за своим здоровьем, не забывать про профилактику заболеваний и регулярные чекапы организма. И главный совет: не заниматься самодиагностикой и при любых подозрениях на проблемы со здоровьем обращаться к специалистам.



Медицинская клиника «АксиоМед» находится по адресу: г. Серпухов, ул. 2-я Московская, д. 6, к. 5.

Сайт: axiomed.ru

E-mail: service@axiomed.ru

телефон: +7 (963) 665-53-33

телефон: +7 (4967) 128-112

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА.

9 декабря, ПОНЕДЕЛЬНИК



05:00 Доброе утро. (16+).
09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости. (16+).
09:20 «Модный приговор» (0+).
10:10 «Жить здорово!» (16+).
11:00, 12:15, 14:00, 17:00, 18:30 Информационный канал (16+).
13:30 «АнтиФейк» (16+).
15:15, 00:00 Ко Дню Героев Отечества. «Снайперы. Между ударами сердца» (16+).
16:05 «Мужское / Женское» (16+).
18:00 Вечерние новости. (16+).
19:50 «Пусть говорят» (16+).
21:00 Время. (16+).
22:00 «Персональный ассистент». (16+).
23:00 «Большая игра» (16+).
00:55 ПОДКАСТЛАБ (16+).



05:00 Утро России. (16+).
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00, 03:00 Вести. (16+).
09:30 Местное время. (16+).
09:55 «О самом главном». (12+).
11:30 «60 минут». (12+).
13:00 «Наши». (12+).
14:30 Вести. Местное время. (16+).
14:55 «РАЙСКИЙ». т/с. (16+).
17:30 «Малахов». (16+).
18:30 «60 минут». (12+).
21:10 Вести. Местное время. (16+).
21:30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». т/с. (16+).
23:30 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+).
02:10 «РАЙСКИЙ». т/с. (16+).
03:30 «РАЙСКИЙ». т/с. (16+).
04:33 Перерыв в вещании.



06:00 Настроение. (16+).
08:15 «Смех, дрожь и видео». (16+).
08:50 Детективы Елены Михалковой. «ЧЕЛОВЕК ИЗ ДОМА НАПРОТИВ». (16+).
10:45, 00:35 Петровка, 38. (16+).
10:50 «Городское собрание». (12+).
11:30, 14:30, 17:50, 22:00, 00:00 События. (16+).
11:50, 02:50 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ». х/ф. (16+).
13:50, 05:00 «Мой герой». Степан Девонин. (12+).
14:50 Город новостей. (16+).
15:05 «ТАНЦЫ В ТЕНЬКОТЕ». х/ф. (16+).
17:00 «90-е. Короли шансона». (16+).
18:15 Детективы Анны и Сергея Литвиновых. «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+).

22:40 «Формула эффективности». (16+).
23:10 «Знак качества». (16+).
00:50 «СМЕРШ. Рижское досье». (16+).
01:30 «Выбираю папу!». д/ф. (16+).
02:10 «Послание с того света». (16+).
04:20 «Короли эпизода. Борис Новиков». (16+).
05:35 «Москва резиновая». (16+).
05:55 Перерыв в вещании.



04:50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». т/с. (16+).
06:30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:00 Сегодня. (16+).
08:25 «ЛЕС». т/с. (16+).
10:35 «ПЕС». т/с. (16+).
13:25 Чрезвычайное происшествие. (16+).
14:00 Место встречи. (16+).
16:45 «За гранью». (16+).
17:50 «ДНК» (16+).
20:00 «БАЛАБОЛ». т/с. (16+).
22:15 «ПУСТЫЕ ГОРОДА». х/ф. (16+).
23:40 «Здравствуй, страна героев!». (12+).
01:40 «СТАРЫЕ КАДРЫ». т/с. (16+).



06:30, 05:45 «По делам несовершеннолетних» (16+).
07:00 «Давай разведёмся!» (16+).
08:05 «Тест на отцовство» (16+).
10:20 «Понять. Простить». д/ф. (16+).
11:35 «Порча». д/ф. (16+).
12:50 «Знахарка». д/ф. (16+).
13:25 «Верну любимого». д/ф. (16+).
14:10 «Голоса ушедших душ». (16+).
14:45 «Кризисный центр». д/ф. (16+).
19:00 «И РАСЦВЕЛ ПОДСОЛНУХ...». х/ф. (16+).
23:30 «Понять. Простить». д/ф. (16+).
00:45 «Порча». д/ф. (16+).
01:45 «Знахарка». д/ф. (16+).
02:10 «Верну любимого». д/ф. (16+).
02:40 «Голоса ушедших душ». (16+).
03:05 «Тест на отцовство» (16+).
04:45 «6 кадров» (16+).
04:55 «Давай разведёмся!» (16+).



06:30 «Пешком...». Москва площадная.
07:05 Легенды мирового кино. Татьяна Окунёвская.
07:35 Черные дыры. Белые пятна.
08:15 Невский ковчег. Теория невоз-

можного. Александр Шерemetev.
08:45 «КРАЖА». х/ф.
10:00, 12:30, 16:30, 19:30, 23:55 Новости культуры.
10:15 Наблюдатель.
11:10, 01:30 ХХ век.
12:45 Новости. Подробно. АРТ.
13:00 «Хроники Нубийской экспедиции». д/ф.
14:00 «Забытое ремесло». «Медник». д/с.
14:15 «ВОЛОДЯ БОЛЬШОЙ, ВОЛОДЯ МАЛЕНЬКИЙ». х/ф.
15:25 «Агора». с Михаилом Швыдким.
16:45 Передвижники. Алексей Боголюбов.
17:15 Международный музыкальный фестиваль «Декабрьские вечера».
18:15 «Феодосия. Дача Стамболи». д/ф.
18:45 «Рассказы из русской истории».
19:45 Главная роль.
20:05 Правила жизни.
20:30 Спокойной ночи, малыши!
20:45 «Михаил Пиотровский: фильм об отце». д/ф.
22:20 «МЕГРЭ». «Мегрэ у доктора». т/с.
00:10 «Магистр игры».
00:40 «Версаль: вызов для Короля-Солнца». д/ф.
02:05 «Цветной и черно-белый». д/ф.
02:30 «Феодосия. Дача Стамболи». д/ф.

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
10:20 «Понять. Простить». д/ф. (16+).
11:35 «Порча». д/ф. (16+).
12:50 «Знахарка». д/ф. (16+).
13:25 «Верну любимого». д/ф. (16+).
14:10 «Голоса ушедших душ». (16+).
14:45 «Кризисный центр». д/ф. (16+).
19:00 «И РАСЦВЕЛ ПОДСОЛНУХ...». х/ф. (16+).
23:30 «Понять. Простить». д/ф. (16+).
00:45 «Порча». д/ф. (16+).
01:45 «Знахарка». д/ф. (16+).
02:10 «Верну любимого». д/ф. (16+).
02:40 «Голоса ушедших душ». (16+).
03:05 «Тест на отцовство» (16+).
04:45 «6 кадров» (16+).
04:55 «Давай разведёмся!» (16+).



06:00, 05:50 Ерапаш. (0+).
06:15 м/ф «Три кота». (0+).
06:55 «Шоу «Уральские пельмени» (16+).

ВСЕГДА», х/ф. (16+).
23:30 «Понять. Простить». д/ф. (16+).
00:45 «Порча». д/ф. (16+).
01:45 «Знахарка». д/ф. (16+).
02:10 «Верну любимого». д/ф. (16+).
02:40 «Голоса ушедших душ». (16+).
03:05 «Тест на отцовство» (16+).
04:45 «6 кадров» (16+).
05:20 «Давай разведёмся!» (16+).

06:30 «Пешком...». Юрий Белов.
07:05 Легенды мирового кино. Юрий Белов.

07:35 «Версаль: вызов для Короля-Солнца». д/ф.

08:45 «Забытое ремесло». «Медник». д/с.

10:15 Наблюдатель.

11:10 ХХ век. «Новгород».
11:45 Кино о кино. «Садко». Все земли исходим, а счастье добудем!.
12:45 Новости. Подробно. Книги.

13:00 «Игра в бисер» с Игорем Волгинным. «Александр Пушкин. «Дубровский».

13:45 «Мир искусства Зинаиды Серебряковой». д/ф.

14:25 «Капитанская дочка». Спектакль.

16:00 «Томск. Изумрудный замок». д/ф.

16:45 «Коллекция». «Музей живописи и скульптуры Ишбанбаева (Турция)». д/с.

17:15 «Виктор Попов. Лучше хором». д/ф.

17:55 Большой детский хор Гостелерадио СССР. «Музыка детских сердец».

19:00 «Цветной и черно-белый». д/ф.

19:45 Главная роль.

20:05 Правила жизни.

20:35 Спокойной ночи, малыши!

20:50 Искусственный отбор.

21:30 Белая студия.

22:20 «МЕГРЭ». «Мегрэ и маленькие пороссята без хвостов». т/с.

00:05 «Версаль: вызов для Короля-Солнца». д/ф.

01:55 «Олимпийская трагедия». д/ф.

02:25 «Томск. Изумрудный замок». д/ф.

02:45 «Легенды мирового кино. Юрий Белов».

03:15 «Верну любимого». д/ф. (16+).

03:45 «Кризисный центр». д/ф. (16+).

04:15 «Давай разведёмся!». х/ф. (16+).

04:45 «Порча». д/ф. (16+).

05:15 «Знахарка». д/ф. (16+).

05:45 «Верну любимого». д/ф. (16+).

06:15 «Песни народов мира». (16+).

06:45 «Красавица и Чудо-Город». (16+).

07:15 «Сказки народов мира». (16+).

07:45 «Сказки народов мира». (16+).

08:15 «Сказки народов мира». (16+).

08:45 «Сказки народов мира». (16+).

09:15 «Сказки народов мира». (16+).

09:45 «Сказки народов мира». (16+).

10:15 «Сказки народов мира». (16+).

10:45 «Сказки народов мира». (16+).

11:15 «Сказки народов мира». (16+).

11:45 «Сказки народов мира». (16+).

12:15 «Сказки народов мира». (16+).

12:45 «Сказки народов мира». (16+).

13:15 «Сказки народов мира». (16+).

13:45 «Сказки народов мира». (16+).

14:15 «Сказки народов мира». (16+).

14:45 «Сказки народов мира». (16+).

15:15 «Сказки народов мира». (16+).

15:45 «Сказки народов мира». (16+).

16:15 «Сказки народов мира». (16+).

16:45 «Сказки народов мира». (16+).

17:15 «Сказки народов мира». (16+).

17:45 «Сказки народов мира». (16+).

18:15 «Сказки народов мира». (16+).

18:45 «Сказки народов мира». (16+).

19:15 «Сказки народов мира». (16+).

19:45 «Сказки народов мира». (16+).

20:15 «Сказки народов мира». (16+).

20:45 «Сказки народов мира». (16+).

21:15 «Сказки народов мира». (16+).

21:45 «Сказки народов мира». (16+).

22:15 «Сказки народов мира». (16+).

22:45 «Сказки народов мира». (16+).

23:15 «Сказки народов мира». (16+).

23:45 «Сказки народов мира». (16+).



11 декабря, СРЕДА



05:00 Доброе утро. (16+).
09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости. (16+).
09:20 «Модный приговор» (0+).
10:10 «Жить здорово!» (16+).
11:00, 12:15, 14:00, 17:00, 18:30 Информационный канал (16+).
13:30 «АнтиФейк» (16+).
15:15 «Давай поженимся!» (16+).
16:05 «Мужское / Женское» (16+).
18:00 Вечерние новости. (16+).
19:50 «Пусть говорят» (16+).
21:00 Время. (16+).
22:00 «Персональный ассистент». (16+).
23:00 «Большая игра» (16+).

РОССИЯ 1

05:00 Утро России. (16+).
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00, 03:00 Вести. (16+).
09:30 Местное время. (16+).
09:55 «О самом главном». (12+).
11:30 «60 минут». (12+).
13:00 «Наши». (12+).
14:30 Вести. Местное время. (16+).
14:55 «РАЙСКИЙ», т/с. (16+).
17:30 «Малахов». (16+).
18:30 «60 минут». (12+).
21:10 Вести. Местное время. (16+).
21:30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ», т/с. (16+).
23:30 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+).
02:10 «РАЙСКИЙ», т/с. (16+).
03:30 «РАЙСКИЙ», т/с. (16+).
04:33 Перерыв в вещании.



04:50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». т/с. (16+).
06:30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня. (16+).
08:25 «ПЕС», т/с. (16+).
10:35 «ПЕС», т/с. (16+).
13:25 Чрезвычайное происшествие. (16+).
14:00 Место встречи. (16+).
16:45 «За гранью». (16+).
17:50 «ДНК» (16+).
20:00 «БАЛАБОЛ», т/с. (16+).
22:15 «ПУСТЫЕ ГОРОДА», х/ф. (16+).
00:00 «ПУСТЫЕ ГОРОДА», х/ф. (16+).
00:50 «СТАРЫЕ КАДРЫ». т/с. (16+).
05:55 Перерыв в вещании.



06:30, 05:25 «По делам несовершеннолетних» (16+).
07:10 «Давай разведёмся!» (16+).
08:15 «Тест на отцовство» (16+).
10:30 «Понять. Простить», д/ф. (16+).
11:45 «Порча», д/ф. (16+).
12:50 «Знахарка», д/ф. (16+).
13:25 «Верну любимого», д/ф. (16+).
14:10 «Голоса ушедших душ». (16+).
14:45 «Кризисный центр». (16+).
19:00 «УДЕРЖИ МЕНЯ», х/ф. (16+).
23:20 «Понять. Простить», д/ф. (16+).
00:35 «Порча», д/ф. (16+).
01:35 «Знахарка», д/ф. (16+).
02:05 «Верну любимого», д/ф. (16+).
02:30 «Голоса ушедших душ». (16+).
02:55 «Тест на отцовство» (16+).
04:35 «Давай разведёмся!» (16+).

РОССИЯ К

06:10 Детективы Анны и Сергея Литвиновых. «ТАЙНА «БЕЛОЙ ВОРОНЫ». (12+).
22:40 «Хватит слухов!» (16+).
23:10 «Хроники московского быта. Декольте». (12+).
00:35 Петровка, 38. (16+).
00:50 «Дорогие товарищи. Против шерстии». (16+).
01:30 «Знак качества». (16+).
02:10 «Хроники московского быта. Сталин и чужие жены». (12+).
04:20 «Борис Щербаков. Вечный жених», д/ф. (16+).
05:00 «Мой герой. Софья Ардова». (12+).
05:35 «Москва резиновая». (16+).
05:55 Перерыв в вещании.

СТС

06:00, 05:50 Ералаш. (0+).
06:15 м/ф «Три кота». (0+).
07:00, 19:00, 20:00 «ПЛАКСА-2». (16+).
09:00 «ЛЮБОВЬ НАПРОКАТ», т/с. (16+).
10:55 «МЕСТЬ ЗЕМЛИ», х/ф. (16+).
13:10 «ЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ», х/ф. (16+).
15:20, 15:55 «Уральские пельмени». (16+).
21:00 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ», (16+).
23:00 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». х/ф. (16+).
01:00 «Остров сокровищ. Знаки судьбы». (16+).
02:45 «БЕДНЫЕ АБРАМОВИЧИ». (16+).
03:55 «6 кадров» (16+).
04:10 м/ф. (0+).

МАТЧ

06:00 «Вопреки всему» (12+).
06:30 «Что за спорт?» (12+).
07:00, 10:00, 12:55, 15:30, 18:50 Новости. (16+).
07:05 Все на Матч! Прямой эфир. (16+).
10:25 «Непобедимый» (12+).
11:30 Смешанные единоборства. UFC. Колби Ковингтон против Хорхе Масвидаль. Трансляция из США (16+).
13:00 «Есть тема! Прямой эфир. (16+).
14:25 «Вид сверху» (12+).
14:55 «Вопреки всему» (12+).
15:35 Все на Матч! Прямой эфир. (16+).
16:30 Матч! Парад (16+).
17:00 «ВОИН», х/ф. (16+).
18:55 Волейбол. Ч/Рос. Pari Суперлига. Мужчины. «Динамо» (Москва) — «Факел Ямал» (Новый Уренгой). Прямая трансляция. (16+).
21:00 Все на Матч! Прямой эфир. (16+).
21:30 Бильярд. Ч/м. Команды. Женщины. Финал. Трансляция из Новосибирска (0+).
23:30 Все на Матч! Прямой эфир. (16+).
00:30 «Вид сверху» (12+).
01:00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «ПАРМА» (Пермский край) — «Локомотив-Кубань» (Краснодар) (6+).
02:55 Новости (0+).
03:00 Велоспорт. Трек. Лига чемпионов. Трансляция из Великобритании (0+).
05:00 «Фабрика грёз: Бенфика». (16+).

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 20:25 м/ф. (6+).
07:50, 17:15 «Дубна. Рождение мира». д/ф. (16+).
08:35, 14:25, 15:50, 16:25, 22:40, 23:25 «Метод Фрейда 2», т/с. (16+).
09:55 «Страшно интересно», д/ф. (16+).
10:40, 18:30, 20:35, 21:35, 03:40, 04:25 «Ангел — хранитель», т/с. (16+).
11:40, 13:25, 00:25, 02:25 «Счастливый билет», т/с. (16+).
13:55, 19:25, 03:15 «Вместе по России», д/ф. (16+).
15:15, 02:40 «Рассекреченная история», д/ф. (16+).
18:00, 22:10 «Моя любовь — Россия», д/ф. (16+).
01:25 программа «Киношка» (16+).

ТВ СЕРПУХОВ

12:45 «Знахарка», д/ф. (16+).
13:20 «Верну любимого», д/ф. (16+).
14:05 «Голоса ушедших душ». (16+).
14:40 «Кризисный центр», д/ф. (16+).
19:00 «ХРУСТАЛЬНАЯ КОРОЛЕВА». х/ф. (16+).
23:30 «Понять. Простить», д/ф. (16+).
00:45 «Порча», д/ф. (16+).
01:20 «Верну любимого», д/ф. (16+).
02:40 «Голоса ушедших душ». (16+).
03:05 «Тест на отцовство» (16+).
04:45 «6 кадров» (16+).
05:05 «Давай разведёмся!» (16+).

РОССИЯ К

06:30 «Пешком...».
07:05 Легенды мирового кино. Александр Демьяненко.
07:35 «Монако: строительство королевского дворца», д/ф.
19:00 «Нечистая сила», д/ф.
19:45 Главная роль.
20:05 Открытая книга. Валерий Попов.
«Выдумщик».

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 21:25 м/ф. (6+).
07:50, 17:15 «Дубна. Рождение мира». д/ф. (16+).
08:35, 14:25, 15:55, 16:25, 22:25, 23:25 «Метод Фрейда 2», т/с. (16+).
09:55 «Страшно интересно», д/ф. (16+).
11:40 «Фонтенбло — настоящая обитель королей», д/ф.
19:45 Главная роль.

ТВ СЕРПУХОВ

20:05 Открытая книга. Валерий Попов.

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 21:25 м/ф. (6+).
07:50, 17:15 «Дубна. Рождение мира». д/ф. (16+).
08:35, 14:25, 15:55, 16:25, 22:25, 23:25 «Метод Фрейда 2», т/с. (16+).
09:55 «Страшно интересно», д/ф. (16+).
11:40 «Фонтенбло — настоящая обитель королей», д/ф.
19:45 Главная роль.

ТВ СЕРПУХОВ

20:05 Открытая книга. Валерий Попов.

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 21:25 м/ф. (6+).
07:50, 17:15 «Дубна. Рождение мира». д/ф. (16+).
08:35, 14:25, 15:55, 16:25, 22:25, 23:25 «Метод Фрейда 2», т/с. (16+).
09:55 «Страшно интересно», д/ф. (16+).
11:40 «Фонтенбло — настоящая обитель королей», д/ф.
19:45 Главная роль.

ТВ СЕРПУХОВ

20:05 Открытая книга. Валерий Попов.

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 21:25 м/ф. (6+).
07:50, 17:15 «Дубна. Рождение мира». д/ф. (16+).
08:35, 14:25, 15:55, 16:25, 22:25, 23:25 «Метод Фрейда 2», т/с. (16+).
09:55 «Страшно интересно», д/ф. (16+).
11:40 «Фонтенбло — настоящая обитель королей», д/ф.
19:45 Главная роль.

ТВ СЕРПУХОВ

20:05 Открытая книга. Валерий Попов.

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 21:25 м/ф. (6+).
07:50, 17:15 «Дубна. Рождение мира». д/ф. (16+).
08:35, 14:25, 15:55, 16:25, 22:25, 23:25 «Метод Фрейда 2», т/с. (16+).
09:55 «Страшно интересно», д/ф. (16+).
11:40 «Фонтенбло — настоящая обитель королей», д/ф.
19:45 Главная роль.

ТВ СЕРПУХОВ

20:05 Открытая книга. Валерий Попов.

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 21:25 м/ф. (6+).
07:50, 17:15 «Дубна. Рождение мира». д/ф. (16+).
08:35, 14:25, 15:55, 16:25, 22:25, 23:25 «Метод Фрейда 2», т/с. (16+).
09:55 «Страшно интересно», д/ф. (16+).
11:40 «Фонтенбло — настоящая обитель королей», д/ф.
19:45 Главная роль.

ТВ СЕРПУХОВ

20:05 Открытая книга. Валерий Попов.

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 21:25 м/ф. (6+).
07:50, 17:15 «Дубна. Рождение мира». д/ф. (16+).
08:35, 14:25, 15:55, 16:25, 22:25, 23:25 «Метод Фрейда 2», т/с. (16+).
09:55 «Страшно интересно», д/ф. (16+).
11:40 «Фонтенбло — настоящая обитель королей», д/ф.
19:45 Главная роль.

ТВ СЕРПУХОВ

20:05 Открытая книга. Валерий Попов.

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, 06:00 «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 21:25 м/ф. (6+).
0

13 декабря, ПЯТНИЦА



05:00 Доброе утро. (16+).
09:00, 12:00, 15:00 Новости. (16+).
09:20 «Модный приговор» (0+).
10:10 «Жить здорово!» (16+).
11:00, 12:15, 14:00, 17:00 Информационный канал (16+).
13:30 «АнтиФейк» (16+).
15:15 «Давай поженимся!» (16+).
16:05 «Мужское / Женское» (16+).
18:00 Вечерние новости. (16+).
18:40 Человек и закон. (16+).
19:45 Поле чудес. (16+).
21:00 Время. (16+).
21:45 «Фантастика». Следующий уровень (12+).
23:40 Спецпроект. «30 лет вместе». «Две звезды» (12+).
01:30 ПОДКАСТЛАБ (16+).

РОССИЯ 1

05:00 Утро России. (16+).
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести. (16+).
09:30 Местное время. (16+).
09:55 «О самом главном». (12+).
11:30 «60 минут». (12+).
13:00 «Наши». (12+).
14:30 Вести. Местное время. (16+).
14:55 «РАЙСКИЙ». т/с. (16+).
17:30 «Прямой эфир» (16+).
18:30 «60 минут». (12+).
21:10 Вести. Местное время. (16+).
21:30 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (16+).
23:40 «Ну-ка, все вместе!». (6+).
02:40 «НИКА» И «ЗОЛОТОЙ ОРЕЛ». «СТИЛЯГИ». х/ф. (16+).
04:56 Перерыв в вещаниях.



06:00 Настроение. (16+).
08:20, 11:50 «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ — БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА», х/ф. (16+).
11:30, 14:30, 17:50 События. (16+).
12:35, 15:05 «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ — БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. ПОКЕР-ФЕЙС», х/ф. (16+).
14:50 Город новостей. (16+).
17:00 «Актерские драмы. Импортные лица». (16+).
18:15 Детективы Анны и Сергея Лит-

виновых. «СЕКРЕТ УПАВШЕЙ ЗВЕЗДЫ». (16+).
22:00 В центре событий. (16+).
23:05 «Хорошие песни». (12+).
00:55 «Ода Матери». концерт. Праздничный концерт в Кремле. (6+).
01:45 «ПИРАТЫ XX ВЕКА». х/ф. (16+).
03:10 Петровка, 38. (16+).
03:25 «Закон и порядок». (16+).
03:50 «ОПАСНЫЙ КРУИЗ». х/ф. (16+).
05:20 «Игорь Тальков. Последний аккорд». д/ф. (16+).
06:10 «10 самых... Скромные жёны звёзд». (16+).



04:50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». т/с. (16+).
06:30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня. (16+).
08:25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).
09:25 «ЛЁС». т/с. (16+).
10:35 «ЛЁС». т/с. (16+).
13:25 Чрезвычайное происшествие. (16+).
14:00 Место встречи. (16+).
16:45 «ДНК» (16+).
17:55 «Кди меня» (12+).
20:00 «БАЛАБОЛ». т/с. (16+).
21:00 «ПУСТЫЕ ГОРОДА». х/ф. (16+).
00:20 «Своя правда» с Романом Бабанином (16+).
02:10 «Инфошит» (16+).
02:40 «Квартирный вопрос» (0+).
03:35 «СТАРЫЕ КАДРЫ». т/с. (16+).



06:30 «По делам несовершеннолетних» (16+).
06:55 «Давай разведёмся!» (16+).
08:00 «Тест на отцовство» (16+).
10:15 «Понять. Простить», д/ф. (16+).
11:30 «Порча», д/ф. (16+).
12:40 «Знахарка», д/ф. (16+).
13:15 «Верну любимого», д/ф. (16+).
14:00 «Голоса ушедших душ». (16+).
14:35 «Порча», д/ф. (16+).
19:00 «УРОКИ СЧАСТЬЯ», х/ф. (16+).
20:35 «Уютное утро» (16+).
23:35 «Понять. Простить», д/ф. (16+).
00:50 «Порча», д/ф. (16+).
01:50 «Знахарка», д/ф. (16+).
02:15 «Верну любимого», д/ф. (16+).
02:45 «Голоса ушедших душ», (16+).

03:10 «Тест на отцовство» (16+).
04:50 «6 кадров» (16+).
05:20 «Давай разведёмся!» (16+).
06:10 «МАЧЕХА». х/ф. (16+).

РОССИЯ



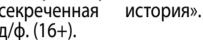
03:10 «Пешком...». Москва астрономическая.
07:05 Легенды мирового кино. Лидия Смирнова.
07:35 «Фонтенбо — настоящая обитель королей», д/ф.
08:30 «МЕГРЭ», «Мегрэ и бродяга», т/с.
10:00, 12:30, 16:30, 19:30, 23:25 Новости культуры.
10:20 «СТАРИННЫЙ ВОДЕВИЛЬ», х/ф.
12:00 Открытая книга. Валерий Попов. «Выдумщики».
12:45 «Забытое ремесло». «Прасол». д/с.
13:00 Власть факта. «Консервативная революция».
13:45 «Нарисую — будем жить. Александр Татарский», д/ф.
14:35 «МИРГОРОД И ЕГО ОБИТАТЕЛИ», х/ф. 2.
15:45 Энigma. Василиса Бержанская.
16:45 Письма из провинции.
17:15 Международный музыкальный фестиваль «Декабрьские вечера».
17:50 «Забытое ремесло». «Цирюльник», д/с.
18:05 «Фонтенбо — настоящая обитель королей», д/ф.
19:00 «без наследника», д/ф.
19:45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица».
20:50 Линия жизни.
21:45 «ВАЛЕНТИНА», х/ф.
23:40 «2 Верник 2». «О Майе Плисецкой».
01:00 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА», х/ф.
02:25 м/ф.
03:00 Перерыв в вещании.

ТВ СЕРПУХОВ

07:00, 09:30, 13:00, 16:00, 20:00, 21:00, 23:00, 00:00, 02:00, 04:00, **06:00** «Новости» (16+).
06:25, 07:25, 20:50, 21:25 м/ф. (6+).
07:45, 17:00 «Коды Курчатова». (16+).
08:45, 09:55, 14:20, 15:45, 16:25, 22:25, 23:25 «Метод Фрейда 2». (16+).
10:00 «Страшно интересно». д/ф. (16+).
10:45, 19:30, 20:25, 23:40, 00:25, 04:35 «Ангел — хранитель», т/с. (16+).

11:50, 13:25, 01:15, 02:25 «МОСКОВСКАЯ ПЛЕННИЦА», х/ф. (16+).
13:50, 17:55, 03:15 «Вместе по России». (16+).
15:15, 03:45, 04:25 «Раскрученная история». д/ф. (16+).

СТС



18:25 Прямой эфир (12+).
19:00, 21:55 «Моя любовь — Россия». д/ф. (16+).
21:40 программа «Киноношка» (16+).

ФАКТОР ДОЛГОЛЕТИЯ
factord.ru

ЛАЗЕРНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ОСНОВНЫХ ПРОКТОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

БЕЗБОЛЕЗНЕННО, БЫСТРО И РЕЗУЛЬТАТИВНО!

- ЛЕЧЕНИЕ ГЕМОРРОЯ
- ИССЕЧЕНИЕ ЭКХ
- УДАЛЕНИЕ ПОЛИПОВ
- АНАЛЬНЫЕ ТРЕЩИНЫ
- СВИЩИ

г. Серпухов, Московское ш., 82а | +7 (958) 295 69 94
лицензия № ПО-0162-50/06342334

Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста

МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ЭНДОСКОПИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ И МАЛОИНВАЗИВНОЙ МЕДИЦИНЫ
и. а. тулиной



14 декабря, СУББОТА



06:00 «Доброе утро. Суббота». (16+).
09:00 «Умницы и умники» (12+).
09:45 «Слово пастиря» (0+).
10:00, 12:00 Новости. (16+).
10:15 К 75-летию Бориса Щербакова. «Мужчина особого обаяния» (12+).
11:05 «Играем свадьбу!» (12+).
12:15 «Поехали!» (12+).
13:20 «Наше всё» (12+).
14:10 Кубок Первого канала по хоккею 2024. Сборная России — сборная Белоруссии. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга. (16+).
16:40 Кто хочет стать миллионером? (16+).
18:00 Вечерние новости. (16+).
18:20 «Народный ледниковый» (0+).
21:00 Время. (16+).
21:35 «Сегодня вечером» (16+).
23:35 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ БОСС». (16+).
01:55 ПОДКАСТЛАБ (16+).

РОССИЯ 1

05:00 Утро России. Суббота. (16+).
08:00 Местное время. Суббота. (16+).
08:35 По секрету всему свету. (16+).
09:00 «Формула еды». (12+).
09:25 Пятеро на одного. (16+).
10:10 Сто к одному. (16+).
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести. (16+).
11:50 «Доктор Миасников». (12+).
12:55 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+).
14:30 Вести. Местное время. (16+).
14:50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!». (16+).
17:50 «Привет, Андрей!». (12+).
20:50 Вести. Местное время. (16+).
21:00 «УРОДИНА». х/ф. (16+).
00:45 «ТРЕТЬЯ ЖИЗНЬ ДАРЬИ КИРИЛОВНЫ». х/ф. (16+).
04:10 «ЯСНОВИДЯЩАЯ». х/ф. (16+).
05:59 Перерыв в вещании.



04:45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». т/с. (16+).
06:20 «Жди меня» (12+).
07:20 «Смотря» (0+).
08:00, 10:00, 16:00 События. (16+).
08:20 «Поехали, поедим!» (16+).
09:20 Едим дома. (16+).
10:20 «Главная дорога» (16+).
11:00 «Живая еда» (12+).
12:00 «Квартирный вопрос» (0+).
13:00 «Попутчику» (16+).
14:15 «Нудо» (6+).
16:20 «ЧП. Расследование» (16+).
17:00 «Своя игра» (0+).
18:00 «Следствие вели...» (16+).
19:00 «Центральное телевидение» (16+).
20:20 «Ты не поверишь!» (16+).
21:20 «Секрет на миллион». Сериалные красавицы (16+).
23:30 «Международная пилорама» с Тиграном Косяном (18+).

00:20 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+).
01:00 «Квартирик НТВ у Маргулиса». Группа «Stigmata» (16+).
02:10 «Дачный ответ» (0+).
03:05 «СТАРЫЕ КАДРЫ». т/с. (16+).

РОССИЯ



03:30 «Библейский сюжет». м/ф.
07:05 «ДЕЛО». х/ф.
09:35 Больше, чем любовь. Глеб Панфилов и Инна Чурикова.
10:15 «ВАЛЕНТИНА», х/ф.
11:50 Черные дыры. Белые пятна.
12:30 «Коллекция». «Музей живописи и скульптуры Ишбанка (Турция)». д/с.
13:00 Земля людей. «Чамалинцы. Нет ничего лучше гор!». д/ф.
13:30, 00:30 «Как выжить в дикой природе», д/ф.
14:25 «Рассказы из русской истории». Владимир Мединский.
15:05 Большая опера. Лучшее.
16:50 «Энциклопедия загадок». «Загадка карты Пири Рейса». д/с.
17:20 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА», х/ф.
18:45 «Космический рейс. Навстречу Солнцу», д/ф.
19:30 Новости культуры.
19:45 «БЕРЕГ». х/ф.
22:00 «Агора».
23:05 «К ЧЕРТУ НА РОГА». х/ф.
01:20 Искатели. «Приключения Медной бабушки».
02:10</



15 декабря, ВОСКРЕСЕНЬЕ



06:00, 10:00, 12:00 Новости. (16+).
 06:10 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+).
 06:50 «Играй, гармонь любимая!» (12+).
 07:35 «Часовой» (12+).
 08:05 «Здоровье» (16+).
 09:10 Непутевые заметки. (16+).
 09:30 «Мечталюон» (12+).
 10:15 «Жизнь других» (12+).
 11:05 «Повара на колесах» (12+).
 12:15 «Притяжение Арктики» (12+).
 13:20 «Видели видео?» (0+).
 14:30 Кубок Первого канала по хоккею 2024. Сборная России — сборная Казахстана. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга. (16+).
 17:00 К 85-летию ОКБ Сухого и ОКБ «МиГ». «Властины неба» (12+).
 18:00 Вечерние новости. (16+).
 19:00 «Точь-в-Точь» (16+).
 21:00 Время. (16+).
 23:00 Что? Где? Когда? (16+).
 00:10 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+).



ROSSIA 1

06:40 м/ф. (0+).
 07:20 В кругу друзей. (16+).
 08:00 Местное время. (16+).
 08:35 Когда все дома. (16+).
 09:25 Утренняя почта. (16+).
 10:10 Сто к одному. (16+).
 11:00, 14:00 Вести. (16+).
 11:30 Большие перемены. (16+).
 12:30 «Истории большой Страны». (12+).
 13:30 «ФАНТАЗЁР». т/с. (16+).
 14:30 Вести. Местное время. (16+).
 15:00 «Юморина-2024». (16+).
 17:00, 19:00 «Песни от всей души». Вечернее шоу Андрея Малахова. (12+).
 18:00 «Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица». (16+).
 20:00 Вести недели. (16+).
 22:30 Москва. Кремль. Путин. (16+).
 23:00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+).
 01:35 «ОСТОРОЖНО! ВХОД РАЗРЕШЁН». х/ф. (16+).
 03:19 Перерыв в вещании.



НТВ

04:50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». т/с. (16+).
 06:30 «Центральное телевидение» (16+).
 08:00, 10:00, 16:00 Сегодня. (16+).
 08:20 «У нас выигрывают!» (12+).
 10:20 «Первая передача» (16+).
 11:00 «Чудо техники» (12+).
 12:00 «Дачный ответ» (0+).
 13:00 «НашПотребНадзор» (16+).
 14:00 «Однажды...» (16+).
 15:00 «Своя игра» (0+).
 16:20 «Человек в праве с Андреем Куницыным» (16+).
 17:00 «Следствие вели...» (16+).
 18:00 «Новые русские сенсации» (16+).
 19:00 Итоги недели. (16+).
 20:20 «Шоу Аватар». (12+).
 23:00 «Звезды сошлись» (16+).
 00:40 «Основано на реальных событиях» (16+).
 04:00 «Таинственная Россия» (16+).
 04:50 Перерыв в вещании.



05:35 «ЗЕРКАЛА ЛЮБВИ». х/ф. (16+).
 09:15 «ЕВДОКИЯ», х/ф. (16+).
 11:30, 00:40 События. (16+).
 11:50 «Наша смешная жизнь». (16+).
 12:40 «ПИРАТЫ XX ВЕКА», х/ф. (16+).
 14:30 Московская неделя. (16+).
 15:00 «Дорогие, товарищи. Опасная лотерея». (16+).
 15:50 «Следствие ведет КГБ. Взрывная волна». (16+).
 16:40 «Русские тайны. Проект «Ванга». (16+).
 17:30 Детективы Людмилы Мартовой. «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА». (12+).
 21:15 «ЗАЛОЖНИЦА», х/ф. (16+).
 00:55 Петровка, 38. (16+).
 01:05 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ-2». х/ф. (16+).
 04:00 «Игорь Старыгин. Последняя дыль». д/ф. (16+).
 04:45 «Послание с того света». (16+).
 05:25 Московская неделя. (12+).
 05:55 Перерыв в вещании.

ROSSIA K

06:30 «Энциклопедия загадок». д/с.
 07:05 м/ф.
 08:20 «КОГДА МНЕ БУДЕТ 54 ГОДА». х/ф.
 09:45 Больше, чем любовь. Иван Пере-верзев и Ольга Соловьёва.
 10:25 «ВО ВЛАСТИ ЗОЛОТА». х/ф.
 12:00 Метод Сократа.
 12:45 Неизвестные маршруты России. «Иркутская область. От Иркутска до Байкала».
 13:25 Невский ковчег. Теория невозможного. Аган Доржиев.
 13:55 «Игра в бисер».
 14:40 Опера.
 16:30 Картина мира.
 17:10 «Пешком...».
 17:40 Романтика романса.
 18:50 «Радж Капур. Товарищ бродяга». д/ф.
 19:30, 19:45 Новости культуры.
 20:25 «БРОДЯГА». х/ф.
 23:15 «Кинескоп».
 23:55 «ВО ВЛАСТИ ЗОЛОТА», х/ф.
 01:30 Неизвестные маршруты России.
 02:10 Искатели.
 03:00 Перерыв в вещании.

ROS TV

07:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00,
 20:00, 22:00, 00:00 «Итоги» (16+).
 06:35, 08:40, 17:20, 19:00 м/ф. (6+).
 07:30, 17:30, 05:40 «Вместе по Рос-
 сии» (12+).
 07:55, 21:20, 22:30 «А. Рублёв. Начала
 и пути». д/ф. (16+).
 09:10, 10:30, 19:10, 20:30 «Третья
 жизнь Дарьи Кирилловны». т/с. (16+).
 04:00 «Таинственная Россия» (16+).
 04:50 Перерыв в вещании.

11:15, 13:30, 23:30, 00:30 «Крестный». т/с. (16+).
 15:10, 16:30, 03:15 «ГРЕШНИК». (16+).
 18:30 «Отцы и дети». д/ф. (16+).
 22:40, 04:55 «Гайна на карте». (16+).

CTC

06:00, 05:50 Ералаш. (0+).
 07:00 м/ф «Отель «У овечек». (0+).
 07:15, 11:00 «Ральские пельмени». (16+).
 07:25 «Просто завтрак». (16+).
 08:00 «100 мест, где поесть». (16+).
 09:00 «Кто круче всех?». (16+).
 10:00 «Поехали с нами!». (16+).
 11:05 м/ф «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА. БОЛЬШЕ, ЧЕМ СКАЗКА». (16+).
 13:00 м/ф «ЯГА И КНИГА ЗАКЛИНАНИЙ». (16+).
 15:00 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (16+).
 17:00 «Суперниндзя». (16+).
 20:30 «Остров сковрищ. Знаки судьбы». (16+).
 22:30 «Шоу из шоу». (16+).
 00:05, 01:02 «Импровизаторы». (16+).
 02:05 «ИРИОНА СУДЬБЫ В ГОЛЛИВУДЕ». х/ф. (16+).
 03:35 «БЕДНЫЕ АБРАМОВИЧИ». (16+).
 04:20 «Б кадров» (16+).
 04:40 м/ф. (0+).

МАТЧ!

06:00 Смешанные единоборства. (16+).
 09:30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Гонка преследования. Мужчины. Прямая трансляция из Ижевска. (16+).
 10:40 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (16+).
 11:50 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Гонка преследования. Женщины. Прямая трансляция из Ижевска. (16+).
 13:00, 15:55 Новости. (16+).
 13:05, 16:00, 19:00, 01:00 Все на Матч! Прямой эфир. (16+).
 13:55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. УНИКС (Казань) — «Пари Нижний Новгород». Прямая трансляция. (16+).
 16:50 Футбол. Чемпионат Италии. «Болонья» — «Фиорентина». Прямая трансляция. (16+).
 19:40 Смешанные единоборства. АСА.

Фаридун Одилов против Адлана Ибрагимова. Прямая трансляция из Москвы. (16+).
 22:50 Футбол. Чемпионат Испании. «Барселона» — «Леганес». Прямая трансляция. (16+).
 01:55 «Наскар. Ведущее наследие». д/ф. (16+).
 02:55 Новости (0+).
 03:00 Гандбол. Чемпионат Европы. Женщины. Финал. Трансляция из Австрии (6+).
 04:30 «Магия большого спорта. Гандбол» (12+).
 05:00 «Формула-1. Гаснут огни» (12+).
 05:30 Матч! Парад (16+).

+9

9900 руб.
 ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНУ:
 +7 (800) 101-80-31
 Г. СЕРПУХОВ, УЛ. ВЕСЕННЯЯ, 10



05:00, 23:55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+).
 07:00 «С бодрым утром!». (16+).
 08:30 «Новости». (16+).
 09:00 «Самая народная программа». (16+).
 09:25 «Знаете ли вы, что?». (16+).
 10:30 «Наука и техника». (16+).
 11:30 «Купи-продажи». (16+).
 12:30 «Новости». (16+).
 13:00 «Легенды и мифы». (16+).
 14:00 «Неизвестная история». (16+).
 15:00 «ВСЕВИДЯЩЕЕ ОКО». х/ф. (16+).
 16:55 «ВЗРЫВНАЯ ИГРА». (16+).
 18:55 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». х/ф. (16+).
 20:55 «КОДЕКС КИЛЛЕРА». х/ф. (16+).
 23:00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+).

TNT

07:00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+).
 09:30 «Большое переселение» (16+).
 11:00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+).
 15:50 «Экстрасенсы. Реванш» (16+).
 18:30 «Звёзды в джунглях» (16+).
 21:30 «ПЕРЕВОДИЧКИ». х/ф. (16+).
 23:55 «Шоу Воли» (16+).
 06:00 «Утро TNT» (16+).

СРЕДА ОБИТАНИЯ

Утилизируем правильно

Один из важных факторов сохранения экологии – правильная утилизация отходов.

Мусор, который хранится на свалках, может разлагаться годами, а то и десятилетиями. Токсичные выделения загрязняют атмосферу, гидросферу, наносят природе огромный урон.

В регионе созданы все условия для правильной утилизации мусора. Если вы завершили ремонт или строительные работы, то отходы следует отнести только на специализированные контейнерные площадки ТКО. Работу по транспортировке и утилизации строительных отходов на себя берут специализированные перевозчики. Для этого необходимо заполнить заявку на сайте



Если вы стали свидетелем нелегального сброса крупногабаритных отходов, обязательно снимите этот факт на камеру мобильного телефона и направьте фото или видео в Администрацию по адресу электронной почты ecologyserg@yandex.ru (при отправке укажите дату, время и место). Также сообщить о незаконном сбросе мусора можно по номеру **8 (496) 35-51-30.**

На сайте Минэкологии есть реестр легальных перевозчиков (стройотходы.рф), куда каждый житель Подмосковья может зайти и выбрать понравившегося ему отходоперевозчика. Там же можно оставить заявку на вывоз.



stroyothody.mosreg.ru, после чего у вас заберут крупногабаритный мусор в удобное для вас время.

Помимо этого, на территории Го. Серпухов работают специализированные площадки «Мегабак», которые открыты ежедневно с 08:00 до 20:00, включая выходные дни, и находятся по адресам:

✓ ул. Екатерины Дашковой, д. 18;

✓ Северное шоссе, д. 2-6.

Напоминаем, что на обычных контейнерных площадках Серпухова расположены синие баки, куда выбрасываются отходы, предназначенные для переработки (пластик, металл, стекло и макулатура – вторсырец), а в серые контейнеры – смешанные отходы.

За несанкционированный выброс мусора предусмотрен штраф!

Утилизируйте отходы правильно! Только общими усилиями мы сможем сделать округ экологически чистым.

Не ставить машины

у контейнерных площадок

Возможность оказаться на штрафстоянке, к сожалению, пугает не всех: некоторые жители и гости округа пренебрегают требованием и «бросают» транспортные средства прямо на прилегающей территории контейнерной площадки.

Изменения в КоАП РФ позволяют штрафовать и эвакуировать автомобили за неправильную парковку без участия ГИБДД. Это делается, чтобы личный транспорт, брошенный под запрещающим знаком, не мешал проезду спецтехники, мусоровозов и экстренных служб. Привлечь к административной ответственности «автохамов» может любой прохожий – достаточно открыть раздел «Народный инспектор» на портале «ДоброДел».

Штраф для физлиц – 5 тыс. руб., для должностных лиц и ИП – 10 тыс. руб., для юрлиц – 30 тыс. руб.

ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ

Зима без простуд и инфекций

С понижением температуры и увеличением числа вирусов важно уделять особое внимание профилактике заболеваний. Забота о здоровье ребенка в этот период требует комплексного подхода:



→ чтобы защитить ребенка от серьезных заболеваний, таких как грипп, важно сделать прививку;

→ обратите внимание на режим сна и бодрствования: малыши до 5 лет нуждаются в 13 часах сна, а дети старше 8 лет – минимум в 9 часах;



«Единой России» – 23 года!

В составе Серпуховского местного отделения партии более 2700 членов и сторонников, действуют 107 первичных отделений.

Вместе они реализуют 12 федеральных и региональных проектов, в



ПАРТЫ ГЕРОЯ



«Я ухожу добровольцем...»

В зону проведения специальной военной операции Андрей Карабахциев отправился в сентябре 2022 года.

Это было его добровольное решение, о котором он сообщил родным: «Я не могу сидеть дома, когда над нашим народом нависла угроза. Я ухожу добровольцем и считаю, что каждый мужчина должен защищать свою Родину. Меня должны назначить командиром батальона. Собираю свою команду – и вперед...».

Андрей Вячеславович – серпухович, выпускник гимназии № 1, подполковник Вооруженных сил России. Его жизнь оборвалась 7 мая 2024 года при выполнении воинского долга. Герой награжден медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени с мечами.

медалью «За Отвагу», орденом Мужества посмертно. В память о нем в рамках Всероссийского образовательного проекта «Единой России» в гимназии, где боец учился, открыли Парту Героя.

В памяти родных и друзей Андрей Карабахциев останется простым, отзывчивым и надежным парнем, всегда готовым прийти на помощь. После школы он окончил наш военный институт, затем проходил военную службу.

Почетное право открыть Парту Героя было предоставлено его маме, поэту-писателю Валентине Павловне. А первыми места за Парту заняли отличники учебы, активисты, победители



■ КОММЕНТАРИЙ

Татьяна Орлова, член Политсовета местного отделения «Единой России», заместитель Главы Администрации Г.о. Серпухов:

– Андрей Карабахциев – честный, добрый, смелый. Наш Герой. Он отдал свою жизнь за Родину и мирное будущее нашего народа. Спасибо матери за достойного сына, истинного патриота. Светлая память...

предметных олимпиад Вероника Морозова и Александр Ярцев.

Андрей Карабахциев – пример патриотизма, доблести и мужества для подрастающего поколения. Вечная ему память.

моши в Г.о. Серпухов Светлана Юдина.

► 10 декабря: депутаты, члены фракции «Единая Россия» Владимир Загоруйко и Елена Головина, главный специалист-эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Московской области Елена Веселова, адвокат филиала №67 Московской областной коллегии адвокатов, руководитель Единого центра оказания квалифицированной юридической помощи в Г.о. Серпухов Светлана Юдина.

► 9 декабря: депутаты, члены фракции «Единая Россия» Ольга Ковшарь и Михаил Шульга, заместитель главного врача по поликлинической работе Екатерина Прохофьева, адвокат филиала №67 Московской областной коллегии адвокатов, руководитель Единого центра оказания квалифицированной юридической помощи в Г.о. Серпухов Светлана Юдина.

Приемы проходят по адресу:
г. Серпухов, ул. Советская, д. 61/10.
Запись по телефону:
8 (4967) 72-44-67.

В ОБЩЕСТВЕННОЙ ПРИЕМНОЙ

Ваш вопрос – наш ответ

В Общественной приемной местного отделения партии «Единая Россия» проходит Декада приемов граждан в честь Дня рождения партии.

Вместе с депутатами Московской областной Думы и окружного Совета депутатов в декаде участвуют организации-партнеры: Ассоциация юристов России, представители комитета по образованию, Роспотребнадзора, учреждений здравоохранения, Управления жилищно-коммунального хозяйства, соцзащиты.

■ КОММЕНТАРИЙ

Игорь Брынцалов, секретарь Московского областного отделения партии, спикер Мособлдумы:

– Подмосковная «Единая Россия» объединяет десятки тысяч человек. Это не только партийцы, но и активные молодогвардейцы, а также наши сторонники. И, конечно, это избиратели, которые поддерживают нас. Вместе мы продолжаем развивать наш регион. Делаем все, чтобы он был в лидерах по ключевым направлениям – экономическому, социальному, инновационному.



числе которых «Новая школа», «Крепкая семья», «Историческая память», «Детский спорт». Местная акция, очень близкая для матерей и самых маленьких серпуховичей, «С Днем рождения, малыш!», проходит регулярно и приурочена к знаковым календарным датам. Важным и востребованным остается труд активистов «Молодой Гвардии «Единой России».

– Наши активисты – энергичные, инициативные, открытые для добрых дел, – рассказал секретарь Серпуховского отделения партии «Единая Россия», Глава округа Сергей Никитенко. – Поддержка семей и молодежи, работа с участниками спецопераций и их родными, забота о старшем поколении, развитие волонтерского движения – нет направлений, в которых бы не была задействована партия.

ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ



Малышам – от доброго сердца

Крайне важно заботиться о новорожденных, особенно о тех, кто появился на свет раньше времени. В помощь таким малышам обращена партийная акция «Тепло для жизни».

35 комплектов вязаных шерстяных шапочек и носочков на этой неделе отправились в роддом вместе с теплом рук и любовью сердец серпуховских мастерниц.

– Как координатор партийного проекта «Женское движение «Единой России» вместе с руководителем фракции в окружном Совете депутатов Николаем Пушкиным и талантливыми мастерами из Центра социального обслуживания и реабилитации «Серпуховский» организовали передачу теплых вещей для маленьких пациентов родильного дома, – сообщила член Политсовета, заместитель Главы Администрации Г.о. Серпухов Татьяна Орлова.



Малышам очень нужны самодельные вещи из натуральной гипоаллергенной шерсти, которые не только помогают сохранять тепло, но и оказывают мягкое воздействие на нежные нервные окончания, способствуя быстрому восстановлению сил.

ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ

Честь – смолоду

В День юного героя Московской области двое серпуховичей – Григорий и Варвара Толкушкины отмечены наградой победителей в номинации «Юный герой» премии «Герои нашего времени».



Награждение ежегодно проходит по инициативе «Единой России» в музее Зои Космодемьянской. Основная цель премии – рассказать о геройических поступках детей и молодежи региона, отметить важность волонтерской работы.

...Весной этого года юные серпуховичи предотвратили большую трагедию. По соседству с ними произошло возгорание на балконе. Григорий и Варвара не растерялись и, в ожидании пожарных, самостоятельно помогали тушить пламя из окна.



Фото: пресс-служба Администрации Г.о. Серпухов
ПО МАТЕРИАЛАМ САЙТА WWW.ER-SERP.RU

ПАТРИОТ

МОЛОДЕЖНЫЙ ЦЕНТР

КАРЬЕРА С «ЕДИНОЙ РОССИЕЙ»

Юные политики побывали в Госдуме

Государственную Думу Российской Федерации посетили активисты серпуховской «Школы молодого политика».



В ходе экскурсии ребята узнали историю здания, познакомились с особенностями работы современной нижней палаты Федерального собрания, с балкона пленарного заседания наблюдали за процедурой внесения поправок в законодательство и принятием федерального закона. Поездка была

организована депутатом Государственной Думы VIII созыва Александром Толмачевым при поддержке серпуховского отделения партии «Единая Россия» в рамках партийного проекта «Моя карьера с Единой Россией».

Молодежь в формате живого диалога пообщалась с депутатом Госдумы

Александром Коганом, который поделился планами на ближайшее время и рассказал о том, как он стал депутатом, и об опыте работы, который он приобрел. Ребята задавали вопросы о направлениях развития своего Городского округа. Участница серпуховского Молодежного парламента, студентка Московского областного медицинского колледжа Татьяна Губина поделилась информацией о своем проекте «MedEcoRecycle», посвященном правильной утилизации лекарств. Александр Коган заинтересовался проектом. Сейчас он находится на стадии развития и реализации.

— Суть проекта в том, что мы хотим создать целую сеть пунктов приема таблеток и других медикаментов в центральном регионе

России, — рассказала Татьяна Губина.

Для участников поездки была проведена познавательная экскурсия по музею и старому зданию Государственной Думы. Ребята узнали много нового о работе нижней палаты Федерального Собрания.

ПАМЯТЬ

Серпухов: отсюда начался путь к Победе

5 декабря — важнейшая дата в истории Великой Отечественной войны, начало контрнаступления советских войск под Москвой. Один из дней Воинской славы России. Наш Серпухов по праву носит звание города воинской доблести. Именно здесь ценой тысяч жизней был остановлен враг, рвавшийся к столице.

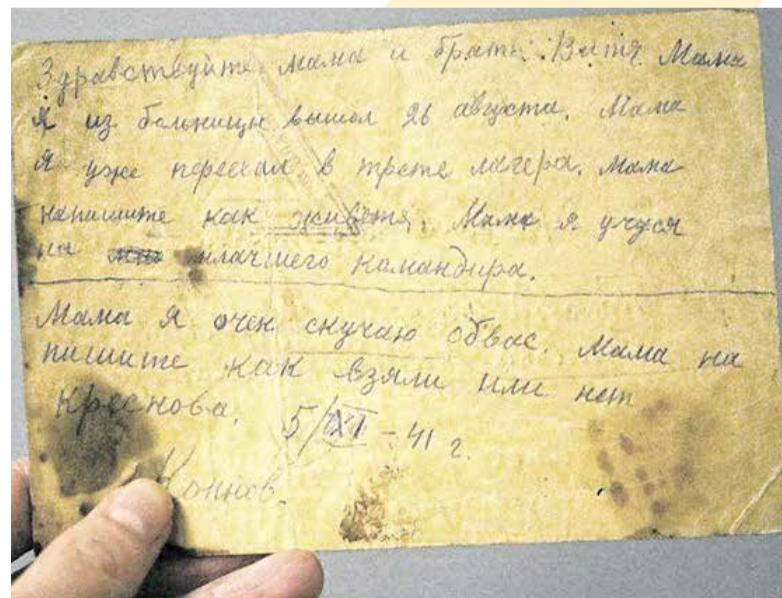


Проходят десятилетия, но память хранит и имена героев, и их подвиги. В Центре по профориентации и трудуустройству молодежи состоялась

встреча, посвященная 83-й годовщине контрнаступления советских войск под Москвой.

Осенью 1941 года Серпухов стал рубежом обороны Москвы. Немцы пошли вплотную, город подвергался постоянным обстрелам. Главной целью фашистов был мост через Оку. Его и сам Серпухов с воздуха прикрывали летчики 178-го гвардейского авиационного полка, базировавшегося в Липицах. Бои шли тяжелые. По официальным данным, на одного ополченца приходилось 5-6 солдат противника. Несмотря на все тяготы, истребительный полк вместе с бойцами Красной армии не пропустили немцев через Оку. Серпухов выстоял. Пришедшем на встречу студентам, юнармейцам и учащимся кадетских классов округа рассказали о подвиге наших земляков и тяжелых событиях тех лет, продемонстрировали макеты с реконструкцией боев, показали военную хронику.

Вклад, который внесли серпуховцы в Победу — неоценим. Важно, чтобы наше молодое поколение знало и помнило об этом.



ЗНАЙ НАШИХ!

И в искусстве, и в учебе — на отлично

Ян Нилов из Протвино стал лауреатом I степени в международном конкурсе исполнительского мастерства, который проходил в Государственном музыкально-педагогическом институте имени М.М. Ипполитова-Иванова.

Воспитанник детской школы искусств — единственный из всех солистов получил сертификат на участие без аккредитации в международном турнире «Славься, Отечество!», кото-



рый пройдет в марте 2025 года в Сочи. Эта победа — далеко не первый большой успех Яна. В прошлом году он и его преподаватель Светлана Донская стали лауреатами I степени более чем в двадцати всероссийских, международных и рейтинговых конкурсах. Ян и в общеобразовательной школе учится на отлично. Кроме вокала, увлекается изобразительным искусством, любит играть на фортепиано.

— Уверен, Ян еще не раз достойно представит наш округ на престижных конкурсах, в том числе и мирового уровня. Желаю ему творческих успехов и большого музыкального будущего, — написал на своей странице в соцсетях Глава Г.о. Серпухов Сергей Никитенко.

мечены специальными призами.

Успех прославленного коллектива — это результат огромного труда самих детей, их талантливых педагогов (Марии Баракиной, Анастасии Мужиковской, Виктории Исаевой и Анастасии Нехаенко) и неоценимой поддержки родителей.



Триумф «Сильфиды»

На Всероссийском конкурсе детского танца «Level Up Kids» серпуховская танцевальная студия «Сильфида» завоевала 9 дипломов лауреатов первой и 5 — второй степени.

Четырнадцать ярких номеров, представленных юными танцорами в возрасте от 4 до 9 лет (ансамбли, дуэты и сольные выступления), завоевали признание жюри. Два номера были от-

РОДИНЕ СЛУЖИТЬ

Для сильных и смелых

«Маргеловец» получил обновленные помещения

Завершен ремонт помещений спортивной подготовки Молодежного центра «Патриот».

В ходе проведенных работ был решен вопрос с подтоплением цокольного этажа: смонтирована система отведения грунтовых вод, выполнена гидроизоляция полов и заменены инженерные коммуникации. Завершающим этапом стало косметическое обновление помещений, что сделало их более комфортными и современными.

Здесь работает военно-патриотический центр «Маргеловец», который уже на протяжении 12 лет при-

нимает более 40 курсантов от 10 лет.

Основная цель клуба — военно-патриотическое воспитание молодежи. Занятия проходят шесть раз в неделю и включают в себя общую физическую подготовку, что способствует успешному поступлению ребят на службу. Все ремонтные работы проводились с целью создания удобных условий для занятий. Кроме того, в клуб завезли новое спортивное оборудование, тренажеры и необходимый инвентарь.



РАЗГОВОР ПО СУЩЕСТВУ

Что волнует молодежь?
Результаты дискуссии в Серпухове

Вопросы, волнующие молодежь, становятся все более актуальными в современном обществе. Чтобы понять, что именно беспокоит молодых людей, специалисты Центра по профориентации и трудуоустройству молодежи провели опрос среди студентов профессиональных учебных заведений.



В исследовании приняли участие более 500 студентов, которые поделились своими мыслями о жизни, спорте, волонтерстве, трудуоустройстве и досуге.

На городской дискуссионной площадке «Молодежный диалог» студенты собрались, чтобы обсудить результаты опроса и выявленные темы, занявшие

лидерирующие позиции. Участники разбились на группы, каждая из которых сосредоточилась на одной из четырех ключевых тем: спорт, волонтерство, трудуоустройство и досуг.

Спикеры, приглашенные на обсуждение, стали настоящими наставниками для ребят. Федор Чудинов, де-

путат и чемпион мира по версии WBA, поделился своим опытом в спорте и важностью физической активности для молодежи. Надежда Новикова, художественный руководитель ДК «Исток», рассказала о значении культуры и досуга в формировании личности. Иерей Максим Котович, настоятель Троицкого собора Г. о. Серпухов, отметил важность духовного развития и волонтерства. Марина Голышева, председатель совета молодых специалистов АО «РАТЕП», обсудила трудуоустройство и карьерные перспективы для молодежи.

В дискуссии также приняли участие заместитель благочинного Серпуховского церковного округа, иерей Павел Тимохин и Диана Алумянц, депутат, руководитель «Молодой Гвардии» Московской области.

Обсуждение вызвало большой интерес у студентов. Они активно спорили, дополняли ответы спикеров и приводили яркие примеры из своей жизни. Это создало атмосферу открытости и вовлеченности, где каждый мог высказать свое мнение и предложить идеи. Участники разработали интересные акции и мероприятия по предложенной тематике, что свидетельствует о высоком уровне креативности и желания молодежи внести свой вклад в развитие общества.

Важно отметить, что молодежь – это активная и созидающая часть нашего округа. Она неравнодушно смотрит на свое будущее и стремится к его улучшению.

Текст: ММЦ Серпухов

Мы выбираем ЗОЖ

Активная молодежь поселка Пролетарский приняла участие в онлайн-галерее, организованной специалистом Ириной Кривушиной и посвященной здоровому образу жизни.

Это стало отличной платформой для обмена идеями и вдохновения. Участники смогли представить свои проекты, связанные с ЗОЖ, делиться



рецептами здорового питания, рассказывать о своих спортивных увлечениях и достижениях. Формат онлайн-мероприятия позволил привлечь молодых людей из разных уголков Пролетарского, объединив их общей целью – заботой о своем здоровье.

Программа онлайн-галереи была насыщенной и разнообразной. Участники представили ряд интересных и познавательных выступлений. Например, некоторые молодые люди рассказали о своих успехах в спорте, других интересовали вопросы правильного питания и его влияния на здоровье.

КОНКУРС

Творческие, талантливые и, конечно, ЯРКИЕ!

Дворец торжеств «Центральный» сияет светом софитов и переливами талантов. Здесь состоялся долгожданный X юбилейный фестиваль-конкурс молодежного творчества «Яркий Я».

Это событие – настоящий праздник для всех любителей искусства и творчества, который собирает под одной крышей самых ярких представителей молодежной культуры Городского округа Серпухов.

В этом году в конкурсе поистине звездный состав участников – талантливых, неповторимых молодых людей, жаждущих проявить себя и поделиться своими навыками. Ребята собираются из разных уголков округа, чтобы про-

демонстрировать свои способности в пяти номинациях: «Художественное слово», «Вокал», «Хореография», «Инструментальное искусство» и «Оригинальный жанр». У каждого цель не только победить, но и зажечь свою уникальную звезду на небосклоне «Яркого Я», оставив неизгладимый след в памяти зрителей и жюри.

Конкурс стал площадкой для самовыражения, возможностью для участников найти единомышленников и друзей, разделяющих их увлечения.



СПОРТ – НОРМА ЖИЗНИ



Борцы Серпухова вне конкуренции

Воспитанники Академии ММА Серпухова Никита Платов и Мальвина Караваева победили на чемпионате и первенстве мира по универсальному бою среди юношей и девушек в Узбекистане. Серебряным призером среди женщин стала еще одна серпуховичка – Наталья Юдина. Борцы занимаются у Анатолия Дагаева и президента городской федерации ММА Максима Гузовского.

В соревнованиях участвовали спортсмены из России, Белоруссии, Казахстана, Армении, Зимбабве, Узбекистана, Киргизии, Азербайджана, Индии, Молдовы, Монголии, Сербии, Алжира, Египта. В общей сложности – 380 борцов из 25 стран мира.

Наши ребята показали высокий уровень подготовки, а тренеры – качественную работу. В Академии ММА внедряются особые методики и стратегии, что позволяет подготовить чемпионов, способных успешно конкурировать на международной арене.



В напряженной борьбе

Продолжаются матчи в рамках Студенческой хоккейной лиги. Спортсмены Губернского колледжа одержали уверенную победу.

Это был трудный поединок с чеховским «МФЮА «Гранит». Серпуховичи выиграли со счетом 3:2 в серии буллитов. Матч получился невероятно напряженным и драматичным.

Команда благодарит своих болельщиков за поддержку и приглашает всех на следующие матчи.



На меткость, выдержку и волю к победе

Первенство по пулевой стрельбе из пневматической винтовки среди военно-патриотических клубов муниципалитета провело серпуховское отделение Всероссийской общественной организации ветеранов «Боевое братство». В этом году соревнования посвятили памяти нашего германского земляка – гвардии полковника воздушно-десантных войск Андрея Анатольевича Непряхина.

Андрей Анатольевич – серпухович, боевой офицер, орденоносец, Герой России. Долгие годы служил заместителем командующего про-славленного 45-го разведывательного полка ВДВ. Трагически погиб при выполнении боевой задачи в Сирии в 2021 году. Почетным гостем турнира стала его жена Лениана Владимировна. За личное и командное первен-

ство на соревнованиях боролись десять команд. Самыми меткими в своих возрастных категориях стали ребята военно-патриотического объединения «Слава» Центра внешкольной работы и команда школы № 12 «Центр образования». В личном первенстве отличные результаты показали Арсений Рылин, Вероника Скачик и Александра Гусейнова.



КАЧАЕМ ПРАВА

**Налоги: изучаем важные аспекты**

В рамках общественного объединения «Качаем права» молодежь поселка Пролетарский включилась в разработку информационных буклотов под названием «Налогам – ДА!».

Под руководством специалиста по работе с молодежью МЦ «Молодость» Татьяны Артеменковой ребята погрузились в изучение темы налогов и их роли в экономической системе страны.

Зачем нужны налоги?

Налоги – это неотъемлемая часть функционирования любого государства. Они являются основным источником доходов, необходимых для финансирования различных государственных программ, социальных услуг и инфраструктуры. В ходе работы над буклетами участники акции узнали, что без налогов невозможно нормальное функционирование государственных институтов и общества в целом.

На первой встрече ребята обсудили, какие налоги существуют, как они собираются и куда направляются. Это позволило им лучше понять, как налоги влияют на жизнь каждого человека. Участники пришли к выводу, что налоги – это не просто обязательные платежи,

а важный инструмент, который обеспечивает развитие страны.

Образовательный процесс

Работа над буклетами стала не только образовательным, но и творческим процессом. Ребята активно делились своими идеями и предлагали различные форматы подачи информации. В результате получились яркие, информативные и легко воспринимаемые буклеты, которые смогут заинтересовать и других молодых людей.

Татьяна Артеменкова отметила, что важно не только знать о налогах, но и уметь объяснить их значение другим: «Создавая эти буклеты, мы изучаем тему, но и делимся знаниями. Это поможет нам стать более активными и осведомленными гражданами».

Проблемы и вызовы

В ходе обсуждений участники также затронули важные проблемы, связанные с налогообложением. Они

Спорт – это жизнь

**Итоги авторского квиза
«ЛОМОНОСОВ PARTY 2.0»**

Спорт – это движение, это жизнь, это здоровье. Как гласит известная поговорка: «В здоровом теле – здоровый дух!» Эта истинна находит свое подтверждение в жизни многих людей, особенно тех, кто выбрал спорт своим призванием.

Спортсмены – люди решительные, целеустремленные, стремящиеся к постоянному развитию и самосовершенствованию. Именно спорту была посвящена вторая игра авторского квиза «ЛОМОНОСОВ PARTY 2.0», прошедшая в структурном подразделении №4 Чеховского техникума в поселке Пролетарский.



поговорили о том, как налоговая система может быть справедливой или несправедливой, и какие реформы необходимы для улучшения ситуации. Это обсуждение способствовало формированию критического мышления у молодежи, что является важным аспектом развития.

Ребята также узнали о различных налоговых льготах и способах их получения. Это знание может быть полезным для них в будущем, когда они начнут самостоятельно вести свои дела или работать. Участники пришли к выводу, что осведомленность о налогах и финансовых вопросах – это необходимое условие для успешной жизни в современном обществе.

Итог работы

В результате работы над буклетами молодые люди создали информативные материалы, которые помогут им и другим лучше понять эту сложную тему. Буклеты содержат основные понятия, связанные с налогами, их значением и функциями, а также советы по налоговому планированию и использованию льгот.

После завершения проекта ребята решили распространить буклеты среди своих сверстников и в общественных местах, чтобы повысить уровень осведомленности о налогах в своем сообществе. Это решение стало логичным продолжением их работы и подтверждением того, что знания, полученные в ходе проекта, могут быть полезными не только для них, но и для других.

Инициатива «Качаем права» и работа над буклетами «Налогам – Да!» стали важным шагом к повышению финансовой грамотности молодежи поселка Пролетарский. Налоги, как основа экономической системы, теперь стали более понятными и доступными для ребят, что, безусловно, положительно скажется на их будущем.

БИЛЕТ В БУДУЩЕЕ

В мир стоматологии

В рамках федерального проекта «Билет в будущее» обучающиеся Школы современного образования, Эффективной школы и школы №18 посетили стоматологический центр «Малина».

Эта экскурсия, организованная совместно со специалистами Центра по профориентации и трудоустройству молодежи, стала уникальной возможностью для школьников познакомиться с профессией стоматолога и узнать о специальностях в этой области.

Экскурсия началась с приветственного слова директора стоматологического центра Яны Тарасовой. Она рассказала ребятам, что профессия стоматолога включает в себя несколько направлений, каждое из которых требует особых знаний и навыков. Школьники узнали о том, что стоматологи-терапевты, например, занимаются лечением зубов и профилактикой заболеваний, в то время как стоматологи-хирурги выполняют более сложные операции, включая удаление зубов и хирургическое вмешательство. Ортопеды восстанавливают утраченные зубы с помощью протезирования, а пародонтологи специализируются на заболеваниях десен. Ортодонты, в свою очередь, занимаются исправ- лением прикуса и выравниванием зубов.



Школьники узнали, что для того, чтобы стать стоматологом, необходимо получить высшее образование в медицинском вузе, а затем пройти интернатуру или ординатуру по выбранной специальности.

– Стоматолог должен обладать не только высокой квалификацией, но и умением работать с людьми, терпением, – говорит Яна Тарасова.

Текст: ММЦ Серпухов

Кино с акцентом

В МЦ «Молодость» прошел кинолекторий под названием «Кино с акцентом».

Специалисты стремились показать, как фильмы могут служить мощным инструментом для анализа и обсуждения социальных, экологических и культурных тем.

В этом году выбор пал на научно-фантастический мультфильм «ВАЛЛ-И», который стал основой для обсуждения. Этот фильм не только развлекает, но и заставляет задуматься о важнейших проблемах, таких как экология и потребительское общество.

Ребята посмотрели выдержки из «ВАЛЛ-И». Этот мультфильм рассказывает о маленьком роботе, который остался на заброшенной Земле, засоренной отходами. На фоне яркой анимации и трогательной истории зрителям была представлена важная

тема – последствия безответственного отношения к окружающей среде.

После просмотра участники поделились своими впечатлениями о картине. Ребята активно обсуждали, какие эмоции вызвал у них фильм, и как они воспринимают его послание. Многие отметили, что «ВАЛЛ-И» заставил их задуматься о собственном поведении и влиянии на планету.

Обсуждение проходило в формате открытого диалога. Ребята делились своими идеями о том, как можно сократить количество отходов в повседневной жизни. Многие предложили простые, но эффективные решения – использование многоразовых сумок, отказ от пластиковых бутылок и сортировка мусора.

Кинолекторий «Кино с акцентом» стал важным шагом к формированию экологического сознания среди молодежи. Специалисты отметили, что такие мероприятия помогают молодым людям осознать свою ответственность за окружающую среду.



**МАТЕРИАЛЫ И ФОТО ПОДГОТОВЛЕНЫ
МОЛОДЕЖНЫМ МАДИАЦЕНТРОМ СЕРПУХОВА**

Добрый Новый Год

Серпухов присоединяется к ежегодной акции «Добрый Новый Год» в рамках гуманитарного проекта «Доброе Дело».

Любой неравнодушный серпухович может подарить новогоднее настроение детям из новых субъектов РФ и приграничных районов Курской и Белгородской областей.

Создать атмосферу радости и тепла тем, кто в этом нуждается – не сложно. Ребятам можно передать сладкие подарки и игрушки. Все они будут доставлены адресатам к Новому году.



В нашем округе работают несколько пунктов приема:

✓ г. Серпухов, ул. Горького, д. 5-6 (МЦ «Патриот»), ежедневно с 09:00 до 18:00;

✓ г. Пущино, проспект Науки, д.7 (ЦКР «Вертикаль»), пн-пт с 09:30 до 21:00;

✓ г. Протвино, ул. Школьная, д. 2, пн-пт с 09:00 до 17:00;

✓ г. Протвино, Лесной бульвар, д.2, пн-пт с 09:00 до 17:00;

✓ г. Протвино, ул. Гагарина, д. 10, сб-вс с 10:00 до 19:00.

Акция проходит по всей Московской области и продлится до 8 декабря.

Уважаемые серпуховичи!

Давайте вместе подарим детям, которые сейчас остро в этом нуждаются, – любовь, теплоту и заботу. Поможем им поверить в настоящее новогоднее чудо.

ВАШ ВОПРОС – НАШ ОТВЕТ

Что нового в ноябре и декабре?

С 6 ноября, если после отмены судебного приказа вынесено решение суда о взыскании алиментов, должник выплачивает всю сумму с даты вынесения приказа, даже если прошло больше 3 лет.

С 9 ноября стало проще оформить права на хозяйственные постройки. Нужны техпаспорт, оценочная и другая учетно-техническая документация. Условия – есть право на земельный участок, а в отношении объекта до 2013 года был осуществлен текучет. Также упрощено оформление прав на дома блокированной постройки.

С 18 ноября отдельным категориям ветеранов боевых действий ежемесячная денежная выплата будет назначаться без заявления на основании данных об оформлении удостоверения.

С 20 ноября административный арест не может применяться к женщинам с детьми-инвалидами, опекунам и одиноким отцам детей до 14 лет и детям-инвалидам.

С 4 декабря устанавливается административная ответственность по ст. 6.21 КоАП за распространение информации, пропагандирующей отказ от деторождения. Исключение – для монашества.

С 25 декабря дополнены правила предоставления субсидий на ЖКУ:

□ для подачи заявления через

Госуслуги и региональные порталы нужна усиленная электронная подпись из приложения «Госключа»;

□ если указаны неполные или неверные данные, не хватает документов, рассмотрение заявления приостанавливается на 10 рабочих дней, а заявитель получает перечень недостающей информации.

Вводятся штрафы по ст. 8.52 КоАП за несоблюдение требований к содержанию домашних животных – от 1 500 до 3 000 руб.

Успейте сделать это в декабре:

○ заплатить добровольные взносы ИП на социальное страхование, чтобы в 2025 году получать больничные и декретные;

○ до 28 декабря – совершиТЬ юридически значимые действия до повышения госпошлин (например, сделки с недвижимостью);

○ подать заявление на единое пособие на 2025 год, если хотите, чтобы оценка нуждаемости проводилась по данным 2024 года.

Зарплата ниже МРОТ – не всегда нарушение

Зарплата по трудовому договору не может быть ниже МРОТ до вычета НДФЛ. Если работодатель платит меньше – обычно он нарушает закон. Но есть ситуации, когда это не будет нарушением. Вот несколько примеров.

Отработан неполный месяц

Например, часть месяца сотрудник был в отпуске или на больничном. В этом случае по итогам месяца сотрудник может получить зарплату ниже МРОТ, потому что она начисляется только за отработанные дни.

Рабочее время – меньше нормы

Сотрудник может быть устроен не на полную ставку или по договору работает неполный день или неделю. Тогда зарплата рассчитывается пропорционально ставке за полный месяц. И если в итоге получается ниже МРОТ – это законно.

Не выполнена норма выработки

Система оплаты труда может предусматривать, что полная сумма выплачивается при выработке установленной нормы. Например, кондитер должен сделать 200 торты. Если норма не выполнена – оплачивается только сделанное, а в итоге может получиться меньше МРОТ. Это законно, только если норма не выполнена по вине сотрудника. Например, если он не соблюдал технологию и делал бракованные изделия. Отсутствие заказов, сырья, оборудования – это не вина сотрудника.

Есть удержания из зарплаты по исполнительному листу

После удержаний остаток зарплаты может быть меньше МРОТ. В некоторых случаях сотрудник имеет право обратиться к приставам с заявлением о сохранении прожиточного минимума.

ЖКХ



Платим вовремя

Платежные документы за ноябрь большинство жителей Подмосковья получат в первых числах декабря.

Срок выпуска квитанций за декабрь сдвигается на период до 26 числа для того, чтобы жители могли оплатить коммунальные счета до новогодних праздников.

Передать показания приборов учета рекомендуется до 15 декабря. Если показания будут переданы позд-

нее, начисления за декабрь рассчитывают по среднемесячному объему потребления, а в январе на основании актуальных показаний будет выполнен перерасчет. Каждый, кто полностью оплатит коммунальные услуги до 27 декабря через личный кабинет или мобильное приложение «МосОблЕИРЦ Онлайн», получит шанс выиграть приз. Оплачивайте, выигрывайте, встречайте Новый год радостно и легко!

ВАЖНО! На тех территориях, где применяется авансовый метод расчета, сроки выпуска платежных документов в декабре 2024 года не изменятся.

КОНКУРС

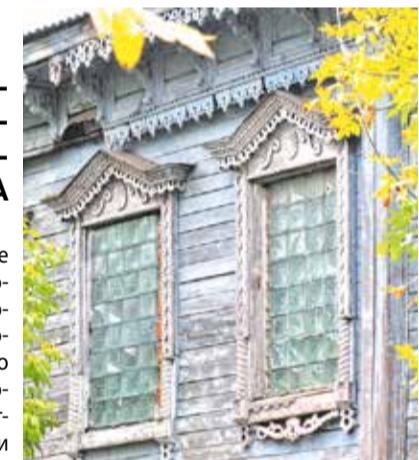
Окна города

Всех, любящих свой город, приглашаем принять участие в краеведческом проекте «ОКНА ГОРОДА».

Тема его – наличники: резные наличники русских деревянных домов, каменные наличники ампирных построек, наличники эпохи модерн... Наличники – это не просто элемент декора, это искусство, которое отражает особенности местного быта и традиций. Они играли важную роль в архитектурном ансамбле дома, акцентируя внимание на окнах и дверях, и придавали ему особую выразительность, подчеркивали индивидуальность каждого дома и его обитателей.

Это самая красивая часть дома. Благодаря искусству фотографии, мы сможем сохранить это прекрасное лицо города, создав каталог его наличников разных стилей и эпох. Альбом-каталог займет свое место на сайте МВЦ.

Присоединяйтесь к нашему



проекту! Фотографируйте и присылайте ваши работы на сайт <https://viziit-serpukhov.ru/> и электронный адрес: mvc-mvc.zentr@mail.ru

Условия фотографирования:

- общее фото фасада;
- два наличника рядом;
- точный адрес дома (улица, номер дома).

Принимаются только оригинальные фотографии, сделанные вами.

БЕЗОПАСНЫЙ РЕГИОН

Научи ребенка дорожной грамоте

Родители несут ответственность за нарушение детьми правил дорожного движения.

Согласно ст. 63 Семейного Кодекса Российской Федерации: «Родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей. Они обязаны заботиться о физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей».

Законные представители участают в обучении несовершеннолетних правилам дорожного движения, обеспечивают необходимый контроль и предотвращают опасное

поведение ребенка в условиях улично-дорожной сети, в том числе на проезжей части дороги.

Если эти условия не выполняются, то родители (иные законные представители) несовершеннолетних могут быть привлечены к административной ответственности за неадекватное исполнение родительских обязанностей по содержанию, воспитанию, обучению, защите прав и законных интересов несовершеннолетних, которая предусмотрена ч. 1 ст. 5.35 КоАП с последующей постановкой семьи на профилактический учет в отдел по делам несовершеннолетних.

Извещение о проведении собрания о согласовании местоположения границ земельных участков

Кадастровым инженером Гориновой Еленой Вячеславовной (квалификационный аттестат кадастрового инженера 40-12-249), Московская область, г. Серпухов, ул. Фирсова, д.3, тел. 8-968-8310131, hellenbeauty2011@gmail.com, выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границы земельного участка 50:32:0040238:862 (земли общего пользования СНТ «Прибор»), расположенного по адресу: Московская область, Серпуховский район, ОПЛО «Русский лес», Шараповские лес., кв. 44, 45. Номер кадастрового квартала, в пределах которого расположены уточняемые земельные участки 50:32:0040238.

Заказчиком кадастровых работ является **председатель СНТ «Прибор» Войкова С. М.** (адрес проживания: 115114, г. Москва, ул. Дербеневская, д. 18, кв. 22, тел.: 8-962-901-11-12).

Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ состоится «09» января 2025 г. в 11.00 часов, по адресу: Московская область, г. Серпухов, ул. Фирсова, д.3.

С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: Московская область, г. Серпухов, ул. Фирсова, д. 3.

Обоснованные возражения относительно местоположения границ, содержащихся в проекте межевого плана, и требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с «06» декабря 2024 г. по «09» января 2025 г. по адресу: Московская область, г. Серпухов, ул. Фирсова, д. 3.

Требуется согласовать местоположение границ с правообладателями следующих смежных земельных участков в СНТ «Прибор»: участки для садоводства – №№ 2, 14, 22, 27, 39, 153.

При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы, подтверждающие права на соответствующие земельные участки.

реклама



Шагните в Новый год
с лёгкостью!
Избавьтесь от варикоза
в декабре!

10, 17 декабря
в СЕРПУХОВЕ

Консультация
флеболога-
диагноста
с УЗИ вен ног

1800 р

реклама

МЦ «Мед Лайн»,
ул. Советская, 63, пом. 1 8 (499) 490-20-59

Реклама. ООО «Варикоза нет». Акция действует с 01.12.2024 по 31.12.2024. Подробности уточняйте по тел.: 8 (499) 490-20-59. Лицензия №041-01107-59/003046892 от 22.09.17г. №041-01019-24/00306317 от 27.06.2016г., №041-03162-50/00152154 от 26.04.2020г.

Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста!

ВАРИКОЗА•НЕТ
сеть клиник лазерной хирургии

варикозанет77.рф

Аксисо Мед МЕДИЦИНСКАЯ КЛИНИКА

Лицензия на осуществление медицинской деятельности от 19.03.2023 г. №041-01019-24/00306317

ОМОЛАЖИВАЮЩИЙ ЭКСКЛЮЗИВ

КОМПЛЕКСНАЯ СИСТЕМА УХОДА ЗА КОЖЕЙ



ПОКАЗАНИЯ:

- ❖ пигментные пятна;
- ❖ признаки фотостарения;
- ❖ сосудистые звездочки, купероз;
- ❖ неровная текстура кожи;
- ❖ изменения овала лица и др.

axiomed.ru

г. Серпухов, 2-я Московская ул., д. 6, к. 5
+7 (963) 665-53-33, +7 (4967) 12-81-12



реклама

Р А Б О Т А

СРОЧНО ТРЕБУЕТСЯ УБОРЩИЦА В КИНОТЕАТР

Уборка помещений кинотеатра, контроль чистоты в течении дня, вынос мусора. График 2/2 с 9.00 до 19.00 (до 21.00). Выплаты возможны каждый день! Премии и бесплатный просмотр фильмов.

8 (4967) 37-18-61

МОСКОВСКОЕ ШОССЕ, 55
ТРК «Б-КЛАСС»

реклама

ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СОБРАНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ МЕСТОПОЛОЖЕНИЯ ГРАНЦЫ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА

Кадастровым инженером Чугуевской Еленой Михайловной, 142290, г. Пущино М.О., м-р «В», д.18, кв.7; pking@mail.ru; 8(4967)33-03-88, СНИЛС 012-665-160 22; № в госреестре лиц 10376, выполняются кадастровые работы в отношении земельного участка с кадастровым номером 50:32:0070108:139, расположенного: Московская область, Серпуховский р-он, д.Вязищи, № кадастрового квартала 50:32:0070108.

Заказчиком кадастровых работ является Сидорова Н.В. почтовый адрес: 142204, Московская обл., г.Пущино, мкр. «Г», д.28, кв.36; конт. тел. 8-977-855-15-17.

Собрание по поводу согласования местоположения границ состоится по адресу: Московская область, Серпуховский район, д. Вязищи на земельном участке с КН№50:32:0070108:139, «09» января 2025г. в 13 часов.

С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: г. Пущино Московской обл., мкр. «В», д.1, пом.24-37, ПК «Инженер».

Требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности, принимаются с 09 декабря 2024 г. по 08 января 2025г., обоснованные возражения о местоположении границ земельных участков после ознакомления с проектом межевого плана принимаются с 09 декабря 2024 г. по 08 января 2025г., по адресу: г. Пущино Московской обл., мкр. «В», д. 1, пом.24-37, ПК «Инженер».

Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границ: земельные участки, смежные с земельным участком с КН№50:32:0070108:139, расположенные: Московская область, г.о. Серпухов, д.Вязищи в границах кадастрового квартала № 50:32:0070108.

При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок (ч.12 ст. 39, ч.2 ст.40 ФЗ от 24.07.2007г. № 221-ФЗ «О кадастровой деятельности»).

реклама

**УДОБНЫЙ ГРАФИК РАБОТЫ,
ДОСТОЙНАЯ ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА,
КАРЬЕРНЫЙ РОСТ**

Адрес: Московская область,
г.о. Серпухов, д. Каргашино

8-929-655-14-24

Как узнать необходимую информацию
о мерах соцподдержки?

Вы можете задать вопрос и получить ответ
вместе с полезными ссылками в телеграмм-чате
соцзащиты «Социалка.Серпухов»

<https://t.me/+HsC9sB1LaYdmMWE6>

Подписывайтесь на телеграмм-чат «Социалка.Серпухов»!

Чат-бот работает в режиме 24/7



Свидетельство о праве плавания под государственным флагом РФ, серия РТ-II № 006788 от 05.10.2006, на судно «Везучий-1», идентификационный номер В-03-267, принадлежащее Желяскому Дмитрию Адольфовичу, считать недействительным, в связи с утерей.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу ПИ № ТУ50-02524 от 13.11.2017г.

Газета набрана и сверстана по компьютерной технологии в редакции, отпечатана в типографии ООО «Типография КП-Москва»: 141407, Московская область, город Химки, Нагорное ш., д. 2 к. 9, помещ. а.

За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. Материалы, отмеченные сло-

вом «РЕКЛАМА», публикуются на правах рекламы.
Фото: МАУ «Серпуховское информационное агентство»
Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.

Тираж: 4 000 экз. Заказ № 5568.

Объем газеты: 16 полос формата А3.

Подписано в печать: 05.12.2024 г.

Время по графику: 15.00. Время фактическое: 18.00.

Газета выходит по пятницам.

Газета распространяется бесплатно в г. Серпухов.

**общественная газета
СЕРПУХОВ**

электронная версия газеты: otv-media.ru/gazeta/

Общественная газета - Серпухов (ОГС)

Главный редактор: Леонова Елена Константиновна.

Учредитель: Муниципальное автономное учреждение «Серпуховское информационное агентство».

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К «ОБЩЕСТВЕННОЙ ГАЗЕТЕ - СЕРПУХОВ»

В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ И ВСТУПАЙТЕ В НАШИ ОФИЦИАЛЬНЫЕ ГРУППЫ:

ВКонтакте
[otvserpuhov](https://vk.com/otvserpuhov)



Одноклассники
[otvserpuhov](https://ok.ru/otvserpuhov)



Телеграм-канал
[otvserpuhov](https://t.me/otvserpuhov)

