



ВОЕННАЯ СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ

г. Калуга, ул. Максима Горького, д. 87 ☎ 8-800-100-47-66

РАССВЕТИ ИЗНОСКИ

Износковская общественно-политическая газета

Год издания 40-й
№ 38
(6815)
5 ИЮНЯ
2026 г.
пятница
Цена свободная 12+

ИНИЦИАТИВНОЕ БЮДЖЕТИРОВАНИЕ

Развитие территорий в руках населения

Инициативное бюджетирование является одним из самых эффективных механизмов привлечения граждан к распределению средств местных и региональных бюджетов для решения актуальных проблем.

В основе программы поддержки местных инициатив лежит методика, согласно которой граждане сами выдвигают проекты, которые они хотят реализовать, обсуждают их на собраниях, подтверждают готовность профинансировать проекты в том или ином объеме.

30 мая состоялся сход граждан, проживающих в переулке, ведущем к Мятлевскому детскому саду, на улице Кирова поселка Мятлево. На собрании жителей



присутствовали начальник Мятлевого отдела по работе с территориями Л.В. Венидиктова, а также заве-



дующая МКДОУ «Мятлевский детский сад» И.И. Гуменева.

Главный вопрос, который активно обсуждался жителями — участие в инициативном проекте «Ремонт автомобильной дороги по ул. Кирова (подъезд с детскому саду) в пос. Мятлево». Участники схода обсудили

уже проделанную часть работы по ремонту дороги, сделали замечания в адрес подрядчика, определились с суммой взносов, в том числе и вклада родителей детей, посещающих детский сад, ведь от состояния дороги напрямую зависит безопасность маленьких граждан поселка.

С. КУЗЬМИНА.

НАЦПРОЕКТЫ

Комфортная городская среда

Благодаря реализации национального проекта «Комфортная городская среда» в наших населенных пунктах появляются уютные дворы и современные общественные пространства.

В этом году в Износковском муниципальном округе в рамках проекта запланировано благоустройство сразу двух общественных пространств — сквера им. С.Р. Суворова в с. Износки и зоны отдыха со скейт-парком в п. Мятлево.

На обоих объектах благоустройства подрядные организации уже приступили к работам. Так, в селе Износки в сквере им. С.Р. Суворова в рамках первого этапа благоустройства ведется демонтаж старых кирпичных кладок и частичная замена тротуарной плитки, подготавливаются этапы благоустройства данного объекта.

В посёлке Мятлево в рамках нацпроекта присту-



пили к реализации второго этапа работ. Здесь планируется уложить тротуарную плитку для создания удобных пешеходных дорожек, озеленение территории, обустройство площадки с травмобезопасным резиновым покрытием. Согласно дизайн-проекту ключевым элементом данного общественного пространства станет зимняя деревянная горка.

Особо значим тот факт, что при выборе объектов благоустройства в рамках нацпроекта учитывается



мнение местных жителей — люди выбирали для людей. Опыт участия Износковского муниципального округа в нацпроекте «Ком-

фортная городская среда», комплексный подход к благоустройству его территорий, заинтересованность и населения, и властей в преобразлении округа стали основой эффективной реализации мероприятий нацпроекта.

Приятно видеть, как Износковский муниципальный округ меняется в лучшую сторону. От того, насколько современным, удобным и комфортным он будет, зависит в целом его привлекательность для

молодёжи, развитие экономики и туризма, улучшение демографической ситуации.

Т. ШИШКОВА.

ОФИЦИАЛЬНО

ПМЭФ-2026: Владислав Шапша ознакомился с концепцией стенда Калужской области

3 июня в рамках XXIX Петербургского международного экономического форума губернатор Владислав Шапша ознакомился с концепцией стенда Калужской области.

В этом году экспозиция нашего региона построена вокруг слогана «Калужская область — конструируем будущее». Она демонстрирует не декларацию о намерениях, а конкретную стратегию превращения передовых идей в серийные продукты.

Глава региона детально изучил презентации ключевых проектов, которые уже сегодня формируют технологический суверенитет страны. Историческая традиция калужской земли — от космических прорывов Циолковского до мирного атома — находит свое продолжение в современных высокотехнологичных разработках.

В ходе осмотра стенда особое внимание было уделено медицинскому кластеру. В экспозиции представлены проекты по производству радиофармпрепаратов для борьбы с онкологическими заболеваниями, «ядерная



аптека», строительство крупнейшего в России завода по выпуску медицинских изотопов. Кроме того, в регионе готовится к запуску уникальное производство аппаратов для гемодиализа, что обеспечит потребности российских пациентов в жизненно важном оборудовании.

Стенд также отражает успехи в промышленности. Калужский автопром продолжает бить производственные рекорды, осваивая выпуск новых автомобильных брендов. Параллельно предприятия региона работают над созданием новейших материалов для космической отрасли.

«Калужский стенд демонстрирует синергию науки, образования и реального сектора экономики. Мы постарались собрать самые заметные проекты из сотен реализуемых сегодня в регионе. Здесь наглядно видно, из каких деталей — руками ученых, инженеров, врачей, рабочих — собирается экономика будущего Калужской области и всей страны», — прокомментировал Владислав Шапша.

Пресс-служба Губернатора и Правительства Калужской области.

ВСЛЕД ЗА ПРАЗДНИКОМ

Лето — это время, которого с нетерпением ждут и взрослые, и дети. Это не только теплые солнечные дни, но и долгожданные каникулы, возможность отправиться в увлекательные походы и просто наслаждаться свободным временем. Не случайно начало этого сезона связано с одним из самых добрых праздников — Днем защиты детей.

1 июня, в Международный день защиты детей, детские площадки нашего муниципального округа наполнились звонким смехом, радостными криками и атмосферой настоящего волшебства. Специалисты сельских учреждений культуры подготовили для юных жите-



Шоу мыльных пузырей (с. Износки).

лей и их родителей незабываемые праздничные программы, посвященные самому светлому празднику — детству.

Главное мероприятие, посвященное празднику детства и организованное Износковским РДК, развернулось 1 июня в Износковском липовом сквере. В этот день для юных гостей подготовили мастер-классы, игры, выступления аниматоров и множество сюрпризов.

Открыли детский праздник веселые клоуны Пуся и Туся (Н. Синдеева и Е. Семёнова). Настоящим сюрпризом для ребят стало появление сказочных персонажей (аниматоров) Пирата и Пиратки, которые отправились вместе с ребятами в увлекательное путешествие по просторам весёлой музыки, зажигательных танцев, интеллектуальных загадок и активных конкурсов. Праздник прошёл в атмосфере радости и дружбы, подарив всем отличное настроение. Программа получилась насыщенной и увлекатель-

Должны смеяться дети...

ной. А на аллеях сквера в это время проходила акция «Лето в ярких красках», объединившая и взрослых, и детей.

В День защиты детей актив Износковского районного избиркома для будущих избирателей провел познавательную игру «Избирательная ромашка», юные участники которой выбирали лепестки с номером на интеллектуальной ромашке. Номер на лепестке — это номер вопроса по избирательному праву, на который отвечали ребята. За каждый пра-



Актив Износковского районного избиркома.

ствовали любовь, заботу и защиту взрослых не только 1 июня. Пусть лица наших детей всегда озаряются счастливыми улыбками, а их заветные мечты обязательно исполняются!

* * *

1 июня площадь перед зданием ФКЦ «Олимпийский» превратилась в настоящий центр веселья и радости. Родители с малышами, педагоги и ребята из школьного летнего оздоровительного лагеря собрались вместе, чтобы отметить День защиты детей. Организаторами праздника выступили сотрудники Мятлевского СДК, которые подготовили для гостей насыщенную и интересную программу.

Веселая музыка, праздничная торговля, организованная индивидуальным предпринимателем



Пират и Пиратка в гостях у мятлевских детей.

Н. Михайлюковой, радостный детский смех — всё это создавало приятное настроение.

С приветственным словом к собравшимся обратилась начальник Мятлевского отдела по работе с территориями Л.В. Венидиктова. Она подчеркнула, что этот праздник — символ нашей заботы о детях, которые являются будущим страны. В своем выступлении Любовь Викторовна пожелала всем ребятам здоровья, радости, новых впечатлений и друзей.

В этот день для маленьких участников праздника было подготовлено множество развлечений: игры, конкурсы, спортивные соревнования. Веселые клоуны (О. Ананова, А. Иванкова, Н. Баленко) и аниматоры из Калуги помогли создать атмосферу праздника, приглашая детей танцевать, водить хороводы, рисовать разноцветными мелками на асфальте. Программа была рассчитана на разные возрастные группы, чтобы каждый мог найти занятие по душе.

В течение всего дня ребята могли принять участие в мастер-классах и интеллектуальных играх,

которые организовали активисты Движения Первых под руководством К. Дюжиковой. Также была представлена книжная выставка «Капли звонкие стихов», где дети с удовольствием читали произведения русских поэтов.

Особенно яркие эмоции вызвало шоу мыльных пузырей, которое заворовило детей своим волшебством и красотой. Огромные переливающиеся шары, парящие в воздухе, словно ожившие сказочные создания, вызвали восторг и искренние улыбки на лицах малышек. Не менее захватывающим стал фестиваль Кра-



Активисты Движения первых.

сок Холи — яркое и красочное действо, где уже взрослые ребята смогли окунуться в атмосферу радости и беззаботности, раскрашивая друг друга в самые сочные оттенки лета.

Завершением праздника стало угощение сладким мороженым, которое стало настоящим подарком в теплый летний день. Дети с удовольствием наслаждались вкусным лакомством, а взрослые радовались, видя счастливые лица своих малышек.

Празднование Дня защиты детей стало не просто веселым мероприятием, а настоящим напоминанием о том, как важно беречь и поддерживать детство, создавать для детей условия, в которых они могут расти здоровыми, счастливыми и уверенными в своем будущем. Организаторы и участники праздника еще раз доказали, что забота о детях — это общая задача всего общества.

Лето только начинается, и впереди еще много теплых дней, наполненных играми, открытиями и новыми впечатлениями.

Т. СОЛОМКО,
С. ВИКТОРОВА.

ДОШКОЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ

До свидания, детский сад!

В детском саду «Солнышко» в селе Износки прошел трогательный и долгожданный выпускной праздник для воспитанников подготовительной группы. Этот день стал особенным как для ребят, так и для родителей и воспитателей, ведь дети подошли к своему первому рубежу: сегодня - беззаботные малыши, завтра станут серьезными школьниками, возьмут портфели, а вместе с ними и целую гору обязанностей и ответственности.

Выпускной в детском саду — это первое самостоятельное подведение итогов, осознание достижений и волнующее ожидание предстоящих событий, одновременно радостное и немножко грустное мероприятие. Это и прощание с беззаботной порой, и ключик от дверей в интересный и увлекательный мир знаний, переход в школьную, более взрослую жизнь.

Праздничная суэта царил в актовом зале перед началом выпускного. Мама трепетно поправляли наряды дочек, мальчишки в праздничных рубашках сохраняли

молчаливую деловитость. В целом атмосфера в зале была романтической и с легким дуновением ностальгии.

И вот под торжественную музыку дошколята-выпускники вместе со своим воспитателями Светланой Николаевной Немцевой и Надеждой Валерьевной Савочкиной вошли в зал. Помощник воспитателя Светлана Николаевна Никуличкина была тут же рядом, помогала в проведении утренника.

В этот день ребята и дошкольные работники подготовили прекрасный праздник, добрый



и душевный, где звучали красивые песни, были весёлые танцы и тёплые слова благодарности. Ребята с радостью показывали всё, чему научились за годы в детском саду: читали стихи, участвовали в играх и с улыбками вспоминали самые яркие моменты дошкольного детства.

А взрослые поддерживали ребят бурными аплодисментами и не скрывали радости, гордясь успехами своих чад. Воспитанники

детского сада наглядно продемонстрировали, что они действительно настроены на учебу в школе.

С напутственными словами к будущим первоклассникам обратилась заведующая детским садом Земфира Феаритовна Герасимова, а также воспитатели, пожелав детям успехов в школе, новых друзей и отличных оценок. Прекрасные слова в адрес коллектива детского сада сказали родители. Заботливых сотрудников детского сада по-

благодарили и сами юные выпускники. Впереди у них школа — одноклассники, перемены, звонки и прописи с букварями. Первые ответы у доски, оценки и домашние задания. Будущих первоклассников ждет еще много нового, интересного и захватывающего...

Выпускной получился очень душевным, наполненным радостью, добрыми эмоциями и лёгкой грустью расставания. Впереди у ребят новая школьная жизнь, а детский сад навсегда останется тёплым и счастливым воспоминанием.

Утренник подарил всем много радости, приятных впечатлений и завершился фотосессией.

Желаем нашим выпускникам счастливого пути, уверенности в себе и больших успехов!

Т. БОРИСОВА.

НИКТО НЕ ЗАБЫТ, НИЧТО НЕ ЗАБЫТО

Память, связавшая народ

В истории Великой Отечественной войны есть имена, которые стали символами мужества и самопожертвования для целых поколений.

Одно из таких имён — Сергей Романович Суворов, Герой Советского Союза, чья жизнь оборвалась в госпитале на Износковской земле в д. Мушино в июле 1942 года и чья могила расположена в главном сквере села Износки. Для учащихся и педагогов Лицея №11 г. Йошкар-Ола Республики Марий Эл подвиг их земляка является живой историей, которую они приехали узнать и дополнить за тысячу километров.

Встреча началась в музее Износковской школы. Активисты школьного музея провели экскурсию для гостей, рассказали о его экспонатах и экспозициях. О боевом пути и подвиге Сергея Романовича Суворова рассказала руково-

дитель музея М.А. Железковская (на нижнем снимке слева). Гости с трепетом слушали о героизме и мужестве своего земляка, рассматривали подлинные экспонаты и памятные книги о нем. Так сложилось, что накануне приезда гостей школьный музей пополнился новыми экспонатами: орудиями, гильзами и т. п. - всем, что было поднято из недр земли поискови-

ками в ходе работ у д. Хопилово, где свой последний героический бой принял С.Р. Суворов. В дар школьному музею их передала местный краевед Л.Г. Никитина.

Бесценный подарок музею привезла с собой и руководитель музея Лицея № 11 г. Йошкар-Ола - капсулу с землей, которую учащиеся лицея собрали на месте родного дома Суворова в деревне Большая Вочерма Марийской Республики.

Центральным событием встречи стало посещение братского захоронения в сквере им. С.Р. Суворова в с. Износки. Здесь вместе с другими бойцами покоится красноармеец Сергей Романович Суворов.

Прибыв к мемориалу, участники встречи возложили цветы к могиле и почтили память героя минутой молчания. В этот момент стираются километры проделан-



На братском захоронении в сквере им. С.Р. Суворова.

ного пути, стирается грань между прошлым и настоящим. Это место силы наполняет особым смыслом сухие цифры и факты из исторических справок.

Эта встреча стала важным уроком живой истории. Она наглядно продемонстрировала неразрывную связь поколений и доказала, что память о великом подвиге советского народа бережно хранится за тысячи километров.

Вернувшись домой в Республику Марий Эл, ребята привезут с собой не только фотографии и сувениры, но и глубокое чувство гордости за своего земляка и личной ответственности за сохранение исторической правды.

Имя Сергея Романовича Суворова продолжает жить, вдохновляя новые поколения на верность долгу и Отечеству.

Пресс-центр Износковской СОШ.



ТЕЛЕПРОГРАММА С 8 ПО 14 ИЮНЯ

Понедельник, 8 июня

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 0+ 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 Модный приговор 0+ 10.15 Жить здорово! 16+ 11.00, 12.15, 18.30 Время покажет 16+ 14.00, 17.00, 23.00 Большая игра 16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское/Женское 16+ 18.00 Вечерние новости 19.50 Пусть говорят 16+ 21.00 Время 22.00 «МЕЖДУ НАМИ ХИМИЯ» 16+ 00.10, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+ 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30, 11.30, 21.10 Местное время. Вести-Калуга 09.55 О самом главном 12+ 12.00, 18.00 60 минут 12+ 14.30, 02.20, 03.30 «КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ» 16+ 17.00 Малахов 16+ 21.30 «ЗАГЛЯНИ ЕМУ В ГОЛОВУ» 16+ 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

НТВ

04.35, 08.25, 10.35 «ПЁС» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 Сегодня 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.45 За гранью 16+ 17.50 ДНК 16+ 20.00 «ВРАГИ» 16+ 22.15 «БАЛАБОЛ» 16+ 00.40 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоной 16+ 01.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ» 12+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00, 00.00 Известия 16+ 05.25 «СВОИ-2» 16+ 06.00, 06.40, 07.20, 00.30, 01.15 «СВОИ-6» 16+ 08.05 Фирменный рецепт 12+ 08.40 Знание-сила 12+ 09.30, 10.20, 11.15, 12.05 «ОПАСНЫЙ» 16+ 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7» 16+ 14.20, 15.15, 16.05, 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4» 16+ 17.30, 18.20, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25, 02.05, 02.40, 03.15, 03.50, 04.20 «СЛЕД» 16+ 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8» 16+

Вторник, 9 июня

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 0+ 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 Модный приговор 0+ 10.15 Жить здорово! 16+ 11.00, 12.15, 18.30 Время покажет 16+ 14.00, 17.00, 23.00 Большая игра

16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское/Женское 16+ 18.00 Вечерние новости 19.50 Пусть говорят 16+ 21.00 Время 22.00 «МЕЖДУ НАМИ ХИМИЯ» 16+ 00.10, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+ 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30, 11.30, 21.10 Местное время. Вести-Калуга 09.55 О самом главном 12+ 12.00, 18.00 60 минут 12+ 14.30, 02.20, 03.30 «КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ» 16+ 17.00 Малахов 16+ 21.30 «ЗАГЛЯНИ ЕМУ В ГОЛОВУ» 16+ 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

НТВ

04.25, 08.25, 10.35 «ПЁС» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 Сегодня 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.45 За гранью 16+ 17.50 ДНК 16+ 20.00 «ВРАГИ» 16+ 22.15 «БАЛАБОЛ» 16+ 00.40 Захар Прилепин. Уроки русского 16+ 01.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ» 12+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00, 00.00 Известия 16+ 05.25 Мультфильмы 0+ 05.55, 06.35 Они потрясли мир 12+ 07.15 Они потрясли мир 16+ 08.05 Страна советов 16+ 08.40 Знание-сила 12+ 09.30, 10.20, 11.15, 12.05 «ОПАСНЫЙ» 16+ 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7» 16+ 14.20, 15.15, 16.05, 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4» 16+ 17.30, 18.20, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25, 02.05, 02.45, 03.20, 03.50 «СЛЕД» 16+ 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8» 16+ 00.30, 01.20 «СВОИ-6» 16+

Среда, 10 июня

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 0+ 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 Модный приговор 0+ 10.15 Жить здорово! 16+ 11.00, 12.15, 18.30 Время покажет 16+ 14.00, 17.00, 23.00 Большая игра 16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское/Женское 16+ 18.00 Вечерние новости 19.50 Пусть говорят 16+ 21.00 Время 22.00 «МЕЖДУ НАМИ ХИМИЯ» 16+ 00.00 Шоу Вована и Лексуса 16+ 01.05, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+ 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30, 11.30, 21.10 Местное время. Вести-Калуга 09.55 О самом главном 12+ 12.00, 18.00 60 минут 12+ 14.30, 02.20, 03.30 «КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ» 16+ 17.00 Малахов 16+ 21.30 «ЗАГЛЯНИ ЕМУ В ГОЛОВУ» 16+ 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

НТВ

04.30, 08.25, 10.35 «ПЁС» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 Сегодня 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.45 За гранью 16+ 17.50 ДНК 16+ 20.00 «ВРАГИ» 16+ 22.15 «БАЛАБОЛ» 16+ 00.40 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ» 12+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00, 00.00 Известия 16+ 05.25 «СВОИ-2» 16+ 05.35, 06.10, 06.55, 07.40, 00.30, 01.15 «СВОИ-6» 16+ 08.25 Стройнадзор 16+ 09.30, 10.20, 11.15, 12.05 «ОПАСНЫЙ» 16+ 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7» 16+ 14.20, 15.15, 16.05, 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4» 16+ 17.30, 18.20, 19.05, 19.45, 20.40, 21.25, 02.05, 02.45, 03.25, 04.00 «СЛЕД» 16+ 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8» 16+

Четверг, 11 июня

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 0+ 09.00, 12.00, 15.00 Новости 09.25 Модный приговор 0+ 10.15 Жить здорово! 16+ 11.00, 12.15, 18.40 Время покажет 16+ 14.00, 17.00, 23.15 Большая игра 16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское/Женское 16+ 18.00 Вечерние новости 19.45 Поле чудес 16+ 21.00 Время 22.00 «МЕЖДУ НАМИ ХИМИЯ» 16+ 00.25 Время героев 16+ 01.25 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+ 09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести 09.30, 11.30, 21.40 Местное время. Вести-Калуга 09.55 О самом главном 12+ 12.00, 18.00 60 минут 12+ 14.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 22.00 «ХОЛОП-2» 12+ 00.15 «ХОЛОП. ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК» 16+

НТВ

04.30, 08.25, 10.35 «ПЁС» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.45 За гранью 16+ 17.50 ДНК 16+ 20.00 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ФУТБОЛ» 16+ 22.15 «Зенит навсегда» 16+ 01.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ» 12+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00, 00.00 Известия 16+ 05.25, 05.45, 06.30, 07.15, 08.10, 09.30, 10.05, 11.00, 12.00, 12.55, 13.30, 14.20, 15.15, 16.10, 17.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3» 16+ 08.25 Ваше здоровье! 12+ 17.35, 18.30, 19.25, 20.20, 21.15, 22.10, 23.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4» 16+ 00.30, 01.15 Они потрясли мир 16+

Пятница, 12 июня

ПЕРВЫЙ

06.00, 10.00, 12.00 Новости 06.10 «Россия от края до края» 12+ 07.00 День России. Праздничный канал 16+ 10.15 «Награды России» 16+ 11.10 «Народные промыслы» 12+ 12.15 «ГОСУДАРЬ» 16+ 16.30 Михаил Задорнов. «Только русский человек...» 16+ 18.00 Вечерние новости 18.20 «Мой дом-Россия». Праздничный концерт в Кремле 12+ 19.55 «10 ИСТОРИЙ О ЛЮБВИ И СМЕРТИ». «ФИЛАРМОНИЯ» 16+ 21.00 Время 21.35 Что? Где? Когда? 22.45 Команды 16+ 23.50 «ТопФест» в Лужниках 0+ 01.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.30 «НИ К СЕЛУ, НИ К ГОРОДУ...» 12+ 09.00, 20.00 Вести 09.20, 21.10 Местное время. Вести-Калуга 09.30 Утренняя почта 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 13.00, 15.00, 17.00 Вести. День России 16+ 12.00 Москва. Кремль. Церемония вручения Государственных премий Российской Федерации 16+ 13.50 «ВРЕМЯ ГЕРОЕВ» 12+ 15.20 «НА ДЕРЕВНЮ ДЕДУШКЕ» 6+ 17.50 Привет, Андрей! 12+ 21.30 Большой праздничный концерт, посвящённый Дню России 16+ 23.40 «ОГОНЬ» 6+

НТВ

04.35 «ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ» 12+ 06.15, 08.20 «БЕССМЕРТНЫЕ»

16+ 08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня 08.50 «Поезд номер 1» 12+ 10.20, 02.20 «РОДНИНА» 12+ 13.00, 16.20, 19.30 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ЛЕСА И РЕКИ» 16+ 23.30 Юта. 25 лет на сцене 12+

ПЯТЫЙ

05.00 «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК» 12+ 06.25 «ОГОНЬ, ВОДА И... МЕДНЫЕ ТРУБЫ» 6+ 07.50 «ВАРВАРА-КРАСА, ДЛИННАЯ КОСА» 0+ 09.25, 03.05 «ОДИНОКИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ» 12+ 11.20 «СПОРТЛОТО-82» 12+ 13.10 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС» 12+ 13.20 «САМОГОНЩИКИ» 12+ 13.45 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД» 16+ 15.15, 16.40, 18.05, 19.30, 21.00 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ» 16+ 22.40 «ШИРЛИ-МЫРЛИ» 16+ 01.25 «ТРИ ПЛЮС ДВА» 12+

Суббота, 13 июня

ПЕРВЫЙ

06.00 Доброе утро. Суббота 09.00 Умницы и умники 12+ 09.45 Слово пастыря 0+ 10.00, 12.00 Новости 10.15 «Любимые куклы взрослых» 0+ 11.10 Вспомнить всё 12+ 12.15 «ГОСУДАРЬ» 16+ 16.40 «ТопФест» в Лужниках 0+ 18.00 Вечерние новости 18.20 Сегодня вечером 16+ 21.00 Время 21.35 Клуб Веселых и Находчивых. Высшая лига 16+ 23.50 «ДАЛЕКИЕ БЛИЗКИЕ» 16+ 01.25 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

04.30 «НИ К СЕЛУ, НИ К ГОРОДУ... ПРОДОЛЖЕНИЕ» 12+ 08.00 Вести. Местное время. Суббота 08.35 По секрету всему свету 16+ 09.00 Формула еды 12+ 09.25 Пятеро на одного 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 13.30, 16.30, 20.00 Вести 11.45 «НА ДЕРЕВНЮ ДЕДУШКЕ» 6+ 14.00 Аншлаг и Компания 16+ 17.00 Большой праздничный концерт Валерия Сёмина 12+ 20.50 Местное время. Вести-Калуга 21.00 «ЖЕНЩИНА В БЕЛОМ» 16+ 00.40 «ХОЛОП-2» 12+

НТВ

04.40 «ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ» 16+ 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня 08.20 Неограниченные возможности 16+ 09.20 Едим дома 0+ 12.00 Главная дорога 16+ 11.00 Живая (Окончание на 4-й стр.)

ТЕЛЕПРОГРАММА

(Окончание. Начало на 3-й стр.)

еда с Сергеем Малозёмовым 12+ 12.00
Квартирный вопрос 0+ 13.00 Сатя
16+ 14.00 Поедем, поедим! 16+ 15.00
Своя игра 0+ 16.20 ЧП. Расследование
16+ 17.00 Следствие вели... 16+ 19.00
Центральное телевидение 16+ 20.20
Ты не поверишь! 16+ 21.20 Звезды со-
шлись 16+ 23.00 Импровизаторы 16+
23.55 Церемония награждения V На-
циональной премии Интернет-кон-
тента 12+

ПЯТЫЙ

05.00 «Как львенок и черепаха пели
песню» 0+ **05.05 «СПОРТЛОТО-82»**
12+ 06.35 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧ-
НЫЙ КРОСС» 12+ 07.00 «ШЕРЛОК ХОЛМС
И ДОКТОР ВАТСОН. ЗНАКОМСТВО»
12+ 08.20, 10.05 «ШЕРЛОК ХОЛМС И
ДОКТОР ВАТСОН. КРОВАВАЯ НАД-
ПИСЬ» 12+ 09.00 Страна советов 16+
09.30 Стройнадзор 16+ 10.45, 12.05,
13.25, 14.40, 16.20, 17.45, 19.20, 20.45,
22.25 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА
ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА»
12+ 00.00 Известия. Главное 16+ 01.05
«ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ
ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД» 16+

Воскресенье, 14 июня

ПЕРВЫЙ

06.00, 10.00, 12.00 Новости 06.10
Играй, гармонь любимая! 12+ 06.55
Часовой 12+ 07.25 Здоровье 16+ 08.30
Золотая коллекция Союзмультифильма
0+ 09.10 Непутевые заметки 12+ 09.30
Мечталлион. Национальная Лотерея
12+ 10.15 Жизнь своих 12+ 11.10 Повара
на колесах 12+ 12.15 «Победа» 16+ 13.10
Будем жить! 16+ 14.05 Видели видео? 0+
15.15 «Тулский Токарев. Он же ТТ» 16+
16.15 «ЗИМНЯЯ ВИШНЯ» 12+ 18.00
Вечерние новости 19.00 До Ре 12+ 21.00
Время 23.00 Большая игра 16+ 00.10
Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.25 «НЕ ГОВОРИТЕ МНЕ О НЁМ»
12+ 07.20 В кругу друзей 16+ 08.00 Ве-
сти. Местное время. Воскресенье 08.35
Когда все дома 12+ 09.25 Утренняя по-
чта 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00,
14.00, 17.00 Вести 11.30 Наши. Воен-
коры 12+ 12.00, 01.40 Рассказы из рус-
ской истории 12+ **14.30 Местное время.**
Вести-Калуга 15.00 Весёлые ребята 16+
17.50 Песни от всей души 12+ 20.00 Ве-

сти недели 22.30 Москва. Кремль. Пу-
тин 16+ 23.00 Воскресный вечер с Вла-
димиром Соловьёвым 12+

НТВ

04.35 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ФУТБОЛ»
16+ 06.40 Центральное телевидение 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня 08.20 У нас
выигрывают! 12+ 10.20 Первая 16 п. +
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, 04.20 Человек в праве с Андреем
Куницыным 16+ 17.00 Скандалы. Ин-
триги. Расследования 16+ 18.00 Новые
русские сенсации 16+ 19.00 Итоги не-
дели 20.20 10 лет «Секрету на миллион»!
Самые громкие секреты 16+ 22.40 «Пес-
ни России». Фестиваль на Красной пло-
щади 12+ 01.20 Основано на реальных
событиях 16+

ПЯТЫЙ

05.00 «Ну, погоди!» 0+ **05.45 «ВАРВА-**
РА-КРАСА, ДЛИННАЯ КОСА» 0+ 07.05,
08.20, 09.30, 10.20, 11.40, 13.05 «МЕ-
СТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ»
16+ 09.00 Фирменный рецепт 12+ 14.50,
16.00, 17.00, 18.05, 19.05, 20.15, 21.20,
22.20, 23.25, 00.25, 01.25, 02.20 «УЧА-
СТОК» 16+

ЗДОРОВЬЕ

Что укрепляет детский иммунитет?

В период заболеваемости инфекционными заболеваниями особенно важно заботиться об укреплении иммунитета детей.

Что поможет укрепить иммунную систему ребенка?

- ✓ период грудного вскармливания более одного года;
- ✓ рациональное питание;
- ✓ физическая активность;
- ✓ грамотное использование лекарств;
- ✓ соблюдение гигиены.

При кормления грудью материнские антитела поступают малышу вместе с молоком (иммунитет от матери к ребенку).

С грудным молоком ребенок также получает:

- ✓ иммуноглобулины А - защитные белки иммунной системы для борьбы с вирусами, бактериями, паразитами и аллергенами;
- ✓ иммунные клетки, стволовые клетки и антитела (помогают расти и развиваться, укрепляют иммунитет);
- ✓ олигосахариды (выполняют функцию пребиотиков);
- ✓ ферменты (стимулируют пищеварение и иммунитет);
- ✓ витамины и минералы (способствуют росту и функционированию органов);
- ✓ полиненасыщенные жирные кислоты (формируют нервную систему).

Рациональное питание укрепляет иммунитет. С пищей дети получают белки, жиры, углеводы, витамины и микроэлементы. **В рацион должны быть включены:**

- ✓ овощи, фрукты и цельнозерновые продукты (крупы, макаронные изделия из твердых сортов пшеницы, хлеб из муки грубого помола) - источники сложных углеводов, клетчатки, витаминов и минералов;
- ✓ мясо, рыба, яйца - источники белка;
- ✓ несладкие молочные продукты (молоко, кефир, творог, йогурты, ряженка, сметана) - поставщики кисломолочных бактерий, обогащают организм кальцием, предупреждают развитие дисбактериоза кишечника;
- ✓ растительные (подсолнечное, оливковое и другие) и животные масла(сливочное) - источники жирных кислот, улучшающих работу головного мозга и усвояемость жирорастворимых витаминов, участвующих в иммунном ответе.

Помогают укреплению иммунитета:

- ✓ витамин С организм задействует для борьбы с инфекциями, заживления ран и переломов, укрепления кожи и мышц, большое его количество содержится в свежих овощах (перце; картофеле, помидорах, капусте), фруктах (яблоках, цитрусовых), ягодах (смородина, облепиха, шиповник) и зелени (петрушка, укроп). Готовить эти продукты нужно с минимальной тепловой обработкой, поскольку концентрация его снижается с повышением температуры;
- ✓ витамин А повышает сопротивляемость к вирусно-бактериальным заболеваниям. Встретить его можно в бобовых, брокколи, шпинате, сырой моркови, тыкве, говяжьей печени, рыбе жире, сливочном масле, молоке и яйцах - эти продукты содержат его в большом количестве;
- ✓ витамины группы В нормализуют обмен веществ, благотворно сказываются на процессах кроветворения. Ими бо-

гаты крупы, молочные и мясные продукты, листовые и стручковые овощи. Но не существует универсального продукта, в котором было бы одинаково высокое содержание всех витаминов этой группы, поэтому Роспотребнадзор рекомендует сочетать в рационе разнообразные продукты;

- ✓ макроэлемент железо участвует в синтезе гемоглобина (переносчика кислорода), содержится в печени, мясе, яблоках и яйцах;
- ✓ йод регулирует все виды обмена веществ в организме, в том числе иммунной системы. Содержится преимущественно в морской рыбе и морской капусте;
- ✓ микроэлемент селен работает как сильный антиоксидант, защищая здоровые клетки от разрушения, улучшает кровообращение. Продукты богатые селеном - горох, фасоль, орехи.
- ✓ цинк стимулирует работу иммунной системы, активизирует процессы регенерации клеток. Содержится в морепродуктах, тыквенных семечках, мясе.

Достаточная физическая активность и прогулки отлично укрепляют иммунитет. Адекватная физическая активность для детей с 5 лет составляет 1 час интенсивных занятий 3 раза в неделю (спорт или танцы) и ежедневные активные прогулки по 1 часу. Помните, что утренняя зарядка - это простой и эффективный способ укрепить иммунитет ребенка и подготовить организм к новому дню.

Все лекарственные средства необходимо давать ребенку только по назначению врача, в том числе антибиотики или иммуномодуляторы. Антибиотики пагубно влияют на кишечную микробиоту (микрофлору), которая также принимает участие в формировании иммунного ответа. Самостоятельный прием иммуномодуляторов (биологически активные вещества, которые способны влиять на работу иммунной системы), при вирусных заболеваниях может оказаться неэффективным и привести к негативным последствиям.

Гигиена напрямую влияет на работу иммунитета. Мытье рук, чистка зубов, принятие душа - все это помогает удалить бактерии, вирусы и грибки, которые могут вызывать болезни. Гигиена способствует поддержанию баланса полезных микроорганизмов, а чистый и опрятный внешний вид говорит о том, что мы заботимся о себе и уважаем окружающих. Сухой воздух и пыль снижают иммунитет, также стерильная среда, и чрезмерное использование бытовой химии. Лишь сталкиваясь с микроорганизмами (в небольшом количестве) иммунная система ребенка развивает и совершенствует свои защитные механизмы. Регулярное проветривание, влажная уборка в квартире и гигиена важны для здоровья.

Соблюдение режимов сна и бодрствования укрепляют работу иммунной системы. Во время сна в кровь максимально выделяются цитокины (белки, которые нацелены на борьбу с инфекцией и воспалением, повышают сопротивляемость организма к инфекциям, помогают иммунной системе).

Вакцинация - это один из самых эффективных способов предотвращения инфекционных заболеваний.

Только комплексный подход к укреплению иммунитета ребенка позволит сохранить и укрепить его здоровье!

Т. КОЛУНОВА,
врач-педиатр ОРИАПП для ЦГН.

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ПРИ БЕСПИЛОТНОЙ, АВИАЦИОННОЙ ИЛИ РАКЕТНОЙ АТАКЕ

Если вы в здании

- 1 Спустились в защитное сооружение гражданской обороны, подвал или в подземный паркинг здания, в котором находитесь
- 2 Если нет защитного сооружения гражданской обороны, подвала или паркинга
 - 1 Держитесь подальше от окон
 - 2 Зайдите в помещение с несущими стенами или помещение без окон (в квартире это, как правило, ванная комната)
 - 3 Сядьте на пол у несущей стены и пригнитесь

Если вы в транспорте или на улице

- 1 СОХРАНЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ
- 2 ПОКИНЬТЕ ТРАНСПОРТНОЕ СРЕДСТВО
- 3 ОСМОТРИТЕСЬ И ВИЗУАЛЬНО ОПРЕДЕЛИТЕ ОКОЛО СЕБЯ НАДЕЖНОЕ УКРЫТИЕ: ПОДЪЕЗД ДОМА, ПОДЗЕМНЫЙ ПЕРЕХОД ИЛИ ПАРКИНГ, СТАНЦИЯ МЕТРО
- 4 НЕ ОСТАВАЙТЕСЬ НА ОТКРЫТОЙ МЕСТНОСТИ, КАК МОЖНО БЫСТРЕЕ ПРОСЛЕДИТЕ В БЛИЖАЙШЕЕ УКРЫТИЕ
- 5 ПРИ ОТСУТСТВИИ БЛИЗОСТИ НАДЕЖНОГО УКРЫТИЯ ВЫБЕРИТЕ ЛЮБОЕ УГЛУБЛЕНИЕ (ВЫСТУП) НА ЗЕМЛЕ ИЛИ БЕТОННЫЕ КОНСТРУКЦИИ И ИСПОЛЬЗУЙТЕ ИХ ДЛЯ ЗАЩИТЫ
- 6 НАХОДИТЕСЬ В ЗАЩИЩЕННОМ МЕСТЕ, ПОКА АТАКА НЕ ПРЕКРАТИТСЯ ИЛИ НЕ ПРОЗВУЧИТ СИГНАЛ «ОТМЕНА УГРОЗЫ БЕСПИЛОТНОЙ, АВИАЦИОННОЙ ИЛИ РАКЕТНОЙ АТАКИ»

После окончания атаки

- 1 НЕ Торопитесь выходить из защищенного места
- 2 Внимательно осмотрите под ноги
- 3 НЕ ПОДНИМАЙТЕ С ЗЕМЛИ НЕРАЗОРВАВШИЕСЯ БОЕПРИПАСЫ, А ТАКЖЕ НЕЗНАКОМЫЕ ПРЕДМЕТЫ

ОТДЕЛЕНИЕ СФР ПО КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ ИНФОРМИРУЕТ

В Калужской области многодетные семьи получают повышенную поддержку регионального Отделения СФР

Первая в этом году тройня родилась в регионе всего две недели назад. Отделение СФР по Калужской области беззастенчиво уже назначило семье положенные «детские» выплаты на новорожденных.

Особое внимание Отделения СФР по Калужской области направлено на поддержку семей с детьми. При этом семьи, в которых была многоплодная беременность (двойни, тройни и т.п.), - особая забота фонда. В таких случаях семья получает повышенную поддержку. Прежде всего маме оформляется увеличенное пособие по беременности и родам, размер которого в среднем составляет 418,3 тыс. рублей.

Также ей назначают единовременное пособие за рождение детей, размер которого с февраля вырос до 28,45 тыс. рублей. Пособие положено на каждого новорожденного. Отделение СФР по Калужской области оплачивает родовыми сертификатами медицинские услуги во время и после родов, а также профилактические осмотры детей в возрасте до года.

«В середине мая в Калужской области родилась первая в этом году тройня. С учетом наличия в этой семье еще нескольких детей, получающих единое пособие, мы, по информации поступившей из органов ЗАГСа, беззастенчиво назначили им с 1 июня на каждого новорожденного ежемесячное пособие в размере 100 процентов прожиточного минимума на ребенка в Калужской области», - рассказал Управляющий ОСФР по Калужской области Даниил Аганичев.

В дальнейшем мама тройни может рассчитывать и на другие меры Социального фонда. Среди них пособие по уходу за ребенком до 1,5 лет, а также ежегодная семейная выплата - новый вид поддержки, позволяющий работающим родителям с двумя и более детьми вернуть часть уплаченных налогов.

Оба родителя могут оформить отпуск по уходу за каждым ребенком при рождении нескольких детей. И отец, и мать, а также другие родственники будут иметь право на получение ежемесячного пособия по уходу за ребенком до 1,5 лет. Оно составляет для каждого родителя 40 процентов от среднего заработка за два календарных года перед началом отпуска по уходу за ребенком. Если в отпуске будет только один родитель, он будет получать такую выплату на каждого ребенка, но в общей сложности не более 100 процентов среднего дохода.

Отметим, что по данным Социального фонда в этом году тройни зафиксированы в Ивановской, Кировской, Запорожской и Самарской областях. Теперь и Калужская область в их числе.

Пресс-служба ОСФР по Калужской области.

<p>Износковская общественно-политическая газета</p> <p>РАССВЕТ ИЗНОСКИ</p> <p>Учредитель: администрация Износковского муниципального округа.</p> <p>Главный редактор Т.Б. Шишкова</p>	<p>Адрес редакции, издателя:</p> <p>249880 Калужская область, Износковский район, с. Износки, ул. Ленина, д. 27; rassvet_izn@mail.ru; www.rassvet-izn.ru</p> <p>Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции.</p>	<p>ТЕЛЕФОН РЕДАКЦИИ: (848449) 4-52-58.</p> <p>Заказы на размещение рекламы в газете принимаются по телефону 4-52-58. Все рекламируемые товары и услуги лицензированы и сертифицированы. Для детей старше двенадцати лет.</p>	<p>Газета выходит по вторникам и пятницам.</p> <p>Индекс Р7286 Тираж 1000. Заказ</p>
---	--	--	--

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу
ПИ № ТУ50-03192 от 24 апреля 2026 г. Набор в редакции. Верстка и печать в КРОФИСМК «Губерния». 248000 Калужская область, г. Калуга, пл. Старый Торг, 5.