ПРОГРАММА ТЕЛЕВИДЕНИЯ **11 – 17 ИЮНЯ**

Понедельник

11 ИЮНЯ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

СОВЕТУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ

Жестокий романс [12+]

По мотивам пьесы А.Н.Островского «Бесприданница». Двухсерийный фильм Эльдара Рязанова «Жестокий романс» считается одной из лучших экранизаций пьесы за всю историю кинематографа.

► **Звезда, 06.10**

РТС

06.00 Мультимир. [6+]
07.20 Сад и огород. [16+]
08.15 Мир без виз. [16+]
10.00 РТС. 7 дней. [16+]
10.25 Классика СССР. Воспитание жестокости. [12+]
11.40 Людмила. 1-я и 2-я серии. [12+]
13.10 Перевозчик. 7-я и 8-я серии. [16+]
14.40 Вот так подружка. [16+]
16.10 Мультимир. [6+]
16.40 В мире животных. [12+]
17.05 Euromaxx. Окно в Европу. [16+]
17.30 Людмила. 2-я и 3-я серии. [12+]
19.00 Классика СССР. Воспитание жестокости. 2-я серия. [12+]
20.10 Конструктор русского калибра. [16+]
20.55 Конец прекрасной эпохи. [16+]

Молодому журналисту и писателю Андрею Лентулову, известному прямотой своих взглядов, свободой мысли и дерзостью суждений, предлагают переехать из Питера в Таллин, чтобы работать в местной газете. Там Андрей с головой уходит в полный противоречий роман с редактором Мариной, бесконечные случайные связи, но, что самое главное — яростное сопротивление системе. Какой была борьба бунтаря, любимца женщин и «самого аморального сотрудника» против жесточайшей цензуры, слежки и ханжества, и кто в ней победил?

22.35 Смертельный таран. Правда о Николае Гастелло. [16+]
23.15 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
23.45 Путешествие в Беловодье. [16+]
01.45 Рыбалка. Дорога на Манты. [16+]

Домашний

05.30 Джейми. Обед за 15 минут. [16+]
06.30 6 кадров. [16+]
07.00 РТС. 7 дней. [16+]
08.40 Карнавал. [16+]
Выпускница школы Нина Соломатина, мечтая стать актрисой, приезжает из далёкого городка Оханска в Москву. Здесь живёт её отец, но Нина надеется только на себя, на свой талант, которым она явно не обделена, и, конечно, на того, кто окажется способен выделить её среди тысяч мечтательниц.
11.45 Гордость и предубеждение. [16+]
18.00 Программы РТС. [16+]
19.00 Великолепный век. [16+]
22.55 6 кадров. [16+]
00.30 Глухарь. Продолжение. [16+]
01.30 Леди и разбойник. [16+]
03.20 Отпуск за свой счёт. [16+]

Первый

06.00 Новости.
06.15 Илья Муромец. [12+]
08.15 Голубая стрела. [12+]
10.00 Новости.
10.10 Война и мир. [16+]
12.00 Новости.
12.15 Война и мир. [16+]
18.00 Вечерние новости.
18.15 Кто хочет стать миллионером? [16+]
19.50 Сегодня вечером. [16+]
21.00 Время.
21.20 Сегодня вечером. [16+]
23.00 Вечерний Ургант. [16+]
23.35 Второе зрение. [16+]
01.30 Деловая девушка. [16+]
03.40 Любовное гнёздышко. [12+]
05.15 Контрольная закупка. [12+]

Россия-К

06.30 Большая перемена.
08.50 Обыкновенный концерт.
09.20 Мультфильмы.
10.25 Пётр Первый.
12.10 Мифы Древней Греции.
12.40 Ехал грека… Путешествие по настоящей России.
13.20 Династия дельфинов.
14.05 Алексей Архиповский.
15.25 Цирк Юрия Никулина.
16.15 Ах, водевиль, водевиль…
По мотивам водевиля-шутки Петра Григорьева «Дочь русского актёра». Отставной прапорщик Акакий Ушица немолод, да и ходит на протезе. Он собирается жениться на очаровательной юной Верочке. Его желание горячо поддерживает отец девушки, актёр «больших и малых театров» Михайло Лисичкин. Верочка же мечтает только о сцене…
17.25 Конкурс «Романс — XXI век».
20.10 Большая перемена.
22.20 Валентина Терешкова. «Чайка».
23.15 Балет «Золушка».
01.00 Династия дельфинов.
01.45 Ах, водевиль, водевиль…

Пятый

05.00 Белая стрела. [16+]
06.55 День радио. [16+]
09.00 Известия.
09.15 Спецназ по-русски-2. 1 — 8-я серии. [16+]
16.40 Спецназ. 1 — 3-я серии. [16+]
19.25 Спецназ-2. 1 — 4-я серии. [16+]
23.10 Снайпер. 1-я и 2-я серии. [16+]
Олег Назаров — снайпер. Но его родные и близкие не знают об этом. Олег тщательно скрывает от жены и дочери свою истинную профессию и всякий раз, возвращаясь с задания, надевает маску обычного человека. Тем временем город, в котором живёт Олег, охвачен паникой. Причиной тому стала череда убийств…
01.10 О чём ещё говорят мужчины. [16+]
03.05 Большая разница. [16+]

Россия-1

05.20 Торжественная церемония закрытия XXIX кинофестиваля «Кинотавр». [12+]
06.30 Не было бы счастья… [12+]
11.00 Вести.
11.20 Большой праздничный концерт. [12+]
14.00 Екатерина. Взлёт. [12+]
Екатерина Алексеевна царствует уже шестой год. Ей приходится бороться с угрозой войны, в то время как при дворе против неё зреет заговор. С государственными заботами тесно переплелись любовные интриги. Но Екатерина Вторая не стала бы Великой, если бы не нашла в себе силы преодолеть любые испытания.
20.00 Вести.
21.00 Аншлаг и Компания. [16+]
23.50 Не того поля ягода. [12+]
03.55 От печали до радости. [12+]

Матч!

06.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Финал 4-х». Матч за 3-е место.
08.25 Футбол. Товарищеский матч. Швеция — Перу.
10.30 Дорога в Россию. [12+]
11.00 Формула-1. Гран-при Канады.
13.30, 16.50, 19.30, 22.05 Новости.
13.40 Мохаммед Али. [16+]
14.45 Профессиональный бокс. [16+]
17.00 Все на Матч!
17.30 Футбол. Товарищеский матч. Швеция — Перу.
19.35 Все на Матч!
20.05 Профессиональный бокс. [16+]
22.10 Все на Матч!
22.40 Футбол. Товарищеский матч. Дания — Мексика.
00.40 Тотальный футбол.
01.40 Футбол. Товарищеский матч. Бельгия — Коста-Рика.
03.40 Все на Матч!
04.10 Наши на ЧМ. [12+]
04.30 Все на Матч!
04.50 Невидимая сторона. [16+]

Рен-ТВ

05.00 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
09.00 Военная тайна. [16+]
18.00 Территория заблуждений. [16+]
20.00 Снайпер. Последний выстрел. [16+]
23.10 Операция «Горгона». [16+]
По завершении Сталинградской битвы командование Советской армии берётся за подготовку операции «Багратион». Но планы СССР рушит новость о том, что все пути к важнейшему для операции городу N заминированы немцами. Группе под руководством Фёдора Тишкова поручено выкрасть «Горгону» — секретную карту минирования этой местности.
02.40 Тайны Чапман. [16+]

СТС/ТВ-7

06.00 Смурфики-2. [6+]
07.50 Три кота. [0+]
08.05 Тролли. Праздник продолжается! [6+]
08.30 Поехали. [16+]
09.00 Шоу «Уральских пельменей». [16+]
10.05 Смурфики. Затерянная деревня. [6+]
11.50 Конан-варвар. [16+]
14.00 Хочу дачу. [16+]
14.30 Хоббит. Нежданное путешествие. [6+]
17.50 Хоббит. Пустошь Смауга. [12+]
21.00 Хоббит. Битва пяти воинств. [16+]
23.45 Кино в деталях. [18+]
00.45 Царство небесное. [16+]
03.30 Это любовь. [16+]
04.30 Тролли. Праздник продолжается! [6+]
04.55 Поехали. [16+]
05.50 Музыка на СТС. [16+]

Звезда

06.10 Жестокий романс. [12+]
09.00 Новости дня.
09.15 Бабий бунт, или Война в Новосёлково. [12+]
13.00 Новости дня.
13.15 Бабий бунт, или Война в Новосёлково. [12+]
18.00 Новости дня.
18.25 Бабий бунт, или Война в Новосёлково. [12+]
23.00 Новости дня.
23.20 Волга-Волга. [12+]
Начальник управления мелкой кустарной промышленности Бывалов мечтает о службе в Москве. Он получает распоряжение подготовить к всесоюзному смотру участников художественной самодеятельности. Бывалов считает, что посылать в Москву некого, несмотря на то, что в городе есть два творческих коллектива. В конце концов, каждая группа отправляется по Волге в столицу своим путём.
01.20 И на камнях растут деревья. [12+]
04.15 Табачный капитан. [12+]

ТВ-3

06.00 Мультфильмы. [0+]
11.15 Лего. Фильм. [6+]
13.00, 02.00 Затура. Космическое приключение. [12+]
Найденная в подвале игра со странным названием «Затура» переносит двух юных братьев в открытый космос. Всякий раз делая ход, мальчики то попадают под метеоритный дождь, то встречают астронавта или неуправляемого робота… Но несмотря ни на что, им нужно вовремя закончить партию, иначе они навсегда останутся в космосе.
15.00 Высший пилотаж. [12+]
17.00 Фантастическая четвёрка. [12+]
19.00 Человек из стали. [12+]
21.45 Звёздные врата. [12+]
00.00 Пещера. [16+]
04.00 Тайные знаки. [12+]

ТНТ-Абакан

06.00 ТНТ. Best. [16+]
07.00 Неделя в Абакане. [12+]
07.30 СпортОбзор. [6+]
08.00 ТНТ. Best. [16+]
09.00 Дом-2. Lite. [16+]
10.00 Дом-2. Остров любви. [16+]
11.00 Комеди Клаб. [16+]
14.00 Неделя в Абакане. [12+]
15.00 Комеди Клаб. [16+]
19.00 Сегодня в Абакане. [12+]
19.15 Гость on-line. [12+]
19.30 Комеди Клаб. [16+]
21.00 Сегодня в Абакане. [12+]
22.00 Комеди Клаб. [16+]
00.00 Дом-2. Город любви. [16+]
01.00 Дом-2. После заката. [16+]
02.00 Импровизация. [16+]
04.00 Я — зомби. [16+]

ТВ-Центр

06.35 Вечное свидание. [12+]
08.35 Восемь бусин на тонкой ниточке. [12+]
10.35 «Кабачок «эпохи застоя». [12+]
11.30 События.
11.45 Максим Перепелица. [12+]
13.35 Юмор летнего периода. [12+]
14.30 События.
14.45 Не хочу жениться! [16+]
16.25 Детективы Елены Михалковой. [12+]
20.05 Детективы Татьяны Поляковой. [12+]
23.45 Рыцари советского кино. [12+]
00.30 Здравствуй, страна героев! [6+]
01.35 Выйти замуж любой ценой. [12+]

Мир

06.00 Приключения Буратино. [6+]
07.00 Деловые люди. [0+]
08.45 Метод Фрейда. [16+]
10.00 Новости.
10.15 Метод Фрейда. [16+]
16.00 Новости.
16.15 Метод Фрейда. [16+]
19.00 Новости.
19.15 Метод Фрейда. [16+]
22.15 Не торопи любовь. [16+]
00.20 Это наши дети! [0+]
04.35 Подкидыш. [6+]

Че

05.00 Лига 8файт. [16+]
06.00 Дорожные войны. [16+]
08.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
09.30 Легенды о Круге. [12+]
13.10 Неуловимые мстители. [6+]
14.45 Новые приключения неуловимых. [6+]
16.15 Корона Российской империи, или Снова неуловимые. [6+]
18.50 Антикиллер. [16+]
21.50 В гостях у Михаила Задорнова. [16+]
00.20 Три короля. [16+]
02.30 Зажечь в Касбе. [16+]
04.15 100 великих. [16+]

НТВ

05.10 Собачье сердце. [0+]
08.00 Сегодня.
08.20 Петровка, 38.
10.00 Сегодня.
10.20 Первая передача. [16+]
11.00 Чудо техники. [12+]
11.55 Дачный ответ. [0+]
13.00 Жди меня. [12+]
14.00 Казаки. [16+]
16.00 Сегодня.
16.20 Казаки. [16+]
19.00 Сегодня.
19.20 Казаки. [16+]
22.15 Полжизни в пути. [12+]
00.35 Дикари. [16+]
02.50 Квартирный вопрос. [0+]
03.50 ППС. [16+]
04.50 Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещён. [0+]

Общественное телевидение России

06.20 Меню 1945 г. [12+]
06.45 Семён Дежнёв. [12+]
08.05 Живое русское слово. [12+]
08.20 Послушаем вместе. Алябьев. [12+]
09.05 Вспомнить всё. [12+]
09.35 Командировка. [12+]
11.00, 23.40 Моя история. [12+]
11.25 За дело! [12+]
12.15 От прав к возможностям. [12+]
13.00, 22.20 Моменты судьбы. Мичурин. [12+]
13.15 Праздничный концерт ко Дню социального работника. [12+]
14.40 Они танцевали одну зиму… [12+]
16.15 Моменты судьбы. Кузнецов. [12+]
16.30 Гамбургский счёт. [12+]
17.00, 19.00 Новости.
17.05, 19.05 Единственный мужчина. [12+]
20.15 Послушаем вместе. Соловьёв-Седой. [12+]
20.55 Концерт Нонны Гришаевой и Александра Олешко «С любовью для всей семьи». [12+]
22.30 Вспомнить всё. [12+]
23.00, 03.35 ОТРажение недели. [12+]
00.10 Империя. Начало. [12+]
02.00 Семеро смелых. [12+]
04.15 Гербы России. Государственный герб. [12+]
04.30 Сибириада. [12+]

История

05.25 Кулебякой по диктатору. Гастрономическая ностальгия. [12+]
06.20 Павлопетри. Город под водой. [12+]
07.20 Аида Ведищева. Где-то на белом свете… [12+]
08.15 Тайны истории. Мстители. [16+]
09.10 Диктор Советского Союза. [12+]
10.00 Советская империя. Сочи. [12+]
10.55 Советская империя. Хрущёвки. [12+]
11.50 Советская империя. Останкино. [12+]
12.45 Советская империя. Высотки. [12+]
13.40, 21.35 Советская империя. Метро. [12+]
15.30, 23.25 Время России. [12+]
16.55, 00.50 Кремль. Страницы истории. [12+]
17.55, 01.45 Советская империя. Сочи. [12+]
18.45, 02.40 Советская империя. Хрущёвки. [12+]
19.45, 03.35 Советская империя. Останкино. [12+]
20.40, 04.25 Советская империя. Высотки. [12+]

Русский иллюзион

06.00 Гороскоп на удачу. [12+]
07.55 Всё о мужчинах. [16+]
10.05 Мафия. Игра на выживание. [16+]
11.40 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
13.25 Семейка Ады. [16+]
15.05 Голоса большой страны. [12+]
16.45 Заяц над бездной. [16+]
18.30 Рита. [16+]
20.10 Кромовъ. [16+]
22.10 Любить по-русски. [16+]
23.45 Тарас Бульба. 2-я серия. [16+]
00.50 Тысячу лет назад. [16+]
02.35 Любить по-русски-2. [16+]
04.15 Побег за мечтой. [16+]

TV 1000 Русское кино

05.00 Белый мавр, или Интимные истории о моих соседях. [18+]
06.55 Остров везения. [16+]
08.30 Отторжение. [16+]
10.20 Иван Царевич и Серый Волк-3. [12+]
11.50 М+Ж. [16+]
13.25 Огни большой деревни. [12+]
15.00 Снежный ангел. [12+]
17.00 Менялы. [12+]
18.50 Разговор. [16+]
20.20 Не было бы счастья. [16+]
22.20 Отторжение. [16+]
00.20 Дом Солнца. [16+]
02.20 Танцы насмерть. [12+]
04.20 Ангелы революции. [16+]

TV 1000

06.35 Тайное окно. [12+]
08.10 Шанхайские рыцари. [12+]
10.10 Двое во вселенной. [16+]
12.30 Сёстры Магдалины. [16+]
14.50 Крупная рыба. [12+]
17.20 Шанхайские рыцари. [12+]
19.40 Гостья. [12+]
22.10 Тайное окно. [12+]
00.10 Стальные магнолии. [12+]
02.25 Иллюзия обмана. [12+]
04.40 Охотники за привидениями. [12+]

TV 1000 Action

05.00, 17.10 Гордость и предубеждение, и зомби. [16+]
06.55 Ганнибал. Восхождение. [16+]
09.10 Ирландец. [16+]
11.15 Апокалипсис сегодня возвращается. [18+]
15.00 Неудержимые. [18+]
19.10 Взрыв. [16+]
21.10 Ирландец. [16+]
23.10 Неудержимые-2. [18+]
01.10 Starперцы. [16+]
03.15 Побег невозможен. [16+]

Иллюзион+

05.50 Простые истины. [16+]
07.15 Тревожный вызов. [16+]
08.45 Гамбит. [16+]
10.10, 21.05 Принц и я-3. Медовый месяц по-королевски. [16+]
11.40 Братья Блум. [16+]
13.35 Слепота. [16+]
15.30 Смерть свадебного свидетеля. [16+]
17.00 Призрак оперы. [16+]
19.15 Интерактивная викторина. [16+]
22.45 Сломанные цветы. [16+]
00.30 Тупой и ещё тупее-2. [16+]
02.20 Голливудский финал. [16+]
04.15 Простые истины. [16+]

Дом кино

06.30 Джентльмены, удачи! [12+]
08.10 Исчезнувшая империя. [12+]
10.00 Ералаш.
10.30 Валентин и Валентина. [6+]
12.10 Илья Муромец и Соловей-Разбойник. [0+]
13.40 ТАСС уполномочен заявить... [12+]
20.00 Служебный роман. [0+]
23.00 Берегись автомобиля. [0+]
00.45 Белое солнце пустыни. [12+]
02.20 Формула любви. [0+]
04.05 Любить по-русски-2. [16+]

Русский роман

05.10 Дом спящих красавиц. [12+]
08.45 Красавец и чудовище. [12+]
10.45 Отпечаток любви. [12+]
14.25 Васильки для Василисы. [12+]
16.20 Вечная сказка. [12+]
18.10 Капля света. [16+]
22.00 Клубничный рай. [12+]
01.40 Отец поневоле. [12+]
03.10 Последняя жертва. [12+]

Супер

05.00 Саша + Маша. [16+]
07.00 Кротик и Панда. М/с. [0+]
07.30 Врумиз. М/с. [0+]
08.30 Лео и Тиг. М/с. [0+]
09.00 Ми-Ми-Мишки. М/с. [0+]
10.00 Фиксики. М/с. [0+]
11.00 Шевели ластами-2. М/ф. [0+]
13.00 Родители. [12+]
15.30 Роковая красотка. [16+]
17.30 Вне игры. [16+]
20.00 Гол! [16+]
22.30 Гол-2. Жизнь как мечта. [16+]
00.30 Вне игры. [16+]
03.00 Зайцев + 1. [16+]

Мульт

05.50 Жила-была Царевна.
06.25, 11.00, 14.00, 19.00, 23.25, 04.30 Барбоскины.
07.00, 10.00 Машины сказки.
07.25, 11.25, 15.00, 20.00, 00.25 Маша и Медведь.
08.00, 12.25, 17.25, 22.00, 03.00 Лунтик и его друзья.
08.25, 18.00, 03.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00 МУЛЬТпремьера!
09.25, 02.00 Бумажки.
10.25 Деревяшки.
12.00, 17.00 Фиксики.
13.00 Ангел Бэби.
13.25, 18.25, 23.00 Четверо в кубе.
13.50, 04.25 Три котёнка.
14.25 Ми-Ми-Мишки.
15.20, 20.20, 00.50 Машкины страшилки.
15.25, 20.25 Смешарики.
16.00, 21.00 Друзья на все времена.
18.55 Дракоша Тоша.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
21.40, 02.25 Фиксики.
22.25 Волшебный фонарь.
00.00 Сказка на ночь.
01.25 10 друзей кролика.
01.50 Везуха!
04.00 Лео и Тиг.

Выставка. Кадры-размышления, написанные сердцем

Мгновения вечности

«По ту сторону кулис». ФОТО: ВАЛЕРИЙ БЛИНОВ

Фотовыставка с таким названием открылась в Абакане, в картинной галерее «Чылтыс».

Александр КОЛБАСОВ

Фотографии моего коллеги по творческому цеху Валерия Блинова очень разнятся с работами других, тоже известных, фотомастеров Хакасии. Его варианты пейзажей, портретов, натурная съёмка с помощью старинных, реконструированных самим мастером фотоаппаратов не просто греют душу, ласкают взгляд. Они проникнуты трепетным чувством такта к каждой детали пространства, ограниченного рамками кадра.

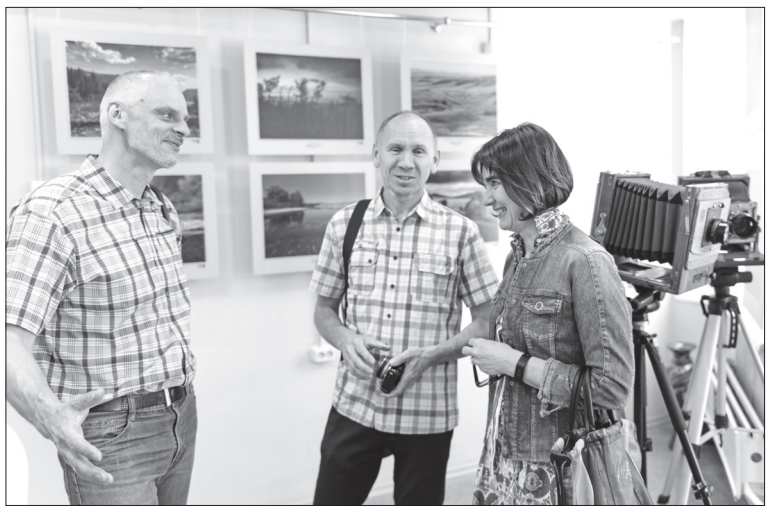
Зритель как бы переживает тот же самый восторг от увиденного цветового контраста, ритма света и тени, более того, возникает ощущение музыкальности и пластичности световых рисунков. Будь то чёрно-белый вариант фотополотна или цветной.

Сразу чувствуется, что Валерий Блинов не страдает болезнью сиюминутной доступности к фотоизображению. К его немедленному показу на всеобщее обозрение в социальные сети. Нет, ещё в процессе съёмки он мастерски «отжимает» незрелость кадра, отсекает лишние детали, доводит композицию (эту самую «вечность»!) до логического конца. И лишь потом, правда, не в тиши фотолаборатории при красном свете, а с помощью компьютерных технологий вносит окончательные штрихи в почти готовое изображение.

И вот оно обретает законченный вид, одевается в красиво оформленную рамку, появляется в экспозиции... Трудно оторвать взгляд от выверенных портретов, шикарных, «широких» пейзажей, которым и места, кажется, в зале отведено мало. От этих размышлений о вечном в искусстве фотографии, которые, как известно, «пишутся» светом и тенью. И вовсе не дорогим фотоаппаратом, как считает большинство их владельцев, а душой и сердцем! У современных пользователей «фотиков» и прочих снимающих гаджетов этих удивительно глубоких качеств, увы, нет.

Впрочем, всё, о чём я пытался рассказать, можно увидеть на выставке Валерия Блинова, сумевшего запечатлеть мгновения прекрасного, «Мгновения вечности». Сходите, не пожалеете.

«Перекур». ФОТО: ВАЛЕРИЙ БЛИНОВ



Валерий Блинов (в центре) всегда собирает вокруг себя активных и творческих людей. ФОТО: АЛЕКСАНДР КОЛБАСОВ, «ХАКАСИЯ»

ПРОГРАММА ТЕЛЕВИДЕНИЯ **11 – 17 ИЮНЯ**

Вторник

12 ИЮНЯ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

СОВЕТУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ

Три богатыря. Ход конём [6+]

Однажды коварные бояре задумали сместить с престола князя киевского. Но придворный конь Юлий, для которого «стратегия», «политика» и «смекалка» — не просто слова, а стиль жизни, готов пойти на риск и спасти правителя.

► **Рен-ТВ, 15.15**

РТС

06.00 Мультимир. [6+]
07.20 Сад и огород. [16+]
08.15 Мир без виз. [16+]
10.00 РТС. Шкаф. [16+]
10.25 Классика СССР. Воспитание жестокости. 2-я серия. [12+]
11.40 Людмила. 2-я и 3-я серии. [12+]
13.10 Конец прекрасной эпохи. [16+]
14.45 Мультимир. [6+]
15.15 В мире животных. [12+]
15.45 Конструктор русского калибра. [16+]
16.30 Людмила. 5-я и 6-я серии. [12+]
18.00 Концерт «Отыры».
21.00 По следам Ивана Сусанина. [16+]
21.40 Моя последняя первая любовь. [16+]

Артуру Бутузову тридцать пять. Он отличный специалист в области имиджа и пиара. Недурен собой, умён, прекрасно образован и обладает чувством юмора. А ещё Артур тяжело и неизлечимо болен. Однажды лечащий врач говорит Артуру, что ему осталось жить несколько месяцев. И вот, лёжа в больничной палате, он прокручивает мысленно всю свою жизнь и понимает, что прожил её бездарно — в суете, дрязгах, интригах, погоне за мистической славой и беге за карьерным ростом. И по-настоящему не прожил ни одного дня! Что же такое жизнь? Задаётся Артур вопросом и тут же находит ответ. Жизнь — это любовь. И... понимает, что всегда тайно был влюблён в телеведущую, ту, которая вещает на всю страну прогноз погоды.

23.15 Чёрные мифы о Руси. От Ивана Грозного до наших дней. [16+]
23.55 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
01.00 Кочевье. [16+]
01.55 Рыбалка. Островок Сазанья бровка. [16+]

Домашний

06.00 Джейми. Обед за 15 минут. [16+]
06.30 6 кадров. [16+]
07.30 Вам и не снилось... [16+]
Фильм о первой любви, не понятой и не оценённой взрослыми. История Ромео и Джульетты, снова вернувшихся в этот мир...
09.20 Анжелика — маркиза ангелов. [16+]
11.35 Великолепная Анжелика. [16+]
13.40 Анжелика и король. [16+]
15.40 Неукротимая Анжелика. [16+]
17.20 Анжелика и султан. [16+]
19.15 Великолепный век. [16+]
23.10 6 кадров. [16+]
00.30 Глухарь. Продолжение. [16+]
01.25 Смятение сердец. [16+]
03.15 Жёны в погонах. [16+]

Первый

06.00 Новости.
06.15 Статский советник. [16+]
09.00 Играй, гармонь любимая! [12+]
10.00 Новости.
10.10 Крым. [16+]
12.00 Новости.
12.10 Концерт в честь открытия Крымского моста. [12+]
13.15 Князь Владимир — креститель Руси. [12+]
14.20 Статский советник. [16+]
16.40 Весна на Заречной улице. [12+]
18.30 Голос. Дети. 5 лет. [12+]
21.00 Время.
21.20 Клуб весёлых и находчивых. [16+]
23.35 Русское лето большого футбола. [16+]
00.40 Второе зрение. [16+]
02.30 Прогулка в облаках. [12+]
04.25 Контрольная закупка. [12+]

Россия-К

06.30 Большая перемена.
08.50 Обыкновенный концерт.
09.20 В некотором царстве... М/ф.
10.25 Пётр Первый.
12.00 Невидимый Кремль.
12.40 Ехал грека... Путешествие по настоящей России.
13.25 12 стульев. Держите гроссмейстера!..
14.05 12 стульев.
16.40 Гала-концерт лауреатов конкурса «Щелкунчик».
18.15 Фёдор Конюхов. Наедине с мечтой.
19.00 Хрустальный бал «Хрустальной Турандот».
20.10 Большая перемена.
22.20 Анна Нетребко и Юсиф Эйвазов. Концерт в Токио.
00.05 Дуэнья.
Музыкальная комедия по одноимённой пьесе Ричарда Б. Шеридана. Хитрая дуэнья устраивает счастье молодых влюблённых, расстраивает планы богатого ростовщика, претендующего на руку её воспитанницы, и, обведя его вокруг пальца, женит на себе.
01.40 Искатели.
02.25 Мультфильм для взрослых. [18+]

Пятый

05.00 Мультфильм. [0+]
05.10 О чём говорят мужчины. [16+]
07.00 О чём ещё говорят мужчины. [16+]
09.00 Известия.
09.15 След. Трансплантация. [16+]
10.05 След. Огонь желания. [16+]
10.45 След. Миллион долларов и самолёт. [16+]
11.35 След. Смерть против смерти. [16+]
12.15 След. Парень с небес. [16+]
13.00 След. Роковой мужчина. [16+]
13.35 След. Смертельная доза. [16+]
14.25 След. Тихая деревенская жизнь. [16+]
15.10 След. Антигены. [16+]
16.00 След. Синяк. [16+]
16.50 След. Взрыв морга. [16+]
17.40 След. Инспектор по.... [16+]
18.25 След. Берлинская лазурь. [16+]
19.00 След. Хоровод нечисти. [16+]
19.55 След. [16+]
23.50 Вторая жизнь. 1 — 4-я серии. [16+]
03.20 Большая разница. [16+]

Россия-1

06.00 От печали до радости. [12+]
08.00 Проще пареной репы. [12+]
11.55 Екатерина. Взлёт. [16+]
16.00 Москва. Кремль. Церемония вручения Государственных премий Российской Федерации. [12+]
17.00 Вести.
17.15 Екатерина. Взлёт. [16+]
20.00 Вести.
21.00 Клуб обманутых жён. [12+]
Оля, Иза и Даша пережили предательство своих мужей. Личные обстоятельства привели их на тренинг по «преодолению кризиса в личной жизни». Но поняв, что тренинг им не поможет, они решают взять дело по «спасению утопающих» в собственные руки!
01.00 Поздние цветы. [12+]

Матч!

07.15 Профессиональный бокс. [16+]
08.30 Футбол. Товарищеский матч. Франция — США.
10.30 Дорога в Россию. [12+]
11.00, 12.55, 16.40, 19.45, 20.50, 00.25 Новости.
11.05 Все на Матч!
13.00 Тотальный футбол. [12+]
14.00 Футбол. Чемпионат мира-2006. 1/4 финала. Бразилия — Франция.
16.10 Футбольное столетие. [12+]
16.45 География сборной. [12+]
17.15 Все на Матч!
17.55 Гандбол. Чемпионат мира-2019. Мужчины. Отборочный турнир. Плей-офф. Россия — Чехия.
19.50 Все на Матч!
20.20 По России с футболом. [12+]
21.00 Вэлкам ту Раша. [12+]
21.30 Все на Матч!
22.25 Волейбол. Лига наций. Женщины. Россия — Доминиканская Республика.
00.30 Футбол. Чемпионат мира-2006. Финал. Италия — Франция.
03.30, 04.15 Все на Матч!
03.55 Наши на ЧМ. [12+]
04.35 Большой человек. [16+]

Рен-ТВ

05.00 Тайны Чапман. [16+]
08.20 Алёша Попович и Тугарин Змей. [6+]
09.45 Добрыня Никитич и Змей Горыныч. [6+]
11.00 Илья Муромец и Соловей-разбойник. [6+]
12.30 Три богатыря и шамаханская царица. [12+]
14.00 Три богатыря на дальних берегах. [6+]
15.15 Три богатыря. Ход конём. [6+]
16.40 Три богатыря и морской царь. [6+]
18.00 Три богатыря и принцесса Египта. [6+]
19.20 Иван Царевич и Серый Волк. [0+]
21.00 Иван Царевич и Серый Волк-2. [6+]
22.20 Иван Царевич и Серый Волк-3. [6+]
23.45 Как поймать перо жар-птицы. [0+]
01.00 Территория заблуждений. [16+]

СТС/ТВ-7

06.00 Смешарики. [0+]
06.10 Смурфики. Затерянная деревня. [6+]
07.50 Три кота. [0+]
08.05 Тролли. Праздник продолжается! [6+]
08.30 Поехали. [16+]
09.00 Хранители снов. [0+]
10.50 Хоббит. Пустошь Смауга. [12+]
14.00 Постскриптум. [16+]
14.30 «Уральские пельмени». Любимое. [16+]
14.35 Хоббит. Битва пяти воинств. [16+]
17.20 Властелин колец. Братство кольца. [12+]
21.00 Властелин колец. Две крепости. [12+]
00.35 Образцовый самец № 2. [16+]
02.30 Вот это любовь! [16+]
04.20 Это любовь. [16+]
04.50 Тролли. Праздник продолжается! [6+]
05.15 Поехали. [16+]

Звезда

06.00 На златом крыльце сидели... [12+]
07.25 После дождичка, в четверг... [12+]
09.00 Новости дня.
09.15 Морозко. [12+]
Жила-была хорошая добрая девушка Настенька. Злая мачеха заставляла её работать, не давая продыху. Однажды она решила избавиться от падчерицы и отправила ту замерзать в зимний лес. В этих же краях жил паренёк Иван. Он полюбил Настеньку, да вот только был он большим хвастуном, потому лесной колдун и превратил его в медведя. И Настеньке, и Ивану пришлось пройти через много испытаний, прежде чем их судьбы соединились.
10.50 Кубанские казаки. [12+]
13.00 Новости дня.
13.15 Россия молодая. [6+]
18.00 Новости дня.
18.25 Россия молодая. [6+]
23.00 Новости дня.
23.20 Россия молодая. [6+]
02.35 Свинарка и пастух. [12+]
04.20 Два бойца. [6+]

ТВ-3

05.45 Мультфильмы. [0+]
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Слепая. [12+]
23.00 Человек из стали. [12+]
Кларк Кент чувствует себя чужаком из-за своей невероятной силы. Много лет назад он был отправлен на Землю с планеты Криптон, и теперь задаётся вопросом: зачем? Воспитанный приёмными родителями Кларк знает: обладать сверхспособностями — значит принимать сложные решения. Но когда человечество более всего нуждается в стабильности, оно подвергается нападению.
01.45 Лего. Фильм. [6+]
03.45 Элементарно. [16+]

ТНТ-Абакан

05.00 Где логика? [16+]
07.00 Сегодня в Абакане. [12+]
08.00 ТНТ. Best. [16+]
09.00 Дом-2. Lite. [16+]
10.00 Дом-2. Остров любви. [16+]
11.00 Однажды в России. [16+]
14.00 Сегодня в Абакане. [12+]
15.00 Однажды в России. [16+]
19.00 Сегодня в Абакане. [12+]
19.15 Гость on-line. [12+]
19.30 Однажды в России. [16+]
21.00 Сегодня в Абакане. [12+]
21.30 Скажите честно. [12+]
22.00 Однажды в России. [16+]
00.00 Дом-2. Остров любви. [16+]
01.00 Дом-2. После заката. [16+]
02.00 Импровизация. [16+]
04.00 Убийство первой степени. [16+]

ТВ-Центр

05.15 Барышня-крестьянка. [12+]
07.15 Молодая жена. [12+]
09.15 Финист — Ясный Сокол. [12+]
10.30 Евгений Дятлов. Мне никто ничего не обещал. [12+]
11.30 События.
11.45 Дорогой мой человек. [12+]
13.55 Отель счастливых сердец. [12+]
17.35 Я знаю твои секреты. [12+]
21.15 События.
21.30 Приют комедиантов. [12+]
23.25 Кабачок эпохи застоя. [12+]
00.15 Барышня и хулиган. [12+]
03.50 Орёл и решка. [12+]

Мир

06.00 Государыня и разбойник. [16+]
07.30 Игра в кино. [12+]
08.25 Наше кино. История большой любви. [12+]
08.55 Тихий Дон. [16+]
10.00 Новости.
10.15 Тихий Дон. [16+]
16.00 Новости.
16.15 Крик совы. [16+]
19.00 Новости.
19.15 Крик совы. [16+]
03.05 Метод Фрейда. [16+]

Че

05.00 Лига 8файт. [16+]
06.00 Дорожные войны. [16+]
08.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
09.30 Антикиллер. [16+]
12.30 Гараж. [12+]
14.30 Человек с бульвара Капуцинов. [12+]
16.30 В гостях у Михаила Задорнова. [16+]
18.50 Неуловимые мстители. [6+]
20.20 Новые приключения неуловимых. [6+]
22.00 Корона Российской империи, или Снова неуловимые. [6+]
00.30 Легенда Багера Ванса. [16+]
03.00 Рюдзо и семеро бойцов. [16+]

НТВ

06.15 Белое солнце пустыни. [0+]
08.00 Сегодня.
08.20 Огарёва, 6. [12+]
10.00 Сегодня.
10.15 Барсы. [16+]
14.00 Казаки. [16+]
16.00 Сегодня.
16.20 Казаки. [16+]
19.00 Сегодня.
19.20 Казаки. [16+]
22.20 Знакомство. [16+]
00.20 Петр Козлов. Тайны затерянного города. [6+]
01.30 Дачный ответ. [0+]
02.35 Поедем, поедим! [0+]
03.05 ППС. [16+]

Общественное телевидение России

09.10 Великое сражение Северной войны. [12+]
09.40 А если это любовь? [12+]
11.20 Концерт Нонны Гришаевой и Александра Олешко «С любовью для всей семьи». [12+]
12.45 Семён Дежнёв. [12+]
14.10 Гербы России. Государственный герб. [12+]
14.25 Календарь. [12+]
15.10 Сибириада. [12+]
17.00 Новости.
17.05 Сибириада. [12+]
19.00 Новости.
19.05 Сибириада. [12+]
19.55 Концерт «Во Тамани пир горой». [12+]
21.25 Семеро смелых. [12+]
23.00 Новости.
23.20 Кубанские казаки. [12+]
01.15 Они танцевали одну зиму... [12+]
02.50 Концерт «Во Тамани пир горой». [12+]
04.20 Активная среда. [12+]
04.30 Тайны разведки. Меч разведки. [12+]

История

05.25 Советская империя. Метро. [12+]
07.15 Время России. [12+]
08.40 Советская империя. Сочи. [12+]
09.35 Советская империя. Высотки. [12+]
10.20 Советская империя. Метро. [12+]
12.20 Время России. [12+]
13.45 Кремль. Страницы истории. [12+]
14.40 Советская империя. Сочи. [12+]
15.30 Советская империя. Хрущёвки. [12+]
16.25 Советская империя. Останкино. [12+]
17.20 Советская империя. Высотки. [12+]
18.20 Советская империя. Метро. [12+]
20.10 Время России. [12+]
21.40 Кремль. Страницы истории. [12+]
22.30 Советская империя. Сочи. [12+]
23.25 Советская империя. Хрущёвки. [12+]
00.20 Советская империя. Останкино. [12+]
01.15 Советская империя. Высотки. [12+]
02.05 Советская империя. Метро. [12+]
04.00 Время России. [12+]

Русский иллюзион

05.35 Кладоискатели. [16+]
07.20 Заяц над бездной. [16+]
10.10 Рита. [16+]
11.45 Кромовъ. [16+]
13.50 Любить по-русски. [16+]
15.25 Всё о мужчинах. [16+]
16.50 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
18.40 Семейка Ады. [16+]
20.15 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
22.05 Любить по-русски-2. [16+]
23.45 Тарас Бульба. 3-я серия. [16+]
00.50 Русский бунт. [16+]
03.00 Любить по-русски-3. [16+]
04.50 Приличные люди. [16+]

TV 1000 Русское кино

06.30 Иван Царевич и Серый Волк. [12+]
08.20 Не было бы счастья. [16+]
10.20 Танцы насмерть. [12+]
12.20 Дом Солнца. [16+]
14.20 Ангелы революции. [16+]
16.30 Криминальный квартет. [12+]
18.15 Обитаемый остров. Схватка. [12+]
20.20 Спешите любить. [12+]
22.15 Мамы. [12+]
00.20 О чём говорят мужчины. [16+]
02.15 О чём ещё говорят мужчины. [16+]
04.15 О чём говорят мужчины. Продолжение. [16+]

TV 1000

06.40 11.14. [18+]
08.20 Однажды в Мексике. [16+]
10.10 Гостья. [12+]
12.40 Иллюзия обмана. [12+]
15.05 Охотники за привидениями. [12+]
17.20 Стальные магнолии. [12+]
19.45 Город ангелов. [12+]
22.05 Однажды в Мексике. [16+]
00.10 Эд из телевизора. [12+]
02.30 Иллюзия обмана-2. [16+]
04.55 Охотники за привидениями-2. [12+]

TV 1000 Action

05.30 Невидимый. [16+]
07.20 Бешеные. [18+]
09.10 Пьяный мастер. [12+]
11.10 Starперцы. [16+]
13.10 Побег невозможен. [16+]
15.15 Неудержимые-2. [18+]
17.10 Невидимый. [16+]
19.10 Бешеные. [18+]
20.55 Пьяный мастер. [12+]
22.55 Неудержимые-3. [16+]
01.10 Тревожный вызов. [16+]
03.10 Джейн берёт ружьё. [18+]

Иллюзион+

05.50 Транзит. [18+]
07.15 Принц и я-3. Медовый месяц по-королевски. [16+]
09.00 Лёгкие деньги. [16+]
10.40 Игры страсти. [16+]
12.15 Тупой и ещё тупее-2. [16+]
14.05 Голливудский финал. [16+]
15.50 Лёгкие деньги. [16+]
17.20 Братья Блум. [16+]
19.15 Интерактивная викторина. [16+]
21.00 Игры страсти. [16+]
22.30 Слепота. [16+]
00.30 Детородные. [16+]
02.05 Она. [16+]
04.25 Лёгкие деньги. [16+]

Дом кино

05.50 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
07.35 Шагал-Малевич. [16+]
09.40 Большой аттракцион. [0+]
11.00 Человек на полустанке. [0+]
12.10 Князь Владимир. [0+]
13.40 ТАСС уполномочен заявить... [12+]
20.05 Берегись автомобиля. [0+]
21.50 Совершенно серьёзно. [6+]
23.00 Особенности национальной рыбалки. [16+]
00.55 Самый лучший день. [16+]
03.00 Пять невест. [12+]

Русский роман

05.30 Красавец и чудовище. [12+]
07.30 Отпечаток любви. [12+]
11.10 Васильки для Василисы. [12+]
12.35 Вечная сказка. [12+]
14.30 Капля света. [16+]
18.10 Клубничный рай. [12+]
22.00 Отец поневоле. [12+]
23.30 Последняя жертва. [12+]
01.40 Сила Веры. [16+]

Супер

05.00 Саша + Маша. [16+]
07.00 Кротик и Панда. М/с. [0+]
07.30 Врумиз. М/с. [0+]
08.30 Лео и Тиг. М/с. [0+]
09.00 Ми-Ми-Мишки. М/с. [0+]
10.00 Фиксики. М/с. [0+]
11.00 Родители. [12+]
16.30 Гол! [16+]
19.00 Вне игры. [16+]
00.00 Гол-2. Жизнь как мечта. [16+]
02.00 Зайцев + 1. [16+]

Мульт

05.00 Машины сказки.
05.30, 11.25 Маша и Медведь.
06.00, 10.25 Деревяшки.
06.30 Бумажки.
07.00, 16.10, 21.15 Друзья на все времена.
07.25, 17.10, 02.25 Фиксики.
08.00, 17.30, 21.55, 03.00 Лунтик и его друзья.
08.30, 18.00, 03.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00, 12.20 Лео и Тиг.
09.25, 04.25 Три котёнка.
09.30, 02.00 Бумажки.
10.00, 12.10, 16.00, 23.00 Гора Самоцветов.
10.50 Дракоша Тоша.
11.00, 19.00, 23.25, 04.30 Барбоскины.
18.25 Четверо в кубе.
18.55 Деревяшки.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
20.00, 00.35 Маша и Медведь.
20.20, 00.55 Машкины страшилки.
20.25 Смешарики.
21.00 Гора Самоцветов.
22.25 Волшебный фонарь.
00.00 Сказка на ночь.
01.30 10 друзей кролика.
01.55 Везуха!
04.00 Четверо в кубе.

Футбол. С 14 июня по 15 июля в России пройдёт чемпионат мира

Будет жарко по-настоящему!

Вы замерли в ожидании? И правильно сделали. Уже вот-вот начнётся пиршество, именуемое чемпионатом мира по футболу.

Александр ДУБРОВИН

Впервые за всю историю оно пройдёт в России. И, без всякого сомнения, на самом высоком уровне. И кто бы ни победил в финале мирового первенства, в любом случае в выигрыше окажутся любители футбола.

В какие дни состоятся игры сборной России? 14 июня россияне сыграют в Москве с командой Саудовской Аравии, 19-го в Санкт-Петербурге — с Египтом. Решающий матч в нашей группе запланирован на 25 июня. В Самаре наши футболисты постараются оказать достойное сопротивление гостям из Уругвая.

Остальные матчи встряхнут адреналином стадионы Екатеринбурга, Ростова-на-Дону и Волгограда. Жарко будет по-настоящему.

Турнирная таблица

Группа A	1	2	3	4	М	О
1. **РОССИЯ**	■					
2. Саудовская Аравия		■				
3. Египет			■			
4. Уругвай				■		

Группа B	1	2	3	4	М	О
1. Португалия	■					
2. Испания		■				
3. Марокко			■			
4. Иран				■		

Группа C	1	2	3	4	М	О
1. Франция	■					
2. Австралия		■				
3. Перу			■			
4. Дания				■		

Группа D	1	2	3	4	М	О
1. Аргентина	■					
2. Исландия		■				
3. Хорватия			■			
4. Нигерия				■		

Группа E	1	2	3	4	М	О
1. Бразилия	■					
2. Швейцария		■				
3. Коста-Рика			■			
4. Сербия				■		

Группа F	1	2	3	4	М	О
1. Германия	■					
2. Мексика		■				
3. Швеция			■			
4. Южная Корея				■		

Группа G	1	2	3	4	М	О
1. Бельгия	■					
2. Панама		■				
3. Тунис			■			
4. Англия				■		

Группа H	1	2	3	4	М	О
1. Польша	■					
2. Сенегал		■				
3. Колумбия			■			
4. Япония				■		

Плей-офф

1/8 финала

30 июня
1. 1C — 2D
2. 1A — 2B

1 июля
3. 1B — 2A
4. 1D — 2C

2 июля
5. 1E — 2F
6. 1G — 2H

3 июля
7. 1F — 2E
8. 1H — 2G

1/4 финала

6 июля
1. Победитель 2 — победитель 1
2. Победитель 5 — победитель 6

7 июля
3. Победитель 7 — победитель 8
4. Победитель 3 — победитель 4

1/2 финала

10 июля
1. Победитель 1 — победитель 2

11 июля
2. Победитель 4 — победитель 3

Матч за 3-е место
14 июля

ФИНАЛ
15 июля

Мнение

Антон НОВОЖИЛОВ, поклонник футбола (Абакан):
— Чего я жду от чемпионата мира? Чего я жду от сборной России? Устал я ждать от нашего коллектива чего-то положительного, скорее всего, назвал бы это любопытством. Лично мне очень любопытно, насколько внятную и созидательную игру покажет наша сборная, сможет ли она выйти из группы и насколько далеко продвинется. И как проявят себя братья Миранчуки. Хотя, откровенно говоря, с трудом верится в то, что сборная России преподнесёт сюрприз. Но если свершится чудо, буду только очень рад.
Кто должен стать победителем, вопрос, на мой взгляд, некорректный. Но не буду оригинален, если составлю такой список претендентов на победу: Германия, Аргентина, Бразилия, Португалия. Вполне стандартный букет. Болеть буду за Бразилию, Португалию и Испанию.

Вот так радовалась победе в 2014 году сборная Германии. Немцы – четырёхкратные чемпионы мира и трёхкратные чемпионы Европы. В их активе – четыре серебра и четыре бронзы мировых первенств, кроме того, три серебра и две бронзы чемпионатов Европы. ФОТО ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ

ПРОГРАММА ТЕЛЕВИДЕНИЯ **11 — 17 ИЮНЯ**

Среда

13 ИЮНЯ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

СОВЕТУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ

Без права на провал [12+]

События происходят в осаждённом Севастополе во время Великой Отечественной войны. Разведчик Лозовой, подпольщик Колесов и юный партизанский связной Василёк получают задание достать данные о дислокации сверхмощного артиллерийского орудия, обстреливающего город.

► **Звезда, 04.25**

РТС

06.00 РТС. Утро Хакасии. [16+]
09.00 Мультимир. [6+]
09.20 РТС. Вопрос дня. [16+]
09.35 Сад и огород. [16+]
10.00 РТС. Новости. [16+]
10.30 Основной элемент. 26-я серия. [16+]
11.00 Мультимир. [6+]
11.20 Людмила. 5-я и 6-я серии. [12+]
13.00 РТС. Новости. [16+]
13.10 Моя последняя первая любовь. [16+]
14.45 В мире животных. [12+]
15.15 Чёрные мифы о Руси. От Ивана Грозного до наших дней. [16+]
16.00 РТС. Новости. [16+]
16.10 Людмила. 7-я и 8-я серии. [12+]
17.40 В лесах и на горах. 22-я серия. [12+]
18.35 Бездна. 6-я серия. [16+]
19.30 РТС. Новости. [16+]
20.00 РТС. Вопрос дня. [16+]
20.15 РТС. Под счастливой звездой. [16+]
20.25 Фактор эволюции. Еда. [16+]
21.10 Фокусник. [16+]

Антон Горелов — сорокалетний артист. Вернее, так он представляется девушкам. Он действительно артист. Фокусник. Со своими фокусами Горелов работает на корпоративах, что приносит вполне реальные деньги. Короче, жизнь его вполне устраивает. Но в один прекрасный день Горелов получает приглашение выступить на празднике в загородном доме некоего Бизнесмена. Там Горелов влюбляется в его жену. Но их счастье длится недолго...

23.00 РТС. Новости. [16+]
23.30 Исторические хроники. 10-я серия. [16+]
00.15 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
00.45 Повесть о белых журавлях. [16+]
01.40 Рыбалка. Увидеть водопад. [16+]

Домашний

05.10, 06.30 6 кадров. [16+]
05.30 Джейми. Обед за 15 минут. [16+]
07.00 Понять. Простить. [16+]
07.30 6 кадров. [16+]
07.35 По делам несовершеннолетних. [16+]
09.40 Давай разведёмся! [16+]
11.40 Тест на отцовство. [16+]
12.40 Понять. Простить. [16+]
14.15 Дом на холодном ключе. [16+]
18.00 Топ-шоп. [16+]
18.15 РТС. Вопрос дня. [16+]
18.30 РТС. Новости. [16+]
19.00 Другая женщина. [16+]
22.45 Глухарь. Продолжение. [16+]
23.45 6 кадров. [16+]
00.00 РТС. Новости. [16+]
00.30 Глухарь. Продолжение. [16+]
01.25 Понять. Простить. [16+]
02.30 Тест на отцовство. [16+]
03.30 Я буду жить. [16+]

Первый

05.00 Доброе утро.
09.00 Новости.
09.15 Контрольная закупка. [12+]
09.50 Жить здорово! [16+]
10.55 Модный приговор. [12+]
12.00 Новости.
12.15 Время покажет. [16+]
15.00 Новости.
15.15 Давай поженимся! [16+]
16.00 Мужское / Женское. [16+]
17.00 Время покажет. [16+]
18.00 Вечерние новости.
18.25 Время покажет. [16+]
18.50 На самом деле. [16+]
19.50 Пусть говорят. [16+]
21.00 Время.
21.30 Большой праздничный концерт к Дню России. Передача с Красной площади. [16+]
23.20 Вечерний Ургант. [16+]
23.55 Второе зрение. [16+]
01.50, 03.05 Французский связной. [16+]
03.00 Новости.
03.55 Мужское / Женское. [16+]

Россия-К

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.15 Новости культуры.
06.35 Легенды мирового кино.
07.05, 16.05 Пешком...
07.35, 20.05 Правила жизни.
08.10, 22.20 Следователь Тихонов.
09.00 Ехал грека... Путешествие по настоящей России.
09.40, 18.30 Аббатство Корвей. Между небом и землёй...
10.15, 17.30 Наблюдатель.
11.10, 00.30 XX век.
12.15 Певучая Россия.
14.30, 02.20 По следам космических призраков.
15.10 Шуман. Клара. Брамс.
16.35 Сергей Маковецкий. В игре!..
18.45 Богиня танца.
19.45 Главная роль.
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.45 В вечном поиске Атлантиды.
21.30 Цвет времени.
21.40 Юрий Темирканов. Автопортрет на полях партитуры.
23.35 Вагнер. Секретные материалы.
01.25 Реймсский собор. Вера, величие и красота.
01.40 Евгения Ханаева. Под звуки нестареющего вальса.
02.50 Гилберт Кит Честертон.

Пятый

05.00, 09.00 Известия.
05.10 Мультфильм. [0+]
05.30 Вторая жизнь. 1 — 4-я серии. [16+]
09.25 Снайпер. 1-я и 2-я серии. [16+]
11.10 Спецназ по-русски-2. 1-я и 2-я серии. [16+]
13.00, 22.00 Известия.
13.25 Спецназ по-русски-2. 3 — 8-я серии. [16+]
18.40 След. Золотобриллианты. [16+]
19.30 След. Писатель. [16+]
20.20 След. Порча. [16+]
21.10 След. Куда приводят мечты. [16+]
22.30 След. Трансфузия. [16+]
23.15 След. Неудобный человек. [16+]
00.00 Известия. Итоговый выпуск.
00.30 Террористка Иванова. 1 — 4-я серии. [16+]

Россия-1

05.00, 09.15 Утро России.
05.07, 05.35, 06.07, 06.35 Хабарлар-Хакасия.
07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
09.00 Вести.
09.55 О самом главном. [12+]
11.00 Вести.
11.40 Вести-Хакасия.
12.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
13.00 60 минут. [12+]
14.00 Вести.
14.40 Вести-Сибирь.
15.00 Склифосовский. [12+]
17.00 Вести.
17.40 Хабарлар-Хакасия.
18.00 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]
13.00 60 минут. [12+]
20.00 Вести.
20.45 Вести-Хакасия.
21.00 Наследница поневоле. [12+]
23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
01.50 Версия. [12+]

Матч!

06.40 Футбол. Товарищеский матч. Австрия — Бразилия.
08.40 Боец поневоле. [16+]
10.30 Дорога в Россию. [12+]
11.00, 16.25, 18.45, 22.40, 00.50 Новости.
11.05 Все на Матч!
12.40 Футбол. Чемпионат мира-2010. 1/2 финала. Нидерланды — Уругвай.
15.40 Заявка на успех. [12+]
16.05, 21.20 Мундиаль. Наши соперники. Саудовская Аравия. [12+]
16.30 Все на Матч! ЧМ-2018.
17.00 День до... [12+]
17.45 Черчесов. Live. [12+]
18.20 День до... [12+]
18.50 Все на Матч! ЧМ-2018.
19.20 Футбол. Товарищеский матч. Италия — Саудовская Аравия.
21.40 Все на футбол!
22.10 География сборной. [12+]
22.50, 00.55, 03.25, 04.15 Все на Матч!
23.30 День до... [12+]
00.30 Россия — Саудовская Аравия. Перед матчем. Live. [12+]
01.25 Волейбол. Лига наций. Женщины. Россия — Польша.
03.55 Чемпионат мира. Live. [12+]
04.35 Футбол. Чемпионат мира-2014. 1/2 финала. Германия — Бразилия.

Рен-ТВ

05.00 Территория заблуждений. [16+]
06.00 Военная тайна. [16+]
11.00 Загадки человечества. [16+]
17.00 Тайны Чапман. [16+]
18.00 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
20.00 ДМБ. [16+]
21.30 Парень с нашего кладбища. [12+]
Коля приезжает в Москву — ему необходимо срочно найти деньги, чтобы отдать долг. Дядя устраивает его на должность кладбищенского ночного сторожа. Коля приступает к работе — и тут же меняет о ней представление. Оказывается, по ночам на кладбище приходят загадочные гости, вселяющие страх в простых смертных...
23.15 Снайпер. Последний выстрел. [16+]
02.30 Чем дальше в лес... [12+]

СТС/ТВ-7

06.00 Смешарики. [0+]
06.35 Команда турбо. [0+]
07.00 Шоу мистера Пибоди и Шермана. [0+]
07.25 Три кота. [0+]
07.40 Том и Джерри. [0+]
08.30 Кухня. [12+]
09.00 Хочу дачу. [16+]
09.30 «Уральские пельмени». Любимое. [16+]
10.20 Властелин колец. Братство кольца. [12+]
14.00 Хочу дачу. [16+]
14.30 Кухня. [16+]
19.00 Nota bene. [16+]
20.00 Кухня. [16+]
21.00 Призрак. [6+]
23.20 Девочки не сдаются. [16+]
00.20 «Уральские пельмени». Любимое. [16+]
00.30 Nota bene. [16+]
01.00 Барашек Шон. [6+]
02.35 Девочки не сдаются. [16+]
03.35 Призрак. [6+]
05.45 Музыка на СТС. [16+]

Звезда

06.00 Сегодня утром.
08.00 Морской патруль. [16+]
Егор Ковальчук, амбициозный выпускник высшей школы милиции, не попав в Московский уголовный розыск, устраивается стажёром в патруль морской милиции в небольшом приморском городке. Своих новых напарников Егор считает провинциальными неудачниками, которые только и могут, что штрафовать браконьеров. Однако в первом же рейде ему приходится резко изменить своё мнение о службе в морском патруле...
09.00 Новости дня.
09.15 Морской патруль. [16+]
10.00 Военные новости.
10.05 Морской патруль. [16+]
13.00 Новости дня.
13.15 Морской патруль. [16+]
14.00 Военные новости.
14.05 Морской патруль. [16+]
17.25 Легенды спорта. [6+]
18.00 Новости дня.
18.40 Авианесущие корабли Советского Союза. [12+]
19.35 Последний день. [12+]
20.20 Специальный репортаж. [12+]
20.45 Секретная папка. [12+]
21.35 Процесс. [12+]
23.00 Новости дня.
23.15 Юркины рассветы. [6+]
04.25 Без права на провал. [12+]

ТВ-3

06.00 Мультфильмы. [0+]
09.30, 10.00, 17.30, 18.00 Слепая. [12+]
10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Гадалка. [12+]
11.30, 12.30 Не ври мне. [12+]
13.30, 14.00, 14.30 Охотники за привидениями. [16+]
15.00 Мистические истории. [16+]
18.30, 19.30 Грач. [16+]
20.30, 21.15, 22.00 Кости. [12+]
23.00 Звёздные врата. [12+]
1928 год. Египет. Археолог находит странное сооружение. Через много лет его дочь привлекает молодого специалиста Джексона для разгадки тайны, над которой бьются учёные на военной базе в горах. Таинственное сооружение оказывается проходом в другие миры. С группой спецназа Джексон отправляется через звёздные врата навстречу неизведанному.
01.15 Чёрный список. [16+]
05.30 Тайные знаки. [12+]

ТНТ-Абакан

05.00 Где логика? [16+]
07.00 Сегодня в Абакане. [12+]
07.30 Скажите честно. [12+]
08.00 ТНТ. Best. [16+]
09.00 Дом-2. Lite. [16+]
10.15 Дом-2. Остров любви. [16+]
11.30 Улица. [16+]
12.30 Большой завтрак. [16+]
13.00 Реальные пацаны. [16+]
14.00 Сегодня в Абакане. [12+]
14.30 Реальные пацаны. [16+]
19.00 Сегодня в Абакане. [12+]
19.15 Гость on-line. [12+]
19.30 Реальные пацаны. [16+]
20.00 Физрук. [16+]
21.00 Сегодня в Абакане. [12+]
21.35 Абакан. Родом из 30-х. [12+]
22.00 Однажды в России. [16+]
23.00 Где логика? [16+]
00.00 Дом-2. Город любви. [16+]
01.00 Дом-2. После заката. [16+]
02.00 Импровизация. [16+]
04.00 Убийство первой степени. [16+]

ТВ-Центр

06.00 Настроение.
08.00 Доктор И... [16+]
08.30 Дорогой мой человек. [12+]
10.40 Алексей Баталов. Он же Гога, он же Гоша. [12+]
11.30 События.
11.50 Коломбо. [12+]
13.40 Мой герой. [12+]
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.00 Пуаро Агаты Кристи. [12+]
16.50 Естественный отбор. [12+]
17.35 Три в одном. [12+]
19.40 События.
20.00 Петровка, 38.
20.20 Право голоса. [16+]
22.00 События.
22.30 Линия защиты. [16+]
23.05 90-е. Челноки. [16+]
00.00 События.
00.35 Хроники московского быта. [12+]
01.25 Хрущёв и КГБ. [12+]
02.15 Коломбо. [12+]
04.05 Пуаро Агаты Кристи. [12+]

Мир

06.05, 10.05, 13.15 Метод Фрейда. [16+]
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости.
14.00 Дела семейные. Битва за будущее. [16+]
15.00 Дела семейные. Новые истории. [16+]
16.15 Игра в кино. [12+]
17.10, 18.05 Возвращение Мухтара-2. [16+]
19.20 Джамайка. [12+]
23.00, 00.10 От тюрьмы и от сумы. [16+]
01.00 Игра в кино. [12+]
01.55 Деловые люди. [0+]
03.35 Другой мир. [12+]
04.05 Дела семейные. Битва за будущее. [16+]

Че

05.00 Лига 8файт. [16+]
06.00 Закон и порядок. [16+]
07.00 Улётное видео. [16+]
07.30, 18.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
08.30 Дорожные войны. [16+]
11.00 Утилизатор. [16+]
12.00 Решала. [16+]
13.00 Пятницкий. Глава четвёртая. [16+]
16.00 Три короля. [16+]
18.00, 19.30 Дорожные войны. [16+]
20.30 Решала. [16+]
23.30 Дорожные войны. [16+]
00.00 Карточный домик. [18+]
04.00 100 великих. [16+]

НТВ

05.00 Подозреваются все. [16+]
05.35, 06.05 Дорожный патруль. [16+]
06.00 Сегодня.
06.30 Деловое утро НТВ. [12+]
08.30, 10.25 Возвращение Мухтара. [16+]
10.00 Сегодня.
11.00 Лесник. [16+]
13.00 Сегодня.
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 Место встречи. [16+]
16.00 Сегодня.
16.30 Место встречи. [16+]
17.20 ДНК. [16+]
18.15 Реакция.
19.00 Сегодня.
19.40 Морские дьяволы. Смерч. [16+]
23.30 Итоги дня.
00.00 Сборная России. Обратная сторона медали. [12+]
01.05 Место встречи. [16+]
03.05 ППС. [16+]

Общественное телевидение России

05.00 Календарь. [12+]
05.45 Моменты судьбы. Мичурин. [12+]
05.55 Командировка. [12+]
07.15 Моменты судьбы. Кузнецов. [12+]
07.25 Семеро смелых. [12+]
09.05, 18.05, 01.05 Прав!Да? [12+]
10.00, 16.05, 03.40 Большая страна. Общество. [12+]
10.40, 13.45, 16.45, 20.45, 04.20 Активная среда. [12+]
10.50, 19.20 Большая наука. [12+]
11.30 Тайны разведки. Меч разведки. [12+]
12.00 17.15 Календарь. [12+]
12.40, 19.50 Собственная гордость. От ГОЭЛРО до Асуана. [12+]
13.30, 20.35 От прав к возможностям. [12+]
14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости.
14.05, 15.05, 02.00 Бык и Шпиндель. [12+]
21.00 ОТРажение. [12+]
04.30 Тайны разведки. Японский треугольник. [12+]

История

05.30, 09.05 Кремль. Страницы истории. [12+]
06.25 Советская империя. Сочи. [12+]
07.15 Советская империя. Хрущёвки. [12+]
08.15 Советская империя. Останкино. [12+]
10.00 Аида Ведищева. Где-то на белом свете... [12+]
10.55 Тайны истории. Мстители. [16+]
11.50 Мода для народа. [12+]
12.45 Рождение империи. Ост-Индская компания. Фильм второй. [12+]
13.45 Китайская мечта. Путь возрождения. [12+]
14.50 Великая Китайская стена. История в камне. [12+]
15.50 Три секунды. [12+]
16.50 Сокровища Древнего Египта. Золотой век. [12+]
17.50 Маршал Конев. Иван в Европе. [16+]
18.45 Тайны замков самураев. [12+]
19.50 Китайский поход Маннергейма. В поисках тайного смысла. [12+]
20.45 Тайны истории. Казни. [16+]
21.45 Государственник. [12+]
22.40 Рождение империи. Ост-Индская компания. Фильм первый. [12+]
23.40 Покушение на Данаю. [12+]
00.35 Несбывшаяся мечта Леонардо. [12+]
01.40 Диктор Советского Союза. [12+]
02.35 Сокровища Древнего Египта. Новый расцвет. [12+]
03.35 Кулебякой по диктатору. Гастрономическая ностальгия. [12+]
04.30 Павлопетри. Город под водой. [12+]

Подготовила
Елена ЛЕОНЧЕНКО

Русский иллюзион

06.20 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
08.00 Семейка Ады. [16+]
10.00 Наружное наблюдение. 5-я серия. [16+]
10.50 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
12.40 Любить по-русски-2. [16+]
14.25 Наружное наблюдение. 6-я серия. [16+]
15.10, 17.30, 19.25 Крупным планом. [16+]
15.30 Кромовъ. [16+]
17.50 Любить по-русски. [16+]
19.45 Русский бунт. [16+]
22.05 Любить по-русски-3. [16+]
23.50 Наружное наблюдение. 7-я серия. [16+]
00.50 Над городом. [16+]
02.10 Ближе, чем кажется. [12+]
03.50 Всё о мужчинах. [16+]

TV 1000 Русское кино

06.10 Иван Царевич и Серый Волк-2. [12+]
07.20 Овсянки. [12+]
08.40 Спешите любить. [12+]
10.20 О чём говорят мужчины. [12+]
12.20 О чём ещё говорят мужчины. [12+]
14.20 О чём говорят мужчины. Продолжение. [12+]
16.25 Виринея. [0+]
18.35 Любовь в городе ангелов. [12+]
20.20 Лучшее лето нашей жизни. [12+]
22.30 Коллектор. [12+]
00.20 Вий. [12+]
02.50 Займёмся любовью. [12+]
04.30 Находка. [18+]

TV 1000

06.55 Лица в толпе. [16+]
08.35 Останься со мной. [16+]
10.10 Королевство полной луны. [12+]
12.05 Иллюзия обмана-2. [16+]
14.35 Охотники за привидениями-2. [12+]
16.40 Мой парень — псих. [16+]
19.05 Эд из телевизора. [12+]
21.30 Джонни Д. [16+]
00.10 Семь лет в Тибете. [16+]
03.00 Впритык. [18+]
04.55 Отцы и дочери. [18+]

TV 1000 Action

05.10 Ворон. [18+]
07.10 Рэмбо. Первая кровь. [16+]
09.10 Петля времени. [18+]
11.15 Тревожный вызов. [16+]
13.10 Джейн берёт ружьё. [18+]
15.10 Неудержимые-3. [16+]
17.25 Ворон. [18+]
19.20 Рэмбо. Первая кровь. [16+]
21.10 Петля времени. [18+]
23.15 Молодой мастер. [12+]
01.10 Проповедник с пулемётом. [16+]
03.40 Ватиканские записи. [16+]

Иллюзион+

06.00 Игры страсти. [16+]
07.35 Сломанные цветы. [16+]
09.20 Призрак оперы. [16+]
11.40 Детородные. [16+]
13.20 Она. [16+]
15.20 Призрак оперы. [16+]
17.40 Тупой и ещё тупее-2. [16+]
19.30 Интерактивная викторина. [16+]
21.00 Сломанные цветы. [16+]
22.40 Голливудский финал. [16+]
00.30 Инструкции не прилагаются. [12+]
02.25 Обитель проклятых. [16+]
04.15 Почему сейчас? [16+]

Дом кино

05.00 Любить по-русски-3. Губернатор. [16+]
06.50 Мама, не горюй. [16+]
08.15 Оптимистическая трагедия. [12+]
10.15 Улица полна неожиданностей. [12+]
11.30 Вас ожидает гражданка Никанорова. [12+]
13.00 Таксистка. [12+]
14.50 День выборов. [16+]
17.40 Перехват. [16+]
19.15 Экипаж. [12+]
22.00 Убойная сила. [16+]
02.00 Улицы разбитых фонарей. [16+]

Русский роман

05.30 Отпечаток любви. [12+]
09.00 Васильки для Василисы. [12+]
11.00 Капля света. [16+]
14.30 Клубничный рай. [12+]
18.10 Отец поневоле. [12+]
19.40 Последняя жертва. [12+]
22.00 Сила Веры. [16+]
01.40 Я подарю тебе любовь. [12+]
03.10 Райский уголок. [12+]

Супер

05.00 Саша + Маша. [16+]
07.00 Ми-Ми-Мишки. М/с. [0+]
08.00 Фиксики. М/с. [0+]
09.00 Кто в доме хозяин? [12+]
11.00 Вне игры. [16+]
12.00 Молодожёны. [16+]
14.00 Деффчонки. [16+]
15.00 Вне игры. [16+]
16.00 Кто в доме хозяин? [12+]
18.00 Родители. [12+]
21.00 Деффчонки. [16+]
22.00 Вне игры. [16+]
23.00 Юная. [16+]
00.00 Вне игры. [16+]
01.00 Зайцев + 1. [16+]

Мульт

05.00, 10.00 Машины сказки.
05.30, 11.25, 15.00, 20.00, 00.25 Маша и Медведь.
06.00 Деревяшки.
06.30, 09.30 Бумажки.
07.00, 16.20, 21.00 Друзья на все времена.
07.30, 12.00, 17.00, 21.25, 02.25 Фиксики.
08.00, 12.25, 17.25, 22.00, 03.00 Лунтик и его друзья.
08.25, 18.00, 03.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00, 13.25, 18.25, 23.00, 04.00 Четверо в кубе.
09.20, 18.55 Три котёнка.
10.25 Деревяшки.
11.00, 14.00, 19.00, 23.25, 04.30 Барбоскины.
13.00 Ангел Бэби.
13.50 Деревяшки.
14.30 Ми-Ми-Мишки.
15.20, 20.20, 00.55 Машкины страшилки.
15.25, 20.30 Смешарики.
16.00, 02.00 Бумажки.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
22.30 Волшебный фонарь.
23.55, 04.25 Дракоша Тоша.
00.00 Сказка на ночь.
01.30 10 друзей кролика.
01.55 Везуха!

Советы специалиста. Как бороться с гиподинамией

Движение необходимо

Движение может заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не заменит движения. К сожалению, в настоящее время гиподинамия — это один из самых распространённых факторов риска развития многих заболеваний.

ФОТО: ЛАРИСА БАКАНОВА, «ХАКАСИЯ»

Как избавиться от боли и недугов с помощью комплексов упражнений, рассказывает **заведующая республиканским Центром здоровья для взрослых Людмила Уткина**.

Каждый из нас имеет свои особенности в состоянии здоровья, и всех людей можно разделить на несколько групп.

Абсолютно здоровые люди. Эта группа составляет примерно пять процентов населения. У таких людей достаточно хорошие резервы для адаптации, они быстро приспосабливаются к изменяющимся условиям среды и могут заниматься различными видами спорта и физкультуры.

Больные люди, которым необходимо экстренное лечение. Как правило, это пациенты с обострениями хронических заболеваний, с различными острыми состояниями, травмами, нуждающиеся в госпитализации и круглосуточном наблюдении медицинских работников, оперативном лечении. Эта группа составляет ещё пять процентов населения. Для скорейшего выздоровления и восстановления утраченных функций в современных условиях лечебная физкультура для них начинается в госпитальном периоде, как говорится, в постели пациента под контролем специалиста.

Люди, находящиеся в процессе дезадаптации. К этой группе относится абсолютное большинство. Это люди, которые имеют какие-либо хронические заболевания, находящиеся вне обострения: гипертония, сахарный диабет, ишемическая болезнь сердца, артрозы, остеохондрозы и так далее. Сюда можно отнести людей с ограниченными возможностями здоровья и тех, у кого есть функциональные отклонения: вегетососудистая дистония, дискинезия желчевыводящих путей, нарушения сна и другое.

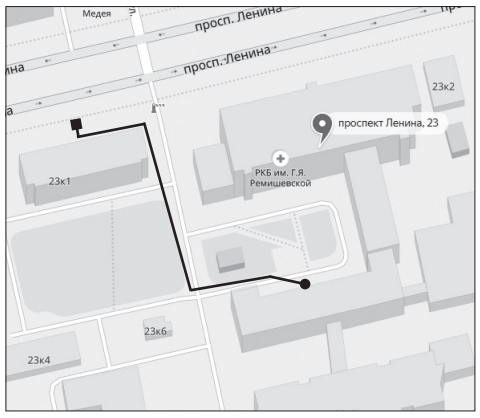
Если вы попали в эту группу, безусловно, занятия лечебной физкультурой для вас жизненно необходимы, и вот почему.

Правильно подобранные упражнения улучшат кровообращение больных органов, а значит, с притоком крови нормализуется их питание.

Если вы принимаете лекарства, то они будут лучше работать, как следствие, не потребуется увеличения дозировки, а в некоторых случаях возможно будет уменьшить количество препаратов или отказаться от них вовсе.

У гипертоников нормализуется артериальное давление. У больных сахарным диабетом снизится уровень глюкозы в крови. У страдающих ожирением вес придёт в норму и уменьшится нагрузка на суставы. Приверженцы лечебной физкультуры смогут прцавильно реагировать на стрессовые ситуации, у них нормализуется сон, улучшится настроение и качество жизни.

Людмила Уткина: «Специалисты Центра здоровья специально для вас разработают комплекс упражнений для хорошего самочувствия. Ждём всех желающих по адресу: Абакан, проспект Ленина, 23, старый хирургический корпус, 2-й этаж».



На пользу

Советы тем, кто всерьёз задумывается о лечебной физкультуре.

1. Обратитесь к специалисту, который разработает упражнения индивидуально для вас. Здесь важно оценить возможности организма и не сорвать результаты адаптации, то есть не навредить.
2. Дозируйте нагрузку, прислушиваясь к своим ощущениям. Здесь лучше недоделать, чем переделать. Начинайте занятия с лёгких упражнений и минимального времени. А по мере тренированности увеличивайте сложность каждого занятия и время его проведения.
3. Включайте в тренировку дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и отдых.
4. Занимайтесь систематически. Проводите тренировки не реже двух-трёх раз в неделю на протяжении длительного периода времени, а лучше всю жизнь.
5. Задействуйте все группы мышц. Для этого подберите разные упражнения и разные виды тренировок. Например, занятия в зале чередуйте с простыми прогулками, плаванием, бегом трусцой.
6. Помните о щадящем принципе больного органа. Например, чтобы уменьшить нагрузку на суставы, особенно при лишнем весе, занятия лучше проводить в воде. При грыжах позвоночника хорошо использовать тренажёры Бубновского, а при заболеваниях сердечно-сосудистой системы — скандинавскую ходьбу.
7. Любите себя и мир вокруг, культивируйте позитивные мысли, настраивайте свой мозг на хороший результат перед каждой тренировкой, и он не заставит себя ждать.

ПРОГРАММА ТЕЛЕВИДЕНИЯ **11 – 17 ИЮНЯ**

Четверг

14 ИЮНЯ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

СОВЕТУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ

9 рота [16+]

Афганистан. Отряд молодых бойцов под командованием опытного старшины должен держать оборону во время перехода колонны русских военных. Этот бой они не забудут никогда, ведь ради уничтожения 9 роты афганские боевики пойдут на любые жертвы.

► **Рен-ТВ, 20.00**

РТС

06.00 РТС. Утро Хакасии. [16+]
09.00 Мультимир. [6+]
09.20 РТС. Вопрос дня. [16+]
09.35 РТС. Под счастливой звездой. [16+]
10.00 РТС. Новости. [16+]
10.30 Основной элемент. 27-я серия. [16+]
10.55 Мультимир. [6+]
11.20 В лесах и на горах. 22-я серия. [12+]
12.05 Бездна. 6-я серия. [16+]
13.00 РТС. Новости. [16+]
13.10 Фокусник. [16+]
14.45 Шкаф. [16+]
15.10 Фактор эволюции. Еда. [16+]
16.00 РТС. Новости. [16+]
16.10 Амазонки. 6-я серия. [16+]
17.00 Катина любовь-2. 3-я серия. [16+]
17.40 В лесах и на горах. 23-я серия. [12+]
18.35 Бездна. 7-я серия. [16+]
19.30 РТС. Новости. [16+]
20.00 РТС. Вопрос дня. [16+]
20.15 РТС. Территория 02. [16+]
20.25 Ирина Скобцева. Мы уже никогда не растанемся. [16+]
21.20 Фокусник-2. [16+]

Фокусник Антон Горелов приезжает из Москвы на свадьбу дочери своего друга, подполковника милиции Андрея Смыслова. Во время свадебной церемонии киллер убивает Смыслова. За убийством стоит крупный бизнесмен, торговец антиквариатом Воронов. Он отомстил Смыслову за смерть сына, опасного преступника, убитого при задержании. Антон тоже решает отомстить. Он собирает друзей, с которыми уже однажды наказал богатого негодяя: пиротехника Борю, известную актрису Ирину, бывшего театрального агента Веру.

23.00 РТС. Новости. [16+]
23.30 Исторические хроники. 11-я серия. [16+]
00.15 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
00.45 В лесах и на горах. 22-я серия. [12+]
01.30 Бездна. 6-я серия. [16+]

Домашний

05.30 Джейми. Обед за 15 минут. [16+]
06.30, 07.30 6 кадров. [16+]
07.00 РТС. Новости. [16+]
07.35 По делам несовершеннолетних. [16+]
09.40 Давай разведёмся! [16+]
11.40 Тест на отцовство. [16+]
12.40 Понять. Простить. [16+]
14.15 Другая женщина. [16+]
18.00 Топ-шоп. [16+]
18.15 РТС. Под счастливой звездой. [16+]
18.30 РТС. Новости. [16+]
19.00 Всё равно ты будешь мой. [16+]
23.00 Глухарь. Продолжение. [16+]
00.00 РТС. Новости. [16+]
00.30 Глухарь. Продолжение. [16+]
01.30 Понять. Простить. [16+]
02.35 Тест на отцовство. [16+]
03.35 Я буду жить. [16+]

Первый

05.00 Доброе утро.
09.00 Новости.
09.15 Контрольная закупка. [12+]
09.50 Жить здорово! [16+]
10.55 Модный приговор. [12+]
12.00 Новости.
12.25 Время покажет. [16+]
16.00 Новости.
16.15 Время покажет. [16+]
19.00 Новости.
19.15 Время покажет. [16+]
21.00 Вечерние новости.
21.30 Чемпионат мира по футболу-2018. Матч открытия. Сборная России — сборная Саудовской Аравии. Прямой эфир из Москвы.
00.00 Пусть говорят. [16+]
01.00 Время.
01.35, 03.05 Второе зрение. [16+]
03.00 Новости.
03.35 Модный приговор. [12+]

Россия-К

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.15 Новости культуры.
06.35 Легенды мирового кино.
07.05 Пешком...
07.35, 20.05 Правила жизни.
08.10, 22.20 Следователь Тихонов.
09.00 Ехал грека... Путешествие по настоящей России.
09.40, 19.45 Главная роль.
10.15, 17.30 Наблюдатель.
11.10, 00.30 XX век.
12.10 12 стульев.
13.35 Евгения Ханаева. Под звуки нестареющего вальса.
14.15, 20.45 В вечном поиске Атлантиды.
15.10 Вагнер. Секретные материалы.
16.05 Моя любовь — Россия!
16.35 Сергей Маковецкий. В игре!..
18.25 Данте Алигьери.
18.35 Футбол нашего детства.
20.30 Спокойной ночи, малыши!..
21.40 Энигма.
23.35 Бетховен. Секретные материалы.
01.25 Кино нашего детства.
02.20 Властелины кольца. История создания синхрофазотрона.
02.45 Абулькасим Фирдоуси.

Пятый

05.00, 09.00 Известия.
05.10 Террористка Иванова. 1 — 4-я серии. [16+]
09.25 Спецназ. 1 — 3-я серии. [16+]
12.05 Спецназ-2. 1-я серия. [16+]
13.00, 22.00 Известия.
13.25 Спецназ-2. 2 — 4-я серии. [16+]
16.20 След. Порча. [16+]
17.05 След. Плохой хороший человек. [16+]
18.00 След. Ликвидация. [16+]
18.45 След. Ростовщик. [16+]
19.30 След. Смерть Козлевича. [16+]
20.25 След. Семейка А. [16+]
21.10 След. Арка смерти. [16+]
22.30 След. Курочка, несущая золотые яйца. [16+]
23.20 След. Лица со шрамами. [16+]
00.00 Известия. Итоговый выпуск.
00.30 Террористка Иванова. 5 — 8-я серии. [16+]

Россия-1

05.00, 09.15 Утро России.
05.07, 05.35, 06.07, 06.35 Хабарлар-Хакасия.
07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
09.00 Кёгле, чир-суум!
09.20 Чир-суум.
09.55 О самом главном. [12+]
11.00 Вести.
11.40 Вести-Хакасия.
12.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
13.00 60 минут. [12+]
14.00 Вести.
14.40 Вести-Сибирь.
15.00 Склифосовский. [12+]
17.00 Вести.
17.40 Хабарлар-Хакасия.
18.00 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]
19.00 60 минут. [12+]
20.00 Вести.
20.45 Вести-Хакасия.
21.00 Наследница поневоле. [12+]
23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
01.50 Версия. [12+]

Матч!

06.40 Позволено всё. [16+]
08.20 Бег — это свобода. [16+]
10.15 Вся правда про ... [12+]
10.30 Дорога в Россию. [12+]
11.00, 12.55, 15.35, 16.40, 19.00, 22.00, 23.50, 00.55 Новости.
11.05 Все на Матч!
13.00 Футбол. Чемпионат мира-2014. 1/2 финала. Германия — Бразилия.
15.05 Футбольное столетие. [12+]
15.40 Все на футбол! [12+]
16.10 Вэлкам ту Раша. [12+]
16.45 Все на Матч!
17.10 Сборная России. Live. [12+]
17.30 Все на Матч! ЧМ-2018 г.
18.20 19.05 День до... [12+]
20.10, 22.05, 23.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
01.00 Волейбол. Женщины. Лига наций. Россия — Япония.
03.00 Все на Матч! ЧМ-2018.
03.30 Чемпионат мира. Live. [12+]
03.50 Все на Матч!
04.10 Ребёнок. [16+]

Рен-ТВ

05.00 Территория заблуждений. [16+]
06.00 Документальный проект. [16+]
07.00 С бодрым утром! [16+]
08.30 Новости. [16+]
09.00 Военная тайна. [16+]
12.00 112. [16+]
12.30 Новости. [16+]
13.00 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
16.00 112. [16+]
16.30 Новости. [16+]
17.00 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
19.00 112. [16+]
19.30 Новости. [16+]
20.00 9 рота. [16+]
22.40 Смотреть всем! [16+]
23.00 Новости. [16+]
23.25 Загадки человечества. [16+]
00.30 Война. [16+]
02.45 Возвращение супермена. [16+]

СТС/ТВ-7

06.00 Смешарики. [0+]
06.35 Команда турбо. [0+]
07.00 Шоу мистера Пибоди и Шермана. [0+]
07.25 Три кота. [0+]
07.40 Том и Джерри. [0+]
08.30 Кухня. [12+]
09.00 Nota bene. [16+]
09.30 «Уральские пельмени». Любимое. [16+]
10.15 Властелин колец. Две крепости. [12+]
14.00 Nota bene. [16+]
14.30 Кухня. [16+]
19.00 Nota bene. [16+]
20.00 Кухня. [12+]
21.00 Мистер и мисс Смит. [16+]
23.25 Девочки не сдаются. [16+]
00.30 Nota bene. [16+]
01.00 Снупи и мелочь пузатая в кино. [0+]
02.35 Девочки не сдаются. [16+]
03.35 Это любовь. [16+]
05.05 Поехали. [16+]

Звезда

06.00 Сегодня утром.
08.00 Морской патруль. [16+]
09.00 Новости дня.
09.15 Морской патруль. [16+]
10.00 Военные новости.
10.05 Морской патруль. [16+]
13.00 Новости дня.
13.15 Морской патруль. [16+]
14.00 Военные новости.
14.05 Морской патруль. [16+]
17.25 Легенды спорта. [6+]
18.00 Новости дня.
18.40 Авианесущие корабли Советского Союза. [12+]
19.35 Легенды кино. [6+]
20.20 Специальный репортаж. [12+]
20.45 Код доступа. [12+]
21.35 Процесс. [12+]
23.00 Новости дня.
23.15 Д'Артаньян и три мушкетёра. [12+]
Музыкальный фильм, снятый по одному из самых знаменитых приключенческих романов Александра Дюма. Четверо друзей-мушкетёров спасают честь королевы Франции, вступают в единоборство с всесильным кардиналом Ришелье и коварной миледи, а главное — наслаждаются жизнью.
04.25 Я шагаю по Москве. [12+]

ТВ-3

06.00 Мультфильмы. [0+]
09.30, 10.00, 17.30, 18.00 Слепая. [12+]
10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Гадалка. [12+]
11.30, 12.30 Не ври мне. [12+]
13.30, 14.00, 14.30 Охотники за привидениями. [16+]
15.00 Мистические истории. [16+]
18.30, 19.30 Грач. [16+]
20.30, 21.15, 22.00 Кости. [12+]
23.00 Пирамида. [16+]
Группа американских археологов, путешествуя по Египту, обнаруживает трёхгранную пирамиду, похороненную глубоко в песке. Однако министерство приказывает немедленно прекратить исследования. Доктор Холден сворачивает лагерь, но его дочь Нора проникает внутрь пирамиды.
00.45 Пятая стража. Схватка. [16+]

ТНТ-Абакан

05.00 Где логика? [16+]
07.00 Сегодня в Абакане. [12+]
07.35 Абакан. Родом из 30-х. [12+]
08.00 ТНТ. Best. [16+]
09.00 Дом-2. Lite. [16+]
10.15 Дом-2. Остров любви. [16+]
11.30 Улица. [16+]
12.30 Реальные пацаны. [16+]
14.00 Сегодня в Абакане. [12+]
14.30 Реальные пацаны. [16+]
19.00 Сегодня в Абакане. [12+]
19.15 Гость on-line. [12+]
19.30 Реальные пацаны. [16+]
20.00 Физрук. [16+]
21.00 Сегодня в Абакане. [12+]
22.00 Шоу «Студия Союз». [16+]
23.00 Импровизация. [16+]
00.00 Дом-2. Город любви. [16+]
01.00 Дом-2. После заката. [16+]
02.00 Импровизация. [16+]
02.55 ТНТ-Club. [16+]
03.00 Импровизация. [16+]
04.00 Убийство первой степени. [16+]

ТВ-Центр

06.00 Настроение.
08.00 Максим Перепелица. [12+]
09.50 Не хочу жениться! [16+]
11.30 События.
11.50 Коломбо. [12+]
13.40 Мой герой. [12+]
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.00 Пуаро Агаты Кристи. [12+]
16.50 Естественный отбор. [12+]
17.35 Три в одном. [12+]
19.40 События.
20.00 Петровка, 38
20.20 Право голоса. [16+]
22.00 События.
22.30 10 самых... [16+]
23.05 Проклятые сокровища. [12+]
00.00 События.
00.35 Прощание. [12+]
01.25 Дворцовый переворот — 1964. [12+]
02.15 Коломбо. [12+]
04.05 Пуаро Агаты Кристи. [12+]

Мир

06.00 ОСА. [16+]
06.50, 08.05, 10.05, 13.15 Тихий Дон. [16+]
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости.
14.00 Дела семейные. Битва за будущее. [16+]
15.00 Дела семейные. Новые истории. [16+]
16.15 Игра в кино. [12+]
17.10, 18.05 Возвращение Мухтара-2. [16+]
19.20 Джамайка. [12+]
23.00, 00.10 Не торопи любовь. [16+]
01.15 Игра в кино. [12+]
02.10 От тюрьмы и от сумы. [16+]
04.05 Другой мир. [12+]
04.30 Дела семейные. Битва за будущее. [16+]

Че

05.00 Лига 8файт. [16+]
06.00 Закон и порядок. [16+]
07.00 Улётное видео. [16+]
07.30, 18.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
08.30 Дорожные войны. [16+]
11.00 Утилизатор. [16+]
12.00 Решала. [16+]
13.00 Пятницкий. Глава четвёртая. [16+]
16.00 Легенда Багера Ванса. [16+]
19.30 Дорожные войны. [16+]
20.30 Решала. [16+]
23.30 Дорожные войны. [16+]
00.00 Карточный домик. [18+]
04.00 100 великих. [16+]

НТВ

05.00 Подозреваются все. [16+]
05.35, 06.05 Дорожный патруль. [16+]
06.00 Сегодня.
06.30 Деловое утро НТВ. [12+]
08.30, 10.25 Возвращение Мухтара. [16+]
10.00 Сегодня.
11.00 Лесник. [16+]
13.00 Сегодня.
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 Место встречи. [16+]
16.00 Сегодня.
16.30 Место встречи. [16+]
17.20 ДНК. [16+]
18.15 Реакция.
19.00 Сегодня.
19.40 Морские дьяволы. Смерч. [16+]
23.30 Итоги дня.
00.00 Слуга всех господ. [16+]
01.15 Место встречи. [16+]
03.05 ППС. [16+]

Общественное телевидение России

05.00 Календарь. [12+]
05.45 ОТРажение. [12+]
09.05, 18.05, 01.05 Прав!Да? [12+]
10.00, 16.05, 03.40 Большая страна. Люди. [12+]
10.40 Активная среда. [12+]
10.50 Гамбургский счёт. [12+]
11.30 Тайны разведки. Японский треугольник. [12+]
12.00, 17.15 Календарь. [12+]
12.40, 20.15 Собственная гордость. Красота по-русски. [12+]
13.30 Гербы России. Священный град Можайск. [12+]
13.45, 16.45, 04.20 Активная среда. [12+]
14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости.
14.05, 15.05, 02.00 Бык и Шпиндель. [12+]
19.20 Гамбургский счёт. [12+]
21.00 ОТРажение. [12+]
04.30 Тайны разведки. Судьба разведчика. [12+]

История

05.30, 02.00 Аида Ведищева. Где-то на белом свете... [12+]
06.25, 03.00 Тайны истории. Мстители. [16+]
07.20, 03.55 Мода для народа. [12+]
08.20, 04.50 Рождение империи. Ост-Индская компания. Фильм второй. [12+]
09.20, 18.10 Государственник. [12+]
10.10 Китайская мечта. Путь возрождения. [12+]
11.20 Великая китайская стена. История в камне. [12+]
12.15 Три секунды. [12+]
13.15 Сокровища Древнего Египта. Золотой век. [12+]
14.20 Маршал Конев. Иван в Европе. [16+]
15.15 Тайны замков самураев. [12+]
16.20 Китайский поход Манергейма. В поисках тайного смысла. [12+]
17.15 Тайны истории. Казни. [16+]
19.05 Рождение империи. Ост-Индская компания. Фильм первый. [12+]
20.05 Покушение на Данаю. [12+]
21.00 Несбывшаяся мечта Леонардо. [12+]
22.00 Диктор Советского Союза. [12+]
23.00 Сокровища Древнего Египта. Новый расцвет. [12+]
00.05 Кулебякой по диктатору. Гастрономическая ностальгия. [12+]
01.00 Павлопетри. Город под водой. [12+]

Нина ИНЬШИНА

Русский иллюзион

05.05 Мафия. Игра на выживание. [16+]
06.35 Кромовъ. [16+]
08.25 Русский бунт. [16+]
10.30 Наружное наблюдение. 6-я серия. [16+]
11.20 Любить по-русски. [16+]
13.00 Любить по-русски-3. [16+]
14.45 Наружное наблюдение. 7-я серия. [16+]
15.35 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
17.25 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
19.10 Любить по-русски-2. [16+]
20.50 Над городом. [16+]
22.15 Ближе, чем кажется. [12+]
23.55 Наружное наблюдение. 8-я серия. [16+]
00.50 Марс. [16+]
02.35 Братья Ч. [16+]
04.20 Рита. [16+]

TV 1000 Русское кино

06.35 Иван Царевич и Серый Волк-3. [12+]
08.20 Лучшее лето нашей жизни. [16+]
10.20 Займёмся любовью. [12+]
12.05 Вий. [12+]
14.35 Клад. [6+]
16.30 Волга-Волга. [0+]
18.35 Огни большой деревни. [12+]
20.20 Лучшее лето нашей жизни. [16+]
22.30 М+Ж. [16+]
00.20 Мой папа — Барышников. [12+]
02.10 Жить. [16+]
04.35 Монтана. [16+]

TV 1000

06.55 Королевство полной луны. [12+]
08.30 Муза. [16+]
10.10 Крупная рыба. [12+]
12.35 Семь лет в Тибете. [16+]
15.10 Там, где сердце. [16+]
17.30 Муза. [16+]
19.25 Двое во вселенной. [16+]
21.45 Крупная рыба. [12+]
00.10 Паранорман, или Как приручить зомби. [6+]
02.05 Такси-4. [12+]
03.50 Народ против Ларри Флинта. [18+]

TV 1000 Action

05.35 Козырные тузы. [18+]
07.30 Срочная доставка. [16+]
09.10 Пророк. [12+]
11.10 Проповедник с пулемётом. [16+]
13.25 Молодой мастер. [12+]
15.25 Ватиканские записи. [16+]
17.10 Козырные тузы. [18+]
19.10 Срочная доставка. [16+]
21.10 Пророк. [12+]
23.10 Молодая кровь. [18+]
01.10 Крутые стволы. [16+]
03.25 Забытое. [16+]

Иллюзион+

05.30 Призрак оперы. [16+]
07.45 Братья Блум. [16+]
09.40 Слепота. [16+]
11.40 Инструкции не прилагаются. [12+]
13.40 Обитель проклятых. [16+]
15.30 Братья Блум. [16+]
17.25 Она. [16+]
19.30 Интерактивная викторина. [16+]
21.00 Слепота. [16+]
22.55 Детородные. [16+]
00.30 Спросите Синди. [16+]
02.05 Плохой лейтенант. [16+]
04.10 Сломанные цветы. [16+]

Дом кино

05.35 Приказано взять живым. [12+]
07.05 Мама, не горюй-2. [16+]
08.50 Моя улица. [0+]
10.05 К Чёрному морю. [12+]
11.20 Доброе утро.
13.00 Таксистка. [12+]
15.10 Белое солнце пустыни. [12+]
16.45 Дело было в Пенькове. [12+]
18.35 Максим Перепелица. [12+]
20.20 В бой идут одни «старики». [12+]
22.00 Убойная сила. [16+]
02.00 Улицы разбитых фонарей. [16+]

Русский роман

05.30 Васильки для Василисы. [12+]
07.30 Капля света. [16+]
11.00 Клубничный рай. [12+]
14.30 Отец поневоле. [12+]
16.00 Последняя жертва. [12+]
18.10 Сила Веры. [16+]
22.00 Я подарю тебе любовь. [12+]
23.30 Райский уголок. [12+]
01.40 Надежда. [12+]

Супер

05.00 Саша + Маша. [16+]
07.00 Ми-Ми-Мишки. М/с. [0+]
08.00 Фиксики. М/с. [0+]
09.00 Кто в доме хозяин? [12+]
12.00 Вне игры. [16+]
18.00 Родители. [12+]
21.00 Деффчонки. [16+]
23.00 Юная. [16+]
00.00 Зайцев + 1. [16+]

Мульт

05.00, 10.00 Машины сказки.
05.35, 11.25, 15.00 Маша и Медведь.
06.00, 10.25 Деревяшки.
06.30, 09.30 Бумажки.
07.00, 16.30, 21.00 Друзья на все времена.
07.25, 12.00, 17.00, 21.25, 02.25 Фиксики.
08.00 Лунтик и его друзья.
08.30, 18.00, 03.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00, 13.25, 18.25, 23.00, 04.00 Четверо в кубе.
09.20 Три котёнка.
11.00, 14.00, 19.00, 23.25, 04.30 Барбоскины.
12.25 Лунтик и его друзья.
13.00 Ангел Бэби.
13.55, 18.50 Три котёнка.
14.30 Ми-Ми-Мишки.
15.25 Машкины страшилки.
15.30, 20.25 Смешарики.
16.00, 02.00 Бумажки.
17.25 Лунтик и его друзья.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
19.55 Дракоша Тоша.
20.00 Маша и Медведь.
20.20 Машкины страшилки.
22.00 Лунтик и его друзья.
22.25 Волшебный фонарь.
23.55, 04.25 Деревяшки.
00.00 Сказка на ночь.
00.30 Маша и Медведь.
00.55 Машкины страшилки.
01.30 10 друзей кролика.
01.55 Везуха!
03.00 Лунтик и его друзья.

Огородникам

Всем капустам капуста

ФОТО ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ

Некоторые виды капусты не любят пересадки, их лучше сажать прямо в грунт, исключая рассадный период. К таким привередам относится пекинка. Хотя и брокколи тоже удобнее сажать сразу в лунки.

Если вы не гонитесь за ранними урожаями, то посейте семена брокколи сразу на постоянное место. Для этого нужно сделать лунки размером 50 х 50 сантиметров и заделать семена на глубину 1 — 2 сантиметра. Наряду с прополками и рыхлением брокколи очень любит поливы, причём обильные, чтобы почва промокала на глубину 40 — 45 сантиметров.

Эта капуста хорошо отзывается на подкормки. Для первой подкормки хорошо использовать настой навозной жижи. Если его нет, то приготовьте травяной настой. Или можно настоять перегной с добавлением мочевины и суперфосфата. Вторую подкормку дают, когда начинают формироваться головки. Использовать можно те же удобрения.

Когда головки дорастают до 10 сантиметров в диаметре, можно убирать урожай. Не ждите, чтобы брокколи росла бесконечно, соплодия начинают выбрасывать цветоносы, и головка превращается в метёлку цветов, которые уже не годятся в пищу. Зато если срезать брокколи вовремя, на боковых побегах образуются ещё головки. Небольшие, но не менее вкусные.

Лучший патиссон — маленький

Чтобы получить хороший урожай патиссонов, их нужно посадить там, где больше солнца, а предшественниками были бобовые, картофель или капуста.

При посадке в лунки нужно добавить горсть золы. Она не только удобрит почву, но и отпугнёт многих вредителей.

Патиссоны, так же, как и кабачки, требуют частых поливов, причём тёплой водой. Но поливать их нужно так, чтобы вода не попадала на цветки. В противном случае завязь может загнить.

Когда кусты разрастутся, лишние листья удаляют, иначе они будут заслонять от солнца плоды и корни, и растение станет хуже развиваться, а корни могут подгнивать. Наливающиеся патиссончики лучше положить на дощечки, чтобы они не соприкасались с землёй.

Срезают патиссоны в возрасте пяти-шести дней, пока не загрубела кожица и не разрослись семена. Готовят этот овощ, как кабачок, маринуют, добавляют в овощные ассорти при консервации.

ФОТО ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ

На заметку

Пятна на листьях

В начале лета на груше появились небольшие оранжевые пятна, вокруг которых образовались «выпуклости».

С подобным явлением сталкиваться уже приходилось, только на чёрной смородине. Это распространённое грибковое заболевание — ржавчина. Основной цикл его проходит на можжевельниках, сосне, кедре. А весенние ветры и дожди разносят споры по всей округе. Кроме груши и смородины ржавчина поражает сливу и яблоню. Против ржавчины известен только один способ — химические обработки бордоской жидкостью, раствором медного купороса и другими медьсодержащими препаратами. Опавшие листья с признаками заболевания необходимо собрать и сжечь. Целесообразно обработать также хвойные деревья, можжевельник, если они растут на участке или у соседей, так как именно эти растения являются источниками заболевания.
Кстати, плоды и ягоды на заболевших растениях могут и не пропасть, но качество их и вкус будут плохими.

Полезно знать

Чтобы малина была крупнее

Для успешного развития малины необходимы три фактора: хорошее освещение, полив, две-три подкормки за сезон.

Проводя обрезку ягодников в начале сезона, не забывайте обрезать верхушки стеблей, благодаря этому малина будет куститься, а значит, урожай увеличится.
Растению не помешают лёгкое рыхление и подкормка. Весной и летом обычно вносят комплексное удобрение, а осенью мульчируют перегноем — слоем не менее семи сантиметров.
В зависимости от погоды малину регулярно поливают. Обильный полив необходим как минимум один раз в месяц, причём весь вегетативный сезон.

Пятница

15 ИЮНЯ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

СОВЕТУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ

За холмами [18+]

Основанная на реальных событиях история рассказывает об абсурдном и трагическом случае экзорцизма в православном монастыре в Восточной Европе.

► **Россия-К, 00.15**

РТС

06.00 РТС. Утро Хакасии. [16+]
09.00 Мультимир. [6+]
09.20 РТС. Вопрос дня. [16+]
09.35 Сад и огород. [16+]
10.00 РТС. Новости. [16+]
10.30 РТС. Территория 02. [16+]
10.40 В мире животных. [12+]
11.10 Мультимир. [6+]
11.20 В лесах и на горах. 23-я серия. [12+]
12.05 Бездна. 7-я серия. [16+]
13.00 РТС. Новости. [16+]
13.10 Фокусник-2. [16+]
14.50 Исторические хроники. 11-я серия. [16+]
15.30 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
16.00 РТС. Новости. [16+]
16.10 Амазонки. 7-я серия. [16+]
17.00 Катина любовь-2. 4-я серия. [16+]
17.40 В лесах и на горах. 24-я серия. [12+]
18.35 Бездна. 8-я серия. [16+]
19.30 РТС. Новости. [16+]
20.00 РТС. Вопрос дня. [16+]
20.25 Исторические хроники. 12-я серия. [16+]
21.00 «Барса»: больше, чем клуб. [12+]

«Барса»: больше, чем клуб» — фильм-путешествие по закоулкам души одного из самых титулованных футбольных клубов и его легенд, рассказ о том, как «Барселона» стала командой, вызывающей восхищение у всего мира. Лента рассказывает о самых знаменитых игроках и тренерах клуба, многие из которых лично приняли участие в съёмках.

23.00 РТС. Новости. [16+]
23.30 Праздники. Ураза Байрам. Радость обновления. [16+]
00.15 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
00.45 Амазонки. 6-я серия. [16+]
01.30 Катина любовь-2. 3-я серия. [16+]

Домашний

05.30 Джейми. Обед за 15 минут. [16+]
06.30 6 кадров. [16+]
07.00 РТС. Новости. [16+]
07.30 По делам несовершеннолетних. [16+]
09.30 Давай разведёмся! [16+]
11.25 Тест на отцовство. [16+]
12.25 Понять. Простить. [16+]
14.00 Всё равно ты будешь мой. [16+]
18.00 Топ-шоп. [16+]
18.15 РТС. Территория 02. [16+]
18.30 РТС. Новости. [16+]
19.00 Список желаний. [16+]
22.55 Глухарь. Продолжение. [16+]
23.55 6 кадров. [16+]
00.00 РТС. Новости. [16+]
00.30 Как выйти замуж за миллионера-2. [16+]
04.10 Понять. Простить. [16+]

Первый

05.00 Доброе утро.
09.00 Новости.
09.05 Контрольная закупка. [12+]
09.55 Жить здорово! [16+]
10.55 Модный приговор. [12+]
12.00 Новости.
12.15 Время покажет. [16+]
15.00 Новости.
15.15 Давай поженимся! [16+]
16.10 Мужское / Женское. [16+]
18.00 Вечерние новости.
18.55 Человек и закон. [16+]
20.05 Поле чудес. [12+]
21.00 Время.
21.35 Собибор. [16+]
23.45 Вечерний Ургант. [16+]
00.40 Чемпионат мира по футболу-2018. Сборная Португалии — сборная Испании. Прямой эфир из Сочи.
03.00 Городские пижоны. [16+]
05.05 Контрольная закупка. [12+]

Россия-К

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.15 Новости культуры.
06.35 Легенды мирового кино.
07.05 Пешком...
07.35 Правила жизни.
08.10 Следователь Тихонов.
09.00 Ехал грека... Путешествие по настоящей России.
09.40 Главная роль.
10.15 Игорь Ильинский. Жизнь артиста.
11.05 XX век.
12.05 12 стульев.
13.25 Энигма.
14.05 В вечном поиске Атлантиды.
15.10 Бетховен. Секретные материалы.
16.05 Письма из провинции.
16.35 Царская ложа.
17.15 Больше, чем любовь.
17.55 Поздний ребёнок.
19.00 Смехоностальгия.
19.45 Искатели.
20.30 Тайна гробницы Чингисхана.
21.25 Линия жизни.
22.20 Следователь Тихонов.
23.35 Кинескоп.
00.15 За холмами. [18+]

Пятый

05.00, 09.00 Известия.
05.10 Террористка Иванова. 5 — 8-я серии. [16+]
09.25 Белая стрела. [16+]
11.10 Господа офицеры. 1-я и 2-я серии. [16+]
13.00 Известия.
13.25 Господа офицеры. 3 — 8-я серии. [16+]
18.40 След. Отец. [16+]
19.30 След. Друг, которого не было. [16+]
20.20 След. Книга смерти. [16+]
21.10 След. Золотое дело. [16+]
22.00 След. Закладки. [16+]
22.50 След. Чужие грехи. [16+]
23.40 След. Смертельная доза. [16+]
00.30 След. Ростовщик. [16+]
01.20 Детективы. [16+]

Россия-1

05.00 Утро России.
05.07, 05.35, 06.07, 06.35 Хабарлар-Хакасия.
07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
09.00 О самом главном. [12+]
10.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
11.00 Вести.
11.40 Вести-Хакасия.
11.55 60 минут. [12+]
13.00 Праздник Ураза-Байрам. Прямая трансляция из Московской Соборной мечети.
14.00 Вести.
14.40 Вести-Сибирь.
15.00 Склифосовский. [12+]
17.00 Вести.
17.40 Хабарлар-Хакасия.
18.00 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]
19.00 60 минут. [12+]
20.00 Вести.
20.45 Вести-Хакасия.
21.00 Наследница поневоле. [12+]
23.45 Домработница. [12+]

Матч!

06.00 Смешанные единоборства. UFC. [16+]
08.00 Смешанные единоборства. Итоги мая. [16+]
08.45 Бобби. [16+]
10.30 Дорога в Россию. [12+]
11.00, 12.55, 15.40, 17.20 Новости.
11.05 Все на Матч!
13.00 Футбол. Чемпионат мира-2018. Россия — Саудовская Аравия.
15.20 Россия — Саудовская Аравия. Live. [12+]
15.50 Все на Матч!
16.40 День до... [12+]
17.30 Лица ЧМ-2018. [12+]
17.35 Египет vs Уругвай. [12+]
18.00 Все на Матч! ЧМ-2018.
18.45 Футбол. Чемпионат мира-2018. Египет — Уругвай.
20.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
21.45 Футбол. Чемпионат мира-2018. Марокко — Иран.
23.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
01.00 Новости.
01.05 Все на Матч! ЧМ-2018.
02.50 Новости.
02.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
03.45 Чемпионат мира. Live. [12+]
04.05 Все на Матч!
04.25 Волейбол. Лига наций. Мужчины. Россия — Аргентина.

Рен-ТВ

05.00 Документальный проект. [16+]
07.00 С бодрым утром! [16+]
08.30 Новости. [16+]
09.00 Территория заблуждений. [16+]
11.00 Документальный проект. [16+]
12.00 112. [16+]
12.30 Новости. [16+]
13.00 Загадки человечества. [16+]
14.00 Засекреченные списки. [16+]
16.00 112. [16+]
16.30 Новости. [16+]
17.00 Тайны Чапман. [16+]
18.00, 03.15 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
19.00 112. [16+]
19.30 Новости. [16+]
20.00 Неудачники. [16+]
21.00 Третья экономическая война. Кому достанется мир? [16+]
23.00 Закон ночи. [18+]
01.15 Охотники на гангстеров. [16+]
04.15 Территория заблуждений. [16+]

СТС/ТВ-7

06.00 Смешарики. [0+]
06.35 Команда турбо. [0+]
07.00 Шоу мистера Пибоди и Шермана. [0+]
07.25 Три кота. [0+]
07.40 Том и Джерри. [0+]
08.30 Кухня. [12+]
09.00 Nota bene. [16+]
09.30 «Уральские пельмени». Любимое. [16+]
09.45 Война невест. [16+]
11.35 Мистер и миссис Смит. [16+]
14.00 Nota bene. [16+]
14.30 Кухня. [12+]
18.00, 20.00 Шоу «Уральских пельменей». [16+]
19.00 Nota bene. [16+]
20.30 Шоу «Уральских пельменей». Азбука «Уральских пельменей». «В». [16+]
22.00 Шоу выходного дня. [16+]
00.00 Костолом. [16+]
02.00 Взрослые дети развода. [16+]
03.40 Вот это любовь! [16+]
05.30 Ералаш. [0+]

Звезда

06.00 Чаклун и Румба. [16+]
08.00 Морской патруль. [16+]
09.00 Новости дня.
09.15 Морской патруль. [16+]
10.00 Военные новости.
10.05 Морской патруль. [16+]
13.00 Новости дня.
13.15, 14.05 На безымянной высоте. [12+]
14.00 Военные новости.
17.35 Москва фронту. [12+]
18.00 Новости дня.
18.40 Покровские ворота. [12+]
21.25 Берегите женщин. [12+]
23.00 Новости дня.
23.15 Берегите женщин. [12+]
00.15 Одиннадцать надежд. [6+]
Главный герой фильма, футбольный тренер Василий Воронцов, готовит сборную команду страны к участию в отборочном матче на чемпионат мира. Он выбирает одиннадцать лучших игроков, которым предстоит провести решающий матч с испанской командой.
02.15 Достояние республики. [12+]
05.20 Новые похождения Кота в сапогах. [12+]

ТВ-3

06.00 Мультфильмы. [0+]
09.30, 10.00, 17.30 Слепая. [12+]
10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Гадалка. [12+]
11.30, 12.30 Не ври мне. [12+]
13.30, 14.00, 14.30 Охотники за привидениями. [16+]
15.00 Мистические истории. [16+]
18.00 Дневник экстрасенса. [16+]
19.00 Человек-невидимка. [12+]
20.00 Астрал. [16+]
Молодые супруги Ламберт с детьми переезжают в новый дом. Сразу же они замечают, что в новом жилище происходят странные вещи: предметы перемещаются сами собой, из детской слышатся непонятные звуки... Ужас охватывает родителей, когда их десятилетний сын впадает в кому и ни один врач не может ему помочь.
22.00 Адвокат дьявола. [16+]
00.45 Универсальный солдат. Возрождение. [16+]
02.45 Тайные знаки. [12+]

ТНТ-Абакан

05.00 Где логика? [16+]
07.00 Сегодня в Абакане. [12+]
08.00 ТНТ. Best. [16+]
09.00 Дом-2. Lite. [16+]
10.15 Дом-2. Остров любви. [16+]
11.30 Улица. [16+]
12.30 Реальные пацаны. [16+]
14.00 Сегодня в Абакане. [12+]
14.30 Реальные пацаны. [16+]
19.00 Сегодня в Абакане. [12+]
19.15 Молодёжная программа. [16+]
19.30 Реальные пацаны. [16+]
20.00 Comedy Woman. [16+]
21.00 Сегодня в Абакане. [12+]
21.35 СпортОбзор. [6+]
22.00 Comedy Баттл. [16+]
00.00 Дом-2. Город любви. [16+]
01.00 Дом-2. После заката. [16+]
02.00 Такое кино! [16+]
02.35 Любовь с уведомлением. [16+]
04.35 Импровизация. [16+]

ТВ-Центр

06.00 Настроение.
08.00 Запасной игрок. [12+]
09.35 Алмазный эндшпиль. [12+]
11.30 События.
11.50 Алмазный эндшпиль. [12+]
13.40 Мой герой. [12+]
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.05 10 самых... [16+]
15.40 Чёрный принц. [12+]
17.35 Три в одном. [12+]
19.30 В центре событий.
20.40 Красный проект. [16+]
22.00 События.
22.30 Жена. История любви. [16+]
00.05 Марина Голуб. Я не уйду. [12+]
00.55 Любить нельзя забыть. [16+]
02.45 Петровка, 38.
03.00 Глубокое синее море. [16+]
04.55 Блеск и нищета советских манекенщиц. [12+]

Мир

05.30 ОСА. [16+]
06.10, 08.05, 10.05, 13.15 Джамайка. [12+]
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
14.00 Дела семейные. Битва за будущее. [16+]
15.00 Дела семейные. Новые истории. [16+]
16.15 Игра в кино. [12+]
17.10 Бомжиха. [16+]
19.20 Бомжиха-2. [16+]
21.15 Не торопи любовь. [16+]
23.20 Тот самый Мюнхгаузен. [0+]
01.55 Держись, шоубиз! [16+]
02.25 Достучаться до звезды. [12+]
03.00 Наше кино. История большой любви. [12+]
03.30 Сердца четырёх. [12+]

Че

05.00 Лига 8файт. [16+]
06.00 Закон и порядок. [16+]
07.00 Улётное видео. [16+]
07.30, 18.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
08.30 Дорожные войны. [16+]
11.00 Утилизатор. [16+]
12.00 Решала. [16+]
13.00 Пятницкий. Глава четвёртая. [16+]
16.00 Шесть дней, семь ночей. [16+]
18.00 Дорожные войны. [16+]
18.25 Автоспорт. [16+]
19.30 Горячие головы. [12+]
21.15 Горячие головы-2. [12+]
23.00 В поисках галактики. [12+]
01.00 Кровавая работа. [16+]
03.00 100 великих. [16+]
05.00 Лига 8файт. [16+]

НТВ

05.00 Подозреваются все. [16+]
05.35, 06.05 Дорожный патруль. [16+]
06.00 Сегодня.
06.30 Деловое утро НТВ. [12+]
08.30, 10.25 Возвращение Мухтара. [16+]
10.00 Сегодня.
11.00 Лесник. [16+]
13.00 Сегодня.
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 Место встречи. [16+]
16.00 Сегодня.
16.30 Место встречи. [16+]
17.20 ДНК. [16+]
18.15 ЧП. Расследование. [16+]
19.00 Сегодня.
19.40 Морские дьяволы. Смерч. [16+]
23.35 Захар Прилепин. Уроки русского. [12+]
00.05 Мы и наука. Наука и мы. [12+]
01.05 Место встречи. [16+]
03.05 ППС. [16+]

Общественное телевидение России

05.00 Календарь. [12+]
05.45 ОТРажение. [12+]
09.05, 18.05, 01.05 За дело! [12+]
10.00, 16.05, 03.30 Большая страна. Открытие. [12+]
10.40 Активная среда. [12+]
10.50, 19.20 Вспомнить всё. [12+]
11.30 Тайны разведки. Судьба разведчика. [12+]
12.00, 17.15 Календарь. [12+]
12.40, 19.45 Неоконченная история заселения Сибири. [12+]
13.30 Гербы России. Герб Кронштадта. [12+]
13.45, 16.45, 20.50 Активная среда. [12+]
14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости.
14.05, 15.05, 02.00 Агент особого назначения-2. [12+]
20.35 Гербы России. Герб Кронштадта. [12+]
21.00 ОТРажение. [12+]
04.10 Макаров. [12+]

История

05.55, 01.25 Китайская мечта. Путь возрождения. [12+]
07.00, 02.30 Великая китайская стена. История в камне. [12+]
08.00, 03.30 Три секунды. [12+]
08.55, 04.25 Сокровища Древнего Египта. Золотой век. [12+]
10.00 Маршал Конев. Иван в Европе. [16+]
10.55 Тайны замков самураев. [12+]
12.00 Китайский поход Маннергейма. В поисках тайного смысла. [12+]
12.55 Тайны истории. Казни. [16+]
13.50 Государственник. [12+]
14.45 Рождение империи. Ост-Индская компания. Фильм первый. [12+]
15.50 Покушение на Данаю. [12+]
16.45 Несбывшаяся мечта Леонардо. [12+]
17.50 Диктор Советского Союза. [12+]
18.45 Сокровища Древнего Египта. Новый расцвет. [12+]
19.45 Кулебякой по диктатору. Гастрономическая ностальгия. [12+]
20.40 Павлопетри. Город под водой. [12+]
21.45 Аида Ведищева. Где-то на белом свете... [12+]
22.40 Тайны истории. Мстители. [16+]
23.35 Мода для народа. [12+]
00.25 Рождение империи. Ост-Индская компания. Фильм второй. [12+]

Подготовила
Вера ДОРОШЕВА

Русский иллюзион

05.50 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
07.30 Любить по-русски-2. [16+]
09.10 Над городом. [16+]
10.40 Наружное наблюдение. 7-я серия. [16+]
11.30 Ближе, чем кажется. [12+]
13.10 Кромовъ. [16+]
15.20 Наружное наблюдение. 8-я серия. [16+]
16.10 Русский бунт. [16+]
18.25 Любить по-русски-3. [16+]
20.15 Марс. [16+]
22.00 Братья Ч. [16+]
23.55 Наружное наблюдение. 9-я серия. [16+]
00.50 Питер. Лето. Любовь. [12+]
02.15 30 свиданий. [16+]
03.50 Рита. [16+]

TV 1000 Русское кино

06.25 Дом Солнца. [16+]
08.20 Лучшее лето нашей жизни. [16+]
10.20 Жить. [16+]
12.45 Мой папа — Барышников. [12+]
14.35 Монтана. [16+]
16.25 Княжна Мери. [6+]
18.25 Дом Солнца. [16+]
20.20 Срок давности. [16+]
22.10 Ангелы революции. [16+]
00.20 Одноклассники.ru. НаCLICKай удачу. [12+]
02.20 Час пик. [16+]
04.30 Сатисфакция. [18+]

TV 1000

06.15 Охотники за привидениями. [12+]
08.05 Иллюзия обмана. [12+]
10.10 Стальные магнолии. [12+]
12.30 Двое во вселенной. [16+]
14.55 Паранорман, или Как приручить зомби. [6+]
16.50 Гостья. [12+]
19.15 Семьянин. [12+]
21.45 Стальные магнолии. [12+]
00.10 Идеальные незнакомцы. [16+]
02.05 Одиннадцать друзей Оушена. [16+]
04.20 Ключ от всех дверей. [16+]

TV 1000 Action

05.25 Апокалипсис сегодня возвращается. [18+]
09.10 Неудержимые. [18+]
11.10 Крутые стволы. [16+]
13.20 Молодая кровь. [18+]
15.25 Забытое. [16+]
17.15 Апокалипсис сегодня возвращается. [18+]
21.00 Гордость и предубеждение, и зомби. [16+]
23.05 Паркер. [16+]
01.10 Патруль времени. [16+]
03.10 Рэмбо. Первая кровь-2. [16+]

Иллюзион+

06.00 Братья Блум. [16+]
07.55 Слепота. [16+]
09.55 Голливудский финал. [16+]
11.50 Плохой лейтенант. [16+]
13.50 Инструкции не прилагаются. [12+]
15.50 Обитель проклятых. [16+]
17.40 Голливудский финал. [16+]
19.30 Интерактивная викторина. [16+]
21.10 Спросите Синди. [16+]
22.40 Тупой и ещё тупее-2. [16+]
00.30 Поездка. [16+]
02.00 Проклятие нефритового скорпиона. [16+]
03.40 Красота по-английски. [18+]

Дом кино

05.35 Неуловимые мстители. [6+]
06.55 Инспектор уголовного розыска. [12+]
08.25 Ты и я. [12+]
10.05 Тридцать три. [12+]
11.20 Одиноким предоставляется общежитие. [12+]
13.00 Таксистка. [12+]
14.50 Дорогой мой человек. [12+]
16.55 Неуловимые мстители. [6+]
18.20 Новые приключения неуловимых. [6+]
19.50 Марш-бросок. [16+]
22.00 Убойная сила. [16+]
02.00 Улицы разбитых фонарей. [16+]

Русский роман

05.30 Капля света. [16+]
09.00 Клубничный рай. [12+]
12.30 Отец поневоле. [12+]
14.30 Сила Веры. [16+]
18.10 Я подарю тебе любовь. [12+]
19.40 Райский уголок. [12+]
22.00 Надежда. [12+]
01.40 Война и мир супругов Торбеевых. [12+]
03.20 Крепкий брак. [12+]

Супер

05.00 Саша + Маша. [16+]
07.00 Ми-Ми-Мишки. М/с. [0+]
08.00 Фиксики. М/с. [0+]
09.00 Кто в доме хозяин? [12+]
12.00 Молодожёны. [16+]
14.00 Деффчонки. [16+]
15.00 Кто в доме хозяин? [12+]
18.00 Родители. [12+]
20.30 Король сафари. М/ф. [0+]
22.00 Клод в помощь. [16+]
00.00 Зайцев + 1. [16+]

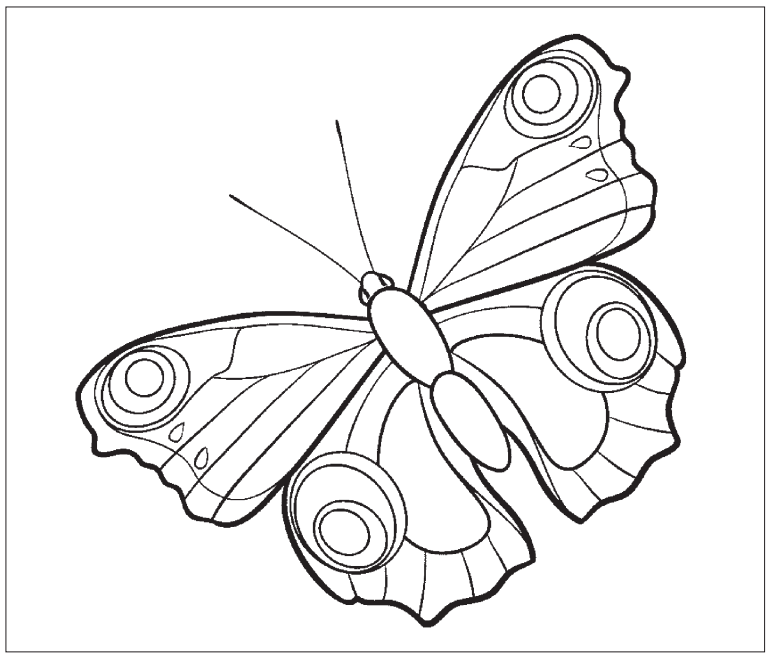
Мульт

05.00 Машины сказки.
05.25 Маша и Медведь.
05.50 Машкины страшилки.
06.00 Деревяшки.
06.30 Бумажки.
07.00 Друзья на все времена.
07.25 Фиксики.
08.00 Лунтик и его друзья.
08.25 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00 Четверо в кубе.
09.20 Дракоша Тоша.
09.30 Бумажки.
10.00 Машины сказки.
10.35 Деревяшки.
11.00 Барбоскины.
11.25 Маша и Медведь.
12.00 Фиксики.
12.25 Лунтик и его друзья.
13.00 Ангел Бэби.
13.25 Четверо в кубе.
13.55 Три котёнка.
14.00 Барбоскины.
14.30 Ми-Ми-Мишки.
15.00 Маша и Медведь.
15.25 Машкины страшилки.
15.30 Смешарики.
16.00, 02.00 Бумажки.
16.30 Друзья на все времена.
17.00, 21.40, 02.25 Фиксики.
17.25, 22.00, 03.00 Лунтик и его друзья.
18.00, 03.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
18.25, 23.00, 04.00 Четверо в кубе.
18.55, 04.25 Три котёнка.
19.00, 23.25, 04.30 Барбоскины.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
19.55 Деревяшки.
20.00, 00.25 Маша и Медведь.
20.20, 00.55 Машкины страшилки.
20.25 Смешарики.
21.00 Друзья на все времена.
22.25 Волшебный фонарь.
00.00 Сказка на ночь.
01.30 10 друзей кролика.
01.55 Везуха!

Мир вокруг нас

Живые цветы

Наконец наступили по-настоящему тёплые деньки. На деревьях и полянках распускаются цветы, а на них, трепеща крылышками, «распускаются» бабочки.



Раскрась бабочку павлиний глаз.

Эти прекрасные создания всегда радуют нас своей хрупкой, но яркой красотой. Но какие же бабочки живут в Хакасии? По данным заповедника «Хакасский», на его территории обитают 39 видов бабочек и мотыльков.

Многие из них знакомы и нам. Например, рыженькие крапивницы. Как нетрудно догадаться, названы они так потому, что гусеницы её любят полакомиться крапивой, даже самой жгучей, но не отказываются и от хмеля, конопли.

Эти бабочки, кстати, вполне успешно зимуют: в дуплах и под корой деревьев, в подвалах и на чердаках домов, даже балконах. И как только пригреет солнышко, вылетают на разведку. Первых крапивниц можно встретить уже в апреле!

Любопытно, что крапивница может различать красный цвет — не все бабочки на такое способны. А ещё она настоящая звезда в мире почтовых марок — её изображение на радость филателистам выпускали в десятках стран. Ещё бы: кирпично-красные крылья и сами по себе красивы, а уж вкупе с контрастными чёрными полосами и лёгкими голубыми штрихами по краю крылышек привлекают особенное внимание.

Зато их менее яркие товарки — боярышницы и капустницы — встречаются в природе чаще. Вот только радости от них намного меньше: гусеницы и той, и другой — вредители. Они, кстати, и внешне похожи: боярышницы — чисто белые с отчётливо видными на крыльях прожилками, а у капустниц верхние крылышки как будто в тушь окунули — черные уголки, да ещё пара тёмных капель.

Боярышница откладывает яйца на листья сливы, груши, яблони, абрикоса, боярышника и других деревьев и кустов. Вылупившиеся гусеницы объедают листья и делают из них себе гнёзда, в которых медленно растут и даже зимуют. Конечно, деревья от этого сильно страдают. Когда бабочка выходит из куколки, выступает капля красной жидкости, из-за чего люди даже думали, что в год, когда этих насекомых особенно много, идёт «кровавый дождь».

Конечно, это лишь суеверие, но бед от этих бабочек может быть немало, как и от их «подружек»-капустниц. Её гусеницы предпочитают репу, редьку, капусту и другие крестоцветные. Они, кстати, способны постоять за себя — выделения желёз гусеницы вызывают раздражение кожи у человека, а птица, полакомившаяся этими насекомыми, даже может погибнуть.

Но на оба вида бабочек тоже открыта охота, да не кем-нибудь, а своими же собратьями-насекомыми. На их гусеницах паразитируют и в конце концов губят так называемые наездники — крылатые крошки. И это чуть ли не самый лучший способ борьбы с гусеницами, а иначе никакого спасу бы от вредителей не было.

Другим же бабочкам и враги не нужны — они и так уже на грани вымирания. В Хакасии встречается, например, аполлон. Бабочка названа в честь греческого бога красоты и света и отличается особым изяществом. Белые полупрозрачные крылья украшает россыпь чёрных и красных пятен, а туловище покрыто серым пушком. С поистине божественным достоинством медленно перелетают эти красавицы с цветка на цветок. Но порой, потревоженная в сонном состоянии или раненная бабочка валится на спину, распяливает крылья, показывая свои красные пятна, и скребёт ножками по нижней стороне крыльев, производя шипящий звук — пугает.

Таким же боевитым характером она обладает и в раннем возрасте — гусеницей. На её теле есть особый орган, который в момент угрозы издаёт неприятный отпугивающий запах.

Однако человека так просто не отпугнёшь. Вытоптанные или выжженные полянки и опушки, родные для аполлонов, становятся непригодными для житья. А так как эти бабочки не склонны мигрировать, то исчезновение их в одном районе часто оказывается безвозвратным.

Не зря аполлоны занесены в Красную книгу нескольких стран, в том числе России.

Редкостью в наших краях считается и павлиний глаз, названный так за характерную окраску — четыре крупных «глазка» с голубой сердцевинкой на фоне красно-коричневых крыльев. На окраску бабочки влияют холод и тепло, действовавшие ещё на куколку. А вот с обратной стороны крылышки у неё совсем невзрачные: чёрно-коричневые, пёстренькие. Но не потому, что красок не хватило, а для маскировки: сложит павлиний глаз крылышки домиком — и вот уже и не заметен на коре дерева.

Ещё большие скрытники — ленточники тополёвые. Самочки вообще предпочитают проводить время высоко в кронах деревьев и спускаются только чтобы перекусить нектаром цветов. Самцы около поверхности проводят время чаще, потому что их привлекают гниющая органика, капли пота, бензина и масла — из них бабочки получают нужные соли. Поэтому ленточника можно увидеть даже возле дорог, но в этом состоит и своего рода опасность: некоторые бабочки погибают от столкновения с машинами. А их и так довольно мало: эти насекомые занесены в Красную книгу.

Между тем любоваться и удивляться можно не только взрослыми особями (тёмными, почти чёрными, с белой и рыжей каймой крыльев с голубым отливом), но и гусеницами. Этим причудливым созданиям приходится зимовать, для чего они делают себе убежище из листа дерева, а весной, когда начинают активно расти, и сами становятся похожими на короткую узловатую веточку с «почкой»-головой.

Не губите даже самую странную гусеницу, не ловите даже самую прекрасную бабочку, чтобы им успели удивиться и обрадоваться другие дети.

ПРОГРАММА ТЕЛЕВИДЕНИЯ **11 – 17 ИЮНЯ**

Суббота

16 ИЮНЯ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

СОВЕТУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ

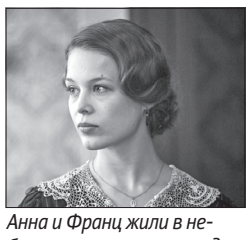
Грань будущего [16+]

Инопланетяне вторглись на Землю и превратили её в обитель хаоса. Люди изо всех сил оказывают сопротивление пришельцам. Сражаясь с противником, майор Кейдж погибает. Позже оказывается, что он застрял во временной петле и обречён переживать собственную смерть снова и снова.

▸ **Рен-ТВ, 20.30**

РТС

06.00 Мультимир. [6+]
07.00 РТС. Утро Хакасии. [16+]
07.30 РТС. Вопрос дня. [16+]
07.45 РТС. Под счастливой звездой. [16+]
07.55 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
08.30 В лесах и на горах. 24-я серия. [12+]
09.15 Бездна. 8-я серия. [16+]
10.00 РТС. Новости. [16+]
10.30 Барса. Больше, чем клуб. [12+]
12.30 Праздники. Ураза Байрам. Радость обновления. [16+]
13.20 Исторические хроники. 12-я серия. [16+]
13.45 В мире животных. [12+]
14.10 Мультимир. [6+]
14.35 Классика СССР. Дни хирурга Мишкина. 1-я серия. [16+]
15.40 Амазонки. 8-я серия. [16+]
16.25 Катина любовь-2. 5-я серия. [16+]
17.10 Саша добрый, Саша злой. 1-я серия. [12+]
17.55 Бездна. 9-я серия. [16+]
19.00 РТС. Экспертный клуб. [16+]
19.10 Александр Ширвиндт. Главная роль. [16+]
20.00 Александра Пахмутова. Светит незнакомая звезда. [16+]
20.50 Франц. [16+]



Анна и Франц жили в небольшом немецком городе, были молоды, влюблены друг в друга и собирались пожениться. Но шла Первая мировая война, Франца отправили на фронт во Францию, где он, 23-летний скрипач, обожавший стихи Верлена, погиб. Война закончилась, а жизнь Анны теперь свелась к поддержке пожилых родителей любимого и посещениям кладбища. Однажды там она видит незнакомого человека, который принёс цветы на могилу Франца. Он, Адриен, — француз, а, значит, враг. Но встреча с ним переворачивает её жизнь.

22.45 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
00.40 Амазонки. 7-я серия. [16+]
01.35 Катина любовь-2. 4-я серия. [16+]

Домашний

05.15 6 кадров. [16+]
05.30 Джейми. Обед за 30 минут. [16+]
07.30 6 кадров. [16+]
07.40 Синьор Робинзон. [16+]
09.50 Жених. [16+]
Валера безумно любит свою жену-красавицу Люсю. Она же постоянно изменяет ему и рожает почти каждый год по ребёнку. Всех детей Валера растит как родных. Он им и отец, и мать. Однажды Люся исчезает из дома вовсе, встретив «новую любовь» — иностранца. В тот же год Валерий получает тяжёлую травму.
18.00 РТС. 7 дней. [16+]
18.30 РТС. Регион 19. [16+]
18.45 РТС. Возвращение. [16+]
19.00 Великолепный век. [16+]
22.45 Москвички. [16+]
23.45 6 кадров. [16+]
00.30 Как выйти замуж за миллионера-2. [16+]
04.00 Я работаю ведьмой. [16+]

Первый

05.50, 06.15 Поделись счастьем своим. [16+]
06.00, 10.00, 12.00 Новости.
08.00 Играй, гармонь любимая! [12+]
08.45 Смешарики. Новые приключения.
09.00 Умницы и умники. [12+]
09.45 Слово пастыря. [12+]
10.10 Валентина Терешкова. Я всегда смотрю на звёзды. [12+]
11.10 Теория заговора. [16+]
12.15 Идеальный ремонт. [12+]
13.15 Последняя любовь Николая Крючкова. [12+]
14.15 Небесный тихоход. [12+]
15.45 Поделись счастьем своим. [16+]
17.35 Угадай мелодию. [12+]
18.00 Вечерние новости.
18.10 Кто хочет стать миллионером? [16+]
19.40 Чемпионат мира по футболу-2018. Сборная Аргентины — сборная Исландии. Прямой эфир из Москвы.
22.00 Время.
22.20 Сегодня вечером. [16+]
01.00 Музыкальная премия «Жара». [16+]
02.55 Крид. Наследие Рокки. [16+]

Россия-К

06.30 Библейский сюжет.
07.05 Поздний ребёнок.
08.10 Приключения пингвинёнка Лоло. М/ф.
09.30 Обыкновенный концерт.
10.00 Вратарь.
11.15 Футбол нашего детства.
12.05 Соловьиный рай.
12.45 Мифы Древней Греции.
13.15 Пятое измерение.
13.40 Красота — это преступление.
14.45 Ищите женщину.
17.15 Планета Океан. Светлана Сивкова.
17.30 Искатели.
18.20 История моды.
19.15 Исчезнувшая империя. [16+]
Сергей Нарбеков хорошо запомнил 1974 год. Год, в котором закончилось его детство. В этом году он нашёл и потерял свою настоящую любовь, и в этом же году умерла его мать, оставив его одного с дедом и младшим братом...
21.00 Агора.
22.00 Концерт Хосе Каррераса и Венского симфонического оркестра в Шёнбруннском дворце.
22.55 Бен Гур.
02.20 Мультфильмы для взрослых. [18+]

Пятый

05.00 Мультфильмы. [0+]
08.35 День ангела. [0+]
09.00 Известия.
09.15 След. Антигены. [16+]
10.05 След. Семейка А. [16+]
10.55 След. Неудобный человек. [16+]
11.40 След. Книга смерти. [16+]
12.25 След. Синяк. [16+]
13.20 След. Золотобриллианты. [16+]
14.10 След. Закладки. [16+]
15.00 След. Плохой хороший человек. [16+]
15.50 След. Куда приводят мечты. [16+]
16.40 След. Курочка, несущая золотые яйца. [16+]
17.25 След. Трансфузия. [16+]
18.15 След. Дриада. [16+]
19.05 След. Ключи от королевства. [16+]
19.55 След. Царский напиток. [16+]
20.40 След. Меч дьявола. [16+]
21.25 След. [16+]
00.00 Известия. Главное.
00.55 Бывших не бывает. 1 — 4-я серии. [16+]

Россия-1

04.45 Срочно в номер! На службе закона. [12+]
06.35 Мульт утро. «Маша и Медведь».
07.10 Живые истории. [12+]
08.00 Авторейтинг.
08.25 Письма с фронта.
08.30 Муж на кухне.
09.00 По секрету всему свету. [12+]
09.20 Сто к одному. [12+]
10.10 Пятеро на одного. [12+]
11.00 Вести.
11.20 Вести-Хакасия.
11.40 Измайловский парк. [16+]
14.00 Городская рапсодия. [12+]
18.00 Привет, Андрей! [12+]
20.00 Вести в субботу.
21.00 Благими намерениями. [12+]
01.40 Шёпот. [12+]
03.40 Личное дело. [16+]

Матч!

06.25 Поверь. [16+]
08.10 Фёдор Емельяненко. Главная битва. [16+]
08.30 Смешанные единоборства. Bellator. [16+]
10.30 Дорога в Россию. [12+]
11.00 Все на Матч! ЧМ-2018. [12+]
11.30 Футбол. Чемпионат мира-2018. Марокко — Иран.
13.30, 15.40, 19.50 Новости.
13.40 Футбол. Чемпионат мира-2018. Египет — Уругвай.
15.45 Все на Матч! ЧМ-2018.
16.45 Футбол. Чемпионат мира-2018. Франция — Австралия.
18.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
19.55 Футбол. Чемпионат мира-2018. Португалия — Испания.
21.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
22.45 Футбол. Чемпионат мира-2018. Перу — Дания.
00.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
01.45 Футбол. Чемпионат мира-2018. Хорватия — Нигерия.
03.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
04.45 Чемпионат мира. Live. [12+]

Рен-ТВ

05.00 Территория заблуждений. [16+]
08.00 Золотой компас. [16+]
10.00 Минтранс. [16+]
11.00 Самая полезная программа. [16+]
12.00 Военная тайна. [16+]
16.30 Новости. [16+]
16.35, 03.40 Территория заблуждений. [16+]
18.30 Засекреченные списки. Драку заказывали? [16+]
20.30 Грань будущего. [16+]
22.30 Район № 9. [16+]
00.30 Эффект бабочки. [16+]
Эван с детства страдал от провалов в памяти. По совету врача он долгое время вёл дневники. Однажды он делает удивительное открытие: перечитывая свои детские записи, он может возвращаться в прошлое — и своими действиями изменять будущее...
02.40 Самые шокирующие гипотезы. [16+]

СТС/ТВ-7

06.00 Смешарики. [0+]
06.20 Команда турбо. [0+]
06.45 Шоу мистера Пибоди и Шермана. [0+]
07.10 Том и Джерри. [0+]
07.35 Новаторы. [6+]
07.50 Три кота. [0+]
08.00 Скажите честно. [12+]
08.30 Абакан. Родом из 30-х. [12+]
09.00 Гость on-line. [12+]
09.15 Сегодня в Абакане. [12+]
10.00 ПроСТО кухня. [12+]
10.30 Успеть за 24 часа. [16+]
11.30 Шоу «Уральских пельменей». [16+]
12.15 Дом. Анимационный фильм. [6+]
14.05 Хроники Спайдервика. [12+]
16.00 Хочу дачу. [16+]
16.30 Братья Гримм. [12+]
18.55 Тарзан. Легенда. [16+]
21.00 Армагеддон. [12+]
00.00 Смерч. [12+]
02.10 Костолом. [16+]
04.05 Это любовь. [16+]
05.35 Ералаш. [0+]

Звезда

07.05 Медовый месяц. [6+]
09.00 Новости дня.
09.15 Легенды музыки. [6+]
09.40 Последний день. [12+]
10.30 Не факт! [6+]
11.00 Загадки века. [12+]
11.50 Улика из прошлого. [16+]
12.35 Приступить к ликвидации. [12+]
13.00 Новости дня.
13.15 Приступить к ликвидации. [12+]
15.35 Щит и меч. [6+]
Советский разведчик Александр Белов за время службы в органах военной разведки и контрразведки Германии с 1940 года, завоёвывает к себе расположение немецкого командования и получает перевод в СС. Теперь он имеет доступ к самой ценной секретной информации...
18.00 Новости дня.
18.10 Задело! [12+]
18.25 Щит и меч. [6+]
23.00 Новости дня.
23.20 За витриной универмага. [12+]
01.15 Человек-амфибия. [12+]
03.10 Штрафной удар. [12+]
05.00 С Земли до Луны. [12+]
05.50 Внимание! Всем постам... [12+]

ТВ-3

06.00, 05.45 Мультфильмы. [0+]
10.00, 10.45, 11.45, 12.30, 13.30, 14.15 Однажды в сказке. [12+]
15.15 Пирамида. [16+]
17.00 Астрал. [16+]
19.00 Астрал. Глава 2. [16+]
21.00 Астрал. Глава 3. [16+]
22.45 Заклятие. [16+]
Пугающая история Эда и Лоррейн Уоррен, всемирно известных детективов, занимающихся паранормальными расследованиями. К ним за помощью обратилась семья, терроризируемая тёмным духом на уединённой ферме. Вынужденные сражаться с могущественной демонической сущностью Уоррены сталкиваются с самым пугающим случаем в своей жизни.
01.00 Последняя Мимзи Вселенной. [0+]
02.45 Тайные знаки. [12+]

ТНТ-Абакан

05.35 Импровизация. [16+]
06.00 Где логика? [16+]
07.00 ТНТ. Best. [16+]
08.00 ТНТ Music. [16+]
08.30 ТНТ. Best. [16+]
09.00 Агенты 003. [16+]
09.30 Дом-2. Lite. [16+]
10.30 Дом-2. Остров любви. [16+]
11.30 Comedy Woman. [16+]
19.00 Неделя в Абакане. [12+]
19.30 8 первых свиданий. [16+]
21.15 8 новых свиданий. [12+]
23.00 Дом-2. Город любви. [16+]
00.00 Дом-2. После заката. [16+]
01.00 Честная игра. [16+]
02.45 ТНТ Music. [16+]
03.20 Импровизация. [16+]

ТВ-Центр

05.45 Марш-бросок. [12+]
06.15 Юмор летнего периода. [12+]
07.05 Евгений Дятлов. Мне никто ничего не обещал. [12+]
08.05 Православная энциклопедия. [6+]
08.30 Три в одном. [12+]
10.35 В зоне особого внимания. [12+]
11.30 События.
11.45 В зоне особого внимания. [12+]
12.50 Всё ещё будет. [12+]
14.30 События.
14.45 Всё ещё будет. [12+]
17.15 Поездка за счастьем. [12+]
21.00 Постскриптум.
22.10 Право знать! [16+]
23.40 События.
23.55 Право голоса. [16+]
03.05 Как украсть победу. [16+]
03.40 90-е. Челноки. [16+]
04.25 Проклятые сокровища. [12+]

Мир

05.20, 06.30 Мультфильмы. [0+]
06.00 Как в ресторане. [12+]
07.30 Союзники. [12+]
08.00 Секретные материалы. [16+]
08.30 Ой, мамочки! [12+]
09.00 Культ//Туризм. [16+]
09.30 Наше кино. История большой любви. [12+]
10.00 Новости.
10.15 Игра в кино. [12+]
11.10 Жестокий романс. [12+]
13.50 Никита. [16+]
16.00 Новости.
16.15 Дело гастронома № 1. [16+]
19.00 Новости.
10.15 Игра в кино. [12+]
19.15 Дело гастронома № 1. [16+]
00.15 Бомжиха. [16+]
02.05 Бомжиха-2. [16+]
04.00 Девушка с характером. [12+]

Че

06.00 Мультфильмы. [0+]
08.00 100 великих. [16+]
08.30 Повторный брак. [16+]
10.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
11.30 Подруги президента. [16+]
13.30 Горячие головы. [12+]
15.00 Горячие головы-2. [12+]
16.45 В поисках галактики. [12+]
18.40 Достать коротышку. [16+]
20.40 Шесть дней, семь ночей. [16+]
22.40 Абсолютная власть. [16+]
01.00 Новый мир. [18+]
03.30 100 великих. [16+]

НТВ

05.00 ЧП. Расследование. [16+]
05.35 Звёзды сошлись. [16+]
07.25 Смотр. [0+]
08.00 Сегодня.
08.20 Их нравы. [0+]
08.35 Готовим с Алексеем Зиминым. [0+]
09.10 Кто в доме хозяин? [16+]
10.00 Сегодня.
10.20 Главная дорога. [16+]
11.00 Еда живая и мёртвая. [12+]
12.00 Квартирный вопрос. [0+]
13.05 Поедем, поедим! [0+]
14.00 Жди меня. [12+]
15.05 Своя игра. [0+]
16.00 Сегодня.
16.20 Однажды... [16+]
17.00 Секрет на миллион. [16+]
19.00 Центральное телевидение.
20.00 Детская «Новая волна-2018». [0+]
22.00 Жизнь впереди. [16+]
23.40 Международная пилорама. [18+]
00.40 Квартирник НТВ у Маргулиса. [16+]
02.00 День отчаяния. [16+]
04.00 Дорожный патруль. [16+]

Общественное телевидение России

09.05, 15.40, 23.20 Культурный обмен. [12+]
09.55, 15.15 Сыны России. Психиатр эпохи. [12+]
10.25, 21.25 Агент особого назначения-2. [12+]
12.00 Служу Отчизне. [12+]
12.30 Живое русское слово. [12+]
12.40 Гамбургский счёт. [12+]
13.10 Новости Совета Федерации. [12+]
13.20 Большая наука. [12+]
13.50 Три толстяка. [12+]
16.30 Дом «Э». [12+]
17.00, 19.00, 23.00 Новости.
17.05 Послушаем вместе. Стравинский. [12+]
17.45, 19.05 Бык и Шпиндель. [12+]
20.20 Нужный выбор. [12+]
00.10 Империя. Начало. [12+]
02.00 Многоголосье. Концерт по произведениям Юрия Визбора. [12+]
03.35 Павлова — между прошлым и будущим. [12+]

История

05.30 Маршал Конев. Иван в Европе. [16+]
06.25 Тайны замков самураев. [12+]
07.30 Китайский поход Маннергейма. В поисках тайного смысла. [12+]
08.25 Тайны истории. Казни. [16+]
09.20 Покушение на Данаю. [12+]
10.10 Война. Первые четыре часа. [12+]
11.10 Король Артур. Легенда. [12+]
12.10 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. [12+]
13.10 Сокровища Древнего Рима. Рим без прикрас. [12+]
14.10 Легенды канала имени Москвы. [12+]
15.05 Шёлковый путь. Фильм первый. [12+]
16.10, 01.45 Юрий Соломин. Власть таланта. [12+]
17.05, 02.40 Тайны истории. Тираны. [16+]
18.00, 03.35 Станция «Восток». На пороге жизни. [16+]
19.50 Война. Первые четыре часа. [12+]
20.45 Король Артур. Легенда. [12+]
21.45 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. [12+]
22.40 Сокровища Древнего Рима. Рим без прикрас. [12+]
23.45 Легенды канала имени Москвы. [12+]
00.40 Шёлковый путь. Фильм первый. [12+]

Русский иллюзион

05.25 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
07.05 Семейка Ады. [16+]
08.40 Русский бунт. [16+]
11.20 Любить по-русски-3. [16+]
13.05 Марс. [16+]
14.50 Братья Ч. [16+]
16.40 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
18.25 Над городом. [16+]
19.50 Ближе, чем кажется. [12+]
21.30 Питер. Лето. Любовь. [12+]
23.00 30 свиданий. [16+]
00.40 Женщин обижать не рекомендуется. [16+]
02.20 Мой сводный брат Франкенштейн. [16+]
04.20 Кромовъ. [16+]

TV 1000 Русское кино

06.25 Белый мавр, или Интимные истории о моих соседях. [18+]
08.20 Срок давности. [16+]
10.20 Одноклассники.ru. НаCLICKай удачу. [16+]
12.20 Час пик. [16+]
14.30 Руд и Сэм. [12+]
16.30 Путешествие пана Кляксы. 1-я серия. [6+]
18.20 О чём говорят мужчины. [16+]
20.20 О чём ещё говорят мужчины. [16+]
22.20 О чём говорят мужчины. Продолжение. [16+]
00.20 Любовь с акцентом. [16+]
02.30 Блокбастер. [12+]
04.20 Герой нашего времени. [12+]

TV 1000

06.10 Охотники за привидениями-2. [12+]
07.55 Иллюзия обмана-2. [16+]
10.10 Семьянин. [12+]
12.35 Одиннадцать друзей Оушена. [16+]
14.55 Идеальные незнакомцы. [16+]
16.55 Эд из телевизора. [12+]
19.20 Иллюзия обмана. [12+]
21.40 Иллюзия обмана-2. [16+]
00.10 Телохранитель. [16+]
02.40 Двенадцать друзей Оушена. [16+]

TV 1000 Action

05.10 Starперцы. [16+]
07.05 Побег невозможен. [16+]
09.10 Неудержимые-2. [18+]
11.10 Патруль времени. [16+]
13.10 Паркер. [16+]
15.15 Рэмбо. Первая кровь-2. [16+]
17.10 Неудержимые. [18+]
19.00 Неудержимые-2. [18+]
20.50 Неудержимые-3. [16+]
23.00 Бандиты. [16+]
01.10 Дум. [16+]
03.15 Забирая жизни. [16+]

Иллюзион+

05.25 Белый слон. [18+]
06.55 Голливудский финал. [16+]
08.45 Детородные. [16+]
10.25 Она. [16+]
12.25 Поездка. [16+]
13.55 Проклятие нефритового скорпиона. [16+]
15.35 Детородные. [16+]
17.15 Она. [16+]
19.15 Интерактивная викторина. [16+]
21.00 Спросите Синди. [16+]
22.30 Плохой лейтенант. [16+]
00.30 Мужчина нарасхват. [16+]
02.15 Рио, я люблю тебя. [16+]
04.00 Детородные. [16+]

Дом кино

05.35 Нежданно-негаданно. [12+]
07.05 Русский сувенир. [12+]
08.50 По главной улице с оркестром. [12+]
10.20 Ералаш.
11.00 Иван Бровкин на целине. [12+]
12.50 Три богатыря и Шамаханская царица. [12+]
14.15 Укротительница тигров. [12+]
16.10 Калина красная. [12+]
18.15 Весна на Заречной улице. [12+]
20.00 Неподдающиеся. [6+]
21.30 Где находится нофелет? [12+]
23.00 Москва слезам не верит. [12+]
01.50 Кавказская пленница, или Новые приключения Шурика. [6+]
03.20 Совершенно серьёзно. [6+]
04.40 Куда он денется! [12+]

Русский роман

05.30 Клубничный рай. [12+]
09.00 Отец поневоле. [12+]
10.50 Сила Веры. [16+]
14.30 Я подарю тебе любовь. [12+]
16.00 Райский уголок. [12+]
18.10 Надежда. [12+]
22.00 Война и мир супругов Торбеевых. [12+]
23.40 Крепкий брак. [12+]
01.40 Серьёзные отношения. [12+]

Супер

05.00 Саша + Маша. [16+]
07.00 Кротик и Панда. М/с. [0+]
07.30 Врумиз. М/с. [0+]
08.30 Лео и Тиг. М/с. [0+]
09.00 Ми-Ми-Мишки. М/с. [0+]
10.00 Фиксики. М/с. [0+]
11.00 Родители. [12+]
16.30 Король сафари. М/ф. [0+]
18.00 Родители. [12+]
22.00 Дружба и никакого секса? [16+]
00.00 Зайцев + 1. [16+]

Мульт

05.00 Машины сказки.
05.35 Маша и Медведь.
05.50 Машкины страшилки.
06.00 Деревяшки.
06.30 Бумажки.
07.00 Друзья на все времена.
07.40 Фиксики.
08.00 Лунтик и его друзья.
08.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00 Четверо в кубе.
09.25 Деревяшки.
09.30 Бумажки.
10.00 Машины сказки.
10.30 Деревяшки.
11.00 Барбоскины.
11.25 Маша и Медведь.
12.00 Фиксики.
12.25 Лунтик и его друзья.
13.00 Ангел Бэби.
13.35 МУЛЬТсюрприз.
14.00 Барбоскины.
14.30 Машины сказки.
14.55 Маша и Медведь.
15.25 Смешарики.
15.55 Друзья на все времена.
17.05 МУЛЬТсюрприз.
17.35, 22.00 Лунтик и его друзья.
18.00, 23.00, 02.00 МУЛЬТсюрприз.
22.25 Волшебный фонарь.
23.20 Барбоскины.
00.00 Сказка на ночь.
01.00 Ми-Ми-Мишки.
01.30 10 друзей кролика.
01.55 Везуха!

Экзотика. Время нагревать камни

Любимое блюдо Чингисхана

КОЛЛАЖ: ЛАРИСА БАКАНОВА, «ХАКАСИЯ»

Наверное, это называется генетической памятью. Или, если хотите, голосом крови. Она разная, и перемешано её в людях столько, что трудно счесть и догадаться, откуда какие привычки и пристрастия берутся.

Елена АБУМОВА

Поэтому свои «степные» сны, в которых табуны лошадей движутся то на запад, то на восток, я принимаю как данность. А дым костра, на котором готовится мясо, мне сладок и приятен так же, как дым отечества. О! Сколько же блюд готовилось на живом и ярком огне, передающем эти свои свойства тому, что согревали языки пламени.

Жаль, что многие из исконных, тысячелетиями сопровождавших человечество блюд уходят в прошлое. Мы готовим на плитах, в духовках и мультиварках, едим пресную еду и жуём листья салата, изредка выбираясь на природу и считая самым что ни на есть «пикниковым» блюдом шашлык. А иногда хочется такого — настоящего, яркого, сытного — и необычного при этом.

Поэтому мы сегодня будем готовить… мясо с камнями. Это древний рецепт кочевников — источники рассказывают, что мясом, приготовленным таким способом, любил лакомиться Чингисхан, а он, конечно, знал толк в закусках. И даже если вы не броситесь сразу после прочтения рецепта разводить костёр и собирать камни, то в любом случае он покажется вам заслуживающим внимания. Те же, кто пробовал хорхог (так называется мясо с камнями, приготовленное на костре) в Монголии, например (там и сегодня оно является коронным), скажут большое спасибо за этот рецепт.

Понадобятся нам для приготовления хорхога костёр, баран, около 10 — 15 среднего размера камней-окатышей. Их для приготовления хорхога брали в реке.

Баранина используется единственной разрешённой свежести — ещё полчаса назад животное должно было пастись.

Обычно берётся передняя часть туши, заднюю, в которой больше мяса и меньше костей, готовили другим способом.

В общем, это примерно пять килограммов, лопаточная часть.

Также нам могут понадобиться:

картофель среднего размера — около 2 кг,
некрупная морковь — 1 кг,
репчатый лук — 1 кг, среднего размера,
чеснок — с десяток крупных зубчиков,
чёрный перец, соль.

Раньше хорхог готовили непосредственно в шкуре только что заколотого барана, теперь используют котёл, казан с крышкой либо плотно закрывающийся металлический бидон.

Мясо нарезают достаточно крупными кусками с косточками, овощи моют и чистят. Режут на половинки или четвертинки, чеснок измельчают ножом.

Разводят костёр, кидают туда камни — они должны раскалиться. Теперь мясо и овощи, чередуя с камнями, складываем в ёмкость, в которой будет готовиться хорхог. Важно: разогретые камни кладутся в блюдо непосредственно из костра, их не моют. Это пикантная деталь, наподобие горящего полена в ухе, которая делает вкус блюда незабываемым.

Некоторые добавляют в это блюдо немного воды, патриархи же хорхога утверждают, что это лишнее: для тушения мяса с овощами достаточно собственного сока продуктов. На мой взгляд, патриархи правее. Свежее мясо и овощи с приправой из речных окатышей приготовятся на огне без лишнего разбавления. Кстати, очень хорошо оттенит хорхог, сделав его по-настоящему аутентичным, полевой чеснок — мангыр. Он растёт в Бурятии, в Забайкалье мы часто собирали его и ели с хлебом и солью. Если вдруг у вас под рукой обнаружится полянка с мангыром, можете измельчить его и тоже добавить в хорхог.

Соединив все составляющие в чугунном казане или молочном бидоне (в Монголии сейчас предпочитают именно бидоны), солим и перчим, закрываем всё крышкой, встряхиваем минуты три и ставим на огонь.

Представьте себе, блюдо готовится чуть более получаса. Да-да, свежая баранина, овощи и прочее готовы практически через 30 минут. Секрет в том, что тушение продуктов производится не только под воздействием тепла огня — внутренний жар раскалённых камней ускоряет процесс максимально, делая мясо хорхога мягким, а вкус его — максимально насыщенным.

Традиционно хорхог подают так: готовивший его человек выкладывает на блюдо отдельно мясо, отдельно овощи. Получается красиво. Лучший кусок — баранья лопатка — передаётся старшему из присутствующих. Он должен отрезать от лопатки количество кусков, равное количеству гостей и угостить каждого, опять-таки по старшинству. Камни тоже не лежат без дела — при сервировке их раздают гостям, прямо в раскрытые ладони. Человек перекладывает камень из ладони в ладонь, и это носит не только сакральную, но и лечебную нагрузку — акупунктурные точки на ладонях отвечают за самочувствие всего организма, горячие камни улучшают кровообращение, так что всё к добру!

А потом, отложив камни, можно приниматься за мясо. Технология «горячих камней» делает его на самом деле мягким — правильно приготовленное, мясо отстаёт от костей, а сдобренное овощами может порадовать любого гурмана.

И ещё оно правильно считается блюдом силы — ведь при таком способе приготовления сохраняются все полезности и белков (мясо), и углеводов (овощи). Только что приготовленная еда, костёр, свежий воздух, река рядом (а где же мы брали камни?) — что может быть лучше? Держишь в руках горячий камень, вдыхаешь неповторимый мясной аромат и на самом деле ощущаешь себя потомком великого Чингисхана. А вы говорите — шашлык! Хорхог!

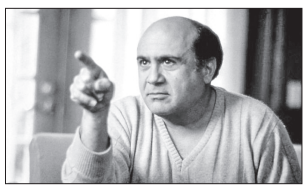
ПРОГРАММА ТЕЛЕВИДЕНИЯ **11 – 17 ИЮНЯ**

Воскресенье

17 ИЮНЯ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

СОВЕТУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ



Достать коротышку [16+]

Гангстер и рэкетир Чили Палмер, попав в Голливуд, где ему предстояло выбить деньги из продюсера, задолжавшего мафии, принимает решение снять фильм, используя для сюжета свой личный богатый опыт и глубокое знание кино, которое он обожает...

► **Че, 08.30**

РТС

06.00 Мультимир. [6+]
07.00 Александр Ширвиндт. Главная роль. [16+]
07.55 Александра Пахмутова. Светит незнакомая звезда. [16+]
08.40 Саша добрый, Саша злой. 1-я серия. [12+]
09.25 Бездна. 9-я серия. [16+]
10.10 Амазонки. 8-я серия. [16+]
10.55 Катина любовь-2. 5-я серия. [16+]
11.36 В мире животных. [12+]
12.05 Франц. [16+]
14.00 Основной элемент. 26-я и 27-я серии. [16+]
15.20 Классика СССР. Дни хирурга Мишкина. 2-я серия. [16+]
16.30 Амазонки. 9-я серия. [16+]
17.15 Катина любовь-2. 6-я серия. [16+]
18.00 РТС. 7 дней. [16+]
18.25 Характер и болезни. Кто кого? [16+]
19.15 Перевозчик. 9-я и 10-я серии. [16+]
20.40 Безумные соседи. [16+]

В запале предвыборных дебатов рафинированный буржуа Жан-Этьен Фужероль неосторожно бросает с экрана телевизора, что его любимая Франция открыта для любых иммигрантов, они повсюду найдут себе кров и еду, даже в его доме. Не проходит и суток, как у его ворот появляется цыганский табор во главе с наглецом Бабиком. Не пустить — потерять голоса избирателей. Размеренной семейной жизни приходит конец: нежданные гости плавают в крытом бассейне, устраивают концерты во дворе и даже пытаются приударить за женой Жан-Этьена.

22.10 Euromaxx. Окно в Европу. [16+]
23.00 РТС. 7 дней. [16+]
23.30 Фильмы линейки ТВ-конкурса «Федерация». [16+]
00.00 Рыбалка. Клайская щука. [16+]
01.45 Рыбалка. С вертушкой на тайменя. [16+]

Домашний

06.00 Джейми. Обед за 30 минут. [16+]
07.30 6 кадров. [16+]
07.45 Золушка.ru. [16+]
09.55 Золушка. [16+]
Рим, 1946 год. Известный дирижёр Валерио де Лука уходит из жизни, оставив горячо любимую дочь Аврору во власти злой мачехи. Но унаследованные от родителей талант, любовь и вера помогают девушке преодолеть все невзгоды.
14.05 Список желаний. [16+]
18.00 РТС. 7 дней. [16+]
18.30 РТС. Регион 19. [16+]
18.45 РТС. Возвращение. [16+]
19.00 Великолепный век. [16+]
22.55 Москвички. [16+]
23.55 6 кадров. [16+]
00.30 Как выйти замуж за миллионера-2. [16+]
03.55 Я работаю ведьмой. [16+]

Первый

05.05, 06.15 Поделись счастьем своим. [16+]
06.00, 10.00, 12.00 Новости.
07.30 Смешарики. ПИН-код.
07.45 Часовой. [12+]
08.15 Здоровье. [16+]
09.20 Угадай мелодию. [12+]
10.10 Олег Видов. С тобой и без тебя. [12+]
11.15 Честное слово. [12+]
12.10 Че Гевара. Я жив и жажду крови. [16+]
14.00 Неоконченная повесть. [12+]
15.55 «Призвание». Премия лучшим врачам России. [16+]
17.50 Поделись счастьем своим. [16+]
19.45 Что? Где? Когда?
21.00 Воскресное «Время».
21.40 Чемпионат мира по футболу-2018. Сборная Германии — сборная Мексики. Прямой эфир из Москвы.
00.00 Россия от края до края. [12+]
00.40 Чемпионат мира по футболу-2018. Сборная Бразилии — сборная Швейцарии. Прямой эфир из Ростова-на-Дону.
03.05 Поймёт лишь одинокий. [16+]

Россия-К

06.30 Ищите женщину.
09.00 Мифы Древней Греции.
09.30 Исчезнувшая империя. [16+]
11.15 Кино нашего детства.
12.05 Жизнь в воздухе.
12.55 Эффект бабочки.
13.25 Бен Гур.
Иерусалим, 26-й год от Рождества Христова. Два друга — иудей Бен Гур и трибун римского легиона Мессала — встречаются после долгой разлуки. Оба понимают, что дружба уже невозможна: первый сочувствует борьбе своего народа за освобождение, а второй стоит на страже интересов Рима. Вскоре Мессала находит предлог, чтобы отправить Бен Гура на каторгу, а его семью бросить в темницу...
16.50 Пешком...
17.15 По следам тайны.
18.00 К Дню медицинского работника.
19.30 Новости культуры.
20.10 Семь стариков и одна девушка.
21.35 Спорт, спорт, спорт.
22.55 Опера «Сказание о невидимом граде Китеже и деве Февронии».
02.10 По следам тайны.

Пятый

05.00 Фильм о фильме. «Самая обаятельная и привлекательная». [12+]
05.55 Фильм о фильме. «Д'Артаньян и три мушкетёра». [12+]
06.45 Моя правда. Михаил Боярский. [12+]
07.40 Моя правда. Людмила Гурченко. [12+]
08.35 Моя правда. Светлана Пермякова. [12+]
09.30 Моя правда. Алексей Булдаков. [12+]
10.25 Моя правда. Любовь Полищук. [12+]
11.20 Моя правда. Николай Караченцов. [12+]
12.10 Моя правда. Джуна. [12+]
13.05 Моя правда. Николай Рыбников. [12+]
13.55 Моя правда. Анастасия Стоцкая. [12+]
14.45 Моя правда. Марат Башаров. [12+]
15.40 Моя правда. Михаил Евдокимов. [12+]
16.30 Вторая жизнь Евы. 1 — 8-я серии. [16+]
00.05 На крючке! [16+]
01.50 Большая разница. [16+]

Россия-1

04.55 Срочно в номер! На службе закона. [12+]
06.45 Сам себе режиссёр. [12+]
07.35 Смехопанорама. [12+]
08.05 Утренняя почта. [12+]
08.45 Вести-Хакасия. События недели.
09.25 Сто к одному. [12+]
10.10 Когда все дома с Тимуром Кизяковым. [12+]
11.00 Вести.
11.20 Смеяться разрешается. [12+]
14.00 Сколько стоит счастье. [12+]
18.00 Лига удивительных людей. [12+]
20.00 Вести недели.
22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
00.30 Маги экрана. Экстрасенсы из телевизора. [12+]
01.30 Право на правду. [12+]
03.30 Смехопанорама. [12+]

Матч!

05.05 Волейбол. Лига наций. Мужчины. Россия — Япония.
07.05 Футбол. Чемпионат мира-2018. Португалия — Испания.
09.05 Профессиональный бокс. [16+]
10.30 Дорога в Россию. [12+]
11.00 Все на Матч! ЧМ-2018. [12+]
11.30 Футбол. Чемпионат мира-2018. Перу — Дания.
13.35, 15.45, 17.55 Новости.
13.45 Футбол. Чемпионат мира-2018. Хорватия — Нигерия.
15.50 Футбол. Чемпионат мира-2018. Франция — Австралия.
18.00 Все на Матч! ЧМ-2018.
18.45 Футбол. Чемпионат мира-2018. Коста-Рика — Сербия.
20.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
21.55 Новости.
22.00 Все на Матч! ЧМ-2018.
23.50 Новости.
23.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
00.55 Футбол. Чемпионат мира-2018. Аргентина — Исландия.
02.55 Все на Матч! ЧМ-2018.
03.45 Чемпионат мира. Live. [12+]
04.05 Все на Матч!
04.25 Волейбол. Лига наций. Мужчины. Россия — Германия.

Рен-ТВ

05.00 Территория заблуждений. [16+]
08.50 Район № 9. [16+]
Более 20 лет назад в небе над южноафриканским Йоханнесбургом завис сломавшийся инопланетный корабль. Пришельцев, находившихся там, вывозят в специально оборудованный «Район №9», где они начинают жить подобно обычным беженцам. Но сейчас эта зона представляет собой настоящие трущобы — бедные и криминализированные. Поначалу мирные взаимоотношения между инопланетянами и людьми постепенно полнятся конфликтами и разногласиями...
11.00 Грань будущего. [16+]
13.00 Игра престолов. [16+]
23.00 Добров в эфире. [16+]
00.00 Соль. Классика. Часть 2. [16+]
02.10 Военная тайна. [16+]

СТС/ТВ-7

06.00 Смешарики. [0+]
06.45 Том и Джерри. [0+]
07.10 Тролли. Праздник продолжается! [6+]
07.35 Новаторы. [6+]
07.50 Три кота. [0+]
08.00 Гость on-line. [12+]
08.15 Молодёжная программа. [16+]
08.30 Гость on-line. [12+]
09.00 СпортОбзор. [6+]
09.30 Неделя в Абакане. [12+]
10.00 Хроники Спайдервика. [12+]
11.45 Братья Гримм. [12+]
14.00 Тарзан. Легенда. [16+]
16.00 Хочу дачу. [16+]
16.30 Армагеддон. [12+]
19.20 Аисты. Анимационный фильм. [6+]
21.00 Эрагон. [12+]
23.00 Охотники на ведьм. [18+]
00.45 Война невест. [16+]
02.25 Всё и сразу. [16+]
04.20 Это любовь. [16+]
05.20 Ералаш. [0+]
05.50 Музыка на СТС. [16+]

Звезда

07.25 Чёрный океан. [16+]
09.00 Новости недели.
09.25 Служу России. [12+]
09.55 Военная приёмка. [6+]
10.45 Политический детектив. [12+]
11.10 Код доступа. [12+]
12.00 Теория заговора. [12+]
13.00 Новости дня.
13.15 Война машин. [12+]
13.50 Стреляющие горы. [16+]
В Панкисском ущелье, на границе Республики Ичкерия и Грузии, скапливаются бандформирования. На одной из пограничных застав становится известно о том, что группа боевиков собирается перейти российско-грузинскую границу. Капитан пограничных войск Меркурьев занимает оборону на одном из перевалов и ценой жизни своих бойцов рассредотачивает отряд боевиков. В этом бою Меркурьев получает серьёзные ранения и... обретает врага, с которым ему предстоит не раз столкнуться.
18.00 Новости. Главное.
18.45 Русские снайперы. 100 лет меткости. [12+]
22.00 Прогнозы. [12+]
22.45 Фетисов. [12+]
23.35 Колье Шарлотты. [12+]
03.50 Живёт такой парень. [12+]

ТВ-3

06.00 Мультфильмы. [0+]
10.00, 10.45, 11.30, 12.15 Элементарно. [16+]
13.00 Заклятие. [16+]
15.15 Астрал. Глава 2. [16+]
17.15 Астрал. Глава 3. [16+]
19.00 Тайное окно. [16+]
21.00 Девятые врата. [16+]
Дин Корсо, специалист по оценке и скупке раритетных изданий, принимает необычный, но крайне выгодный заказ: определить подлинность венца собрания, фолианта XVII века под названием «Девять врат в царство призраков», с помощью которого, по преданию, можно вызвать самого Люцифера. Ему предстоит полное опасностей и тайн путешествие по Европе.
23.30 Адвокат дьявола. [16+]
02.15 Универсальный солдат. Возрождение. [16+]
04.15 Последняя Мимзи Вселенной. [0+]

ТНТ-Абакан

05.00 Где логика? [16+]
06.00 ТНТ. Best. [16+]
09.00 Дом-2. Lite. [16+]
10.00 Дом-2. Остров любви. [16+]
11.00 Перезагрузка. [16+]
12.00 Большой завтрак. [16+]
12.30 Comedy Woman. [16+]
13.30 8 первых свиданий. [16+]
15.20 8 новых свиданий. [12+]
17.00 8 лучших свиданий. [12+]
19.00 Неделя в Абакане. [12+]
19.30 Комеди Клаб. [16+]
22.00 Stand up. [16+]
23.00 Дом-2. Город любви. [16+]
00.00 Дом-2. После заката. [16+]
01.00 Такое кино! [16+]
01.35 500 дней лета. [16+]
03.25 ТНТ Music. [16+]
04.00 Импровизация. [16+]

ТВ-Центр

05.35 Георгий Вицин. Не надо смеяться. [12+]
06.20 Запасной игрок. [12+]
08.00 Фактор жизни. [12+]
08.30 Петровка, 38.
08.40 Тамара Сёмина. Всегда наоборот. [12+]
09.35 Чёрный принц. [12+]
11.30 События.
11.45 Екатерина Воронина. [12+]
13.40 Смех с доставкой на дом. [12+]
14.30 Московская неделя.
15.00 Дикие деньги. [16+]
15.55 90-е. [16+]
16.40 Прощание. [16+]
17.30 Крылья. [12+]
21.05 Женщина в беде. [12+]
00.40 События.
00.55 Викинг. [16+]
04.30 Юрий Антонов. Мечты сбываются и не сбываются. [12+]

Мир

05.45 Мультфильмы. [0+]
06.00 Миллион вопросов о природе. [6+]
06.10 Мультфильмы. [0+]
06.30 Такие странные. [16+]
07.00 Беларусь сегодня. [12+]
07.30 Мультфильмы. [0+]
09.00 Достояние республик. Восьмидесятые. [12+]
09.30 Наше кино. История большой любви. [12+]
10.00 Новости.
10.15 Как в ресторане. [12+]
10.45 Бежать. [16+]
16.00 Новости.
16.15 Бежать. [16+]
18.30 Вместе.
19.30 Бежать. [16+]
00.00 Вместе.
01.00 Бежать. [16+]
03.30 Дело гастронома № 1. [16+]

Че

05.00 Лига 8файт. [16+]
06.00 Мультфильмы. [0+]
07.50 100 великих. [16+]
08.30 Достать коротышку. [16+]
10.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
11.30 Молодая гвардия. [16+]
00.00 Отважная. [16+]
02.15 Письма с Иводзимы. [16+]

НТВ

05.00 Летят журавли. [0+]
06.55 Центральное телевидение. [16+]
08.00 Сегодня.
08.20 Их нравы. [0+]
08.45 Устами младенца. [0+]
09.25 Едим дома. [0+]
10.00 Сегодня.
10.20 Первая передача. [16+]
11.00 Чудо техники. [12+]
11.55 Дачный ответ. [0+]
13.00 НашПотребНадзор. [16+]
14.00 У нас выигрывают! [12+]
15.05 Своя игра. [0+]
16.00 Сегодня.
16.20 Следствие вели... [16+]
18.00 Новые русские сенсации. [16+]
19.00 Итоги недели.
20.10 Ты не поверишь! [16+]
21.10 Звёзды сошлись. [16+]
23.00 Трудно быть боссом. [16+]
00.10 Антикиллер Д.К. [16+]
02.00 Летят журавли. [0+]
03.55 Дорожный патруль. [16+]

Общественное телевидение России

08.05 Неоконченная история заселения Сибири. [12+]
09.05 Моя история. [12+]
09.30 Нужный выбор. [12+]
10.00 Три толстяка. [12+]
11.25 За дело! [12+]
12.15 От прав к возможностям. [12+]
12.30 Фигура речи. [12+]
12.55 Империя. Начало. [12+]
14.40 Во имя жизни. [12+]
15.35, 22.30 Вспомнить всё. [12+]
16.00, 23.40 Моя история. [12+]
16.30 Гамбургский счёт. [12+]
17.00, 19.00 Новости.
17.05 Послушаем вместе. Скрябин. [12+]
17.45, 19.05 Павлова — между прошлым и будущим. [12+]
23.00, 03.50 ОТРажение недели.
00.05 Ватерлоо. [12+]
02.15 Макаров. [12+]
04.30 Тайны разведки. Бомба для Советов. [12+]

История

05.20 Война. Первые четыре часа. [12+]
06.15 Король Артур. Легенда. [12+]
07.20 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. [12+]
08.15 Сокровища Древнего Рима. Рим без прикрас. [12+]
09.20 Война. Первые четыре часа. [12+]
10.10 Легенды канала имени Москвы. [12+]
11.10 Шёлковый путь. Фильм первый. [12+]
12.15 Юрий Соломин. Власть таланта. [12+]
13.10 Тайны истории. Тираны. [16+]
14.00 Станция «Восток». На пороге жизни. [16+]
15.50, 01.25 Война. Первые четыре часа. [12+]
16.45, 02.20 Король Артур. Легенда. [12+]
17.45, 03.20 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. [12+]
18.45, 04.15 Сокровища Древнего Рима. Рим без прикрас. [12+]
19.45 Легенды канала имени Москвы. [12+]
20.45 Шёлковый путь. Фильм первый. [12+]
21.45 Юрий Соломин. Власть таланта. [12+]
22.40 Тайны истории. Тираны. [16+]
23.35 Станция «Восток». На пороге жизни. [16+]

Русский иллюзион

06.15 Любить по-русски. [16+]
08.50 Над городом. [16+]
11.55 Питер. Лето. Любовь. [12+]
13.25 30 свиданий. [16+]
15.05 Русский бунт. [16+]
17.20 Марс. [16+]
19.10 Братья Ч. [16+]
21.05 Женщин обижать не рекомендуется. [16+]
22.45 Мой сводный брат Франкенштейн. [16+]
00.50 Зависть богов. [16+]
03.05 Превращение. [16+]
04.35 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]

TV 1000 Русское кино

05.05 Герой нашего времени. [12+]
06.20 Находка. [18+]
08.05 Вий. [12+]
10.20 Любовь с акцентом. [12+]
12.25 Блокбастер. [12+]
14.15 Упражнения в прекрасном. [12+]
16.15 Путешествие пана Кляксы. 1-я серия. [6+]
18.00 Мужчина с гарантией. [12+]
19.50 Вий. [12+]
22.20 Герой нашего времени. [12+]
00.20 Без границ. [12+]
02.20 Марафон. [12+]
04.20 Хардкор. [18+]

TV 1000

05.05 Шпион, выйди вон! [18+]
07.30 Семь лет в Тибете. [16+]
10.10 Паранорман, или Как приручить зомби. [6+]
12.10 Двенадцать друзей Оушена. [16+]
14.35 Телохранитель. [16+]
17.10 Семь лет в Тибете. [16+]
19.50 Охотники за привидениями. [12+]
22.00 Охотники за привидениями-2. [12+]
00.10 Эволюция. [12+]
02.10 Тринадцать друзей Оушена. [16+]
04.25 Впритык. [18+]

TV 1000 Action

05.15 Тревожный вызов. [16+]
07.10 Джейн берёт ружьё. [18+]
09.10 Неудержимые-3. [16+]
11.25 Дум. [16+]
13.20 Бандиты. [16+]
15.30 Забирая жизни. [16+]
17.30 Джейн берёт ружьё. [18+]
19.20 Тревожный вызов. [16+]
21.10 Starперцы. [16+]
23.05 300 спартанцев. [16+]
01.10 Код доступа «Кейптаун». [18+]
03.20 Астрал. [16+]

Иллюзион+

05.50 Она. [16+]
08.00 Инструкции не прилагаются. [12+]
10.05 Обитель проклятых. [16+]
11.55 Мужчина нарасхват. [16+]
13.40 Рио, я люблю тебя. [16+]
15.25 Инструкции не прилагаются. [12+]
17.25 Обитель проклятых. [16+]
19.15 Интерактивная викторина. [16+]
21.10 Поездка. [16+]
22.50 Проклятие нефритового скорпиона. [16+]
00.30 Ты не ты. [16+]
02.10 Побудь в моей шкуре. [16+]
04.00 Заклятые враги. [16+]

Дом кино

06.20 Акселератка. [12+]
07.45 Каждый вечер в одиннадцать. [12+]
09.05 Два Фёдора. [0+]
10.35 За двумя зайцами. [12+]
12.00 Неуловимые мстители. [6+]
13.25 Новые приключения неуловимых. [6+]
15.00 Где находится нофелет? [12+]
16.30 Д'Артаньян и три мушкетёра. [12+]
21.25 Кавказская пленница, или Новые приключения Шурика. [6+]
23.00 Девчата. [0+]
00.50 Дети Дон Кихота. [6+]
02.20 Укротительница тигров. [12+]
04.10 Старики-разбойники. [0+]

Русский роман

05.20 Отец поневоле. [12+]
07.10 Сила Веры. [16+]
11.00 Я подарю тебе любовь. [12+]
12.30 Райский уголок. [12+]
14.30 Надежда. [12+]
18.20 Война и мир супругов Торбеевых. [12+]
20.00 Крепкий брак. [12+]
22.00 Серьёзные отношения. [12+]
01.40 Папа для Софии. [12+]

Супер

05.00 Саша + Маша. [16+]
07.00 Кротик и Панда. М/с. [0+]
07.30 Врумиз. М/с. [0+]
08.30 Лео и Тиг. М/с. [0+]
09.00 Ми-Ми-Мишки. М/с. [0+]
10.00 Фиксики. М/с. [0+]
11.00 Король сафари. М/ф. [0+]
12.30 Родители. [12+]
17.30 Гражданский брак. [16+]
23.00 Зайцев + 1. [16+]

Мульт

05.50 Деревяшки.
06.30 Барбоскины.
07.00 Машины сказки.
08.00 Лунтик и его друзья.
08.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00 МУЛЬТсюрприз.
09.20 Бумажки.
10.00 Машины сказки.
10.25 Деревяшки.
11.00 Барбоскины.
11.25 Маша и Медведь.
12.00 Фиксики.
12.25 Лунтик и его друзья.
13.00 Ангел Бэби.
13.25 МУЛЬТсюрприз.
14.00 МУЛЬТсюрприз.
18.00 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
18.30 МУЛЬТсюрприз.
19.00 Барбоскины.
19.20 Машины сказки.
20.00 Маша и Медведь.
20.20 Смешарики.
20.50 Друзья на все времена.
22.00 Лунтик и его друзья.
22.30 Волшебный фонарь.
23.00 МУЛЬТсюрприз.
23.30 Барбоскины.
00.00 Сказка на ночь.
01.10 Ми-Ми-Мишки.
01.30 10 друзей кролика.
01.55 Везуха!
02.00 МУЛЬТсюрприз.

Читатель — газета — сайт

Спрашивайте — ответим!

Мы регулярно получаем комментарии на материалы газеты «Хакасия» и электронной её версии gazeta19.ru. А это значит, что находим темы, волнующие вас, дорогие читатели.

Юлия МИЗОНОВА

Сообщение от 30 мая **«В Хакасии девятиклассника удалили с экзамена по русскому языку»** (школьника вывели с ЕГЭ из-за взятого с собой мобильного телефона) прокомментировал **Сергей**: *«Наводил при помощи него справки? Или забыл его в кармане, и он зазвонил? Это же большая разница!»* К сожалению для выпускников, разницы здесь никакой. Глава Рособрнадзора Сергей Кравцов в интервью «Российской газете» отметил: «В пункте проведения экзамена запрещается иметь при себе средства связи. В случае нарушения этого требования человек будет удалён с экзамена, а его результаты аннулированы. И не важно, когда был обнаружен телефон, — в конце экзамена или в начале».

В газете мы не раз писали о правилах противопожарной безопасности, а 30 мая на сайте мы опять напомнили об этом материалом **«Жителям Хакасии не рекомендуется играть с огнём»**. **Виктор** прокомментировал: *«С огнём, конечно, играть не надо, но зачем такие строгости. Смотрел, как МЧС и полиция в лесу на человека напали и давай ему штраф выписывать не за то, что он с огнём там играется, а за то, что в лес зашёл. У нас что, ограничение свободы, в лес нельзя сходить свежим воздухом подышать! Кому такое могло в голову прийти»*. Нам тоже хочется гулять в лесу, особенно летом, но если введён особый противопожарный режим, то населению ограничивается и просто посещение лесов. Таков закон. Так ведь потому и гореть стали меньше. Кстати, сейчас противопожарный режим на территории Хакасии продлён до 17 июня.

Новость от 31 мая о проведении предварительного голосования **«Жителям Хакасии предлагают выбрать кандидатов от «Единой России»** заинтересовала многих читателей, **Вася** пишет нам 4 июня: *«Почему никто не напечатал итоги этого голосования? Или это секретная информация, или мероприятие было для галочки? Очень жаль, ни одно издание сегодня этого не опубликовало»*. Конкретные итоги праймериз были подведены 5 июня и опубликованы на нашем сайте, а также появятся в газете «Хакасия».

Только цифры

За неделю с 30 мая по 5 июня сайт gazeta19.ru посетили 30 097 человек, статьи были просмотрены 72 224 раза. Самая высокая посещаемость была 3 июня — 10 569 посетителей, 17 077 просмотров. Наибольшей популярностью пользовались материалы «В Абакане на развязке около аэропорта разбилась иномарка» — 8605 просмотров, «МЧС Хакасии предупреждает об аномальных метеоусловиях» — 4552 просмотра и «СМИ: известный музыкант Хакасии покончил с собой» — 4193 просмотра.

Наш конкурс. За талантливый рисунок вручены призы редакции

Дети рисуют семью, дети рисуют радость

На нашем сайте gazeta19.ru с 14 по 31 мая проходило онлайн-голосование конкурса «Моя семья», объявленного газетой «Хакасия».

Читатели голосовали за самые яркие, интересные и трогательные рисунки, которые прислали дети разных возрастов со всей республики.

1 июня мы наградили победительницу, которую выбрали посетители сайта gazeta19.ru и читатели газеты. Ею стала Дарья Горбатых — ученица 11-го класса из села Копьёво, обучающаяся в студии ИЗО «Мир и человек» Копьёвского районного дома детского творчества.

Даша отличилась не только в нашем конкурсе: она заняла второе место в номинации «Премия имени В.А. Тодыкова в области изобразительного искусства и декоративно-прикладного творчества» республиканского фестиваля «Одарённый учитель — одарённый ребёнок», стала участницей космической смены в «Артеке» за победу в конкурсе проектов «Эмблема уполномоченного по правам ребёнка» и работу в детском общественном совете при уполномоченном по правам ребёнка Республики Хакасия.

Дарья Горбатых — победительница конкурса рисунков.

Надеемся, что подарки от редакции газеты «Хакасия» — набор разнообразных товаров для творчества — помогут Дарье и дальше совершенствовать свои творческие способности. А сувениры от сайта будут напоминать о победе в конкурсе. Поздравляем!