

ПОНЕДЕЛЬНИК,

АВГУСТ 4

1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО.
09.00 НОВОСТИ.
09.05 «Малахов +»
10.20 Модный приговор.
11.20 Контрольная закупка.
12.00 НОВОСТИ.
12.05 «Ералаш»
12.20 «Агент национальной безопасности», т/с.
13.20 «Детективы»
14.00 Другие новости.
14.20 «Понять, Простить»
15.00 НОВОСТИ.
15.20 «Огонь любви», т/с.
16.10 «Давай поженемся», т/с.
17.00 «Федеральный судья»
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.20 Жди меня.
19.10 «След», т/с.
20.00 «Монтекристо», т/с.
21.00 ВРЕМЯ.
21.30 «Спасите наши души», т/с.
22.30 «На ночь глядя»
23.10 «Любовницы», т/с.
00.20 «Офис», т/с.
00.40 «Семь поколений рок-н-ролла»
01.40 Острозащитный фильм «28 дней спустя»
03.30-04.50 Фильм «Догора».

РОССИЯ

05.00 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
06.35, 08.34 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
07.35 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

07.25 Доброе утро, Россия!
08.50 «Год Золотой Рыбки», х/ф.
11.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

11.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.



ТАЙГА ХИРЭЗЛЕРИ

ЗАВОД ӨРТЭЭ-БИЛЕ

Бизини (Honda) болон элери Чиддер, адырар станок, запчасты. Бистер Вi-metal, Udehoim. Бистер» дайындары, чиддар, адырар турар.

Тел. 8 (906) 997-28-90
5-06-83

ВТОРНИК,

АВГУСТ 5

1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО.
09.00 НОВОСТИ.
09.05 «Малахов +»
10.20 Модный приговор.
11.20 Контрольная закупка.
12.00 НОВОСТИ.
12.20 «Агент национальной безопасности», т/с.
13.20 Детективы.
14.00 Другие НОВОСТИ.
14.20 Понять, Простить.
15.00 НОВОСТИ (с субтитрами).
15.20 «Огонь любви», т/с.
16.10 «Давай поженемся», т/с.
17.00 Федеральный судья.
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).
18.20 Пусть говорят.
19.10 «След», т/с.
20.00 «Монтекристо»
21.00 ВРЕМЯ.
21.30 «Спасите наши души», т/с.
22.30 «На ночь глядя»
23.20 «Любовницы», т/с.
00.30 «Офис», т/с.
01.00 «Капоте», х/ф.
03.00 - 04.35 Острозащитный фильм «Челюсти-3».

РОССИЯ

05.00 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
06.35, 08.34 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
07.35 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

07.25 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
08.55 Железнодорожный проект «Кызыл — Курагино: ход реализации. Прямой эфир. Т. 5-14-41.
09.30 Хөгжүмнүг байыр.
09.40 Навигатор.

РОССИЯ

09.45 «Шахматист», т/с.
10.45 ВЕСТИ. Дежурная часть.
11.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

11.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

11.45 «Шахматист», т/с.
12.45 «Труффальдино из Бергамо».
14.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-СИБИРЬ.

РОССИЯ

14.40 «Взрослые игры», т/с.
15.35 Суд идет.
16.30 «Кулагин и партнеры», т/с.

РОССИЯ

11.45 «Старые дела», т/с.
12.40 «Труффальдино из Бергамо».
14.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-СИБИРЬ.

РОССИЯ

14.40 «Взрослые игры», т/с.
15.35 «Суд идет»
16.30 «Кулагин и партнеры»
17.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 Вести. Дежурная часть.
18.05 «Женщина без прошлого», т/с.
19.00 «Родные люди», т/с.
20.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 «Колдовская любовь», т/с.
22.00 «Осенний детектив», т/с.
22.55 «Городок»
23.50 «ВЕСТИ+»
00.10 «Честный детектив»
00.40 - 01.37 «Горыныч и Виктория».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов».
06.55 «Смешарики», м/с.
07.00 «Моя прекрасная няня», т/с.
07.30 «Папины дочки», т/с.
08.00 «Рыжая», т/с.
09.00 «6 кадров». Скетч-шоу.
09.30 «Кто в доме хозяин?», т/с.
10.00 «Галилео»
10.30 «Моя прекрасная няня», т/с.
11.30 «Дочки-матери», т/с.
12.30 «Люба, дети и завод», т/с.
13.00 «Приключения Гекльберри Финна», м/с.
13.30 «Шаман Кинг», м/с.
14.00 «Звездный врата», м/с.
14.30 «Обан. Звездные гонки», м/с.
15.00 «Люди в черном», м/с.
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц», м/с.
16.00 «Таинственный портал», т/с.
16.30 «Галилео»
17.00 «Моя прекрасная няня», т/с.
17.30 «Доктор Кто», т/с.

18.30 «6 кадров». Скетч-шоу.
19.00 «Папины дочки», т/с.
20.00 «Рыжая», т/с.
21.00 «Атлантида», т/с.
21.58 Скажи!
22.00 «Идущий в огне», х/ф.
00.00 «6 кадров».
00.30 «Слава богу, ты пришел!»
01.45 «Золотой час», т/с.
03.15 «Дочки-матери», т/с.
04.15 «Доктор Кто», т/с.
05.00 - 05.20 Музыка на СТС.

НТВ

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ.
08.05 «Следствие вели...»
09.00 «Аэропорт-2», т/с.
10.00 СЕГОДНЯ.
10.25 «Наказание. Русская тюрьма вчера и сегодня».
10.55 «Кулинарный поединок».
11.55 «Квартирный вопрос».
13.00 СЕГОДНЯ.
13.25 «Дорожный патруль», т/с.
15.30 «Обзор. Чрезвычайное происшествие».
16.00 СЕГОДНЯ.
16.35 «Возвращение Мухтара», т/с.
18.30 «Обзор. Чрезвычайное происшествие».
19.00 СЕГОДНЯ.
19.40 «Слепой. Оружия возмездия», т/с.
20.40 «Час Волкова», т/с.
21.40 «Закон и порядок», т/с.
22.40 СЕГОДНЯ.
23.00 «Проклятый рай», т/с.
00.55 «Футбольная ночь»
01.30 Боевик «Риск без контракта»
03.10 «Возвращение Мухтара», т/с.
04.05 «Преступление в стиле модерн».

04.45 - 06.00 «Бэтмен-3», м/с.
06.00 «Мое второе «я», т/с.
06.55 «Глобальные новости».
07.00 «Такси»
07.30 «Ох уж эти детки», м/с.
08.00 «Москва: инструкция по применению»
08.30 «Необъяснимо, но факт - Пункт назначения»
09.30 «Счастливы вместе», т/с.
10.30 «Саша + Маша», т/с.
11.00 «Крутые бобры», м/с.
11.30 «Детки подросли», м/с.
12.00 «Приключения Джимми Нейтрона, мальчика-гения», м/с.
12.30 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.

ТНТ

06.00 «Мое второе «я», т/с.
06.55 «Глобальные новости».
07.00 «Такси»
07.30 «Ох уж эти детки», м/с.
08.00 «Москва: инструкция по применению»
08.30 «Необъяснимо, но факт - Пункт назначения»
09.30 «Счастливы вместе», т/с.
10.30 «Саша + Маша», т/с.
11.00 «Крутые бобры», м/с.
11.30 «Детки подросли», м/с.
12.00 «Приключения Джимми Нейтрона, мальчика-гения», м/с.
12.30 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.

13.00 СЕГОДНЯ.
13.30 «Спецгруппа», т/с.
14.30 Суд присяжных.
15.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.35 «Возвращение Мухтара», т/с.
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
19.00 СЕГОДНЯ.
19.40 «Слепой. Оружия возмездия», т/с.
20.40 «Час Волкова», т/с.
21.40 «Закон и порядок», т/с.
22.40 СЕГОДНЯ.
23.00 «Проклятый рай», т/с.
00.50 Главная дорога.
01.25 Фильм «Панчо Вилья»
03.40 «Легенда о Тампуке», т/с.
04.45 «Джоуи-2», т/с.
05.35 - 06.00 «Бэтмен-3», м/ф.

ТНТ

06.00 «Мое второе «я», т/с.
06.55 Глобальные новости.
07.00 Новости. Патруль.
08.00 Москва: инструкция по применению.
08.30 «Необъяснимо, но факт - Тайны двух столиц»
09.30 «Счастливы вместе», т/с.
10.30 «Гуманоиды в Королеве», т/с.
11.00 «Крутые бобры», м/с.
11.30 «Детки подросли», м/с.
12.00 «Приключения Джимми Нейтрона, мальчика-гения», м/с.
12.30 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.
13.00 «Тоталли Спайс», м/с.
13.30 «Счастливы вместе», т/с.
14.00 Развлекательно-познавательная программа «Сакваож»
14.30 «Дом-2. Live»
16.10 «Каникулы в Вегасе», х/ф.
18.00 «Счастливы вместе», т/с.
18.30 «Гуманоиды в Королеве», т/с.
19.00 Новости.
19.30 Москва: инструкция по применению.
20.00 «Счастливы вместе», т/с.
21.00 «Дом-2. Город любви»
22.00 «Призрак в законе», комедия.
23.55 «Дом-2. После заката»
00.25 Новости.
00.55 «Комеди Клуб»
01.55 «Список»
03.45 «Дом-2. Новая любовь!»
04.35 - 05.45 «Мое второе «я», т/с.

5 КАНАЛ

07.00 «Утро в большой стране»
10.30 Сейчас.
10.35 «Последний император ацтеков»
11.35 «Кармелита», т/с.
13.30 Сейчас.
13.45 «Жизнь как жизнь».

13.00 «Тоталли Спайс», м/с.
13.30 «Такси в Питере»
14.00 «Женская лига: парни, деньги и любовь»
14.30 «Дом-2. Live»
16.05 «Иван Бровкин на целине», х/ф.
18.00 «Счастливы вместе», т/с.
18.30 «Гуманоиды в Королеве», т/с.
19.00 Новости, «Патруль»
20.00 «Счастливы вместе», т/с.
21.00 «Дом 2. Город любви»
22.00 Комедия «Космический Джем»
23.40 «Дом-2. После заката»
00.10 Новости, «Патруль»
00.40 «Комеди Клуб»
01.35 «Кимберли», д/ф.
03.45 «Дом-2. Новая любовь!»
04.35 «Мое второе «я», т/с.

5 КАНАЛ

07.00 «Утро в большой стране»
10.30 Сейчас.
10.35 «Последний император ацтеков»
11.35 «Кармелита», т/с.
13.30 Сейчас.
13.45 «Жизнь как жизнь»
14.30 «Любовь как любовь», т/с.
15.35 «Открытая студия»
16.30 Сейчас.
16.45 «Шпионки», т/с.
17.35 «Остров сокровищ», х/ф.
19.30 Сейчас.
19.50 «Еще немного желудей»
20.20 «Неизвестные сокровища Египта»
20.50 «Экстренный вызов 112»
20.55 «Главный подозреваемый»
22.00 «Экстренный вызов 112»
22.30 Сейчас.
22.50 Сейчас о спорте.
23.05 Живая история: «Как это делалось в Одессе». 1 с.
00.00 «12 разгневанных мужчин», х/ф.
02.00-05.20 «Преданность», х/ф. (Индия).

ДОМАШНИЙ

06.30 «Уроки доброты»
07.00 Домашние сказки.
07.30 «Моя жена меня приворожила», т/с.
08.00 Судебные страсти.
09.00 «Дела семейные»
10.00 Все под контролем.
11.00 Декоративные страсти.
11.30 «Незвездное детство» Ринат

14.30 «Любовь как любовь», т/с.
15.30 «Открытая студия»
16.30 «Сейчас»
16.45 «Шпионки», т/с.
17.35 «Спартанские гладиаторы», х/ф.
19.30 Сейчас.
19.50 «Хаос у выдр»
20.20 «Мой карманный Кинг-Конг»
20.50 «Экстренный вызов 112»
20.55 «Главный подозреваемый», т/с.
22.00 «Экстренный вызов 112»
22.30 Сейчас.
22.50 Сейчас о спорте.
23.00 Живая история: «Как это делалось в Одессе». 2 с.
00.00 «Мозг ценой в миллиард долларов», х/ф.
02.15 «Понюхай и улыбнись», х/ф.
03.55 - 06.10 «Метеор», х/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «Уроки доброты»
07.00 Домашние сказки.
07.30 «Моя жена меня приворожила», т/с.
08.00 Судебные страсти.
09.00 «Дела семейные»
10.00 Все под контролем.
11.00 Декоративные страсти.
11.30 «Незвездное детство». Виктория Пьер-Мари.
12.00 «День на «Домашнем». Сделай мне ребенка.
13.00 «Странная женщина», х/ф.
14.30 ИноСтранная кухня.
15.00 Судебные страсти.
16.00 «Дела семейные»
17.00 «Бедная Настя», т/с.
18.00 «Незвездное детство». Лариса Рубальская.
18.30 «Два лица страсти»
19.30 «Клон», т/с.
20.30 Домашние сказки.
21.00 «Русские амазонки», т/с.
22.00 «Она написала убийство», т/с.
23.00 «Моя жена меня приворожила», т/с.
23.30 «Странная женщина», х/ф.

Иброгимов.
12.00 «День на «Домашнем». Вся правда о здоровье»
13.00 «Предлагаю руку и сердце», х/ф.
14.45 Улицы мира.
15.00 Судебные страсти.
16.00 Дела семейные.
17.00 «Бедная Настя», т/с.
18.00 «Незвездное детство». Виктория Пьер-Мари.
18.30 «Два лица страсти», т/с.
19.30 «Клон», т/с.
20.30 Домашние сказки.
21.00 «Русские амазонки», т/с.
22.00 «Она написала убийство», т/с.
23.00 «Моя жена приворожила», т/с.
23.30 «Странная женщина», х/ф.
01.00 ИноСтранная кухня.
01.30 «Два лица страсти», т/с.
02.25 Все под контролем.
03.20 «Бедная Настя», т/с.
04.00 «Русские амазонки», т/с.
04.35 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

КУЛЬТУРА

07.00 «ЕВРОНЬЮС»
10.00 Новости культуры.
10.20 «В главной роли...»
10.50 «Зеркало Амазонки. Музей Гольди в Бразилии»
11.20 Фильм «В городе С.»
13.05 Письма из провинций. Поселок Калевала (Карелия).
13.30 «Все равно его не брошу». Агния Барто.
14.10 «Перед киноансамблем», х/ф.
15.20 «Цитаты из жизни»
16.00 «Впервые на арене», м/ф.
16.10 «Амазонка всерьез»
16.40 «Встреча с гением», х/ф.
17.35 «Человек и львы»
18.00 Венок театров. Латвийская национальная опера
18.45 Дом генерала Брусилова.
19.00 «Век полета: виражи и судьбы»
19.30 Новости культуры
19.50 «Так начиналась Америка»
20.45 Острова.
21.30 «Робин Гуд», х/ф.
23.00 Секретные физики. Олег Лаврентьев.
23.30 Новости культуры.
23.55 «Питер Кингдом», х/ф.
00.45 «Призрак Европы»
01.15 Э.Григ. «Из времен Хольберга»
01.40 «Так начиналась Америка»
02.35 - 02.55 «Каср Амра. Приют халифов пустыни».

00.45 «День на «Домашнем». Сделай мне ребенка»
01.45 «Два лица страсти», т/с.
02.40 Все под контролем.
03.30 «Бедная Настя», т/с.
04.15 «Русские амазонки», т/с.
05.00 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

КУЛЬТУРА

06.30 «ЕВРОНЬЮС»
10.00 Новости культуры.
10.20 «В главной роли...»
10.50 «В стране улыбок. Национальный музей Таиланда»
11.20 «Борис Годунов» Режиссер С.Бондарчук. 1-я серия.
12.35 «Обыкновенные вещи»
12.55 Письма из провинции. Петропавловск-Камчатский.
13.25 «Планета Михаила Аникишина»
14.05 «Такая короткая долгая жизнь»
15.10 «Сан-Суси. Замки и сады Потсдама»
15.30 «Театральная летопись». Кирилл Лавров.
16.00 «Ежевичная Поляна», м/с.
16.25 «Кибиточка на одном колесе», м/ф.
16.35 «Мечта Бизе»
17.30 «Аристотель и львы»
17.35 «Человек и львы»
18.00 «Фонтенбло. Прекрасный источник французских королей»
18.15 Национальная опера Украины.
19.00 «Век полета: виражи и судьбы»
19.30 Новости культуры.
19.50 «Древние миры. Возвращение из небытия»
20.45 Больше, чем любовь. Людмила Целиковская.
21.30 «Робин Гуд»
23.00 «Его Голгофа. Николай Вавилов»
23.30 Новости культуры.
23.50 «Нигде в Африке», х/ф.
02.05 - 02.55 «Древние миры. Возвращение из небытия».

Бистен сады алыңар

Алтайның дээди сорттун далганы - 600 рубль, Минусинскинин 1-ги сорттун далганы - 550 рубль, чигир - 1020 рубль, ангы-ангы янзылыг крупалар - килограммда 12 рубльден өрү өртектиг, үнүш үзү - 52 рубльден өрү өртектиг, Алтайның макароннары килограммда - 17 рубль, чарба - шоодайда - 80 рубль.

Бистиң адресивис: Кызыл хоорай, Загородный деп доора кудумчу, б.19а; «Эхнатон» баазаында 3-кү склад; Каменистая кудумчузунда б.15, Калинин кудумчузунда, б.25 склад 3.

Харылзажыр телефону: 5-38-40.

СРЕДА, АВГУСТ 6

1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО
09.00 НОВОСТИ
09.05 «Малахов +»
10.20 Модный приговор
11.20 Контрольная закупка
12.00 НОВОСТИ
12.20 «Агент национальной безопасности» т/с
13.20 Детективы
14.00 Другие НОВОСТИ
14.20 Понять. Простить
15.00 НОВОСТИ (с субтитрами)
15.20 «Огонь любви» т/с
16.10 «Давай поженемся» т/с
17.00 Федеральный судья
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами)
18.20 Пусть говорят
19.10 «След» т/с
20.00 «Монтекрристо» т/с
21.00 ВРЕМЯ
21.30 «Спасите наши души» т/с
22.30 «На ночь глядя»
23.20 «Любовницы» т/с
00.30 «Офис» т/с
01.00 Комедия «Чумовые боты»
03.00 - 04.45 Романтическая комедия «Только ты»

РОССИЯ

05.00 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
06.35, 08.34 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
07.35 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

08.55 «Родовое проклятие Ганди»
09.45 «Шахматист» т/с
10.45 ВЕСТИ. Дежурная часть
11.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

11.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

11.45 «Шахматист» т/с
12.45 «Трест, который лопнул» т/с
14.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-СИБИРЬ.

ЧЕТВЕРГ, АВГУСТ 7

1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО
09.00 НОВОСТИ
09.05 «Малахов +»
10.20 Модный приговор
11.20 Контрольная закупка
12.00 НОВОСТИ
12.20 «Агент национальной безопасности» т/с
13.20 Детективы
14.00 Другие НОВОСТИ
14.20 Понять. Простить
15.00 НОВОСТИ
15.20 «Огонь любви» т/с
16.10 «Давай поженемся» т/с
17.00 Федеральный судья
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами)
18.20 Пусть говорят
19.10 «След» т/с
20.00 «Монтекрристо» т/с
21.00 ВРЕМЯ
21.30 «Спасите наши души» т/с
22.30 «Память о счастье»
23.30 «Любовницы» т/с
00.40 «Офис» т/с
01.10 «Выборы» фильм
03.10 - 04.40 «Лига джентльменов апокалипсиса» х/ф

РОССИЯ

05.00 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
06.35, 08.34 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

08.55 «Кышка белеткел - хуннун айтыры. Дорт эфир 5-14-41
09.30 Хөгжүмнүг байыр.
09.40 Навигатор.
09.50 «Мужчины не плачут-2» т/с
10.45 ВЕСТИ. Дежурная часть
11.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

11.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

11.45 «Мужчины не плачут-2» т/с
12.40 «Трест, который лопнул» т/с
14.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-СИБИРЬ.

РОССИЯ

14.40 «Взрослые игры» т/с
15.35 Суд идет
16.30 «Кулагин и партнеры» т/с
17.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.

РОССИЯ

14.40 «Взрослые игры» т/с
15.35 Суд идет
16.30 «Кулагин и партнеры» т/с
17.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть
18.05 «Женщина без прошлого» т/с
19.00 «Родные люди» т/с
20.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Пираты XX века. Ерменко - Нигматулин»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Приключенческий фильм «Голова Горгоны»
01.55 - 02.08 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с.

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-СИБИРЬ.

РОССИЯ

14.40 «Взрослые игры» т/с
15.35 Суд идет
16.30 «Кулагин и партнеры» т/с
17.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Простите голуби... История двух одиночеств»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Фильм «Жизнь взаимы»
02.40 - 02.53 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с
21.58 Скажи!
22.00 «Возвращение универсального солдата» х/ф
23.35 «6 кадров» Скetch-шоу
00.30 Слава богу, ты пришел!
01.45 «Танцы под звездами» т/с
03.45 «Дочки-матери»
04.35 - 05.20 «Доктор Кто».

«ТЫВА»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Простите голуби... История двух одиночеств»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Фильм «Жизнь взаимы»
02.40 - 02.53 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с
21.58 Скажи!
22.00 «Возвращение универсального солдата» х/ф
23.35 «6 кадров» Скetch-шоу
00.30 Слава богу, ты пришел!
01.45 «Танцы под звездами» т/с
03.45 «Дочки-матери»
04.35 - 05.20 «Доктор Кто».

«ТЫВА»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.

21.58 Скажи!
22.00 «Изо всех сил» х/ф
23.50 «6 кадров» Скetch-шоу
00.30 Слава богу, ты пришел!
01.45 «Танцы под звездами» т/с
03.45 «Дочки-матери»
04.35 - 05.20 «Доктор Кто» м/с.

НТВ

06.00 СЕГОДНЯ утром
08.05 «Бальзаковский возраст, или Все мужики сво...-2» т/с
09.00 «Аэропорт-2» т/с
10.00 СЕГОДНЯ
10.25 «Спасатели»
11.00 «Таксистка» т/с
13.00 СЕГОДНЯ
13.30 «Спецгруппа» т/с
14.30 Суд присяжных
15.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие
16.00 СЕГОДНЯ
16.35 «Возвращение Мухтара» т/с
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие
19.00 СЕГОДНЯ
19.40 «Слепой. Оружие возмездия» т/с.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Пираты XX века. Ерменко - Нигматулин»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Приключенческий фильм «Голова Горгоны»
01.55 - 02.08 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Простите голуби... История двух одиночеств»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Фильм «Жизнь взаимы»
02.40 - 02.53 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Простите голуби... История двух одиночеств»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Фильм «Жизнь взаимы»
02.40 - 02.53 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с
21.58 Скажи!
22.00 «Возвращение универсального солдата» х/ф
23.35 «6 кадров» Скetch-шоу
00.30 Слава богу, ты пришел!
01.45 «Танцы под звездами» т/с
03.45 «Дочки-матери»
04.35 - 05.20 «Доктор Кто».

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Простите голуби... История двух одиночеств»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Фильм «Жизнь взаимы»
02.40 - 02.53 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с
21.58 Скажи!
22.00 «Возвращение универсального солдата» х/ф
23.35 «6 кадров» Скetch-шоу
00.30 Слава богу, ты пришел!
01.45 «Танцы под звездами» т/с
03.45 «Дочки-матери»
04.35 - 05.20 «Доктор Кто».

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Простите голуби... История двух одиночеств»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Фильм «Жизнь взаимы»
02.40 - 02.53 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с
21.58 Скажи!
22.00 «Возвращение универсального солдата» х/ф
23.35 «6 кадров» Скetch-шоу
00.30 Слава богу, ты пришел!
01.45 «Танцы под звездами» т/с
03.45 «Дочки-матери»
04.35 - 05.20 «Доктор Кто».

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Колдовская любовь» т/с
22.00 «Осенний детектив» т/с
22.55 «Простите голуби... История двух одиночеств»
23.50 ВЕСТИ+
00.10 Фильм «Жизнь взаимы»
02.40 - 02.53 «Дорожный патруль».

СТС

06.00 «Зена - королева воинов»
06.55 «Смешарики» м/с
07.00 «Моя прекрасная няня» т/с
07.30 «Палыны дочери» т/с
08.00 «Рыжая» т/с
09.00 «6 кадров» Скetch-шоу
09.30 «Атлантида» т/с
10.30 «Моя прекрасная няня» т/с
11.30 «Дочки-матери» т/с
12.30 «Люба, дети и завод» т/с
13.00 «Приключения Гекльберри Финна» м/с
13.30 «Шаман Кинг» м/с
14.00 «Звездные врата» м/с
14.30 «Обан. Звездные гонки» м/с
15.00 «Люди в черном» м/с
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц» м/с
16.00 «Таинственный портал» т/с
16.30 Галилео
17.00 «Моя прекрасная няня» т/с
17.30 «Доктор Кто» т/с
18.30 «6 кадров» Скetch-шоу
19.00 «Палыны дочери» т/с
20.00 «Рыжая» т/с
21.00 «Атлантида» т/с
21.58 Скажи!
22.00 «Возвращение универсального солдата» х/ф
23.35 «6 кадров» Скetch-шоу
00.30 Слава богу, ты пришел!
01.45 «Танцы под звездами» т/с
03.45 «Дочки-матери»
04.35 - 05.20 «Доктор Кто».

18.30 «Гуманоиды в Королеве» т/с
19.00 НОВОСТИ
19.30 Москва. инструкция по применению
20.00 «Счастливы вместе» т/с
21.00 «Дом-2. Город любви»
22.00 «Человек-метеор» комедия
23.55 «Дом-2. После заката»
00.25 НОВОСТИ
00.55 «Комеди Клуб»
01.55 «Нарочно не придумаешь» х/ф
03.50 «Дом-2. Новая любовь!»
04.45 - 05.45 «Мое второе «я» т/с.

5 КАНАЛ

07.00 «Утро в большой стране»
10.30 Сейчас
10.35 «Билли Холидей»
11.35 «Кармелита» т/с
13.30 Сейчас
13.45 «Жизнь как жизнь»
14.30 «Любовь как любовь» т/с
15.30 «Открытая студия»
16.30 Сейчас
16.45 «Шпионки» т/с
17.35 «Кафе «Багдад» х/ф
19.30 Сейчас
19.50 «Очарование тигра»
20.20 «Из каменного века»
20.50 «Экстренный вызов 112»
20.55 «Главный подозреваемый» т/с
22.00 «Экстренный вызов 112»
22.30 Сейчас
22.50 Сейчас о спорте
23.00 Живая история: «Как это делалось в Одессе» 3 с
00.00 «Сглазили!» х/ф
02.05 «Полулей убийцы» х/ф

ПЯТНИЦА,

АВГУСТ 8

1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО.
09.00 НОВОСТИ.
09.05 «Малахов +»
10.20 Модный приговор.
11.20 Контрольная закупка.
12.00 НОВОСТИ.
12.20 «Агент национальной безопасности», т/с.
13.20 Детективы.
14.00 Другие НОВОСТИ.
14.20 Понять. Простить.
15.00 НОВОСТИ.
15.20 «Огонь любви», т/с.
16.10 «Давай поженимся», т/с.
17.00 Федеральный судья.
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).
18.20 Пусть говорят.
19.00 Поле чудес.
20.00 «Монтекристо», т/с.
21.00 ВРЕМЯ.
21.25 «Минута славы». Лучшее.
22.50 «Ангелы Чарли. Только вперед», х/ф.
00.50 Фильм «Идальго».
03.10 «Джон и Мэри», х/ф.
04.40 - 05.20 «Девятилетний детектив», т/с.

РОССИЯ

05.00 Доброе утро, Россия!
«Тыва»
06.35, 08.34 Местное время. ВЕСТИ-Тыва ЧЕРДЕ.
07.35 Местное время. ВЕСТИ-Тыва.

РОССИЯ

07.25 Доброе утро, Россия!
08.55 «Мой серебряный шар. Грейс Келли». Ведущий - Виталий Вульф.
09.50 «Мужчины не плачут-2», т/с.
10.45 ВЕСТИ. Дежурная часть.
11.00 ВЕСТИ.

«Тыва»

11.25 Местное время. ВЕСТИ-Тыва ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

11.45 «Мужчины не плачут-2», т/с.
12.40 «Трест, который лопнул», д/с.
14.00 ВЕСТИ.

«Тыва»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-СИБИРЬ.

РОССИЯ

14.40 «Все должны умереть», х/ф.
17.00 ВЕСТИ.

«Тыва»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-Тыва ЧЕРДЕ.

СУББОТА,

АВГУСТ 9

1 КАНАЛ

05.30 «Большое приключение Пятачка», х/ф.
06.00 НОВОСТИ.
06.30 «Большое приключение Пятачка», х/ф. Продолжение.
06.50 «Убийство в Саншайн-Менор», х/ф.
08.20 Играй, гармонь любимая!
09.00 Слово пастыря.
09.20 Здоровье.
10.00 НОВОСТИ.
10.30 Смак.
11.10 Документальный фильм.
12.00 НОВОСТИ.
12.10 «Магия десятка».
13.00 «Сыщики», х/ф.
15.00 На XXIX летних Олимпийских играх в Китае.
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).
18.10 «Выиграть Олимпиаду».
19.10 «Наталья Кустинская. Расплата за любовь».
20.10 «Можешь? Спой!»
21.00 ВРЕМЯ.
21.20 «Травести», х/ф.
23.00 Комедия «Босиком по мостовой».
01.10 «Самый длинный день», х/ф.
04.00 «Подружка невесты», х/ф.
05.30 - 05.55 «Зверинец».

РОССИЯ

06.00 Доброе утро, Россия!
07.30 Студия «Здоровье».
08.00 ВЕСТИ.

«Тыва»

08.10 Местное время. ВЕСТИ-Тыва.

РОССИЯ

08.20 «Утренняя почта».
09.00 «Дракон», м/ф.
09.20 Георгий Жженов «Русский крест». Фильм 2-й.
11.00 ВЕСТИ.

«Тыва»

11.10 Местное время. ВЕСТИ-Тыва ЧЕРДЕ.
11.20 «НААДЫМ-2008» Өвүр кожунга болган республика наадымындан репортаж.
12.00 Хөгжүмнүг байыр.
12.10 Коллаж.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.
18.05 «Юрмала». Международный фестиваль юмористических программ.
20.00 Церемония открытия XXIX летних Олимпийских игр в Пекине.
00.00 «Как найти мужа?»
00.55 - 02.52 «Праздник любви», х/ф.

СТС

06.00 «Зена - королева воинов».
06.55 «Смешарики», м/с.
07.00 «Моя прекрасная няня», т/с.
07.30 «Папины дочки», т/с.
08.00 «Рыжая», т/с.
09.00 «6 кадров». Скетч-шоу.
09.30 «Атлантида», т/с.
10.30 «Моя прекрасная няня», т/с.
11.30 «Дочки-матери», т/с.
12.30 «Люба, дети и завод», т/с.
13.00 «Приключения Гекльберри Финна», м/с.
13.30 «Шаман Кинг», м/с.
14.00 «Звездные врата», м/с.
14.30 «Обан. Звездные гонки», м/с.
15.00 «Люди в черном», м/ф.
15.30 «Клуб Винкс - Школа волшебниц», м/с.
16.00 «Таинственный портал», т/с.
16.30 Галилео.
17.00 «Моя прекрасная няня», т/с.
17.30 «Доктор Кто», т/с.
18.30 «6 кадров». Скетч-шоу.
19.00 «Папины дочки», т/с.
20.00 «Рыжая», т/с.
20.58 Скажи!
21.00 «Восход Меркурия», х/ф.
23.05 «Клад», х/ф.
01.20 «Танцы под звездами», т/с.
03.20 «Дочки-матери», т/с.
04.15 «Доктор Кто».
05.00 - 05.20 Музыка на СТС.

НТВ

06.00 СЕГОДНЯ утром.
08.05 «Бальзаковский возраст, или Все мужики сво...-2», т/с.
09.00 «Аэропорт-2», т/с.
10.00 СЕГОДНЯ.
10.25 «Победившие смерть», д/с.
11.00 «Таксистка», т/с.
13.00 СЕГОДНЯ.
13.30 «Спецгруппа», т/с.
14.30 Суд присяжных.
15.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.35 «Возвращение Мухтара», т/с.
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.

19.00 СЕГОДНЯ.

19.40 «Следствие вели...».
20.35 «Ходят слухи», х/ф.
22.30 «Полицейская академия-6. Осажденный город», х/ф.
00.10 Остроумный фильм «Джейсон Икс».
01.55 «Возвращение Мухтара», т/с.
02.50 «Легенда о Тампуке», т/с.
03.55 «Джоуи-2», т/с.
04.45 - 05.35 «Бэтмен-3», м/с.

ТНТ

06.00 «Мое второе «я», т/с.
06.55 Глобальные новости.
07.00 Новости.
07.30 «Ох, уж эти детки!», м/с.
08.00 Москва: инструкция по применению.
08.30 «Интуиция».
09.30 «Счастливы вместе», т/с.
10.30 «Гуманоиды в Королеве», т/с.
11.00 «Крутые бобры», м/с.
11.30 «Детки подросли», м/с.
12.00 «Приключения Джими Нейтрона, мальчика-гения», м/с.
12.30 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.
13.00 «Тоталли Слайс», м/с.
13.30 «Счастливы вместе», т/с.
14.00 «Женская лига: парни, деньги и любовь».
14.30 «Дом-2 Live».
16.20 «Курьер», х/ф.
18.00 «Счастливы вместе», т/с.
18.30 «Гуманоиды в Королеве», т/с.
19.00 Новости. Расклад недели.
20.00 Интуиция.
21.00 «Дом-2. Город любви».
22.00 «Наша Russia».
22.30 Смех без правил.
23.25 «Секс с Анфисой Чеховой».
23.55 «Дом-2. После заката».
00.25 Новости. Расклад недели.
00.55 «Убойная лига».
02.00 «Монолит», х/ф.
03.55 «Дом-2 Новая любовь!»
04.50 - 05.45 «Мое второе «я», т/с.

5 КАНАЛ

07.00 «Утро в большой стране».
10.30 Сейчас.
10.35 «Дрю Бэрримор».
11.35 «Кармелита», т/с.
13.30 Сейчас.
13.45 «Жизнь как жизнь».
14.30 «Любовь как любовь», т/с.
15.35 «Открытая студия».
16.30 «Сейчас».
16.45 «Шпионки», т/с.
17.30 «Прекрасные времена в Шлессарте», х/ф.
19.30 Сейчас.
19.50 «Погружение с тюленями».

13.25 Особо опасен!

14.05 «Кремлевские дети». «Владимир Микоян. Погиб смертью храбрых».
15.05 Своя игра.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.20 «Женский взгляд».
17.00 «Угро. Простые парни-2», детективный сериал.
19.00 СЕГОДНЯ.
19.40 Профессия - репортер.
20.05 «Программа максимум».
21.05 «Русские сенсации».
21.55 Ты не поверишь!
22.35 «Приключения Плуто Нэша», боевик.
00.25 «Рим», т/с.
02.20 «Вся президентская рать», фильм.
05.00 - 05.45 «Джоуи-2», т/с.

ТНТ

06.00 «Ох, уж эти детки!», м/с.
07.00 «Кларисса», м/с.
07.55 Новости. Расклад недели.
09.00 «Дом-2. Город любви».
10.00 «Школа ремонта».
11.00 «Любовницы», д/ф.
12.00 Битва экстрасенсов.
13.00 Клуб бывших жен.
14.00 «Cosmopolitan» Видеверсия.
15.00 Большое кино по выходным.
«Бумер».
17.10 «Саша + Маша», т/с.
18.00 Танцы без правил.
19.00 Развлекательно-познавательная программа «Саквож».
19.30 «Такси» в Питере.
20.00 «Необъяснимо, но факт».
«Чудеса и фокусы».
21.00 «Дом-2. Город любви».
22.00 Комеди Клаб.
23.00 «Наша Russia». Комедия.
23.30 Убойная лига.
00.30 «Секс» с Анфисой Чеховой.
01.05 «Дом-2. После заката».
01.35 «Электра», х/ф.
03.20 «Дом-2. Новая любовь!»
04.15 «Мое второе «я», т/с.
05.10 - 05.45 «Алло, гараж».

5 КАНАЛ

07.00 «За столом с Бертом Вулфом».
07.35 «Абсолютно дикие».
08.00 «Полай - моряк», м/ф.

20.20 «Тайна мумии инков».
20.50 «Экстренный вызов 112».
20.55 «Главный подозреваемый», т/с.
22.00 «Экстренный вызов 112».
22.30 Сейчас.
22.50 «Бобби», х/ф.
01.55 «Любовь блондинки», х/ф.
03.35 «Софт-рок 60-х» Классика рока.
04.20 - 05.25 «Лучшее из Голливуда вместе с Табом Хантером», х/ф.

ДОМАШНИЙ

06.30 «Чудеса света». «Азбука-малышка».
07.00 Домашние сказки.
07.30 «Моя жена меня приворожила», т/с.
08.00 Судебные страсти.
09.00 Дела семейные.
10.00 Все под контролем.
11.00 Декоративные страсти.
11.30 «Незвездное детство». Ирина Слуцкая.
12.00 «Мир в твоей тарелке» с Татьяной Веденевой.
13.00 «Цинциннати Кид», х/ф.
15.00 Судебные страсти.
16.00 Дела семейные.
17.00 «Бедная Настя», т/с.
18.00 «Незвездное детство». Олег Яковлев.
18.30 «Два лица страсти», т/с.
19.30 «Клон», т/с.
20.30 Домашние сказки.
21.00 «Московская сага», т/с.
22.00 «Она написала убийство», т/с.
23.00 «Моя жена меня приворожила», т/с.
23.30 «Мое сердце для тебя», х/ф.
02.55 «Мир в твоей тарелке» с Татьяной Веденевой.
03.45 «Два лица страсти», т/с.

04.30 Все под контролем.
05.15 - 06.10 «Московская сага», т/с.

КУЛЬТУРА

06.30 «ЕВРОНЬЮС».
10.00 Новости культуры.
10.20 «В главной роли...»
10.50 «Школа злословия». Режиссер А. Роом.
13.40 «Осенние портреты».
14.05 «Такая короткая долгая жизнь», х/ф.
15.15 «Саповнела».
15.30 «Театральная летопись». Кирилл Лавров.
16.00 «Ежевичная Поляна», м/с.
16.25 «Будь здоров!», м/ф.
16.40 «Последний шанс Генделя».
17.30 «Илья Репин».
17.35 «Человек и львы».
18.00 «Люксембург. Европейская крепость».
18.15 Национальная опера «Эстония».
19.00 «Век полета: виражи и судьбы».
19.30 Новости культуры.
19.50 «Сферы».
20.35 «Доживем до понедельника». Режиссер С. Росточкий.
22.20 «Замок в Мальборке. Мариенбург. Резиденция тевтонского ордена».
22.35 Линия жизни. Виктор Ерофеев.
23.30 Новости культуры.
23.55 «Лето 2004 года» Режиссер С. Кроммер.
01.25 К Сен-Сане Вариации на тему Бетховена.
01.55 «Сферы».
02.35 - 02.55 «Люксембург. Европейская крепость».

Куда платьези
Чараш куда платьеери бисте бар.
Куда платьеерин, фаталарны, шляпаларны болгаш аааа кедер холхатарын доктаамал садын турар бис.
Даарадын алырын күзээр болзуцарза, бистид пезувустен чагааныңар езугаар даарап бээр бис. Платьелер чараш, өртектери чинк.
Адресивис: Полевая кудумчузу, 6 (ипподром район, автобустар 6 "А", 7 "А"), тел.: 5-92-53.

Кадарчыларны ажилга алыр

Арат ажил-агыйга кадарчылар хереглеттинип турар (өг-бүле улус). Чурттаар черин болгаш ааш-чегин ажил берикчизи харыылаар. Шалыңы 5 муң рубль.
Харылзажыр телефону: 3-07-94.

АЖЫЛЧЕ ЧАЛАП ТУР

Кады ажилдаар малчын өг-бүле хереглеттинип турар. Сукпак суурнуң чанында кыштаг.
Шалыңы 5 000 рубль.
Харылзажыр телефоннар: 5-73-65, 8961-894-6192.

Орнап тур мен

Техниктиг байдалы эки 2001 чылдың ГАЗ-3110 автомашинаны 50 хойга орнап тур мен.
Харылзажыр телефону: 8-923-267-8055.

03.55 «Пуаро Агаты Кристи», т/с.
04.45 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

КУЛЬТУРА

06.30 «Евроньюс».
10.10 Библиейский сюжет.
10.40 «Молчи, грусть, молчи». Режиссер П. Чардынин.
11.25 «Миражи. Вера Холодная».
11.55 «Сеговия. Сцена политических интриг».
12.10 «Кто в доме хозяин».
12.40 «Волшебная лампа Аладдина». Режиссер Б. Рыцарев.
14.00 «Золотые колосья», м/ф.
14.20 «Поместье сурикат».
15.10 «Доктор философии». Режиссер Т. Казакова.
17.20 «Романтика романса».
18.05 «Авиньон. Дворец Климента VI Великолепного».
18.55 «Дмитрий Шостакович. Альтернатива соната». Режиссер А. Сокуров.
20.15 «Мой младший брат». Режиссер А. Зархи.
22.00 Новости культуры.
22.20 «Штаны». Режиссер И. Буассе.
00.05 К 80-летию со дня рождения Энди Уорхола.
01.00 «У животных есть своя история».
01.55 «Поместье Сурикат».
02.45 - 02.55 «Джон Дэвисон Рокфеллер».

ВОСКРЕСЕНЬЕ,

АВГУСТ 10

1 КАНАЛ

06.00 НОВОСТИ.
06.10 «Армейский магазин».
06.40 «Рыцари слоновой кости».
07.40 Дневник Олимпиады.
08.30 «Истории из будущего».
09.10 Пока все дома.
10.00 На XXIX летних Олимпийских играх в Китае.
12.00 НОВОСТИ.
12.10 «КВН». Премьер-лига.
13.50 «Магия десяти».
15.00 На XXIX летних Олимпийских играх в Китае.
17.00 Документальный фильм.
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).
18.10 «Две судьбы», х/ф.
21.00 ВРЕМЯ.
21.20 Приключенческий фильм «Плохие парни».
23.30 Приключенческий фильм «Пляж».
01.40 Фильм «Эди».
03.20 «Дефективный детектив».
04.00 - 04.55 Документальный фильм.

РОССИЯ

05.45 «Все наоборот», х/ф.
07.30 Сельский час.
08.00 ВЕСТИ.

-ТЪВА-

08.10 Местное время. ВЕСТИ-ТЪВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

08.20 «Мост в Терабитию», фильм.
10.15 «В некотором царстве», «Брэк!» м/ф.
11.00 ВЕСТИ.

-ТЪВА-

11.10 Местное время. ВЕСТИ-ТЪВА. СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ.
РОССИЯ

12.00 "Городок".
12.20 XXIX летние Олимпийские игры в Пекине.
15.00 ВЕСТИ.

-ТЪВА-

15.20 Местное время. ВЕСТИ-ТЪВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

15.30 «Мистер Нокаут. Загадка Валерия Поленченко».
16.20 «Аншлаг и Компания».
18.15 «Как найти идеал», фильм.
20.00 ВЕСТИ.
20.20 XXIX летние Олимпийские игры в Пекине.
22.55 Комедия «Женская интуиция-2».
01.35 - 03.17 Приключенческий фильм «Аферисты».

СТС

06.00 «Синие и серые», х/ф.
07.45 «Русалочка», м/с.
08.20 «Смешарики», м/с.
08.30 «Маленькие Эйнштейны», м/с.
09.00 «Том и Джерри», м/с.
09.15 Самый умный.
11.00 Галилео
12.00 Снимите это немедленно.
13.00 «Чип и Дейл спешат на помощь», м/с.
14.00 «Шоу Тома и Джерри», м/с.
15.00 «Геркулес», м/с.
16.00 «6 кадров» Скетч-шоу.
16.30 «Ранетки», т/с.
20.58 Сказки!
21.00 «Зевс и Роксана», х/ф.
22.50 «6 кадров».
23.00 Хорошие шутки.
01.00 «Глория», х/ф.
03.20 - 05.30 «Умница Уилл Хантинг», х/ф.

НТВ

05.45 «Приключения Плуто Нэша», х/ф.
07.30 Дикая природа.

08.00 СЕГОДНЯ.
08.15 Лотерея «Русское лото».
08.45 Их нравы.
09.25 Едим дома!
10.00 СЕГОДНЯ.
10.15 «Quattro ruote». Программа про автомобили.
10.50 Авиаторы.
11.20 Фильм «Поздняя встреча».
13.00 СЕГОДНЯ.
13.20 Комедия «Невезучие».
15.05 Своя игра.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.20 Борьба за собственность.
17.00 «УГРО Простые парни-2», т/с.
19.00 СЕГОДНЯ.
19.40 Чистосердечное признание.
20.10 «Дорожный патруль», д/с.
22.10 «Наказание. Русская тюрьма вчера и сегодня».
22.40 «Окопная жизнь».
23.15 «Quattro ruote». Программа про автомобили.
23.45 Фильм «Идеальный мир».
02.25 - 06.00 Фильм «Короткие истории».

ТНТ

06.00 «Ох, уж эти детки!», м/с.
07.00 «Кларисса», м/с.
08.20 Развлекательно-познавательная программа «Саквоаж».
08.50 «Бинго-ТВ». Лотерея.
09.00 «Дом-2. Город любви».
10.00 «Школа ремонта».
11.00 Танцы без правил.
12.00 Привет! Пока!
13.05 «Женская лига: парни, деньги и любовь».
13.20 «Бумер», фильм.
15.40 Большое кино. «Поцелуй дракона».
18.00 «Суперчеловечки», д/ф.
19.00 Привет! Пока!
19.30 «Такси в Питере».
20.00 Битва экстрасенсов.
21.00 «Дом-2. Город любви».
22.00 Комеди Клаб.
23.00 «Женская лига». Комедия.
23.30 Смех без правил.

00.25 «Секс» с Анфисой Чеховой.
00.55 «Дом-2. После заката».
01.30 «Превратности любви».
03.35 «Дом-2. Это любовь!».
04.30 «Мое второе «Я», т/с.
05.20 - 05.50 «Алло, гараж».

5 КАНАЛ

07.00 Цирк «Солстром».
08.00 «Попай - моряк», м/ф.
08.35 «Аренда привидений», т/с.
09.00 «Клуб знаменитых хулиганов».
09.45 «К доске» телеигра.
10.35 «Старшеклассники-2», т/с.
11.35 «В нашу гавань заходили корабли...».
12.40 «Культурный слой».
13.15 «Эй! В моем супе девушка», фильм.
15.15 «Олеся», х/ф.
17.05 «Встречи на Моховой».
17.55 «Первые Олимпийские игры, Афины 1896», х/ф.
19.30 Сейчас.
19.50 «Бумажная луна», фильм.
22.05 «Париж 2010. Великое наводнение», фильм.
00.00 «ОПять о футболе».
01.05 «5 песен на Пятом».
01.55 «Дикие ангелы».
03.45 - 04.55 «Анатомия катастроф».

ДОМАШНИЙ

06.30 «Азбука-малышки».
07.00 Домашние сказки.
07.30 «Поезд в далекий август», х/ф.
09.30 Городское путешествие.
10.30 Декоративные страсти.
11.00 Коллекция идей.
11.30 Цветная революция.
12.00 «Хорошие песни».
13.45 «Улицы мира».
14.00 Сладкие истории.
14.30 Охотники за рецептами.
15.00 Спросите повара.

15.30 «Династия». Актеры Добролюбовы.
16.30 Заграничные шутки.
16.45 «Зоя», х/ф.
18.30 «Два лица страсти», х/ф.
19.30 «Пуаро Агаты Кристи», х/ф.
20.30 Домашние сказки.
21.00 «Она написала убийство», т/с.
23.00 «Моя жена меня приворожила», т/с.
23.30 «Не имей 100 рублей...», комедия.
01.10 «Два лица страсти», т/с.
02.05 «Зоя», х/ф.
03.40 «Пуаро Агаты Кристи», т/с.
04.35 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

КУЛЬТУРА

06.30 «ЕВРОНЬЮС».
10.10 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым».
10.40 «Маскарад» Режиссер С.Герасимов.
12.20 Легенды мирового кино. Тамара Макарова.
12.50 «Кафедральный собор в Шартре».
13.05 «Медной горы Хозяйка». «Малахитовая шкатулка». «Золотое перышко», м/ф.
14.10 «Помесье сурикат».
14.55 Камера-обскура Борис Барнет.
15.35 «Поэт». Режиссер Б.Барнет.
17.10 Балет И. Стравинского «Пульчинелла».
18.05 «Созвездие «Хрустальной Турандот»».
19.05 «Тот самый Мюнхгаузен». Режиссер М. Захаров.
21.25 «Сила искусства».
22.20 «Удары». Режиссер М.Пьекорж.
23.50 «Три из Бельвилля», м/ф.
01.25 Джем-5. Мишель Легран.
01.55 «Помесье сурикат».
02.45 - 02.55 «Апулей».

Аравыста чугаа болзун

КЕЗЕКТЕП АШТАП-АРЫГЛААР

Улуг квартираны аштап-арыглаары амыр эвес айтырыгнын бирээзи. Бо таварылгада «квартираны кезектеп аштап-арыглаар» деп угланмышкынны сорулганы ажыглап болур. Ол арга-биле кижжи бодун ол ажайылче албадавас, а чүректин кыйгызы-биле чоорту кылып кааптар деп болур.

Бо удаада улуг күш үндүрбейн, анаа кыры-биле аштай тудуптар азы эки аштап-арыглаар апаар чүүлдер база турар. Ынчангаш квартираны чурумунг тударынын мындыг ийи аргазы бар, ол дугайын бөгүн чугаалажып көрээлинер: хүн бүрүдө дээрге, кыры-биле дүрген аштап кааптары-дыр. А неделяда бир удаа дээрге, квартираны кезектеп үзүп алып, ажыл кылыр черлер, базым бүрүзү тода дижит. Бөгүн аштап-арыглаар дээш өрээлимни метрлеп тургаш, хуваап алып мен, а арткан өрээлдерни каяа келген болдур мен, күзөмүз, аңаа ажылдаар мен. Өскээр чугаалаарга мындыг: удуур өрээлден ук азы хөйлеңни ап алгаш, ону хеп чуур өрээлге эккеп чорааш, ында чунар

черни чуй каапкаш, оон чечек суггарар суг биле тряпка ап алгаш, бир өрээлде чечектерни суггара тыртып кааш, ында доврак-доозунну чодуп кааптар мен. Оон үнгеш, кухняда чечектерни суггарып каары-биле аңаа кирип келгеш, аяк-саваны чуп, оон өске ында чүну кылыптып болурул, күзелдини-биле аштап, чуп кааптар мен. Ооң соонда дыштаныр азы фильмнер көөр, телефон-биле чугаалажып күзелдиг апарзымза, ажылымны ынчаар доозуп каар мен.

ЫНАКШЫЛ-БИЛЕ ЧУРТТААР

Кады чурттап турарың эр эжин сөөлгү үеде арай чиктии кончуг апарганы өскелеп, эскерип турар апарган дижит сен. Ооң сеңээ хамаарылгазы, кичээнгеи эрги хевээр турзажок, араңар ырап бар чыдар хире. Азы ол анаа-ла сээң ынакшылыңны эскербес апарган ирги бе? Араңар ырай бербезин деп күзээр болзунза, ол чүгле чаңгыс сээңни, ол кажан-даа катап-таттынмас дээрзин бадыйткаар апаар сен. Талтыг ханы бодап көөр чүве болза, ол ындыг-ла нарын айтырыг болбас хире. Чүге?

Сагыш-сеткилин чажырбас

Алызындан шириин, арай каржы, турамык эр улус безин макталдың сөстөрүне ынак дижит. Сагыш-сеткилин аңаа чугаалааныңдан бээр черле үе-дүп эрткен-не боор. Ындыг-дыр бе? Ындыг болза, чылдырып турбайн, ынак мен дээрзин анаа-ла чугаалап кал. Эр улуска ындыг кичээнгеи база хе-

рек. Олар онзагай шынарларлыг-даа болза, херээжен кижжи ону шак ынчаар билип, эскерип турар ирги бе дээр чижектиг айтырыгга арай дадагалзап база чоруурлар. Сеткилден ажык болур.

Кичээнгеи болур

Оларга кичээнгеи болурун база күзээрлер. Ынчалзажок мындыг чүүлдү утпас ужурулг сен: кичээнгеи биле доктаамал контролдаары—ийи аңгы херек-тир. Эки чемненип алган бе, ажылы кандыг чоруп турарыл дээр чижектиг айтырыл-биле олче хүнде чүс удаа телефоннап-ла турган ажылы чок. Ооң орнунга амданныг, эки кежээки чем аңаа четчир.

Эки сөстөрдөн аңгыда...

Эр кижжи сээң ынааны билип, эскерип турзун дээш, эки сөстөр, кичээнгеиден аңгыда, аңаа дээр каап турары база артык эвес, чижээ, кады агаарлап чорааш, ооң холдундан четтинип алып ийикпе,

азы сеңээ эки чүве кылып каан болза, чаагыңче чытпап каар. Эр психология ынчаар тургустунган дээр: ол ынакшылын илереткениниң чугула бир демдээ болур.

Үнелээр. бүзүрээр

Акша дээнде, эр кижиниң кырынга туруп бээр улус база тургулаар. Психологгарның тайылбырлап турары-биле алырга, ындыг байдалды кол чүүл кылдыр тутпас болза эки бооп турар, оон башка, биске ооң чүгле акшазының хавы херек бооп турары ол бе? Акшазының хемчээли улуг эвес кижилер база бар, ол дээш оларны «хирээл-ле» турар бе? Бо таварылгада, хей-аьдын кудуладып, ол-бо деп сөглөп болбас. Ооң-биле кады оон эгелээшкннерин деткир болза эки. Аас-кежик дээрге, сагыш-сеткилден аяннажы-дыр, ынчангаш кичээнгеи, чымчак сөстөр, ханы билишкнн кайы-даа таладан эргежок чугула бооп турар дээрзин утпас ужурулг бис.

Бодалдар энциклопедиязы

Чуртталганың утказы чүдел? Өскелерге бараан бооп, эки чүүлдерни кылыры.

Аристотель.

Хөй азаашкын бүзүрелди чидирер.

Гораций.

Бодалдарыңдан аңгыда, кижиниң өндүр чаагайын чүү илередир деп?

А. Пушкин.

Психологияның дузазы

Психолог: — Оглуңар азы урууңар-биле канчаар чугаалажып турар силер. Доктаамал хөй тайылбыр кылып, болганчок ол-бо кончуп, алгырып, шүгүмчүлей бээр эвес силер бе? Ындыг байдалдар туруп кээр ийик бе? Уруглар-биле чугаалажырда, ындыг аргаларны ажыглавас болза эки, ону болдурбас, чүге дизе ол ийи кижиниң аразында бүзүрелдиг харылзааны үзе шаап каар болгаш бот-боттарын билешпес байдалга чедирер.

Бир кижжи силерни амыдыралга өөредип, доктаамал чагып сургалла турар дижит. Ындыг кижини көрүксээр, ооң-биле чугаалажык-саар силер бе? Элчок, күзөңчиг эвес байдалга таваржы бергеш, долгандыр турар улустан силер чүну күзээр, манаар силер? Силерниң амгы байдалыңарны билген, силерни дыңнап билир болурун күзээр силер, ындыг аа? Кайы-даа назы-харның уруглары оларны дыңнап билир кижжи-биле чугаалажык-саар болур. Чугаа үезинде хаагыл темалар эвээш болза, уруг силерниң биле бодалдарын солчур. А ада-ие уруун азы оглуң дыңнап шыдавас, чугаалажып билбес болур болза, уруг ону билип, дыңнап шыдаар кижини тып ап болур, бо таварылгада, ада-иези уруу-биле бүзүрелдиң харылзаанын тудуп ап, ооң чоок өңнүү сүмелекчизи

болур аргазын чидиритип болур.

Айтырыг: — Үш удаа ажыл чидирдим. 45 харлыг мен, ынчангаш чыл эрткен тудум, ажылга кирип алып арга нарыдап кел чыдарын билип, эскерип турар мен. Ажылга кирип алгаш, аажок дүвүрөп, сестип коргар мен. Өг-бүлөмде мени ол-бо деп чемелеп эгелээш, чүну-даа кылбайн турар сен дээр чижектиг. Ынчал баарга, улам дүвүрөп эгелээр мен.

Психолог: — Чүну-даа мурнай, оожургап алыңар, кезек үе иштинде ажылдавайн, бодалдарыңар-биле ажылдап, ону сайгарып алгаш, доктаамал ажылдаар черден дилээрин сүмелээр-дир мен. Ажыл чидирип алганыңар дээш өг-бүлөңерде доктаамал чемеледип турар-дыр силер. Берге байдалга, үелерге таваржып турар болзунарза, бажыңарда улус кол ажылыңдан аңгыда, немелде ажыл тып ап болур-ла-дыр. Оон башка силер ажылды аңаа бодуңарны илередир, көргүзөр дээш-даа эвес, а акша дээш база өг-бүлөңерде улустуң силерге хамаарылгазы эки болзун дээш дилеп турар хирелиг-дир силер. Ол эки эвес бодал, күзел, туруш-тур, тааржып ажыл тывылбайн турарында. Өг-бүлөңер силерни деткир ужурулг, ол чугула байдал-дыр.

Кадыкшылдың рецептизи

АНАНАС

Ананастың амданы, чыды чаагай болуруңдан аңгыда, ооң чем шынарлыгы эки, үнелиг. Ында бар бромелин деп будүмел ханы арыглап, чем хайылдырылганыңа деткимче бээр болгаш иммунная системаны иделкейжидер.

Ананас гипертонияга болгаш атеросклерозка дузалаар. Бедик хан базышкынын бадыйрар болгаш дамырларның ханаларын арыглаар, инфаркт, инсультту чайладырыңа салдарлыг. Доңганының шынарлары бар болза, ананас-биле бажың квазының холуксаанын сүмелеп турар. Чем үезинде стакан ишти ананас согу болгаш чемижинден кескинди ижин-хырынның ажылың экижидер.

ГРЕЙПФРУТ

Грейпфрут — эмнээр шынарлыг продукт. Ол организмге эргежок чугула: В, С, А деп витаминерлиг, калий, эфир үзү, клетчатка-биле байлак. Ынчангаш эртенги шактарда ооң согун ижерин сүмелеп турар. Ол чем хайылдырар бүдүн системага ажыктыг. Грейпфруттун согу тырыктаар байдалдың профилактиказыңа таарымчалыг. Организмден ол артык сугун үндүрүр шынарлыг, ыжыктан силерни камгалаар болгаш арып алырыңа дузалаар, ооң үзү организмни шактан арыглаар. Ол куду калорийлиг, диетадан баш дескинер болгаш уйгу келиксээр байдалдарда организмге деткимче болур.

Өг-бүлө айтырыларыңың дугайында сеткүүлдөн белеткээн.

Аргалыг-ла болза маргышпазын бодап чор. Маргыжары бүзүредириниң эптиг аргазы эвес-ле болгай. А санал-онал кадаг-биле демей, билиңдир чугаалаан тудум, ол улам ханы кирип, быжыгар.

Ювенал.

Ядызы-даа эвес, а кижилерни куду көөрүн шыдажып эртери дыка берге. Чүм-даа чок бооп болур мен, ынчалзажок ону кым-даа билбес боорун күзээр мен.

Вольтер.