

Понедельник, 11 сентября	
ПЕРВЫЙ	
05:00 «Доброе утро» 0+	09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+	10:00 «Жить здорово!» 16+
10:50, 12:15, 17:00,	18:30 «Информационный канал» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+	16:05 «Мужское/Женское» 16+
19:55 «Куклы наследника Тутти» 16+	21:00 Время
22:00 Т/с «Угрюм-река» 16+	23:00 «Большая игра» 16+
00:45 Подкаст.Лаб «АстроУмные» 16+	00:00 Подкаст.Лаб
«Обязательно к прочтению» 16+	01:25 Подкаст.Лаб
«Креативные индустрии» 16+	02:05 Подкаст.Лаб
«Мелодии моей жизни» 16+	02:45, 03:05 Подкаст.Лаб
«Антропология» 16+	03:25 Подкаст.Лаб «Психика» 16+

РОССИЯ 1	
05:00, 09:30 «Утро России»	09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 «О самом главном» Ток-шоу 12+	11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 «60 минут» Ток-шоу 12+	14:55 «Наши» 12+
16:30 «Малахов» 16+	21:20 Т/с «Спасская-2» 16+
23:25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+	02:05 Т/с «Тайны следствия» 16+

НТВ	
04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+	06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня	08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+	14:00 «Место встречи» 16+
16:50 «За гранью» 16+	17:55 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Заповедный спецназ» 16+	22:15, 00:00 Т/с «Первый отдел» 16+
00:55 Т/с «Братаны» 16+	

ТЮМЕНСКОЕ ВРЕМЯ	
05:00, 06:00, 10:00, 11:00 «Большая область» 16+	05:30, 06:30, 18:15, 02:45 «Родина моя» 12+
05:45, 10:45 «МЧС» 16+	06:45 Х/ф «Вернётся – поговорим» 12+
10:30 «Перекресток 72» 16+	11:30, 14:30, 18:30 «День здоровья» 16+
12:00, 15:00, 17:00, 18:00, 19:00, 21:00, 22:30, 04:30 ТСН 16+	12:15 «Удачная экскурсия» 12+
12:45, 23:30 Т/с «Письма на стекле» 12+	15:15, 01:00 Т/с «В шаге от рая» 12+
17:15 «Сибирский шеф» 12+	17:45 «Интервью» 16+
19:30, 23:00, 04:00 «Добрый вечер, Тюмень!» 16+	20:00, 03:00 «Вечерний хэштег» 16+
21:30, 21:45 «Удачная экскурсия» 16+	22:00 «День за днём» 16+
22:15 «Новости Ишима» 16+	

РОССИЯ К	
06:30, 07:00, 08:15, 10:00, 12:30, 17:00, 19:30 Новости культуры	06:35 «Пешком...» Москва золотая
07:05 «Невский ковчег. Теория невозможного. Дарья Богарнэ»	07:35 «Чёрные дыры. Белые пятна»
08:20 «Жизнь и судьба»	08:40 Х/ф «Пятнадцатилетний капитан»
10:15 «Наблюдатель»	11:10 ХХ век. «Театральные встречи. Дом-музей М.Н.Ермоловой»
12:45 Новости. Подробно. Арт	13:00 «Большие и маленькие»
15:00, 23:35 «Три минуты тишины»	15:05 Д/ф «Мир, который построил Пьер Карден»
16:05 Линия жизни. Владимир Фокин	17:15 Д/с «Элементы. Государственный музей-заповедник «Царское Село». Кабинет Екатерины II»
17:45 «Рассказы из русской истории»	19:45 «Главная роль»
20:05 «Семинар. Динозавры: взлёт или падение?»	20:45 «Спокойной ночи, малыши!»
21:00 Больше чем любовь. Жорес и Тамара Алфёровы авангарда	21:40 «Сати. Нескучная классика...»
22:20 Х/ф «Дети Дон Кихота»	23:40 Д/ф «Обитаемая Вселенная»

СТС	
06:00, 05:50 «Ералаш» 0+	06:55, 05:10 Мультфильмы 0+
07:25 М/с «Простоквашино» 0+	07:40 М/с «Ну, погоди! Каникулы» 6+
08:00 Т/с «Сеня-Федя» 16+	08:25 «Уральские пельмени. Смехbook» 16+
08:55 «Интуристы» 16+	09:35 «100 мест, где поехать» 16+
10:40 Х/ф «Помогите, я уменьшил свою училку!» 6+	12:40 Х/ф «Помогите, я уменьшил своих родителей!» 6+
14:40, 19:00, 19:30 Т/с «Кибер Иван» 16+	20:00 Х/ф «Пятый элемент» 16+
22:35 Х/ф «Последний день Земли» 16+	20:20 «Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком» 18+
01:25 Х/ф «Трудности выживания» 16+	

5 КАНАЛ	
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+	05:25 Т/с «Чёрный пёс» 12+
07:05, 08:05, 09:30, 09:35, 10:35, 11:35, 12:30, 13:30, 14:05, 15:05, 16:00 Т/с «Глухарь. Продолжение» 16+	08:55 «Знание – сила» 0+
17:30, 18:20, 19:05, 19:55, 20:35, 02:45, 03:20 Т/с «След» 16+	21:25 Т/с «Свои-6» 16+
22:20, 23:10, 00:30 Т/с «Свои-5» 16+	00:00 «Известия. Итоговый выпуск» 16+

Вторник, 12 сентября	
ПЕРВЫЙ	
05:00 «Доброе утро» 0+	09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+	10:00 «Жить здорово!» 16+
10:50, 12:15, 17:00,	20:05 «Информационный канал» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+	16:05 «Мужское/Женское» 16+
18:15 Футбол. Сборная России – сборная Катар 0+	21:00 Время
22:00 Т/с «Угрюм-река» 16+	23:00 «Большая игра» 16+
00:00 Д/ф «Татьяна Дорониона. Не люблю кино» 12+	00:55 Подкаст.Лаб «Письма» 16+
01:35 Подкаст.Лаб «Не лыком шиты» 16+	02:15 Подкаст.Лаб «Не лыком шиты» 16+
02:50, 03:05 Подкаст.Лаб	«Космические истории» 16+
03:30 Подкаст.Лаб	«Соборались с мыслями» 16+
04:05 Подкаст.Лаб «Лёгкие деньги» 16+	

РОССИЯ 1	
05:00, 09:30 «Утро России»	09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 «О самом главном» Ток-шоу 12+	11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 «60 минут» Ток-шоу 12+	14:55 «Наши» 12+
16:30 «Малахов» 16+	21:20 Т/с «Спасская-2» 16+
23:25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+	02:05 Т/с «Тайны следствия» 16+
03:45 Т/с «Семейный детектив» 12+	

НТВ	
04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+	06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня	08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+	14:00 «Место встречи» 16+
16:50 «За гранью» 16+	17:55 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Заповедный спецназ» 16+	22:15, 00:00 Т/с «Первый отдел» 16+
00:45 Т/с «Братаны» 16+	

ТЮМЕНСКОЕ ВРЕМЯ	
05:00, 22:00 «День за днём» 16+	05:15, 22:15 «Новости Ишима» 16+
05:30 «Новости Казанское» 16+	05:45 «Новости Ишимского района» 16+
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 15:00, 17:00, 18:00, 19:00, 21:00, 22:30, 04:30 ТСН 16+	06:30, 07:30, 08:30, 09:30, 10:30, 11:30 «Утро» 16+
12:15 «Родина моя» 12+	12:30 «Интервью» 16+
12:45, 23:30 Т/с «Письма на стекле» 12+	14:30, 18:30, 21:30 «Удачная экскурсия» 12+
15:15, 01:00 Т/с «В шаге от рая» 12+	17:15 «Сибирский шеф» 12+
17:45, 18:15 «Удачная экскурсия» 16+	19:30, 23:00, 04:00 «Добрый вечер, Тюмень!» 16+
20:00, 03:00 «Вечерний хэштег» 16+	02:45 «Новости Увата» 16+

РОССИЯ К	
06:30, 07:00, 10:00, 12:30, 17:00, 19:30 Новости культуры	06:35 «Пешком...» Москва Третьякова
07:05 Д/ф «История одной вселенной»	07:50 «Почерк эпохи. Михаил Румянцев. Коверный клоун»
08:20 «Жизнь и судьба»	08:40 Т/с «Ольга Сергеевна»
10:15 «Наблюдатель»	10:15 «Наблюдатель»
11:10, 00:55 ХХ век. «Урмас Отт с Татьяной Дорониной»	12:15 Д/с «Забытое ремесло. Трубочист»
12:45 Новости. Подробно. Книги	13:00 Игра в бисер. «Поэзия Расаула Гамзатова»
13:40 Х/ф «Ненаглядный мой»	15:05, 23:55 «Три минуты тишины»
15:10, 00:00 Д/ф «Обитаемая Вселенная»	16:15 «Сати. Нескучная классика...»
17:15 «Эрмитаж»	17:45 XVII Международный конкурс им. П.И.Чайковского. Лауреаты
19:00 «Почерк эпохи. Леонид Андреев. Луч света...»	19:45 «Главная роль»
20:05 «Семинар. Предвиденья русского авангарда»	20:50 Юбилей Татьяны Дорониной. «Театральная летопись. Избранное»
21:40 Д/ф «Старшая сестра. Любите ли вы театр?»	22:20 Х/ф «Старшая сестра»

СТС	
06:00, 05:50 «Ералаш» 0+	06:55, 05:10 Мультфильмы 0+
07:25 М/с «Простоквашино» 0+	07:40 М/с «Ну, погоди! Каникулы» 6+
08:00, 19:00, 19:30 Т/с «Кибер Иван» 16+	09:05 «Уральские пельмени. Смехbook» 16+
10:10 М/ф «Пчёлка Майя и Кубок мёда» 0+	11:55 Х/ф «Приключения Реми» 6+
14:05 Х/ф «Винчки и порошчок невидимка» 12+	15:55 Шоу «Уральских пельменей» 16+
20:00 Х/ф «Аладин» 6+	22:35 Х/ф «Пятый элемент» 16+

5 КАНАЛ	
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+	05:25 Т/с «Чёрный пёс» 16+
07:15, 08:10, 09:30, 09:40, 10:40, 11:40, 12:40, 13:30, 14:10, 15:05, 16:00 Т/с «Глухарь. Продолжение» 16+	08:55 «Знание – сила» 0+
17:30, 18:20, 19:05, 19:55, 20:35, 02:40, 03:20 Т/с «След» 16+	21:25 Т/с «Свои-6» 16+
22:20, 23:10, 00:30 Т/с «Свои-5» 16+	00:00 «Известия. Итоговый выпуск» 16+

Среда, 13 сентября	
ПЕРВЫЙ	
05:00 «Доброе утро» 0+	09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+	10:00 «Жить здорово!» 16+
10:50, 12:15, 17:00,	18:30 «Информационный канал» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+	16:05 «Мужское/Женское» 16+
19:55 «Куклы наследника Тутти» 16+	21:00 Время
22:00 Т/с «Угрюм-река» 16+	23:00 «Большая игра» 16+
00:00 Подкаст.Лаб «Пусть не говорят, пусть читают» 16+	00:45 Подкаст.Лаб
«Все хотят летать» 16+	01:25 Подкаст.Лаб «АстроУмные» 16+
02:05 Подкаст.Лаб	«Обязательно к прочтению» 16+
02:45, 03:05 Подкаст.Лаб	«Жизнь замечательных» 16+
03:25 Подкаст.Лаб	«Мелодии моей жизни» 16+
04:00 Подкаст.Лаб «Психика» 16+	

РОССИЯ 1	
05:00, 09:30 «Утро России»	09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 «О самом главном» Ток-шоу 12+	11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 «60 минут» Ток-шоу 12+	14:55 «Наши» 12+
16:30 «Малахов» 16+	21:20 Т/с «Спасская-2» 16+
23:25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+	02:05 Т/с «Тайны следствия» 16+
03:45 Т/с «Семейный детектив» 12+	

НТВ	
04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+	06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35 Сегодня	08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+	14:00 «Место встречи» 16+
16:50 «За гранью» 16+	17:55 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Заповедный спецназ» 16+	22:15, 00:00 Т/с «Первый отдел» 16+
00:45 Т/с «Гастролеры» 16+	04:35 Д/с «Военно-исторические маршруты» 16+

ТЮМЕНСКОЕ ВРЕМЯ	
05:00, 22:00 «День за днём» 16+	05:15, 22:15 «Новости Ишима» 16+
05:30 «Новости Упорново» 16+	05:45 «Новости Юрги» 16+
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 15:00, 17:00, 18:00, 19:00, 21:00, 22:30, 04:30 ТСН 16+	06:30, 07:30, 08:30, 09:30, 10:30, 11:30 «Утро» 16+
12:15, 12:30, 18:15, 18:30 «Примерка ТВ» 16+	12:45, 23:30 Т/с «Письма на стекле» 12+
14:30, 17:15 «Сибирский шеф» 12+	15:15, 01:00 Т/с «В шаге от рая» 12+
17:45, 21:30, 21:45 «Удачная экскурсия» 16+	18:45 «Интервью» 16+
19:30, 23:00, 04:00 «Добрый вечер, Тюмень!» 16+	20:00, 03:00 «Вечерний хэштег» 16+
02:45 «Родина моя» 12+	

РОССИЯ К	
06:30, 07:00, 08:15, 10:00, 12:30, 17:00, 19:30 Новости культуры	06:35 «Пешком...» Москва. Квартиры учёных
07:05 Д/ф «Лунные скитальцы»	07:45 «Почерк эпохи. Леонид Андреев. Луч света...»
08:20 «Жизнь и судьба»	08:45 Т/с «Ольга Сергеевна»
10:15 «Наблюдатель»	10:15 «Наблюдатель»
11:10, 00:45 ХХ век. «Дети России»	12:45 Новости. Подробно. Кино
13:00 «Искусственный отбор»	13:40 Х/ф «Старшая сестра»
15:15, 23:45 «Три минуты тишины»	15:20, 23:50 Д/ф «Обитаемая Вселенная»
16:15 Больше чем любовь. Жорес и Тамара Алфёровы	17:15 «Библейский сюжет»
17:45, 01:50 XVII Международный конкурс имени П.И.Чайковского. Лауреаты	19:00 «Почерк эпохи. Александр Куприн. Чудная штука – эта жизнь...»
19:45 «Главная роль»	20:05 «Семинар. Математика и жизнь»
20:45 «Спокойной ночи, малыши!»	21:00 «Абсолютный слух»
21:40 Власть факта. «Цивилизации Мезоамерики»	22:20 Х/ф «Продлись, продлись, очарованье...»

СТС	
06:00, 05:50 «Ералаш» 0+	06:55, 05:10 Мультфильмы 0+
07:25 М/с «Простоквашино» 0+	07:40 М/с «Ну, погоди! Каникулы» 6+
08:00, 19:00, 19:30 Т/с «Кибер Иван» 16+	09:05 «Уральские пельмени. Смехbook» 16+
10:05 Х/ф «Помогите, я уменьшил свою училку!» 6+	12:15 Х/ф «Помогите, я уменьшил своих родителей!» 6+
14:10 Х/ф «Помогите, я уменьшил своих друзей!» 6+	16:10 Шоу «Уральских пельменей» 16+
20:00 Х/ф «Иллюзия обмана» 12+	22:15 Х/ф «Иллюзия обмана – 2» 12+
00:55 Х/ф «Иллюзионист» 16+	

5 КАНАЛ	
05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+	05:50 Т/с «Чёрный пёс» 16+
07:55, 08:55, 09:30, 10:20 Т/с «Глухарь. Продолжение» 16+	11:20, 12:25, 13:30, 13:55, 14:55, 16:00 Т/с «Глухарь. Возвращение» 16+
17:30, 19:05, 19:55, 20:35 Т/с «След» 16+	21:25 Т/с «Свои-6» 16+
22:20, 23:10, 00:30 Т/с «Свои-5» 16+	00:00 «Известия. Итоговый выпуск» 16+

Четверг, 14 сентября	
ПЕРВЫЙ	
05:00 «Доброе утро» 0+	09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:20 «АнтиФейк» 16+	10:00 «Жить здорово!» 16+
10:50, 12:15, 17:00,	18:30 «Информационный канал» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+	16:05 «Мужское/Женское» 16+
19:55 «Куклы наследника Тутти» 16+	21:00 Время
22:00 Т/с «Угрюм-река» 16+	23:00 «Большая игра» 16+
00:00 Подкаст.Лаб «Собрались с мыслями» 16+	00:45 Подкаст.Лаб
«Жизнь замечательных» 16+	01:25 Подкаст.Лаб «Письма» 16+
02:05 Подкаст.Лаб «Не лыком шиты» 16+	02:45, 03:05 Подкаст.Лаб
«20 лет спустя» 16+	03:25 Подкаст.Лаб
«Креативные индустрии» 16+	04:00 Подкаст.Лаб
«Обязательно к прочтению» 16+	

РОССИЯ 1	
05:00, 09:30 «Утро России»	09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 «О самом главном» Ток-шоу 12+	11:00, 14:00, 16:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 «60 минут» Ток-шоу 12+	14:

Суббота, 16 сентября

ПЕРВЫЙ

06:00 «Доброе утро. Суббота» 0+
09:45 «Слово пастыря» 0+
10:00, 12:00, 18:00 Новости
10:15 «Поехали!» 12+
11:05 «ПроУют» 0+
12:15 Д/ф «Михаил Танич. Счастье – такая трудная штука» 12+
13:20 Д/ф «Мороз и солнце» 12+
14:10 Х/ф «Осенний марафон» 12+
15:55 «Горячий лёд». Фигурное катание. Открытие сезона. Короткая программа 0+
16:55 Д/ф «Ванга. Пророчества» 16+
18:20 «Сегодня вечером» 16+
19:55 «Кто хочет стать миллионером?» 12+
21:00 Время
21:35 «Клуб Весёлых и Находчивых. Встреча выпускников – 2023» 16+
23:50 Х/ф «Эйфель» 16+
01:55 Подкаст.Лаб «Анекдоты» 16+

РОССИЯ 1

05:00 «Утро России. Суббота»
08:00 Вести. Местное время
08:20 Местное время. Суббота
08:35 «По секрету всему свету»
09:00 «Формула еды» 12+
09:25 «Пятеро на одного»
10:10 «Сто к одному»
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:50 «В кругу друзей»
12:55 «Доктор Мясников» 12+
14:50 «Юморина» 16+
17:50 «Привет, Андрей!» 12+
21:00 Х/ф «Превратности любви» 16+
00:40 Х/ф «Долги совести» 12+

НТВ

04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
07:25 «Смотр» 0+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «Поедем, поедим!» 16+
09:20 «Едим дома» 0+
10:20 «Главная дорога» 16+
11:00 «Живая еда» 12+
12:00 «Квартирный вопрос» 0+
13:10 «НашПотребНадзор» 16+
14:20 «Игры разумов» 0+
15:00 «Своя игра» 0+
16:20 «ЧП. Расследование» 16+
17:00 «Следствие вели...» 16+
19:00 «Центральное телевидение» 16+
20:20 «Секрет на миллион» 16+
22:20 «Ты не поверишь!» 16+
23:25 «Международная пилорама» 18+
00:15 «Квартирник НТВ у Маргулиса» 16+

ТЮМЕНСКОЕ ВРЕМЯ

05:00 «Новости Викулово» 16+
05:15 «Новости Упорово» 16+
05:30 «Новости Увата» 16+
05:45 «Новости. Омутинское» 16+
06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 16:45, 20:30, 03:15, 04:30 ТСН 16+
06:30, 07:30, 09:30 «Большая область» 16+
08:30 «Север йолдызлары» 12+
08:45 «Сельская среда» 12+
10:00, 16:15 «Удачная экскурсия» 12+
10:30, 15:30 «День здоровья» 16+
11:00 «Сила Ахманки» 12+
11:30 Т/с «Капля света» 16+
14:45, 20:45 «Примерка ТВ» 16+
15:15 «Безделов лайф» 16+
16:00 «Удачная экскурсия» 16+
17:00 Х/ф «Любовь не делится на два» 12+
20:20 «Перекресток 72» 16+
21:00 Т/с «Господа полицейские» 12+
00:15 Т/с «Уголовное дело» 12+

РОССИЯ К

06:30 «Библейский сюжет»
07:05 М/ф «Волк и теленок», «Винни-Пух», «Винни-Пух и день забот»
07:55 Х/ф «Из жизни отдыхающих»
09:15 «Мы – грамотеи!»
10:00, 19:30 Новости культуры
10:15 Х/ф «Дело «Пестрых»»
11:50, 23:00 «Три минуты тишины»
11:55 Земля людей. «Кабардинцы. Идущие впереди души»
12:25 «Чёрные дыры. Белые пятна»
13:05 Д/с «Первые в мире. Электрическая свеча Яблочкова»
13:20, 01:20 Д/ф «Лазурная обитель. Ритм приливов»
14:05 «Рассказы из русской истории»
15:25 Д/ф «Нобелевские победы русской науки. Иван Павлов»
16:05 «Большие и маленькие»
18:15 Д/с «Энциклопедия загадок. Денежная яма острова Оук»
18:45 Д/ф «Чистая победа. Штурм Новороссийска»
19:45 Д/ф «Кино история контрразведки. Шпионские страсти»
20:25 Х/ф «Застава в горах»
22:00 «Агора» Ток-шоу
23:05 Клуб «Шаболовка, 37»
00:05 Х/ф «Годеи к нестроевой»

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
07:00 М/с «Три кота» 0+
07:35, 11:40 Шоу «Уральских пельменей» 16+
09:00, 09:30 «ПроСТО кухня» 12+
10:00 «100 мест, где поест» 16+
11:00 «Интуристы» 16+
13:00 Х/ф «Помогите, я уменьшил своих друзей!» 6+
15:00 Х/ф «Вински и порошок-невидимка» 12+
16:40 М/ф «Энканто» 6+
18:40 М/ф «Король Лев» 6+
21:00 Х/ф «Книга джунглей» 12+
23:00 Х/ф «Сокровища джунглей» 16+
01:00 Т/с «Папины дочки» 16+

5 КАНАЛ

05:00 Т/с «Свои-2» 16+
05:35, 07:00, 08:45, 10:35, 12:20, 13:15, 15:10, 16:00, 16:55, 17:45, 18:40 Т/с «Условный мент – 2» 16+
19:35, 20:25, 21:20, 22:15, 23:10 Т/с «След» 16+
00:00 «Известия. Главное» 16+
01:05 «Светская хроника» 16+

Воскресенье, 17 сентября

ПЕРВЫЙ

06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости
06:10 Подкаст.Лаб
«Обязательно к прочтению» 16+
06:55 «Играй, гармонь любимая!» 12+
07:40 «Часовой» 12+
08:10 «Здоровье» 16+
09:20 «Мечталлион» 12+
09:40 «Непутёвые заметки» 12+
10:15 «Жизнь других» 12+
11:10 «Повара на колёсах» 12+
12:15 «Видели видео?» 0+
14:00 Х/ф «Розыгрыш» 12+
15:50 Д/ф «Владимир Меньшов. Кто сказал: У меня нет недостатков?» 12+
16:40 «Горячий лёд». Фигурное катание. Открытие сезона. Произвольная программа 0+
19:00 «Три аккорда» 16+
21:00 Время
22:35 Х/ф «Доктор» 16+
01:00 Подкаст.Лаб «Антропология» 16+
01:40 Подкаст.Лаб «АстроУмные» 16+

РОССИЯ 1

06:10, 02:25 Х/ф «Блюз для сентября» 12+
08:00 Местное время. Воскресенье
08:35 «Когда все дома»
09:25 «Утренняя почта»
10:10 «Сто к одному»
11:00, 17:00 Вести
11:50 «Большие перемены»
12:55 Т/с «ЗАГС» 12+
17:50 «Песни от всей души» 12+
20:00 Вести недели
22:00 «Москва. Кремль. Путин»
22:40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+

НТВ

04:45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
06:30 «Центральное телевидение» 16+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «У нас выигрывают!» 12+
10:20 «Первая передача» 16+
11:00 «Чудо техники» 12+
12:00 «Дачный ответ» 0+
13:00 «НашПотребНадзор» 16+
14:05 «Однажды...» 16+
15:00 «Своя игра» 0+
16:20 «Человек в праве» 16+
17:00 «Следствие вели...» 16+
18:00 «Новые русские сенсации» 16+
19:00 Итоги недели
20:20 «Ты супер! Суперсезон» 6+
23:20 «Звёзды сошлись» 16+

ТЮМЕНСКОЕ ВРЕМЯ

05:00 «Новости Голышманово» 16+
05:30 «Новости. Казанское» 16+
05:45 «Тобольская панорама» 16+
06:00, 06:45, 07:15, 08:00 ТСН 16+
06:15, 07:30, 15:00, 03:45 «Пять» 16+
07:00, 09:45 «Сельская среда» 12+
08:15 «МЧС» 16+
08:30 «Яна слыш» 12+
09:00 «Тюменская арена» 16+
09:30, 16:00, 04:15 «Родина моя» 12+
10:00 «День здоровья» 16+
10:30 «Примерка ТВ» 16+
10:45 «Интервью» 16+
11:00 «Удачная экскурсия» 12+
11:30 Х/ф «Любовь не делится на два» 12+
14:45 «Удачная экскурсия» 16+
15:30, 04:30 «Большая область» 16+
16:15 Д/ф «Чайный путь. Из Китая в Сибирь» 12+
17:15 Т/с «Капля света» 16+
20:30, 00:15 «Вечерний хэштег. Главное» 16+
21:00 Т/с «Уголовное дело» 12+
00:45 Т/с «Господа полицейские» 12+

РОССИЯ К

06:30 М/ф «Чиполлино», «Мойдоды»
07:35 Х/ф «Застава в горах»
09:15 Д/ф «Кино история контрразведки. Шпионские страсти»
09:55, 01:10 «Диалоги о животных. Государственный зоологический парк Удмуртии»
10:40 Острова. Михаил Пуговкин
11:20 Х/ф «Годеи к нестроевой»
12:30, 23:00 «Три минуты тишины»
12:35 Неизвестные маршруты России. «Чечня. Из Грозного к озеру Кезеной-Ам»
13:15 «Невский ковчег. Теория невозможного. Иван Ефремов»
13:45 Д/с «Элементы. Мебель Большого Царскосельского дворца»
14:15 Игра в бисер. «Книга Иоа»
15:00, 23:45 Х/ф «Миллионерша»
16:30 «Картина мира»
17:15 Д/с «Первые в мире. Русский Колумб»
17:30 Д/ф «Донна Татьяна»
18:20 XX век. «Мои любимые мелодии. Муслим Магомаев»
19:30 Новости культуры
20:25 Х/ф «Дело «Пестрых»»
22:05 Д/ф «Геннадий Рождественский. Дирижёр или волшебник?»
23:05 Кинескоп. XX Ереванский международный кинофестиваль «Золотой абрикос»

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» 0+
07:00 М/с «Отель «У овечек» 0+
07:35, 10:00 Шоу «Уральских пельменей» 16+
09:00 «Рогов в городе» 16+
10:25 Х/ф «Приключения Реми» 6+
12:35 Х/ф «Белоснежка. Месть гномов» 12+
14:40 М/ф «Король Лев» 6+
17:00 Х/ф «Книга джунглей» 12+
19:05 М/ф «Лука» 6+
21:00 Х/ф «Пираты Карибского моря. Проклятие «Чёрной жемчужины» 12+
23:55 Х/ф «Последний день Земли» 16+

5 КАНАЛ

05:00, 06:30, 07:20 Т/с «Глухарь. Возвращение» 16+
08:15, 09:15 Х/ф «Отставник» 16+
10:10 Х/ф «Отставник-2. Своих не бросаем» 16+
12:05 Х/ф «Отставник-3» 16+
14:00, 14:55 Х/ф «Пилигрим. Охота» 16+
15:45, 16:40 Х/ф «Пилигрим. Фальшфлаг» 16+
17:40, 18:35, 20:30, 22:25 Т/с «Чужой район» 16+
23:25 Т/с «Морские дьяволы. Судьбы» 16+

Говорите прямо и честно

ПРОФИЛАКТИКА

Пресс-служба ОБ № 13

Ежегодно 11 сентября проводится Всероссийский День трезвости. Разумный и осознанный выбор трезвого образа жизни – одна из основных задач, стоящих перед современным обществом. И в этот день проводятся тематические акции, выставки, флешмобы и другие мероприятия во многих российских городах.

Тема алкогольной зависимости очень непростая, особенно если в семье есть человек, страдающий от алкогольной зависимости, и дети. Так как предотвратить развитие алкоголизма у ребёнка?

Разберёмся в этом вопросе вместе с врачом наркологом областной больницы № 13 Оксаны Юшковой.

– В отличие от взрослого, организм ребёнка только формируется, воздействие спирта в таком случае особенно опасно. Основными факторами, непосредственно влияющими на развитие подросткового алкоголизма, являются потребность детей получить удовольствие, уменьшить тревогу и страх, желание облегчить общение со сверстниками, испытать необычные ощущения, не быть «белой вороной», – отмечает Оксана Валерьевна.

Специалист рекомендует не скрывать от детей информацию об алкоголе и наркотиках:

– Нужно разговаривать с детьми о вреде наркотиков и алкоголя, о том, к каким страшным последствиям может привести употребление. Это важно и нужно. Так или иначе, но каждый ребёнок на сегодня имеет доступ к информации посредством интернета. А вот как он воспримет данную информацию – это вопрос. В своей работе уделяю внимание профилактике злоупотребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних. Выезды в школы на тестирования с целью ранней диагностики, санпросветработы, а именно лекции, презентации, форумы, родительские собрания, круглые столы – всё это очень важно, чтобы предупредить серьёзную проблему, с которой может столкнуться каждая семья. И эту работу мы стараемся вести на опережение. Если ранее мы читали лекции преимущественно для школьников 7–11 классов, то сейчас мы приглашаем для детей 4–5 классов и младше. Лекции проходят в адаптированной (анимационной, мультипликационной) форме для лучшего восприятия. В летнее время выезжаем с игровыми тематически-

ми мероприятиями в пришкольные лагеря. Таким образом формируем правильные ориентиры и взгляды на употребление алкоголя, наркотиками, никотиносодержащей продукцией у несовершеннолетних. Это приносит свои плоды, детки активно включаются в проработку.

Во многих семьях есть люди, зависимость от алкоголя, поэтому очень важно правильно говорить с ребёнком об этой проблеме. Оксана Валерьевна даёт следующие советы:

– В любом случае лучший способ облегчить жизнь ребёнку – прямо и честно говорить о том, что происходит. Разумеется, нужно делать скидку на его возраст и учитывать, что дети способны понять, а что пока нет. Можно разъяснять ребёнку, что он не несёт ответственность за проблемы взрослых. Родителям стоит помнить про последовательность в своих словах и действиях и не давать тех обещаний, которые они не готовы выполнить.

Но лучше и правильнее, когда с такими детьми работает специалист. С данной категорией несовершеннолетних в Исетском районе психологи работают отдельно, так как такие семьи находятся на контроле КДН. Школьные психологи также задействованы и ведут таких ребятшек. Для них организуются специальные мероприятия по типу круглых столов для родителей и детей при участии Молодёжного центра и центра «Забота», куда приглашаются специалисты из разных сфер деятельности для проведения мастер-классов, оздоровительных и спортивных мероприятий. Устраиваются театральные постановки, имеющие опосредованное психотерапевтическое воздействие. Всё это делается неравнодушными людьми, поэтому оказывает очень благоприятное воздействие и формирует правильные установки у подрастающего поколения.

А вот методы запугивания, по мнению Оксаны Валерьевны, например, следующими фразами «Станешь бомжом!» или «Не будешь слушаться – будешь алкоголиком!» неэффективны и даже опасны.

Также специалист отмечает, что чрезвычайно важна работа внутри семьи.

– Показывайте пример, все дети подражают родителям – главным взрослым в их жизни, – комментирует Оксана Валерьевна. – Чтобы не допустить развития у ребёнка алкогольной зависимости, главное говорить, общаться с ребёнком, обращаться за помощью к специалистам при необходимости и быть честными.

8 (3452) 79-19-05
117

Приходи служить по контракту

Ежемесячные выплаты от 204 тысяч рублей
Единовременная выплата 295 тысяч рублей

195 тысяч рублей от Минобороны РФ
100 тысяч рублей от Тюменской области

Записывайтесь в военкомате по месту жительства или в пункте отбора: г. Тюмень, ул. Республики, 2/1

службапоконтракту72.рф