

В программе возможны изменения. С ними можно ознакомиться на сайтах телеканалов и в электронном телегиде (EPG) эфирного цифрового телевидения.

№ 10, 17-23 марта 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! 16+
10.55 Модный приговор 6+

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России
09.00 Хабарлар-Хакасия
09.30 Тематическая передача
09.55 О самом главном 12+

3 МАТЧ! МАТЧ!

05.00 Все на Матч!
06.00 Футбол. Тинькофф Российской Премьер-лига. Обзор тура 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

06.35 Пешком... 12+
07.05 Другие Романовы 12+
07.35 Величайшие изобретения человечества. Метрополитен 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужока 0+
07.45 Легенды Спарка 0+

9 ОТР ОТР

05.05 Хит-микс RU.TV 12+
06.00 Активная среда 12+
06.25 ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА 16+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

06.00 Настроение
08.10 МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ 0+
10.00 Валентина Теличкина. Начать с нуля 12+

4 НТВ НТВ

05.05 ЛИТЕЙНЫЙ 16+
06.00 Утро. Самое лучшее 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ 16+

7 РОССИЯ 24 РОССИЯ 24-ХАКАСИЯ

09.00, 12.00, 19.00, 21.30 Вести 24-Хакасия

12 СПАС СПАС

04.05 Шипков 12+
04.35 Завет 6+
05.30 Свое 0+

13 СТС СТС

04.00 Мультфильмы 0+
05.50 Ералаш 0+
06.05 Фиксики 16+

14 ДОМАШНИЙ

06.15 6 кадров 16+
06.30 По делам несовершеннолетних 16+

17 ЗВЕЗДА

04.45 Последнее дело майора Пронина 12+
05.30 Атака мертвецов 12+

18 МИР МИР

05.00 ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ 16+
10.00 Новости
10.10 Белорусский стандарт 12+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.40 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ 16+
06.25 ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ. ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.30 Городские легенды 16+
05.15 Тайные знаки 16+
06.00 Мультфильмы 0+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. Неизданное 16+
08.00 Орел и решка. Россия-2 16+

19 ТНТ ТНТ

04.30 Открытый микрофон 16+
06.30 ТНТ. Best 16+
07.00 ТНТ. Gold 16+

20 МУЗ-ТВ

05.00 10 самых горячих клипов дня 16+
05.35 Каждое утро 16+

24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (субдореверс) 6+
06.00 Концерт муниципального оркестра 6+

Ю

05.35 Папа попал 12+ В семье, где мужчина не разделяет с женой трудности быта, ежедневные заботы остаются незамеченными. Но что, если мама неожиданно решит оставить мужа и детей, чтобы некоторое время отдохнуть? Хотите ли сил у папы справиться с детьми и домашними обязанностями?..

Ответственность за пропаганду «веселящего газа»

Закись азота — химический газ, который широко используется для ингаляционного наркоза, подается пациенту через дыхательный контур с целью отключения сознания для проведения хирургического вмешательства. Для применения в медицинских целях вещество не подается в чистом виде, поскольку следствием воздействия стопроцентной закиси азота на организм могут стать гипоксия и смерть.

В СВЯЗИ с тем, что закись азота является одурманивающим веществом и воздействует на психику человека, изменяя его состояние, в России приняты меры к запрещению употребления данного вещества в немедицинских целях.

С 01.01.2021 в России начал действовать Федеральный закон от 29.12.2020 № 472-ФЗ «Об ограничении оборота закиси азота в Российской Федерации», которым установлено, что в целях обеспечения безопасности жизни и здоровья населения на территории Российской Федерации ограничивается оборот закиси азота. Производство, изготовление, закупка, поставка, хранение, перевозка, пересылка закиси азота, реализация, пропаганда, в том числе посредством информационно-телекоммуникационной сети Интернет, не для медицинского, про-

мышленного или технического применения запрещаются.

Федеральным законом от 04.02.2021 № 4-ФЗ соответствующие изменения внесены в Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях, статьей 6.13.1 определена административная ответственность за нарушение установленного государством запрета. За совершение данного административного правонарушения предусмотрено наказание в виде штрафа для граждан в размере до 2 тысяч рублей, для индивидуальных предпринимателей — до 20 тысяч либо приостановление деятельности. Максимальный размер штрафа для юридических лиц составляет 150 тысяч рублей либо приостановление деятельности.

Дела об административных правонарушениях, предусматривающие ответственность по ст. 6.13.1 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях, отнесены к подведомственности судей, а полномочиями по составлению протоколов в отношении правонарушителей наделены органы полиции.

Новая норма закона действует с 15.02.2021.

С. ЗАХАРОВА,
старший помощник
прокурора Абакана



На призывах к суициду можно заработать срок

Прокуратурой Абакана утверждено заключение по обвинению 23-летнего жителя республиканской столицы в совершении двух преступлений, предусмотренных ч. 2 ст. 110 УК РФ, то есть организация деятельности, направленной на побуждение к совершению самоубийства путем распространения информации о способах совершения самоубийства или призывов к совершению самоубийства, сопряженная с использованием информационно-телекоммуникационных сетей (включая сеть Интернет).

ТАК, по версии следствия, молодой житель Абакана, страдая от нехватки общения, много времени проводил в сети Интернет. Однако со временем нехватку общения сменила жажда наживы, и он зарегистрировал-

ся в интернет-мессенджере «Telegram» с целью привлечения большого количества подписчиков (благодаря которым планировал получить материальную выгоду), создал публичные каналы суицидальной направленности.

В период с октября 2018 года по декабрь 2019-го на данных публичных каналах молодой человек с использованием личного аккаунта с преступной целью побуждения неограниченного круга лиц (посетителей канала) к самоубийству размещал в форме электронных сообщений информацию о способах совершения самоубийства, а

также информацию о призывах к его совершению, содержащую текстовую часть и фотографии.

Однако улучшить свое материальное благосостояние ему не удалось, поскольку его преступная деятельность стала очевидна для сотрудников полиции и федеральной службы безопасности.

26.02.2021 данное уголовное дело направлено в Абаканский городской суд для рассмотрения по существу. Государственное обвинение по делу будет обеспечено прокуратурой Абакана.

Теперь горе-предпринимателю грозит лишение свободы сроком от пяти до пятнадцати лет.

Ольга КУЗНЕЦОВА,
старший помощник
прокурора Абакана

Фото из открытых источников

Понедельник, 22 марта

ДОМ КИНО	РУССКОЕ КИНО TV1000	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	TV XXI	че!	ИСТОРИЯ	DISNEY
05.00 ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ. СХВАТКА 12+	04.55 НОЧНЫЕ СТРАЖИ 12+	04.30 БЛЮЗ ОПАДАЮЩИХ ЛИСТЬЕВ 16+	05.05 BELLA ГЕРМАНИЯ/2с 16+	06.00 Улетное видео 16+	04.50 Человек без маски. Георг Отс 12+	04.50 Рапунцель. Новая история 6+
06.50 КУДА ОН ДЕНЕТСЯ! 12+	06.30 ТЁМНЫЙ МИР 16+	06.25 ИНТИМНЫЕ МЕСТА 18+	06.00 КОМИССАР МЕГРЭ/10с 12+	06.35 Каламбур 16+ Журнал видеоклипов, состоящий из нескольких рубрик. Тут есть английский чёрный юмор — «Крутое пики» и «Бар «Каламбур». А еще многогосерийная комедия, где герои — Мужик, Баба, Морячок, — выпутываются из жизненных ситуаций... 16+	05.35 История Европы. Истоки цивилизаций/Между небесами и адом 12+	06.20 Музыка на канале 6+
08.30 СТИЛЯГИ 16+ История одного примерного комсомольца, который однажды попал в загадочный и опасный мир стиляга и встретил там необыкновенную девушку...	08.05 ТЁМНЫЙ МИР. РАВНОВЕСИЕ 12+	07.40 ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ 16+	07.30 БИБЛИОТЕКАРЬ-3 16+	07.30 КВН best 16+	07.20 Советская империя. Народный автомобиль 12+	07.15 Легенда о Тарзане 6+
10.45 Ералаш 0+	09.50 НЕВЕСТА 16+	09.25 СО ДНА ВЕРШИНЫ 12+	09.05 ЦВЕТОК МОЕЙ ТАЙНЫ 16+	09.30 Дорожные войны. Лучшее 16+	08.10 Кошмары инквизиции. Ересь в эпоху Тюдоров 16+	07.40 Аладдин 0+
11.15 Урфин Джюс и его деревянные солдаты. Полнометражный мультфильм 6+	12.00 ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ 16+	11.10 15 СУТОК 12+	10.55 ЛЮБИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ 16+	10.00 Дорожные войны 2.0 16+	08.55 Человек без маски. Георг Отс 12+	08.05 Русалочка 6+
13.00 Три богатыря и Шамаханская царица. Полнометражный мультфильм 12+	14.05 НОЧНЫЕ СТРАЖИ 12+	12.50 ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ 16+	13.05 BELLA ГЕРМАНИЯ/2с 16+	11.30 Улётное видео 16+	08.50 Чудеса на виражах 0+	08.25 Тимон и Пумба 6+
14.30 СВАТЫ 16+	15.50 СПАРТА 16+	15.05 ПРИШЕЛЕЦ 12+	14.00 МАЛЕНЬКИЕ СЕКРЕТЫ БОЛЬШОЙ КОМПАНИИ 16+	13.00 Дизель-шоу 16+	09.10 Леди Баг и Суперкот 6+	08.50 Чудеса на виражах 0+
18.20 УБОЙНАЯ СИЛА 16+	17.20 ЛИКВИДАЦИЯ/5-6с 16+	16.40 ПИКОВАЯ ДАМА. ЧЁРНЫЙ ОБРЯД 16+	16.15 ПАЗАРИТЫ 18+	15.00 СОЛДАТЫ-7 12+	09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+	09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+
23.15 СВАТЫ 16+	19.40 ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ! 12+	18.20 МОТЫЛЕК 16+	18.30 РЕПЕТИЦИИ 16+	19.00 Дизель-шоу 16+	08.55 Человек без маски. Георг Отс 12+	09.50 Леди Баг и Суперкот 6+
03.00 МАРШ-БРОСОК 16+	21.20 Иван Царевич и Серый Волк. Полнометражный мультфильм 12+	20.00 НОВОГОДНИЙ ПАПА 12+ Митя в свои тридцать лет ещё ни разу не был женат. Однажды друзья решили над ним подшутить... 16+	20.15 ВСЕ ГОВОРЯТ, ЧТО Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ 16+	21.00 Решала 16+	09.45 История России 12+	10.50 Пёс Пэт 6+
	23.00 ЛИКВИДАЦИЯ/7-8с 16+	21.50 ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ 12+	22.00 МАЛЕНЬКИЕ СЕКРЕТЫ БОЛЬШОЙ КОМПАНИИ 16+	23.00 Опасные связи 18+	10.00 Спасённые шедевры России. Иконы 12+	11.00 Доброе утро с Микки 0+
	00.40 8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ 12+	23.35 ДОМИНИКА 12+	00.15 ПАЗАРИТЫ 18+	02.00 Улетное видео 16+	10.45 История России 16+	13.00 Пёс Пэт 6+
	02.25 8 НОВЫХ СВИДАНИЙ 12+	01.00 КОРОТКИЕ ВОЛНЫ 16+	02.30 РЕПЕТИЦИИ 16+		11.15 Великие народы. Как викинги изменили мир 12+	13.05 Леди Баг и Суперкот 6+
	03.55 ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ! 12+	02.35 КОЛЯ — ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ 12+			12.15 Анри Матисс 12+	14.40 Рапунцель. История продолжается 6+
					13.20 Вильям Похлёбкин. Рецепты нашей жизни 16+	15.40 Финес и Ферб 6+
					14.10 Мумии животных 12+	17.05 Звёздная принцесса и силы зла 12+
					15.10 Советская империя. Народный автомобиль 12+	18.05 Леди Баг и Суперкот 6+
					16.00 Кошмары инквизиции. Ересь в эпоху Тюдоров 16+	19.30 Гравити Фолз 12+
					16.55 Человек без маски. Георг Отс 12+	21.00 Рапунцель. Новая история 6+
					17.50 История Европы. Истоки цивилизаций/Между небесами и адом 12+	21.30 Богатырша. Полнометражный мультфильм 6+
					19.45 Спасённые шедевры России. Иконы 12+	Согласно предсказанию, у витязя Бориполка должен был родиться сын, которому суждено спасти Русь от страшной беды. Но, как всегда, все вышло наоборот: на свет появилась дочка Роса. А спасения Руси никто не отменял. Девочка с детства мечтала оправдать надежды родителей и доказать всему свету, что она настоящая богатырша! Росе представляется шанс проявить себя, когда на Русь нападает Змей Горыныч...
					20.40 История России 12+	01.00 Леди Баг и Суперкот 6+
					21.10 Великие моменты Каменного века 12+	02.00 Человек-паук 12+
					22.10 Они были до Колумба. Настоящие первооткрыватели Америки 16+	02.00 ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ! 6+
					23.10 Война за океан. Подводники 12+	03.40 СОБАКА ТОЧКА КОМ 6+
					00.00 Загадки утраченных полотен. Вермеер 12+	
					00.50 Советская империя. Останкино 12+	
					01.45 Кошмары инквизиции. Охота на ведьм 16+	
					02.40 Последняя роль. Георгий Юматов 12+	

*** РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ ***

ПРОДАМ

- Продам дачу (16 соток, дом, вода, свет, сад). Срочно. Дешево. 8-913-547-11-86, 8-913-547-55-39.
- Уголь качественный и недорогой. Доставка по городу и в деревни. 8-913-447-77-87.
- Продам кур, цыплят бройлеров, цыплят несушек. Подсинеет. Доставка. 8-950-305-99-60, 8-923-215-77-77.

КУПЛЮ

- Куплю любой автомобиль, мотоцикл, прицеп, любые диски, шины. 8-983-192-66-66.

СДАМ

- Сдам 2-комн. квартиру по ул. Чертыгашева, 131 (7-й этаж). Собственник. 8-983-259-01-00.

УСЛУГИ

- Электрик. Любые виды работ. Большой опыт. 8-923-213-04-50. (Окончание на 21-й стр.)

В программе возможны изменения. С ними можно ознакомиться на сайтах телеканалов и в электронном телегиде (EPG) эфирного цифрового телевидения.

№ 10, 17–23 марта 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! 16+

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России
09.00 Хабарлар-Хакасия
09.30 Тематическая передача

3 МАТЧ! МАТЧ!

05.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Калев (Эстония) — ЦСКА 0+
08.00 ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ 12+

6 РОССИЯ 7X КУЛЬТУРА

06.35 Пешком... 12+
07.05 Правила жизни 12+
07.35 Величайшие изобретения человечества. Холодильник 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужжалка 0+
07.45 Легенды Спарка 0+

9 ОТР ОТР

04.20 Домашние животные 12+
04.50 Легенды Крыма 12+
05.15 Прав!Да? 12+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.40 Валентина Теличкина. Начать с нуля 12+
05.20 Мой герой. Борис Хвошнянский 12+

4 НТВ НТВ

05.05 ЛИТЕЙНЫЙ 16+
06.00 Утро. Самое лучшее 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ 16+

7 РОССИЯ 24 РОССИЯ 24-ХАКАСИЯ

09.00, 12.00, 21.30 Вести 24-Хакасия

12 СПАС СПАС

04.20 Реакция 12+
04.55 Вера в большом городе 16+

13 СТС СТС

04.35 Сезон охоты. Страшно глупо! Полнометражный мультфильм 6+

14 ДОМАШНИЙ

04.40 Реальная мистика 16+
05.25 По делам несовершеннолетних 16+

17 ЗВЕЗДА

05.00 Перемышль. Подвиг на границе 12+

18 МИР МИР

04.05 ВРАТАРЬ 0+
05.20 ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ 16+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.40 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.30 Тайные знаки 16+
06.00 Мультфильмы 0+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. По морям 16+

19 ТНТ ТНТ

04.05 Открытый микрофон 16+

20 МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ

04.00 Караокинг 18+

24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (супердоброе) 6+

10 Ю Ю

05.10 Взвешенные люди 16+

Справку о судимости? Легко!

В соответствии с Федеральным законом от 27.07.2010 № 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг», любой гражданин может обратиться в Информационный центр МВД по Республике Хакасия с заявлением в электронной форме через «Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций)» (ЕПГУ) на получение государственных услуг:

- по выдаче справок о наличии (отсутствии) судимости и (или) факта уголовного преследования либо о прекращении уголовного преследования;
- по выдаче справок о том, является или не является лицо подвергнутым административному наказанию за потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо потенциально опасным психоактивных веществ.

Адрес ЕПГУ в сети Интернет: www.gosuslugi.ru.

Следует знать, что согласно части 1 статьи 6 Федерального закона от 6 апреля 2011 г. № 63-ФЗ «Об электронной подписи» информация в электронной форме, подписанная квалифицированной электронной подписью, признается электронным документом, равнозначным документу на бумажном носителе, подписанному собственноручной подписью, и может применяться в любых правоотношениях в соответствии с законодательством Российской Федерации, кроме случая, если федеральными законами или принимаемыми в соответствии с ними нормативными правовыми актами установлено требование о необходимости составления документа исключительно на бумажном носителе.

При подаче заявления в электронной форме на получение справки о наличии (отсутствии) судимости есть два способа получения справки: «Электронная справка» — справка в электронной форме, подписанная усиленной квалифицированной электронной подписью должностного лица, будет направлена непосредственно в личный кабинет заявителя на ЕПГУ. Эта справка может быть отправлена из личного кабинета на адрес электронной почты работодателя — кадровой службы органов и организаций (по месту требования).

«Бумажная справка» — подготовленная справка на бумажном носителе, подписанная собственноручной подписью должностного лица и заверенная гербовой печатью МВД по Республике Хакасия, выдается заявителю непосредственно в помещении, в котором предоставляется государственная услуга, сотрудниками информационного центра МВД по Республике Хакасия по адресу: г. Абакан, ул. К. Маркса, д. 13. Обязательным условием является предъявление документа, удостоверяющего личность.

При возникновении вопросов по порядку получения государственной услуги по выдаче справок о наличии (отсутствии) судимости можно получить консультацию у специалиста ИЦ МВД по Республике Хакасия по телефону 8 (3902) 23-63-72. При подаче заявления в электронной форме сформированная справка о том, является или не является лицо подвергнутым административному наказанию за потребление наркотических средств, подписанная усиленной квалифицированной электронной подписью должностного лица, направляется непосредственно в личный кабинет заявителя на ЕПГУ.



При возникновении вопросов по порядку получения государственной услуги по выдаче справок о том, является или не является лицо подвергнутым административному наказанию за потребление наркотических средств, можно получить консультацию у специалиста ИЦ МВД по Республике Хакасия по телефону 8 (3902) 23-64-28.

Срок подготовки справок по заявлениям, поданным через Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций), значительно сокращается.

По информации МВД по РХ
Фото из открытых источников

Вторник, 23 марта

<p>ДОМ КИНО</p> <p>05.10 БРАТ 16+</p> <p>06.55 ВЫСОКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ 16+</p> <p>09.05 БЛАГОЧЕСТИВАЯ МАРТА 12+ Испания, Мадрид, XVII век. Туран-отец пытается выдать красавицу-дочь замуж за богатого старика. Девушка вынуждена объявить, что уходит в монастырь...</p> <p>11.40 Урфин Джюс возвращается. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>13.05 Три богатыря. Ход конём. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>14.30 СВАТЫ 16+</p> <p>18.20 УБОЙНАЯ СИЛА 16+</p> <p>23.15 СВАТЫ 16+</p> <p>03.00 ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК 16+</p>	<p>РУССКОЕ КИНО TV1000</p> <p>05.35 МЕЧЕНОСЕЦ 18+</p> <p>07.50 СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ 6+</p> <p>09.30 8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ 12+</p> <p>11.05 8 НОВЫХ СВИДАНИЙ 12+</p> <p>12.35 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 12+</p> <p>14.15 ТЁМНЫЙ МИР 16+</p> <p>16.05 ТЁМНЫЙ МИР. РАВНОВЕСИЕ 12+</p> <p>17.45 ЛИКВИДАЦИЯ/7-8с 16+</p> <p>20.05 Иван Царевич и Серый Волк. Полнометражный мультфильм 12+</p> <p>21.35 Иван Царевич и Серый Волк-2. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>23.00 ЛИКВИДАЦИЯ/9-10с 16+</p> <p>00.40 ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ 16+</p> <p>02.25 НЕВЕСТА 16+</p>	<p>РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН</p> <p>04.20 ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ 16+</p> <p>06.15 СО ДНА ВЕРШИНЫ 12+</p> <p>08.00 15 СУТОК 12+</p> <p>09.30 ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ 16+</p> <p>11.30 ПРИШЕЛЕЦ 12+</p> <p>13.00 ПИКОВАЯ ДАМА. ЧЁРНЫЙ ОБРЯД 16+</p> <p>14.45 МОТЫЛЕК 16+</p> <p>16.25 НОВОГОДНИЙ ПАПА 12+</p> <p>18.10 ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ 12+</p> <p>19.55 ДОМИНИКА 12+</p> <p>21.25 КОРОТКИЕ ВОЛНЫ 16+</p> <p>22.55 КОЛЯ — ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ 12+</p> <p>00.45 ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ 12+</p> <p>01.00 С ЧЁРНОГО ХОДА 16+</p> <p>02.25 ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВЕ НЕБЕСНОЕ 16+</p>	<p>XXI TV XXI</p> <p>04.15 ВСЕ ГОВОРЯТ, ЧТО Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ 16+</p> <p>06.00 МАЛЕНЬКИЕ СЕКРЕТЫ БОЛЬШОЙ КОМПАНИИ 16+</p> <p>08.15 ПАЗАРИТЫ 18+</p> <p>10.30 РЕПЕТИЦИИ 16+</p> <p>12.15 ВСЕ ГОВОРЯТ, ЧТО Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ 16+</p> <p>14.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/1с 16+</p> <p>15.00 БОЖЕ МОЙ! 18+</p> <p>17.00 РОКОВАЯ СВЯЗЬ 18+</p> <p>18.45 ПО ПРИЗНАКАМ СОВМЕСТИМОСТИ 16+</p> <p>20.15 УБИЙСТВО В СТИЛЕ ГОЙИ 16+ Две сыщицы берутся за расследование серии убийств в Мадриде...</p> <p>22.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/1с 16+</p> <p>23.00 БОЖЕ МОЙ! 18+</p> <p>01.00 РОКОВАЯ СВЯЗЬ 18+</p> <p>02.45 ПО ПРИЗНАКАМ СОВМЕСТИМОСТИ 16+</p>	<p>че!</p> <p>06.00 Улетное видео 16+ Видео очевидцев станет для вас самым захватывающим зрелищем. Это и скандальные выходы любителей ночной жизни, и офисные разборки обычных клерков. Каждый следующий эпизод будет вращаться вокруг новых событий...</p> <p>06.35 Каламбур 16+</p> <p>07.30 КВН best 16+</p> <p>09.30 Дорожные войны. Лучшее 16+</p> <p>10.00 Дорожные войны 2.0 16+</p> <p>11.30 Улетное видео 16+</p> <p>13.00 Дизель-шоу 16+</p> <p>15.00 СОЛДАТЫ-7 12+</p> <p>19.00 Дизель-шоу 16+</p> <p>21.00 Решала 16+</p> <p>23.00 Опасные связи 18+</p> <p>02.00 Улетное видео 16+</p>	<p>ИСТОРИЯ</p> <p>04.35 Королевские тайны. Русская революция 16+</p> <p>05.30 Спасённые шедевры России. Иконы 12+</p> <p>06.15 История России 16+</p> <p>06.45 Великие народы. Как викинги изменили мир 12+</p> <p>07.35 Анри Матисс 12+</p> <p>08.30 Вильям Похлёбкин. Рецепты нашей жизни 16+</p> <p>09.15 Война за океан. Подводники 12+</p> <p>11.00 История России 16+</p> <p>10.00 Спасённые шедевры России. Ткани 12+</p> <p>10.45 Мумии животных 16+</p> <p>11.45 Советская империя. Народный автомобиль 12+</p> <p>12.40 Кошмары инквизиции. Ересь в эпоху Тюдоров 16+</p> <p>13.30 Человек без маски. Георг Отс 12+</p> <p>14.25 История Европы. Истоки цивилизации/Между небесами и адом 12+</p> <p>16.25 История России 12+</p> <p>16.55 Великие моменты Каменного века 12+</p> <p>17.55 Они были до Колумба. Настоящие первооткрыватели Америки 16+</p> <p>18.50 Война за океан. Подводники 12+</p> <p>19.45 Спасённые шедевры России. Ткани 12+</p> <p>20.40 Загадки утраченных полотен. Вермеер 12+</p> <p>21.25 Советская империя. Останкино 12+</p> <p>22.20 Кошмары инквизиции. Охота на ведьм 16+</p> <p>23.15 Последняя роль. Георгий Юматов 12+</p> <p>00.05 Королевские тайны. Георг IV и Регентство/Русская революция 16+</p> <p>02.10 История России 16+</p>	<p>DISNEY</p> <p>04.50 Человек-паук 12+</p> <p>05.35 Ким Пять-с-Плюсом 6+</p> <p>06.20 Музыка на канале 6+</p> <p>07.15 Легенда о Тарзане 6+</p> <p>07.40 Аладдин 0+</p> <p>08.05 Русалочка 6+</p> <p>08.25 Тимон и Пумба 6+</p> <p>08.50 Чудеса на виражах 0+</p> <p>09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+</p> <p>09.50 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>10.50 Пёс Пэт 6+</p> <p>11.00 Доброе утро с Микки 0+</p> <p>13.00 Пёс Пэт 6+</p> <p>13.05 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>14.40 Рапунцель. История продолжается 6+</p> <p>15.40 Финес и Ферб 6+</p> <p>17.05 Звёздная принцесса и силы зла 12+</p> <p>18.05 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>19.30 Гравити Фолз 12+</p> <p>21.00 Рапунцель. Новая история 6+</p> <p>21.30 Феи. Тайна страны драконов. Полнометражный мультфильм 6+ Испокон веков эльфийские племена жили бок о бок с самыми загадочными существами на свете — драконами, в волшебной стране под названием Баяла. Между эльфами и драконами существовала особая мистическая связь, ведь эльфы присматривали за драконьими яйцами. Но однажды Офира — королева темных эльфов, украла все драконьи яйца, а вместе с ними похитила и маленькую принцессу солнечных эльфов...</p> <p>23.30 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>01.00 Человек-паук 12+</p> <p>02.00 ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ! 6+</p> <p>03.40 СОБАКА ТОЧКА КОМ 6+</p>
<p>ACTION TV1000</p> <p>05.15 МОНСТРО 16+</p> <p>07.05 КЛОВЕРФИЛД, 10 16+</p> <p>09.10 ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ 16+</p> <p>11.15 РЕИНКАРНАЦИЯ 18+</p> <p>13.25 МОНСТРО 16+</p> <p>14.50 КЛОВЕРФИЛД, 10 16+</p> <p>16.35 МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА 12+ Из-за утечки информации в ЦРУ погибли несколько агентов. Подозрение падает на Итана Ханта...</p> <p>18.35 МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-2 12+</p> <p>20.45 МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-3 12+</p> <p>23.00 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПРОТОКОЛ «ФАНТОМ» 12+</p> <p>01.15 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ 16+</p> <p>03.35 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПОСЛЕДСТВИЯ 16+</p>	<p>TV 1000</p> <p>05.15 РОБИН ГУД. НАЧАЛО 16+</p> <p>07.00 РОБИН ГУД 16+</p> <p>09.10 ДОКТОР ХАУС/11-12с 16+</p> <p>10.35 ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА 12+</p> <p>12.45 КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ 12+</p> <p>14.40 РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА 12+</p> <p>16.50 РОБИН ГУД. НАЧАЛО 16+</p> <p>18.50 РОБИН ГУД 16+</p> <p>21.15 ДОКТОР ХАУС/13-14с 16+</p> <p>23.00 МИССИЯ «СЕРЕНИТИ» 16+ В пламени войны, охватившей галактику, космический корабль капитана Малкольма Рейнольдса попадает в центр внимания воюющих сторон...</p> <p>01.10 ДЮНА 12+</p> <p>03.40 ДИТА ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ 16+</p>	<p>ИЛЛЮЗИОН+</p> <p>05.20 ТЕРМИНАТОР-2. СУДНЫЙ ДЕНЬ 16+</p> <p>07.45 КЕК В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 12+</p> <p>09.05 ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ 18+</p> <p>10.35 ВНЕ//СЕБЯ 16+</p> <p>12.25 ШАЛЬНАЯ КАРТА 18+</p> <p>13.45 ЦИМБЕЛИН 16+</p> <p>15.20 ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ 18+</p> <p>17.05 ОНА 16+</p> <p>19.00 ЧТЕЦ 16+</p> <p>20.55 ИГРА В ИМИТАЦИЮ 16+ Математик Алан Тьюринг помогает взломать код Енigma во время Второй мировой войны...</p> <p>22.40 ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН 18+</p> <p>00.30 ДОРЭ 16+</p> <p>02.40 ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ 12+</p>	<p>УСЛУГИ</p> <p>■ Натяжные потолки. Недорого. Пенсионерам скидки. 8-923-213-04-50.</p> <p>■ Электрик. Все виды работ: от розетки, люстры, электроплиты до замены проводки. Электромонтаж. Без выходных. 34-53-39, 8-913-547-11-96.</p> <p>■ Реставрация покрытия ванн. Гарантия и качество. Медсправка на эмаль. 8-903-077-44-72.</p> <p>РАЗНОЕ</p> <p>■ Студенческий билет на имя Елисова Дмитрия Анатольевича считать недействительным в связи с утерей.</p>	<p>Реклама на радио «Абакан». Тел. 35-80-00. 16+</p>	<p>Куплю абсолютно любые холодильники и стиральные машины, кузова машин, батареи, металлолом. Приедем к вам. Т. 8-983-153-49-80.</p>	

В программе возможны изменения. С ними можно ознакомиться на сайтах телеканалов и в электронном телегиде (EPG) эфирного цифрового телевидения.

№ 10, 17–23 марта 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! 16+

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России
09.00 Хабарлар-Хакасия
09.30 Тематическая передача

3 МАТЧ! МАТЧ!

05.25 Гандбол. Лига Европы (м). 1/8 финала. Чеховские медведи (Россия) — Ним 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

06.35 Пешком... 12+
07.05 Правила жизни 12+
07.35 Величайшие изобретения человечества. Джинсы 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужжалка 0+
07.45 Легенды Спарка 0+

9 ОТР ОТР

04.20 Домашние животные 12+
04.50 Легенды Крыма 12+
05.15 Прав!Да? 12+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.40 Вячеслав Невинный. Таланты и 33 несчастья 12+
05.20 Мой герой. Аристарх Ливанов 12+

4 НТВ НТВ

05.05 ЛИТЕЙНЫЙ 16+
06.00 Утро. Самое лучшее 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ 16+

7 РОССИЯ 24 РОССИЯ 24-ХАКАСИЯ

09.00, 12.00, 21.30 Вести 24-Хакасия

12 СПАС СПАС

04.20 Украина, которую мы любим 12+
04.50 Движение вверх 6+

13 СТС СТС

04.45 Мультфильмы 0+
05.45 Ералаш 0+
06.05 Фиксики 0+

14 ДОМАШНИЙ

04.35 Реальная мистика 16+
05.20 По делам несовершеннолетних 16+

17 ЗВЕЗДА

04.30 САМЫЙ СИЛЬНЫЙ 0+
06.10 Стрелковое вооружение русской армии/2с 12+

18 МИР МИР

05.00 ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ 12+
08.25 КУЛИНАР 16+
10.10 КУЛИНАР 16+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.25 Мое родное. Спорт 12+
06.05 ПАСЕЧНИК. Старые долги Макарыча/Пропаавший пистолет 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.00 Тайные знаки 16+
05.30 Охотники за привидениями 16+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. По морям 16+
07.30 Утро Пятницы. Премьера 16+

19 ТНТ

04.45 Открытый микрофон 16+
05.35 ТНТ. Best 16+
07.00 ТНТ. Gold 16+

20 МУЗ-ТВ

04.00 Неспиннер 18+
05.00, 11.35, 22.25 10 самых горячих клипов дня 16+

24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (субдодеревод) 6+
06.00 Сегодня в Абакане 12+

Ю

05.10 Обмен жёнами 16+
07.20 Папа попал 12+

До 15 апреля должны отчитаться

Абакан поддерживает социальное предпринимательство и социально ориентированные некоммерческие организации. Для этого городской администрацией разработана и принята специальная подпрограмма в рамках Муниципальной программы «Создание условий для устойчивого социально-экономического развития города Абакана». Предпринимателям этой сферы деятельности часто нужна информационно-методическая поддержка.

ПЕРВЫЙ квартал каждого года характеризуется как отчетный. Согласно ФЗ от 12.01.1996 № 7-ФЗ «О некоммерческих организациях» НКО ведут бухгалтерский учет и статистическую отчетность, предоставляют информацию о своей деятельности органам государственной статистики и налоговым органам в порядке, установленном законодательством РФ.

Помимо этого, все НКО предоставляют отчет о деятельности в уполномоченный орган, которым является Управление Министерства юстиции РФ по РХ. Ежегодную отчетность некоммерческие организации, общественные объединения и религиозные организации должны предоставить до 15 апреля 2021 года.

Некоммерческие организации, учредителями (участниками, членами)

которых не являются иностранные граждане и (или) организации либо лица без гражданства, а также не имевшие в течение года поступлений имущества и денежных средств от иностранных источников, и в случае, если поступления имущества и денежных средств таких некоммерческих организаций в течение года составили до трех миллионов рублей, представляют заявление, подтверждающее их соответствие п. 3.1 ст. 32 ФЗ от 12.01.1996 № 7-ФЗ «О некоммерческих организациях», и информацию в произвольной форме о продолжении своей деятельности.

Некоммерческие организации, за исключением вышеуказанных, сдают отчеты по формам № ОН0001 и № ОН0002.

Общественные объединения представляют отчет по форме № ОН0003.

Религиозные организации, получившие в течение одного года денежные средства и иное имущество от международных и иностранных организаций, иностранных граждан, лиц без гражданства, обязаны представлять отчет о своей деятельности, персональном составе руководящих органов, целях расходования денежных средств и использования иного имущества, в том числе полученных от международных и иностранных организаций, иностранных граждан, лиц без гражданства, об их фактическом



расходовании (использовании) по форме № ОР0001.

Формы отчетов (ОН0001, ОН0002, ОН0003, ОР0001) утверждены Приказом Минюста России от 16.08.2018 № 170 «Об утверждении форм отчетности некоммерческих организаций».

Формы отчетов и методические разъяснения по их заполнению размещены в информационно-правовых базах «Гарант», «КонсультантПлюс», а также на интернет-сайтах Минюста России <http://www.minjust.gov.ru> и Управления Минюста России по РХ <http://to19.minjust.gov.ru/>.

Некоммерческие организации могут разместить свои отчеты на информационном портале Минюста России <http://unro.minjust.ru>.

Справочно: по состоянию на 01.01.2021 в Абакане зарегистрировано 386 некоммерческих организаций, в том числе 265 имеют статус социально ориентированных.

**По информации
Отдела по связям
с общественностью и СМИ
администрации Абакана**
Фото из открытых источников

Среда, 24 марта

ДОМ КИНО	РУССКОЕ КИНО TV1000	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	TV XXI	ЧЕ!	ИСТОРИЯ	DISNEY
04.50 БРАТ-2 16+ 07.05 БОЙ С СТЕНЫ-2 16+ 09.20 ТРУФФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО 12+ <i>Ловкий и изворотливый Труффальдино не только умудряется служить двум господам, но и устраивает их личное счастье, не забывая при этом и о своих интересах...</i> 11.50 Два хвоста. Полнометражный мультфильм 6+ 13.15 Добрыня Никитич и Змей Горыныч. Полнометражный мультфильм 6+ 14.30 СВАТЫ 16+ 18.20 УБОЙНАЯ СИЛА 16+ 23.15 СВАТЫ 16+ 03.00 ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ 12+	04.10 ЭБИГЕЙЛ 6+ 06.00 ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА 6+ 07.55 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 12+ 09.40 НОЧНЫЕ СТРАЖИ 12+ 11.25 ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА 6+ 13.35 НЕВЕСТА 16+ 15.15 ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ 16+ 17.05 ЛИКВИДАЦИЯ/9-10с 16+ 18.45 Иван Царевич и Серый Волк 12+ 20.15 Иван Царевич и Серый Волк-2 6+ 21.35 Иван Царевич и Серый Волк-3 6+ 23.00 ЛИКВИДАЦИЯ/11-12с 16+ 00.35 МОЙ ПАРЕНЬ — АНГЕЛ 16+ 02.25 ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ 16+	04.15 15 СУТОК 12+ 05.55 ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ 16+ 07.50 КОРОБОЧКА 16+ 08.10 ПРИШЕЛЕЦ 12+ 09.35 ВОРОТНИЧОК 12+ 10.00 ПИКОВАЯ ДАМА. ЧЕРНЫЙ ОБРЯД 16+ 11.30 МОТЫЛЕК 16+ 13.10 НОВОГОДНИЙ ПАПА 12+ 14.55 ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ 12+ 16.35 ДОМИНИКА 12+ 18.10 КОРОТКИЕ ВОЛНЫ 16+ 19.40 КОЛЯ — ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ 12+ 21.30 С ЧЕРНОГО ХОДА 16+ 23.00 ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВЕ НЕБЕСНОЕ 16+ 00.45 МЕТАФОРА 12+ 01.00 НАПАРНИК 12+ 02.40 СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ 0+	04.15 УБИЙСТВО В СТИЛЕ ГОЙИ 16+ 06.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/1с 16+ 07.00 БОЖЕ МОЙ! 18+ 09.00 РОКОВАЯ СВЯЗЬ 18+ 10.45 ПО ПРИЗНАКАМ СОВМЕСТИМОСТИ 16+ 12.15 УБИЙСТВО В СТИЛЕ ГОЙИ 16+ 14.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/2с 16+ 14.55 ДЕНЬ, КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА/1с 12+ 16.30 ЖМОТ 16+ <i>Скрипач Франсуа невероятно скуп. Но однажды его жизнь резко меняется...</i> 18.05 РЕВОЛЬВЕР 16+ 20.00 ИТАЛЬЯНСКАЯ ГОНЩИЦА 18+ 22.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/2с 16+ 22.55 ДЕНЬ, КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА/1с 12+ 00.30 ЖМОТ 16+ 02.05 РЕВОЛЬВЕР 16+	06.00 Улетное видео 16+ 06.35 Каламбур 16+ 07.30 КВН best 16+ 09.30 Дорожные войны. Лучшее 16+ 10.00 Дорожные войны 2.0 16+ 11.30 Улетное видео 16+ 13.00 Дизель-шоу 16+ <i>Скетчи, сценки, зарисовки на тему семейных отношений, любви, конфликта поколений, актуальных, в основном социальных событий в обществе, стране и мире. Принципиальная позиция — добрый юмор без политики...</i> 15.00 СОЛДАТЫ-7 12+ 17.00 СОЛДАТЫ-8 12+ 19.00 Дизель-шоу 16+ 21.00 Решала 16+ 23.00 Опасные связи 18+ 02.00 Улетное видео 16+	04.45 Вильям Похлѣбкин. Рецепты нашей жизни 16+ 05.35 Спасѣнные шедевры России. Ткани 12+ 06.15 Мумии животных 16+ 07.10 Советская империя. Народный автомобиль 12+ 07.55 Кошмары инквизиции. Ересь в эпоху Тюдоров 16+ 08.45 Человек без маски. Георг Отс 12+ 09.30 История России 16+ 10.00 Спасѣнные шедевры России. Масляная живопись 12+ 10.45 История Европы. Истоки цивилизации/Между небесами и адом 12+ 12.45 История России 12+ 13.15 Великие моменты Каменного века 12+ 14.15 Они были до Колумба. Настоящие первооткрыватели Америки 16+ 15.15 Война за океан. Подводники 12+ 16.00 Загадки утраченных полотен. Вермеер 12+ 16.55 Советская империя. Останкино 12+ 17.45 Кошмары инквизиции. Охота на ведьм 12+ 18.40 Последняя роль. Георгий Юматов 12+ 19.35 Спасѣнные шедевры России. Масляная живопись 12+ 20.20 Королевские тайны. Георг IV и Регентство/Русская революция 16+ 22.25 История России 16+ 22.55 Великие народы. Как викинги изменили мир 12+ 23.55 Анри Матисс 12+ 00.55 Вильям Похлѣбкин. Рецепты нашей жизни 16+ 01.50 Мумии животных 12+ 02.50 Советская империя. Народный автомобиль 12+	04.50 Человек-паук 12+ 05.35 Ким Пять-с-Плюсом 6+ 06.20 Музыка на канале 6+ 07.15 Легенда о Тарзане 6+ 07.40 Аладдин 0+ 08.05 Русалочка 6+ 08.25 Тимон и Пумба 6+ 08.50 Чудеса на виражах 0+ 09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+ 09.50 Леди Баг и Суперкот 6+ 10.50 Пѣс Пѣт 6+ 11.00 Доброе утро с Микки 0+ 13.00 Пѣс Пѣт 6+ 13.05 Леди Баг и Суперкот 6+ 14.40 Рапунцель. История продолжается 6+ 15.40 Финес и Ферб 6+ 17.05 Звѣздная принцесса и силы зла 12+ 18.05 Леди Баг и Суперкот 6+ 19.30 Гравити Фолз 12+ 21.00 Рапунцель. Новая история 6+ 21.30 Русалочка. Полнометражный мультфильм 6+ <i>Русалочка Ариэль, младшая дочь морского царя Тритона, отправилась на поиски приключений в компании верной рыбки Флаундера. Они прибыли на место кораблекрушения собирать затонувшие человеческие вещи, и Ариэль в очередной раз размечталась о том, как хорошо, наверное, жить в мире людей. В это время неподалеку проплывал корабль принца Эрика, который давно искал настоящую любовь, но так ее и не нашел...</i> 23.30 Леди Баг и Суперкот 6+ 01.00 Человек-паук 12+ 02.00 ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ! 6+ 03.40 СОБАКА ТОЧКА КОМ 6+
06.10 ГОЛОДНЫЙ КРОЛИК АТАКУЕТ 18+ 07.55 ГОРЕЦ 16+ 10.00 ГОРЕЦ-2. ОЖИВЛЕНИЕ 16+ 12.00 ГОРЕЦ-3. ПОСЛЕДНЕЕ ИЗМЕРЕНИЕ 16+ 13.40 ВНЕ//СЕБЯ 16+ 15.40 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПРОТОКОЛ ФАНТОМ 12+ 18.05 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПЛЕМЯ ИЗГОВ 16+ 20.20 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПОСЛЕДСТВИЯ 16+ 23.00 ДЖЕК РИЧЕР 16+ <i>Пятро случайных прохожих гибнут от руки снайпера...</i> 01.15 ДЖЕК РИЧЕР-2. НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ 16+ 03.20 РЕВОЛЬВЕР 16+	05.30 СЕРДЦЕЕД 16+ 07.10 ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА 16+ 09.00 ДОКТОР ХАУС/13-14с 16+ 10.40 ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ 16+ 12.40 ДЮНА 12+ 15.10 МИССИЯ «СЕРЕНИТИ» 16+ 17.15 СЕРДЦЕЕД 16+ 19.10 ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА 16+ 21.15 ДОКТОР ХАУС/15-16с 16+ 23.00 ВАНИЛЬНОЕ НЕБО 16+ <i>Молодой миллиардер, владеющий медиа-холдингом, на полной скорости съезжает с эстакады и превращается в калеку с изуродованным лицом...</i> 01.25 ОБЛИВИОН 16+ 03.50 ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ 16+	04.30 ВРЕМЯ ВОЗМЕЗДИЯ 18+ 06.30 ОНА 16+ 08.25 ЧТЕЦ 16+ 10.20 ИГРА В ИМИТАЦИЮ 16+ 12.05 ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН 18+ 14.00 ДОРЗ 16+ 16.10 ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ 12+ 17.55 ВНЕ//СЕБЯ 16+ 19.45 ШАЛЬНАЯ КАРТА 18+ 21.10 ЦИМБЕЛИН 16+ <i>Цимбелин, лидер байкеров-наркоторговцев, объявляет войну продажным полицейским...</i> 22.45 ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ 18+ 00.30 ЗАРАЖЕННАЯ 16+ 02.00 ЖЕНА 16+ 03.30 ЧЕЛОВЕК — ШВЕЙЦАРСКИЙ НОЖ 18+	<p>* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *</p> <p>Антиалкогольное лечение</p> <p>ГАРАНТИЯ. Малюткин И.В. Т. 8 (3902) 22-46-00. <small>Лиц. ЛО-19-01-000202 от 25.08.2010 г. по г. Абакану, Абакан, проспект Ленина, 69.</small></p> <p>УГОЛЬ — качественный УГОЛЬ — недорогой УГОЛЬ — доставка по городу и в сѣла Т. 8-913-447-77-87.</p> <p>Объявления в газету «Абакан» 16+ 35-80-00 от 90 рублей. <small>Срок действия цен до 30.06.2021 г.</small></p>			

В программе возможны изменения. С ними можно ознакомиться на сайтах телеканалов и в электронном телегиде (EPG) эфирного цифрового телевидения.

№ 10, 17–23 марта 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! 16+

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России
09.00 Хабарлар-Хакасия
09.30 Тематическая передача

3 МАТЧ! МАТЧ!

04.45 Все на Матч!
05.40 Футбол. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир. Мальта — Россия 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

06.35 Пешком... 12+
07.05 Правила жизни 12+
07.35 Величайшие изобретения человечества. Хлеб 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужюлка 0+
07.45 Легенды Спарка 0+

9 ОТР ОТР

04.20 Домашние животные 12+
04.50 Легенды Крыма 12+
05.15 Прав!Да? 12+ Проект посвящен самым острым проблемам, волнующим жителей нашей страны...

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.40 Семён Фарада. Непутёвый кумир 12+
05.20 Мой герой. Ольга Сулова 12+

4 НТВ НТВ

05.05 ЛИТЕЙНЫЙ 16+
06.00 Утро. Самое лучшее 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ 16+

11 РЕН ТВ РЕН ТВ

04.20 Документальный проект 16+
07.00 С бодрим утром! 16+

12 СПАС СПАС

04.25 Лица Церкви 6+
04.40 Надеющиеся на Тя, да не погибнем 0+

13 СТС СТС

04.40 Мультфильмы 0+
05.50 Ералаш 0+
06.05 Фиксики 0+

14 ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

04.35 Реальная мистика 16+
05.25 По делам несовершеннолетних 16+

17 ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

04.10 ПРИЗНАТЬ ВИНОВНЫМ 12+
05.30 Выбор Филби 12+

18 МИР МИР

05.00 ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ 12+
08.25 КУЛИНАР 16+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.25 ПАСЕЧНИК. Блеск мёда/Летальное такси 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.30 ТВ-3 ведет расследование 16+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. По морям 16+

19 ТНТ ТНТ

04.45 Открытый микрофон 16+

20 МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ

05.00 Клиппортация: 25 лет за 25 часов 16+ МУЗ-ТВ — первый музыкальный телеканал в России, который начал вещание в 1996 году.

24 АБАКАН 24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (субдублевод) 6+

Ю Ю

05.05 Обмен жёнами 16+

Оформление участков и квартир

Специалисты Управления Росреестра по РХ отвечают на вопросы абаканцев



? На днях мне на дом привезли документ-предписание с требованием об устранении выявленного правонарушения в сфере земельного законодательства. Что это за документ и в какие сроки его необходимо исполнить?

ПРЕДПИСАНИЕ представляет собой официальный документ, который выдается земельным инспектором Росреестра Хакасии или муниципального образования. Данное предписание является обязательным для исполнения с момента его вручения лицу, в отношении которого оно вынесено, либо его уполномоченному представителю. Срок устранения нарушения земельного законодательства в предписании устанавливается должностным лицом с учетом вида выявленного правонарушения, времени вступления в силу постановления по делу об административном правонарушении и времени, необходимого для устранения нарушения земельного законодательства, но не более 6 месяцев. В определенных случаях срок выполнения предписания может быть продлен, но только на основании мотивированного ходатайства лица, при наличии документального подтверждения оснований для продления срока. Неиспол-

нение предписания в установленный срок также влечет административную ответственность, привлечение к которой, в свою очередь, не освобождает лицо от обязанности устранить выявленное нарушение.

? Право собственности на квартиру оформлено на мою несовершеннолетнюю дочь. Могу ли я заключить договор ипотеки на данную квартиру?

ДА, государственная регистрация ипотеки возможна на основании договора ипотеки в ППФ, при получении родителями разрешений от органов опеки и попечительства на совершение сделок по распоряжению имуществом несовершеннолетнего.

? Мы с супругой являемся совместно собственниками квартиры, которая была в залоге у банка. В настоящее время кредит полностью погашен, и банк выдал мне закладную с отметкой об исполнении обязательства. В законе сказано, что погашение ипотеки в реестре прав осуществляется по заявлению залогодателя с предоставлением закладной. Супруга не может обратиться на регистра-

цию по причине болезни. Могу ли я сам обратиться с заявлением о погашении ипотеки?

НОРМЫ гражданского и семейного законодательства устанавливают, что распоряжение имуществом, находящимся в совместной собственности, осуществляется по согласию всех участников, которое предполагается независимо от того, кем из участников совершается сделка по распоряжению имуществом. При совершении одним из супругов сделки по распоряжению общим имуществом предполагается, что он действует с согласия другого супруга. Сделка, совершенная одним из супругов по распоряжению общим имуществом супругов, может быть признана судом недействительной по мотивам отсутствия согласия другого супруга только по его требованию и только в случаях, если доказано, что другая сторона в сделке знала или заведомо должна была знать

о несогласии другого супруга с совершением данной сделки. Таким образом, если считать заявление о погашении ипотеки распоряжением имуществом, достаточно обращения одного из участников совместной собственности.

? Как оформить садовый земельный участок для продажи, если из документов только членская книжка?

ДО 1 МАРТА 2022 года действует порядок, при котором для бесплатного получения земельного участка члену садоводческого товарищества необходимо обратиться в орган местного самоуправления с соответствующим заявлением, к которому прилагается протокол (или выписка из протокола) общего собрания членов садоводческого товарищества о распределении земельных участков между членами указанного объединения. Также необходимо заказать кадастровые работы — межевание, получить схему расположения земельного участка на кадастровом плане территории либо схему уточнения границ земельного участка (у организаций, оказывающих геодезические услуги населению) и установить адрес земельного участка. После этого орган местного самоуправления издаст соответствующий акт о предоставлении земельного участка в собственность, который будет являться основанием для регистрации права.

По информации
Управления
Росреестра Хакасии
Фото из открытых источников

Четверг, 25 марта

<p>ДОМ КИНО</p> <p>04.50 БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА 12+</p> <p>06.40 РЕБРО АДАМА 16+</p> <p>08.00 РУССКИЙ БИЗНЕС 16+</p> <p>09.15 БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА 12+ Случайная встреча заставляет провинциального учителя и столичную красавицу по-новому взглянуть на мир и на самих себя. Друг в друге они находят то, о чем давно мечтали...</p> <p>11.40 Три богатыря и Морской царь. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>13.10 Алёша Попович и Тугарин Змей. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>14.30 СВАТЫ 16+</p> <p>18.20 УБОЙНАЯ СИЛА 16+</p> <p>23.15 СВАТЫ 16+</p> <p>03.00 ЕЛКИ-2 12+</p>	<p>РУССКОЕ КИНО TV1000</p> <p>04.15 ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ 16+</p> <p>06.00 РУССКИЙ РЕЙД 18+</p> <p>07.55 Иван Царевич и Серый Волк 12+</p> <p>09.30 Иван Царевич и Серый Волк-2 6+</p> <p>10.50 Иван Царевич и Серый Волк-3 6+</p> <p>12.20 ЭБИГЕЙЛ 6+</p> <p>14.15 ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ 16+</p> <p>16.10 МОЙ ПАРЕНЬ — АНГЕЛ 16+</p> <p>17.55 ЛИКВИДАЦИЯ/11-12с 16+</p> <p>20.05 Иван Царевич и Серый Волк-3 6+</p> <p>21.20 Иван Царевич и Серый Волк-4 6+</p> <p>23.00 ЛИКВИДАЦИЯ/13-14с 16+</p> <p>00.40 КАМЕННАЯ БАШКА 16+</p> <p>02.25 СПАРТА 16+</p>	<p>РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН</p> <p>04.25 ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ 16+</p> <p>06.25 МЕТАФОРА 12+</p> <p>06.40 ПИКОВАЯ ДАМА. ЧЁРНЫЙ ОБРЯД 16+</p> <p>08.05 ТРУША 16+</p> <p>08.35 МОТЫЛЕК 16+</p> <p>10.00 НОВОГОДНИЙ ПАПА 12+</p> <p>11.35 ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ 12+</p> <p>13.20 ДОМИНИКА 12+</p> <p>14.50 КОРОТКИЕ ВОЛНЫ 16+</p> <p>16.20 КОЛЯ — ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ 12+</p> <p>18.10 С ЧЁРНОГО ХОДА 16+</p> <p>19.40 ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ 16+</p> <p>21.30 НАПАРНИК 12+</p> <p>23.10 СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ 0+</p> <p>01.00 ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА! 16+</p> <p>02.40 ПРИОРИТА 16+</p>	<p>TV XXI</p> <p>04.00 ИТАЛЬЯНСКАЯ ГОНЩИЦА 18+</p> <p>06.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/2с 16+</p> <p>06.55 ДЕНЬ, КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА/1с 12+</p> <p>08.30 ЖМОТ 16+</p> <p>10.05 РЕВОЛЬВЕР 16+</p> <p>12.00 ИТАЛЬЯНСКАЯ ГОНЩИЦА 18+</p> <p>14.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/3с 16+</p> <p>15.00 ДЕНЬ, КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА/2с 12+</p> <p>16.35 ЦЕПНОЙ ПЕС 18+</p> <p>18.10 НЕВИДИМАЯ ЖИЗНЬ ЭВРИДИКИ 18+</p> <p>20.30 ПАЦИФИСТКА 16+</p> <p>22.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/3с 16+</p> <p>23.00 ДЕНЬ, КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА/2с 12+</p> <p>00.35 ЦЕПНОЙ ПЕС 18+</p> <p>02.10 НЕВИДИМАЯ ЖИЗНЬ ЭВРИДИКИ 18+</p>	<p>ЧЕ!</p> <p>06.00 Улетное видео 16+</p> <p>06.35 Каламбур 16+</p> <p>07.30 КВН best 16+</p> <p>09.30 Дорожные войны. Лучшее 16+ Передача посвящена двум извечным проблемам: дуракам и дорогам. Теперь, когда появились видеокamеры, можно оценить масштабы этих проблем. Сюжеты получаются разные: от смешных и поучительных до трагических...</p> <p>10.00 Дорожные войны 2.0 16+</p> <p>11.30 Улетное видео 16+</p> <p>13.00 Дизель-шоу 16+</p> <p>15.00 СОЛДАТЫ-8 12+</p> <p>19.00 Дизель-шоу 16+</p> <p>21.00 Решала 16+</p> <p>23.00 Опасные связи 18+</p> <p>02.00 Улетное видео 16+</p>	<p>ИСТОРИЯ</p> <p>04.35 Человек без маски. Георг Отс 12+</p> <p>05.25 Спасённые шедевры России. Масляная живопись 12+</p> <p>06.10 История России 12+</p> <p>06.40 История Европы. Истоки цивилизаций/Между небесами и адом 12+</p> <p>08.20 Великие моменты Каменного века 12+</p> <p>09.15 Последняя роль. Георгий Юматов 12+</p> <p>10.00 Спасённые шедевры России. Мебель 12+</p> <p>10.45 Они были до Колумба. Настоящие первооткрыватели Америки 16+</p> <p>11.45 Война за океан. Подводники 12+</p> <p>12.40 Загадки утраченных полотен. Вермеер 12+</p> <p>13.25 Советская империя. Останкино 12+</p> <p>14.15 Кошмары инквизиции. Охота на ведьм 16+</p> <p>15.10 Последняя роль. Георгий Юматов 12+</p> <p>16.05 Королевские тайны. Георг IV и Регентство/Русская революция 16+</p> <p>18.05 История России 16+</p> <p>18.35 Великие народы. Как викинги изменили мир 12+</p> <p>19.35 Спасённые шедевры России. Мебель 12+</p> <p>20.25 Анри Матисс 12+</p> <p>21.25 Вильям Похлёбкин. Рецепты нашей жизни 16+</p> <p>22.20 Мумии животных 12+</p> <p>23.15 Советская империя. Народный автомобиль 12+</p> <p>00.10 Кошмары инквизиции. Ересь в эпоху Тюдоров 16+</p> <p>01.00 Человек без маски. Георг Отс 12+</p> <p>01.55 История Европы. Истоки цивилизаций/Между небесами и адом 12+</p>	<p>DISNEY</p> <p>04.50 Человек-паук 12+</p> <p>05.35 Ким Пять-с-Плюсом 6+</p> <p>06.20 Музыка на канале 6+</p> <p>07.15 Легенда о Тарзане 6+</p> <p>07.40 Аладдин 0+</p> <p>08.05 Русалочка 6+</p> <p>08.25 Тимон и Пумба 6+</p> <p>08.50 Чудеса на виражах 0+</p> <p>09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+</p> <p>09.50 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>10.50 Пёс Пэт 6+</p> <p>11.00 Доброе утро с Микки 0+</p> <p>13.00 Пёс Пэт 6+</p> <p>13.05 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>14.40 Рапунцель. История продолжается 6+</p> <p>15.40 Финес и Ферб 6+</p> <p>17.05 Звёздная принцесса и силы зла 12+</p> <p>18.05 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>19.30 Гравити Фолз 12+</p> <p>21.00 Рапунцель. Новая история 6+</p> <p>21.30 Русалочка-2. Возвращение в море. Полнометражный мультфильм 0+ У Русалочки Ариэль и принца Эрика рождается прекрасная дочь Мэлоди. Когда девочке исполнилось 12 лет, она всей душой полюбила море и часто проводила время на его берегу. Но Ариэль очень волновалась за Мэлоди и запрещала ей приближаться к морскому берегу. Так как девочка не знала, что ее мать — настоящая русалка, то считала, что ее просто не понимают. Этим конфликтом решает воспользоваться морская ведьма Морган... 12+</p> <p>23.10 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>01.00 Человек-паук 12+</p> <p>02.00 ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ! 6+</p> <p>03.40 СОБАКА ТОЧКА КОМ 6+</p>
<p>ACTION TV1000</p> <p>05.15 ЧЕЛОВЕК-ПАУК 12+</p> <p>07.10 ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2 12+</p> <p>09.10 ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3 12+</p> <p>11.40 ДЖЕК РИЧЕР 16+</p> <p>14.00 ДЖЕК РИЧЕР-2. КОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ 16+</p> <p>16.05 ЧЕЛОВЕК-ПАУК 12+</p> <p>18.10 ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2 12+</p> <p>20.25 ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3 12+</p> <p>23.00 ОДНАЖДЫ В АМЕРИКЕ 16+ В 20-е годы XX столетия Америка велелась под звуки джаза и каждый бродяга мечтал стать миллионером. В трущобах Нью-Йорка встречаются несколько отчаянных парней. С тех пор они становятся партнерами по незаконному отъему денег у сограждан...</p> <p>03.00 ДЖОННИ Д. 16+</p>	<p>TV 1000</p> <p>06.20 ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ 16+</p> <p>09.10 ДОКТОР ХАУС/15-16с 16+</p> <p>11.10 ВАНИЛЬНОЕ НЕБО 16+</p> <p>13.50 ОБЛИВИОН 16+</p> <p>16.05 ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ 16+</p> <p>18.40 ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ 16+</p> <p>21.15 ДОКТОР ХАУС/17-18с 16+</p> <p>23.00 ЭЛИЗИУМ. РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ 16+ В 2154 году все человечество живет в двух мирах: бедные живут на Земле, а привилегированные — на Элизииуме...</p> <p>00.55 ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ. БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС 16+</p> <p>03.05 ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 1 16+</p>	<p>ИЛЛЮЗИОН+</p> <p>05.00 ОНА 16+</p> <p>06.55 ЧТЕЦ 16+</p> <p>08.50 ВНЕ//СЕБЯ 16+</p> <p>10.40 ЦИМБЕЛИН 16+</p> <p>12.15 ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ 18+</p> <p>14.00 ЗАРАЖЕННАЯ 16+</p> <p>15.30 ЖЕНА 16+</p> <p>17.00 ИГРА В ИМИТАЦИЮ 16+</p> <p>18.45 ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН 18+</p> <p>20.35 ДОРЭ 16+ Об известном американском музыканте Джиме Моррисоне и его легендарной группе «Дорэ».</p> <p>22.45 ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ 12+</p> <p>00.30 ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИЖАЛОВ 0+</p> <p>02.25 ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ 12+</p> <p>03.50 ВНЕ//СЕБЯ 16+</p>	<p>Яндекс Дзен</p> <p>Свежий выпуск газеты «Абакан» 16+ каждую среду в электронном варианте</p> <p>Заходи. Подписывайся. Читай. Комментируй.</p> <p>МУП ИРТА «Абакан», Абакан, ул. Советская, 32-49н, ОГРН 1051901102626</p>			

В программе возможны изменения. С ними можно ознакомиться на сайтах телеканалов и в электронном телегиде (EPG) эфирного цифрового телевидения.

№ 10, 17-23 марта 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! 16+

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести-Сибирь
09.30 Тематическая передача
09.55 О самом главном 12+

3 МАТЧ! МАТЧ!

04.45 Все на Матч!
05.40 Волейбол. Кубок ЕКВ (м). Финал. Зенит (Санкт-Петербург) — Динамо (Москва) 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

06.35 Пешком... 12+
07.05 Правила жизни 12+
07.35 Черные дыры. Белые пятна 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужжалка 0+
07.45 Легенды Спарка 0+

9 ОТР ОТР

04.20 Домашние животные 12+
04.50 Легенды Крыма 12+
05.15 Прав!Да? 12+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.45 Екатерина Савинова. Шаг в бездну 12+
05.20 Мой герой. Сергей Барышев 12+

4 НТВ НТВ

05.05 ЛИТЕЙНЫЙ 16+
06.00 Утро. Самое лучшее 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ 16+

7 РОССИЯ 24 РОССИЯ 24-ХАКАСИЯ

09.00, 12.00, 21.30 Вести 24-Хакасия
00.35 В ЧАС БЕДЫ 12+
04.05 ЧЕРЧИЛЬ 12+

12 СПАС СПАС

04.35 В поисках Бога 6+
05.00 Врангел. Путь русского генерала. На Родине 0+

13 СТС СТС

04.40 Мультфильмы 0+
05.50 Ералаш 0+
06.05 Фиксики 0+

14 ДОМАШНИЙ

04.35 Реальная мистика 16+
05.25 По делам несовершеннолетних 16+

17 ЗВЕЗДА

05.30 ЧЕРНЫЙ ПЕС 16+
08.10 ОФИЦЕРЫ. ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ/1с 16+

18 МИР МИР

05.00 ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА 0+
05.55 ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА-2 12+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.30 ПАСЕЧНИК. Двойная подстава/Бойфренд-разбойник/Месть по УДО 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.30 Месть бриллианта Санси 16+
05.15 Тайные знаки 16+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. По морям 16+
08.00 Орел и решка. Россия-2 16+

19 ТНТ

04.00 Открытый микрофон 16+
05.35 ТНТ. Best 16+

20 МУЗ-ТВ

04.00 Наше 16+
05.00, 16.20 10 самых горячих клипов дня 16+

24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (супердоседа) 6+
06.00 Сегодня в Абакане 12+

Ю

05.00 Обмен жёнами 16+
07.05 Папа попал 12+

Холодное время года для жителей Абакана и гостей Хакасии также интересно активным отдыхом и туризмом. Специалисты рекомендуют ответственно относиться к вопросам личной безопасности в походах, на горнолыжных склонах и дают полезные советы, как избежать беды.

ПРЕЖДЕ всего, следует помнить о подготовке. Сложность похода должна соответствовать опыту, состоянию здоровья и силе туристов. Нельзя выходить на маршруты в очень холодную погоду.

Походы противопоказаны людям с хроническими заболеваниями легких, а также тем, кто имеет проблемы с сердечно-сосудистой системой. Также крайне опасно идти в поход с признаками респираторных инфекций.

Туристическую группу обязательно нужно регистрировать у спасателей. Можно позвонить оперативному дежурному на номер 8 (3902) 29-55-21 или обратиться в единую дежурно-диспетчерскую службу муниципалитета не позднее, чем за 10 дней до выхода на маршрут. Заявку можно оставить и онлайн на сайте Главного управления МЧС России по Хакасии.

По возможности, необходимо оборудовать технические средства, ис-

пользуемые для передвижения по снегу, системами обнаружения (ГЛОНАСС, GPS), при себе иметь спутниковые телефоны.

Отправляясь на прогулку на лыжах или пешком, обязательно учитывайте погодные условия и время суток. Лучше гулять вместе с родственниками или друзьями. Надевайте теплую и удобную одежду, возьмите с собой мобильный телефон, термос с чаем и еду. Сообщите родным о планируемых маршрутах и времени возвращения домой.

Важно учитывать несколько факторов: качественная экипировка, уровень подготовки и погода. Снаряжение должно соответствовать росту и весу, крепления должны быть исправными и хорошо фиксировать ботинки. Обязательно наденьте шлем. Желательно иметь весь комплект защиты: шорты, жилеты, наколенники, защиту для запястий, очки.

Новичкам нужно учиться кататься с инструктором, который поможет закрепить правильные и безопасные навыки езды.

Учитывайте сложность трассы, не добирайтесь до самой вершины, если не уверены в себе. Следите за другими катающимися, особенно осторожны будьте с начинающими и детьми. Если остановились или упали, то отползите к краю, не сидите посреди трассы.

Категорически запрещается кататься в состоянии алкогольного опьянения!

По информации Управления по ГО, ЧС и пожарной безопасности РХ
Фото из открытых источников

Безопасный туризм

Кататься на лыжах и сноубордах нужно на оборудованных трассах. Это гарантия того, что в случае беды или получения травмы помощь будет оказана быстро персоналом горнолыжной базы.



Если вы стали свидетелем несчастного случая, окажите первую помощь пострадавшему, сообщите о происшествии персоналу базы или звоните на номер 112

Пятница, 26 марта

<p>ДОМ КИНО</p> <p>04.50 СТРАНА ЧУДЕС 12+ 06.25 О ЛЮБВИ 12+ 07.40 ПАЛАТА № 6 16+ 09.10 ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАН 12+ Испания, XVIII век. Обедневший граф любит уличную танцовщицу, а она — его. Но их союзу противостоит самодовольный и беспринципный испанский король! Он положил глаз на прекрасную барышню... 11.40 Синдбад. Пираты семи штормов. Полнометражный мультфильм 6+ 13.10 Иван Царевич и Серый Волк-2. Полнометражный мультфильм 6+ 14.30 СВАТЫ 16+ 18.20 УБОЙНАЯ СИЛА 16+ 23.15 СВАТЫ 16+ 03.00 Я ХУДЕЮ 16+</p>	<p>РУССКОЕ КИНО TV1000</p> <p>04.00 РУССКИЙ РЕЙД 18+ 05.55 МАМА НЕ ГОРИЮ! 18+ 07.30 МАМА НЕ ГОРИЮ-2 16+ 09.30 Иван Царевич и Серый Волк-3 6+ 11.00 Иван Царевич и Серый Волк-4 6+ 12.40 8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ 12+ 14.20 8 НОВЫХ СВИДАНИЙ 12+ 15.55 СПАРТА 16+ 17.30 ЛИКВИДАЦИЯ/13-14с 16+ 19.10 Урфин Джюс и его деревянные солдаты 6+ 20.50 Урфин Джюс возвращается 6+ 22.05 ГОРЬКО! 16+ 00.00 ГОРЬКО!-2 16+ 01.40 НА КРЮЧКЕ! 16+ 03.25 НЕВЕСТА 16+</p>	<p>РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН</p> <p>06.05 НОВОГОДНИЙ ПАПА 12+ 07.40 ПРИНЯТЬ УДАР 12+ 08.05 ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ 12+ 09.35 ТЫ ЗАБЫЛ, ВО ЧТО МЫ ИГРАЛИ 16+ 10.10 ДОМИНИКА 12+ 11.30 КОРОТКИЕ ВОЛНЫ 16+ 12.55 КОЛЯ — ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ 12+ 14.45 С ЧЁРНОГО ХОДА 16+ 16.15 ПЕЛЯ ПОДОРОГЕВ ЦАРСТВЕ НЕБЕСНОЕ 16+ 18.00 НАПАРНИК 12+ 19.40 СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ 0+ 21.30 ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА! 16+ 23.10 РИОРИТА 16+ 01.00 ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА 12+ 02.40 СУДЬБА НА ЗАМЕНУ 12+ 03.00 СЕРДЦЕ МИРА 18+</p>	<p>TV XXI</p> <p>04.30 ПАЦИФИСТКА 16+ 06.00 ПЛОХИЕ БАНКИ/3с 16+ 07.00 ДЕНЬ, КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА/2с 12+ 08.35 ЦЕПНОЙ ПЕС 18+ 10.10 НЕВИДИМАЯ ЖИЗНЬ ЭВРИДИКИ 18+ 12.30 ПАЦИФИСТКА 16+ 14.00 МНЕ ПО КАЙФУ 16+ 15.50 РАЗВОД В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 18+ 17.30 НАЛЕТ/7с 16+ 18.25 ЗАЛОЖНИК 16+ При ограблении трое преступников берут в заложники семью бывшего переговорщика секретных служб... 20.20 ДАР 12+ 22.00 МНЕ ПО КАЙФУ 16+ 23.50 РАЗВОД В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 18+ 01.30 НАЛЕТ/7с 16+ 02.25 ЗАЛОЖНИК 16+</p>	<p>ЧЕ!</p> <p>06.00 Улетное видео 16+ 06.35 Каламбур 16+ 07.30 КВН best 16+ 09.30 Дорожные войны. Лучшее 16+ 10.00 Дорожные войны 2.0 16+ 11.30 Улетное видео 16+ 13.00 ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛМЕНОВ 12+ 15.15 ТЕЛЕПОРТ 16+ 17.00 ЭКВИЛИБРИУМ 16+ Действие происходит в будущем, когда люди лишены возможности выражать какие-то эмоции, потому что они запрещены. Для этого применяется лекарство «Кразулюм»... 19.10 +100500 16+ 23.00 ПЕНКО 16+ 01.10 Фейк-такси 18+ 02.00 Утилизатор 12+ 03.45 Улетное видео 16+</p>	<p>ИСТОРИЯ</p> <p>04.25 Великие моменты Каменного века 12+ 05.20 Спасённые шедевры России. Мебель 12+ 06.05 Они были до Колумба. Настоящие первооткрыватели Америки 16+ 07.00 Война за океан. Подводники 12+ 07.45 Загадки утраченных полотен. Вермеер 12+ 08.30 Советская империя. Останкино/Народный автомобиль 12+ 10.00 Кошмары инквизиции. Охота на ведьм 16+ 10.45 Последняя роль. Георгий Юматов 12+ 11.40 Королевские тайны. Георг IV и Регентство/Русская революция 16+ 13.45 История России 16+ 14.15 Великие народы. Как викинги изменили мир 12+ 15.15 Анри Матисс 12+ 16.15 Вильям Похлёбкин. Рецепты нашей жизни 16+ 17.10 Мумии животных 16+ 18.05 Советская империя. Народный автомобиль 12+ 19.00 Кошмары инквизиции. Ересь в эпоху Тюдоров 16+ 19.55 Человек без маски. Георг Отс 12+ 20.45 История Европы. Истоки цивилизации/Между небесами и адом 12+ 22.45 История России 12+ 23.15 Великие моменты Каменного века 12+ 00.15 Они были до Колумба. Настоящие первооткрыватели Америки 16+ 01.20 Война за океан. Подводники 12+ 02.05 Загадки утраченных полотен. Вермеер 12+ 03.00 Советская империя. Останкино 12+</p>	<p>DISNEY</p> <p>04.50 Человек-паук 12+ 05.35 Ким Пять-с-Плюсом 6+ 06.20 Музыка на канале 6+ 07.15 Легенда о Тарзане 6+ 07.40 Аладдин 0+ 08.05 Русалочка 6+ 08.25 Тимон и Пумба 6+ 08.50 Чудеса на виражах 0+ 09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+ 09.50 Леди Баг и Суперкот 6+ 10.50 Пёс Пэт 6+ 11.00 Доброе утро с Микки 0+ 13.00 Пёс Пэт 6+ 13.05 Алиса в стране чудес. Полнометражный мультфильм 0+ 15.00 Гравити Фолз 12+ 18.00 После школы 6+ 18.25 Леди Баг и Суперкот 6+ 19.55 Хранитель Луны. Полнометражный мультфильм 6+ 21.30 Русалочка. Начало истории Ариэль. Полнометражный мультфильм 0+ Сюжет картины описывает события, которые развиваются во времена юности русалочки Ариэль. После смерти ее матери — жены царя Тритона Афины — во всем морском Царстве Атлантика была запрещена музыка. Юная героиня пыталась оспорить этот закон. Круглосуточно находясь под наблюдением няньки Марины, Ариэль пыталась улизнуть из дома и развлечься в подпольном клубе... 23.05 РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ 6+ 01.00 ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ОСТРОВ НИМ 6+ 02.55 СЫН РУСАЛКИ 6+</p>
<p>ACTION TV1000</p> <p>05.25 КЛУБ АНОНИМНЫХ КИЛЛЕРОВ 18+ 07.00 ВНЕ//СЕБЯ 16+ 09.10 ДЖОННИ Д. 16+ 11.30 ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ 16+ 13.05 КЛУБ АНОНИМНЫХ КИЛЛЕРОВ 18+ 14.40 ВНЕ//СЕБЯ 16+ 16.40 ПОЕЗД НА ЮМУ 16+ Бедствующий владелец ранчо соглашается за вознаграждение сопроводить знаменитого бандита к поезду, где над ним должен состояться суд. Со временем его миссия становится невыполнимой... 18.55 ОДНАЖДЫ В АМЕРИКЕ 16+ 23.00 ЛЕГЕНДА 18+ 01.15 ТРИ ДЕВЯТКИ 18+ 03.15 ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРОЙ 12+</p>	<p>TV 1000</p> <p>05.05 ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 2 16+ 07.10 ЭЛИЗИМУ. РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ 16+ 09.00 ДОКТОР ХАУС/17-18с 16+ 10.25 БЛИЗКИЕ КОНТАКТЫ ТРЕТЬЕЙ СТЕПЕНИ 6+ 12.50 И Н О П Л А Н Е Т Н О Е В Т О Р Ж Е Н И Е . Б И Т В А ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС 16+ 14.55 ЭЛИЗИМУ. РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ 16+ 16.50 ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 1 16+ 18.55 ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 2 16+ 21.15 ДОКТОР ХАУС/19-20с 16+ 23.00 СУМЕРКИ 16+ 01.10 СУМЕРКИ. САГА. НО-ВОЛУНИЕ 12+ 03.30 СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ 16+</p>	<p>ИЛЛЮЗИОН+</p> <p>05.40 ШАЛЬНАЯ КАРТА 18+ 07.05 ИГРА В ИМИТАЦИЮ 16+ 08.55 ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН 18+ 10.45 ДОРЗ 16+ 13.00 ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ 12+ 14.45 ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИМ-ЖАЛОВ 0+ 16.40 ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ 12+ 18.10 ЦИМБЕЛИН 16+ 19.40 ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ 18+ 21.30 ЗАРАЖЕННАЯ 16+ Мэри заражается болезнью, превращающей в зомби... 22.55 ЖЕНА 16+ 00.30 ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ 12+ 01.55 УЦЕЛЕВШАЯ 16+ 03.20 ПРЕИСПОДНЯЯ 18+</p>	<p>* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *</p> <p>МУП г. АБАКАНА «АБАКАНСКИЕ ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ СЕТИ» СООБЩАЕТ</p> <p>В связи с ремонтными работами будет отключено электроснабжение в жилых домах по следующим адресам.</p> <p>22 марта 2021 г., с 8.00 до 17.00: ул. Академическая, 2–8, 7–19; ул. Звездная, 1–13, 2–10; ул. Российская, 68а; ул. Светлая, 26–56, 37–45.</p> <p>23 марта 2021 г., с 8.00 до 12.00: ул. Цукановой, 126–160, 135–157; ул. Дружинника Курочкина, 42–66, 49–67, 75; ул. Котовского, 37–65, 71–95, 54–80, 88–106; ул. Ровная, 32–56, 33–57; ул. 40 лет Комсомола, 2; ул. Загородная, 46–60, 49–63; ул. Западная, 29–51а, 34–42; ул. Алтайская, 31, 32, 34а; ул. Белоярская, 31–59, 32, 38–46; ул. Гапченко, 2–26, 3–23; ул. Канская, 21–45, 26–30, 34–52; ул. Коминтерна, 37–49; 44, 46; ул. Чапаева, 112–160, 105–145; ул. Строительная, 42–66, 43–49, 53–69; ул. Лизы Чайкиной, 9–37, 12–36; ул. Таштыпская, 70–128, 111–161а; ул. Гоголя, 63, 71; ул. Аскизская, 88–140; ул. Профсоюзная, 53–57, 60–64; ул. Свободы, 20–24, 43–49; ул. Красноармейская, 42, 44, 45.</p> <p>(Окончание на 29-й стр.)</p>			

В программе возможны изменения. С ними можно ознакомиться на сайтах телеканалов и в электронном телегиде (EPG) эфирного цифрового телевидения.

№ 10, 17–23 марта 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

04.35 Мужское/Женское 16+
06.00 Доброе утро. Суббота
09.00 Умницы и умники 12+

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести-Хакасия
08.20 Местное время. Суббота

3 МАТЧ! МАТЧ!

04.30 Все на Матч!
05.00 Баскетбол. Евролига (м). Химки (Россия) — Зенит (Россия) 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

06.30 Библейский сюжет 12+
07.05 Мультфильмы 12+
08.30 СЕМЕН ДЕЖНЕВ 12+

8 КАРУСЕЛЬ

05.00 Псэмми. Пять детей и волшебство 6+
06.55 Жужжалка 0+

9 ОТР ОТР

04.05 Юбилейный концерт «Даниил Крамер и друзья» 12+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.40 На двух стульях 12+
05.30 ПАССАЖИРКА 16+

4 НТВ НТВ

05.00 ЧП. Расследование 16+
05.30 СЛЕД ТИГРА 16+

11 РЕН ТВ

05.00 Невероятно интересные истории 16+

12 СПАС СПАС

04.05 Наши любимые песни 6+

13 СТС СТС

04.45 Мультфильмы 0+

14 ДОМАШНИЙ

04.45 По делам несовершеннолетних 16+

17 ЗВЕЗДА

04.40 Москва фронту 12+

18 МИР МИР

05.00 Мультфильмы 0+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

04.25 Детективы 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

05.00 Символ пиратского счастья 16+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. Переагрузка 16+

19 ТНТ

04.15 Открытый микрофон 16+

20 МУЗ-ТВ

04.00 Золотая лихорадка 18+

24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (субдублевод) 6+

Ю

05.05 Обмен жёнами 16+

Как поддержать организм весной

Наконец-то пришла весна! А вместе с ней и проблемы со здоровьем, которые накопились за долгую зиму. Специалисты Управления Роспотребнадзора по РХ дают добрые советы жителям Абакана по правильному питанию нашего источника организма.

Ешьте свежие фрукты и овощи

Когда организм ослаблен, он становится легкой добычей для инфекций. Здесь незаменимой оказывается дополнительная порция витаминов. Поэтому употребляйте больше свежих фруктов и овощей — из них мы получаем аскорбиновую и фолиевую кислоты, а также каротин. Кстати, такая диета не только прибавит сил, но и поможет похудеть, а также нейтрализовать последствия зимнего увлечения сладостями. Да, быстрые углеводы умеют повышать настроение, но при этом они приносят вялость.

Разнообразьте рацион

Однообразная пища, употребление полуфабрикатов, рафинированных продуктов, консервов, строгие диеты, прием лекарств лишают организм витаминной поддержки. Помните, что помимо фруктов и овощей необходи-

мо есть мясо, печень, яйца, молоко, сливочное и растительное масла, хлеб грубого помола, а также крупы — гречневую, овсяную, пшено, бурый рис. Тогда питание будет полноценным.

Добавьте «солнечный» витамин

Одна из причин весеннего упадка сил — недостаток света, который организм испытывает зимой. Поэтому сейчас нужно использовать все преимущества светового дня и ежедневно находить время для прогулок, хотя бы небольших. Помимо этого необходимо поддерживать достаточный уровень витамина D с помощью пищевых добавок и питания. Он содержится в жирной рыбе (лосось, сельдь, скумбрия, печень трески), продуктах из коровьего молока и яичных желтках.

Делайте точечный массаж

Массаж активных точек лица способен помочь организму укрепить иммунитет и лучше усваивать витаминные добавки. Положите обе ладони на лицо так, чтобы средние пальцы оказались в точках над бровями, указательные — на висках, безымянные сошлись на переносице, мизинцы — над верхней губой, а большие — под челюстью. Каждое утро, сразу после про-



буждения, массируйте точки круговыми движениями: семь раз по часовой стрелке, семь раз — против.

Больше двигайтесь

Двигательная активность способна буквально творить чудеса — улучшает циркуляцию крови, активизирует обмен веществ, нормализует гормональный фон и улучшает настроение. Причем вовсе не обязательно изнурять себя многочасовыми тренировками или длительными пробежками. Вполне достаточно прогулки или нескольких приседаний у открытого окна. Этого хватит, чтобы вернуть бодрость телу и «подкормить» его кислородом.

Используйте контрастный душ

Если с утра вы чувствуете себя недостаточно бодро и буквально спите на ходу — попробуйте принимать контрастный душ. Для начала чередуйте теплую и прохладную воду два раза. Начинать нужно сверху, но если у вас часто бывает повышенное давление, то

начинайте обливание с ног, постепенно поднимая душ все выше. Дополнительный бонус: эта техника не только помогает взбодриться и повысить упругость кожи, но также укрепляет сердце и сосуды, способствует профилактике гриппа.

Важно помнить

В некоторых случаях весенний упадок сил может быть связан с серьезными нарушениями в работе организма. Например, усталость может быть вызвана сбоем в работе щитовидной железы или недостатком железа в крови. Бывает, что дефицит одного или нескольких витаминов связан с нарушением их всасывания в желудочно-кишечном тракте. В общем, медицинских причин может быть множество. В этом случае опасно заниматься самолечением, лучше прибегнуть к помощи квалифицированного специалиста.

По информации
Управления
Роспотребнадзора по РХ
Фото из открытых источников

Суббота, 27 марта

ДОМ КИНО	РУССКОЕ КИНО TV1000	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	TV XXI	ЧЕ!	ИСТОРИЯ	DISNEY
05.00 ГОРЬКО!-2 16+	05.00 ТРОИЦА 18+	05.15 ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ 12+	04.20 ДАР 12+	06.00 Улетное видео 16+	04.45 Последняя роль. Георгий Юматов 12+	04.20 Алиса в стране чудес. Полнометражный мультфильм 0+
06.40 ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ! 16+	06.25 8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ 12+	06.50 ДОМИНИКА 12+	06.00 МНЕ ПО КАЙФУ 16+	06.20 Каламбур 16+	05.35 Королевские тайны. Георг IV и Регентство/Русская революция 16+	05.35 Аладдин 0+
07.50 ГОНЩИКИ 12+	08.00 8 НОВЫХ СВИДАНИЙ 12+	08.05 КОРОТКИЕ ВОЛНЫ 16+	07.50 РАЗВОД В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 18+	07.35 КВН best 16+	07.25 Война за океан. Подводники 12+	06.20 Музыка на канале 6+
09.10 КРЕПОСТНАЯ АКТРИСА 12+	09.30 Урфин Джюс и его деревянные солдаты 6+	09.25 КОЛЯ — ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ 12+	09.30 НАЛЕТ/7с 16+	09.00 Дизель-шоу 16+	08.10 Вильям Похлѣбкин. Рецепты нашей жизни 16+	07.15 Легенда о Тарзане 6+
11.00 ФИНИСТ — ЯСНЫЙ СОКОЛ 6+	11.15 Урфин Джюс возвращается 6+	11.00 С ЧЕРНОГО ХОДА 16+	10.25 ЗАЛОЖНИК 16+	11.00 СОЛДАТЫ-7 12+	08.25 Тимон и Пумба 6+	07.40 Аладдин 0+
12.30 СВАТЫ 16+	12.55 ГОРЬКО! 16+	12.15 ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВЕ НЕБЕСНОЕ 16+	12.20 ДАР 12+	19.00 СОЛДАТЫ-8 12+	08.50 Чудеса на виражах 0+	08.05 Русалочка 6+
ПОЛНОМЕТРАЖНЫЕ МУЛЬТФИЛЬМЫ	14.40 ГОРЬКО!-2 16+	14.05 НАПАРНИК 12+	14.00 КОМИССАР МЕГРЭ/11с 12+	20.00 +100500 16+ Ведущий находит в Интернете самые безумные видео и комментирует их. Зачем волшебник гоняет на самокате, а Дарт Вейдер играет на волынке? Почему с потолков падают коты, а чайки едят слабительное? Как сделать из двери доску для серфинга и забавать настоящих куриный рэп?..	08.55 Человек без маски. Георг Отс 12+	08.25 Тимон и Пумба 6+
19.00 Иван Царевич и Серый Волк-3 6+	16.25 8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ 12+	15.45 СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ 0+	15.25 КАТИСЬ! 16+	09.45 История России 12+	09.50 Леди Баг и Суперкот 6+	08.50 Чудеса на виражах 0+
20.25 Илья Муромец и Соловей-разбойник 6+	18.10 8 НОВЫХ СВИДАНИЙ 12+	17.30 ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА! 16+	17.20 НОЧНАЯ ЖИЗНЬ 18+	10.00 В поисках Моны Лизы 12+	10.50 Пёс Пэт 6+	09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+
21.55 Добрыня Никитич и Змей Горыныч 6+	19.40 НА КРЮЧКЕ! 16+	19.15 РИОРИТА 16+	19.15 БЛИЗНЕЦ 12+ Проигравшись в карты, Ришар приезжает к другу, где знакомится с американкой, наследницей огромного состояния...	10.55 Обыкновенное чудо академика Зильбера 12+	11.00 Доброе утро с Микки 0+	09.50 Леди Баг и Суперкот 6+
23.15 Три богатыря на дальних берегах 6+	21.15 НЕУЛОВИМЫЕ 16+	21.05 ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА 12+	21.05 BELLA ГЕРМАНИЯ/3с 16+	11.50 Последняя миссия Тутанхамона 12+	13.00 София Прекрасная. Загадочные острова 0+	10.50 Пёс Пэт 6+
00.35 Три богатыря и Морской царь 6+	23.00 НЕУЛОВИМЫЕ. ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ 16+	22.45 АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» 12+	22.00 КОМИССАР МЕГРЭ/11с 12+	12.45 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова 16+	14.25 Турнир Долины Фей 0+	11.00 Доброе утро с Микки 0+
***	00.15 НЕУЛОВИМЫЕ. БАНГКОК 16+	01.00 КИСЛОРОД 16+	23.25 КАТИСЬ! 16+	13.40 Иудейская война. Наследие Ирода Великого 12+	14.55 Русалочка. Полнометражный мультфильм 6+	13.00 София Прекрасная. Загадочные острова 0+
02.00 КАРНАВАЛ 12+	01.50 НЕ УЛОВИМЫЕ. ДЖЕКПОТ 16+	02.30 СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ 16+	01.20 НОЧНАЯ ЖИЗНЬ 18+	12.45 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова 16+	16.35 Русалочка-2. Возвращение в море. Полнометражный мультфильм 0+	14.25 Турнир Долины Фей 0+
АКЦИОН TV1000	03.20 КАМЕННАЯ БАШКА 16+		03.15 БЛИЗНЕЦ 12+	13.40 Иудейская война. Наследие Ирода Великого 12+	18.00 Русалочка. Начало истории Ариэль. Полнометражный мультфильм 0+	14.55 Русалочка. Полнометражный мультфильм 6+
TV 1000		ИЛЛЮЗИОН+		14.40 Владимир Винокур. Своим голосом 12+	19.30 Ральф. Полнометражный мультфильм 6+	16.35 Русалочка-2. Возвращение в море. Полнометражный мультфильм 0+
05.30 ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ 16+	05.45 ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА 16+	05.40 ИГРА В ИМИТАЦИЮ 16+	* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *	14.40 Владимир Винокур. Своим голосом 12+	21.30 Моана. Полнометражный мультфильм 6+ Бесстрашная Моана, дочь вождя маленького племени на острове в Тихом океане, больше всего на свете мечтает о приключениях и решает отправиться в опасное морское путешествие. Вместе с некогда могущественным полубогом Мауи им предстоит пересечь океан, сразиться со страшными чудовищами и разрушить древнее заклятие...	16.35 Русалочка-2. Возвращение в море. Полнометражный мультфильм 0+
07.00 ПОЕЗД НА ЮМУ 16+	07.35 СЕРДЦЕЕД 16+	07.30 ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН 18+	23 марта 2021 г., с 8.00 до 18.00: ул. Баландиной, 4–22, 9–39; ул. Тайшетская, 1а; ул. Тракторная, 1–5, 5а, 5в.	15.30 История Европы. Свет и тьма/Европеизация мира 12+	23.40 ЗОЛУШКА 6+	18.00 Русалочка. Начало истории Ариэль. Полнометражный мультфильм 0+
09.10 ЛЕГЕНДА 18+	09.25 РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА 12+	09.20 ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ 18+	24 марта 2021 г., с 8.00 до 12.00: ул. Белинского, 28–36; ул. Енисейская, 1–41, 2–40; ул. Маршала Жукова, 75–87; ул. Советской Армии, 1–39, 2–34; ул. Тараса Шевченко, 131–145, 132–148; ул. Фрунзе, 2–26, 3–31; ул. Чкалова, 78–88.	17.25 История России 12+	01.50 СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ 12+	19.30 Ральф. Полнометражный мультфильм 6+
12.00 ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРОЙ 12+	12.00 ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА 12+	11.10 ЗАРАЖЕННАЯ 16+	24 марта 2021 г., с 13.00 до 17.00: ул. Дивногорская, 5–35, 2–12; ул. Заречная, 27–55, 36–42; ул. Буденного, 21–105, 26–72; ул. Кутузова, 4, 21–33, 34–36; ул. Рыбачья, 36.	17.55 Винсент Ван Гог. В поисках света 12+	03.40 ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ОСТРОВ НИМ 6+	21.30 Моана. Полнометражный мультфильм 6+ Бесстрашная Моана, дочь вождя маленького племени на острове в Тихом океане, больше всего на свете мечтает о приключениях и решает отправиться в опасное морское путешествие. Вместе с некогда могущественным полубогом Мауи им предстоит пересечь океан, сразиться со страшными чудовищами и разрушить древнее заклятие...
14.30 МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА 12+	14.10 КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ 12+	12.40 ЖЕНА 16+	25 марта 2021 г., с 13.00 до 17.00: ул. Центральная, 48–80, 75–111; ул. Зоотехническая, 26–32, 59–83; ул. Саянская, 5, 8.	19.00 В поисках Моны Лизы 12+		
16.30 МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-2 12+	16.10 СУМЕРКИ 16+ 17-летняя Белла влюбляется в парня, не подозревая, что он вампир, за которым по пятам ходит смертельная опасность...	14.15 ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬИ 12+	25 марта 2021 г., с 8.00 до 12.00: ул. Державина, 1–17, 2–20; ул. Кедровая, 1–11, 2–20; ул. Лескова, 1–56, 2–24; ул. Народная, 11, 2–24; ул. Национальная, 2–24, 5–19; ул. Русская, 1–17, 2–16; ул. Юбилейная, 4–22, 3–15.	20.00 Обыкновенное чудо академика Зильбера 12+		
18.40 МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-3 12+	18.25 СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ 12+	15.40 УЦЕЛЕВШАЯ 16+	Полную информацию об отключениях электроэнергии можно также посмотреть на сайте мпа-эс.рф	20.55 Сокровища мира. Последняя миссия Тутанхамона 12+		
20.55 ВНЕ/СЕБЯ 16+ Умирающий от рака строительный магнат соглашается на экспериментальную операцию по переносу сознания в здоровое молодое тело...	20.45 СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ 16+	17.10 ДОРЭ 16+		21.55 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова 16+		
23.00 ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО 18+	23.00 СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ. ЧАСТЬ 1 12+	19.20 ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ 12+		22.50 Иудейская война. Наследие Ирода Великого 12+		
00.40 ЧЕРНЫЙ ЯСТРЕБ 16+	01.00 СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ. ЧАСТЬ 2 12+	21.10 ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ 0+		23.50 Владимир Винокур. Своим голосом 12+		
03.05 КАРАТЕЛЬ 18+	03.00 ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ 12+	23.05 ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ 12+		00.40 История Европы. Свет и тьма/Европеизация мира 12+		
		00.30 ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО 16+		02.40 История России 12+		
		02.05 НЕТ МУЖЧИН — НЕТ ПРОБЛЕМ 16+				
		03.30 ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН 18+				

В программе возможны изменения. С ними можно ознакомиться на сайтах телеканалов и в электронном телегиде (EPG) эфирного цифрового телевидения.

№ 10, 17-23 марта 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ
05.00 СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ
06.00 Новости
06.10 СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ
06.55 Играй, гармонь любимая!
07.40 Часовой
08.10 Здоровье
09.20 Непугевые заметки
10.00 Новости
10.15 Жизнь других
11.15 Видели видео?
12.00 Новости
12.10 Видели видео?
13.55 К 70-летию Алексея Булдакова. Ну вы, блин, даёте!

2 РОССИЯ 1
04.20 ЛЮБЛЮ, ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ
06.00 ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 Устами младенца
09.20 Когда все дома
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 Парад юмора
13.40 ЧУЖИЕ РОДНЫЕ
17.45 Вести недели
20.00 Москва. Кремль. Путин
22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым
01.30 ЛЮБЛЮ, ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ
03.10 ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ
7 РОССИЯ 24
17.00 Местное время. Воскресенье
17.30 Культура Хакасии

3 МАТЧ!
04.45 Все на Матч!
05.30 Футбол. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир. Россия — Словения
07.30 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА — УНИКС (Казань)
09.00 Хоккей. НХЛ. Аризона Койотис — Сан-Хосе Шаркс. Прямая трансляция
11.30 Новости
11.35 Все на Матч!
13.20 Новости
13.25 Спортландия
13.40 Футбольные звёзды
14.00 РОККИ-3
16.00 Новости
16.05 Все на Матч!
16.45 ЕвроФутбол. Обзор
17.45 Формула-2. Гран-при Бахрейна. Прямая трансляция
19.00 Все на Матч!
19.45 Новости
19.50 Футбол. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир. Казахстан — Франция. Прямая трансляция
22.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна. Прямая трансляция
00.00 ЕвроФутбол. Обзор
01.00 Новости
01.10 Все на Матч!
01.50 Футбол. Молодёжный чемпионат Европы. Финальный турнир. Россия — Франция. Прямая трансляция из Венгрии

6 РОССИЯ 7X КУЛЬТУРА
06.30 Мультфильмы
07.30 ВАШИ ПРАВА?
09.05 Обыкновенный концерт
09.35 Мы — грамотеи!
10.15 НА ПОДМОСТКАХ СЦЕННЫХ
11.40 Письма из провинции. Село Вятское
12.10 Диалоги о животных. Сафари Парк в Геленджике
12.50 Другие Романовы
13.20 Игра в бисер. Аркадий и Георгий Вайнеры. Эра милосердия
14.00 Жак Тати. Иллюзия простоты. КАНИКУЛЫ ГОСПОДИНА ЮЛО
15.35 Молога. Междуогнем и водой
16.30 Картина мира
17.15 Роман в камне. Ростовна-Дону. Особняки Парамоновых
17.45 Первые в мире
18.00 УСПЕХ
19.10 Новости культуры
20.10 Станислав Говорухин. Монологи кинорежиссера
21.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ/1с
22.10 АМАДЕУС. ЛАБОРАТОРИЯ ОПЕРЫ. Спектакль по мотивам оперы В.А. Моцарта на сюжеты Л. да Понте
00.10 Кинескоп. 71-й Берлинский международный кинофестиваль
00.50 СИРЕНА С МИССИСИПИ

8 КАРУСЕЛЬ
05.00 Тима и Тома
06.55 Жужжалка
07.00 С добрым утром, малыши!
07.30 Жужжалка
07.35 Буренка Даша
07.40 Суперкрылья. Миссия выполнима
08.20 Три кота
09.00 Еда на ура!
09.20 Маша и Медведь
10.45 Проще простого!
11.00 Буренка Даша
11.10 Семья Трефиликов
11.30 Малыши и Медведь
11.40 Легенды Спарка
12.10 Катя и Эф. Куда-угодно-дверь
12.30 Игра с умом
12.50 Вперед, Астробой!
13.30 Простоквашино
14.30 Король караоке
15.00 Ералаш
16.10 Клуб Винкс
16.40 Энциклопедия. Солнечная саванна
16.45 Сказочный патруль
18.35 Барбоскины
19.40 Щенячий патруль
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.45 Монсики
22.05 Радужно-бабочково-единорожная кошка
22.30 Пауэр Плейер
22.55 Инфинити Надо
23.20 Ералаш
00.10 Шоу Тома и Джерри
00.50 Смешарики
01.45 Куми-Куми
02.40 Бумажки
03.35 Бакуган. Вооруженный альянс

9 ОТР
04.05 Путешествие в классику. Великие композиторы
05.05 ОТражение
06.00 Большая страна
06.50 Домашние животные
07.20 За дело!
08.00 От прав к возможностям
08.15 Календарь
09.10 Служу Отчизне
09.40 Гамбургский счёт
10.10 Анатомия атома
10.35 Гора самоцветов
10.50 МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ
12.15 КАПИТАН АЛАТРИСТЕ
14.45 Календарь
15.40 Среда обитания
16.05 Большая страна
17.00 Новости
17.05 Имею право!
17.30 Анатомия атома
18.00 Активная среда
18.25 Домашние животные
19.00 ОТражение недели
19.45 Моя история
20.25 СТРАНА ГЛУХИХ
22.20 Вспомнить всё
22.45 Юбилейный концерт «Даниил Крамер и друзья»
00.30 Домашние животные
01.00 ОТражение недели
01.45 ПОЛЕТА. ВО ВСЕТАЖКИЕ
03.10 Потомки
03.40 МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ

10 ТВЦ
04.40 Прощание. Василий Шукшин
05.20 Осторожно, мошенники!
05.50 ТРЕМБИТА
07.30 Фактор жизни
08.00 10 самых... Ранняя слава звёзд
08.40 АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА
10.40 Спасите, я не умею готовить!
11.30 События
11.45 Петровка, 38
11.55 БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ
14.30 Московская неделя
15.05 Екатерина Фурцева. Жертва любви
16.00 Прощание. Армен Джигарханян
16.50 90-е. Звёздное достоинство
17.45 ПРЕИМУЩЕСТВО ДВУХ СЛОНОВ
21.45 СЕЛФИ НА ПАМЯТЬ
00.35 События
00.55 СЕЛФИ НА ПАМЯТЬ
01.45 КРАСАВИЦА И ВОРЫ
03.15 ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ

4 НТВ
05.15 БЕГЛЕЦЫ
07.00 Центральное телевидение
08.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают!
10.00 Сегодня
10.20 Первая передача
11.00 Чудо техники
11.50 Дачный ответ
13.00 НашПотребНадзор
14.05 Однажды...
15.00 Своя игра
16.00 Сегодня
16.20 Следствие вели...
18.00 Новые русские сенсации
19.00 Итоги недели
20.10 Маска
23.20 Звезды сошлись
00.50 Скелет в шкафу
03.10 Их нравы
03.35 Дорожный патруль

11 РЕН ТВ
05.00 Тайны Чапман
08.05 ПОСЛЕДНИЙ БОЙ-СКАУТ
10.05 ШИРОКО ШАГАЯ
11.30 ВОЙНА МИРОВ
13.55 TOP
16.00 ТОР. ЦАРСТВО ТЬМЫ
18.15 ТОР. РАГНАРЭК
20.45 ДОКТОР СТРАНДЖ
23.00 Добров в эфире
00.05 Военная тайна
02.00 Самые шокирующие гипотезы

12 СПАС
04.00 Пилигрим
04.30 Парсуна
05.15 Украина, которую мы любим
05.45 Белье ночи
06.15 Мультфильмы
06.45 Тайны сказок
07.00 День Патриарха
07.10 В поисках Бога
07.40 Мультфильмы
07.55 Монастырская кухня
08.55 Старец из каслинской глубинки
09.55 Простые чудеса
10.45 Дорога
11.45 Завет
12.50 Паломница
14.00 Божественная литургия. Прямая трансляция
16.55 Лица Церкви
17.10 ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ
18.50 Бесогон
20.00 Главное. Новости
21.45 Следы империи
23.25 Парсуна
00.25 Щипков
00.55 Лица Церкви
01.10 Вера в большом городе
02.20 День Патриарха
02.35 Главное. Новости

13 СТС
04.20 6 кадров
04.30 Мультфильмы
05.50 Ералаш
06.05 Фиксики
06.15 Охотники на троллей
07.00 Три кота
07.30 Царевны
07.55 Уральские пельмени. СмехBook
09.00 Рогов в деле
09.00 Уральские пельмени
10.00 Уральские пельмени
10.55 КРАСОТКА В УДАРЕ
13.00 ФОРСАЖ-5
15.35 ФОРСАЖ-6
18.15 ФОРСАЖ-7
21.00 ФОРСАЖ-8
23.40 Стендап андеграунд
00.45 ВКУС ЖИЗНИ
02.40 АНЖЕЛИКА
15.35 ФОРСАЖ-6
18.15 ФОРСАЖ-7
21.00 ФОРСАЖ-8
23.40 Стендап андеграунд
00.45 ВКУС ЖИЗНИ
02.40 АНЖЕЛИКА

14 ДОМАШНИЙ
05.55 Домашняя кухня
06.20 6 кадров
06.45 ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА
09.00 Новости недели
09.25 Служу России
09.55 Военная приемка
10.45 Скрытые угрозы
11.30 Секретные материалы. Вернуть Сахалин. Тайна спецоперации
12.20 Код доступа
13.15 Специальный репортаж
14.00 ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ/1-4с
18.00 Главное
19.25 Незримый бой
22.45 Сделано в СССР
23.00 Фетисов
23.45 Торжественная церемония вручения премии МО РФ за достижения в области культуры и искусства
00.55 ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ.../6-10с
03.30 ПРОВОДНИЦА

17 ЗВЕЗДА
04.45 Москва фронту
05.10 МАРШ-БРОСОК. ОХОТА НА ОХОТНИКА
09.00 Новости недели
09.25 Служу России
09.55 Военная приемка
10.45 Скрытые угрозы
11.30 Секретные материалы. Вернуть Сахалин. Тайна спецоперации
12.20 Код доступа
13.15 Специальный репортаж
14.00 ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ/1-4с
18.00 Главное
19.25 Незримый бой
22.45 Сделано в СССР
23.00 Фетисов
23.45 Торжественная церемония вручения премии МО РФ за достижения в области культуры и искусства
00.55 ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ.../6-10с

18 МИР
04.40 Мультфильмы
05.55 Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ
07.15 Секретные материалы
07.50 ВИЙ
09.25 ФазендаЛайф
10.00 Новости
10.10 ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН
18.30 Вместе
19.30 ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН
00.00 Вместе
01.00 ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН
03.40 Наше кино. История большой любви

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
04.15 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ
09.30 ПОДСУДИМЫЙ
10.15 АСТРАЛ. ПОСЛЕДНИЙ КЛЮЧ
12.30 ГОДЗИЛЛА
15.15 КИНГ-КОНГ
19.00 ЧЕЛЮСТИ
20.45 ПИРАНЬИ
22.30 ПИРАНЬИ
00.00 АСТРАЛ. ГЛАВА 3
01.45 АНАКОНДА
03.15 Дневник экстрасенса

15 ТВ-3
04.15 Тайные знаки
05.45 Мультфильмы
09.00 Новый день
09.30 Мультфильмы
10.15 АСТРАЛ. ПОСЛЕДНИЙ КЛЮЧ
12.30 ГОДЗИЛЛА
15.15 КИНГ-КОНГ
19.00 ЧЕЛЮСТИ
20.45 ПИРАНЬИ
22.30 ПИРАНЬИ
00.00 АСТРАЛ. ГЛАВА 3
01.45 АНАКОНДА
03.15 Дневник экстрасенса

16 ПЯТНИЦА!
05.00 Орел и решка. Перезагрузка
07.30 Ревизорро. Премьера
08.30 Мамы Пятницы. Премьера
09.00 Планета Земля
10.00 Планета Земля-2
11.00 Животные в движении
12.00 Мир наизнанку. Китай
13.00 Мир наизнанку. Пакистан
14.00 Умный дом. Премьера
15.00 ВАН ХЕЛЬСИНГ
17.10 СУМЕРКИ
19.20 КИНГ-КОНГ
22.00 ДНК-шоу
23.00 ДУБЛЕР
01.00 ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ
03.00 Еда, я люблю тебя!
03.30 Орел и решка. Шоппинг/Неизданное

19 ТНТ
04.30 Открытый микрофон
06.05 ТНТ. Best
07.00 ТНТ. Gold
08.00 САШАТАНЯ
09.30 Перезагрузка
10.00 САШАТАНЯ
11.00 Музыкальная интуиция
13.00 ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ
17.30 Ты — топ-модель
19.00 Холостяк-8
20.30 Однажды в России
22.00 Stand up
23.00 Прожарка
00.00 ЛЮБОВНИЦЫ
02.00 Импровизация
03.40 Comedy Баттл

20 МУЗ-ТВ
04.00 Караокинг
05.00 Золотая лихорадка
08.00 Караокинг
09.00 PRO-Обзор
09.35 DFM — dance chart
10.25 10 самых!
11.00 Русский чарт
11.55 Миллионеры поколения Z
13.00 TikTok чарт
14.00 «Жара» в Баку. Большой гала-концерт. День 2-й
15.40 PRO-Обзор
16.10 Прогноз по году
17.10 МегаДискотека. Русское радио. 25 лет
19.55 Топ-30. Крутяк недели
22.00 Ждите ответа
23.00 10 sexу
00.00 Наше
02.00 Караокинг

24 АБАКАН 24
04.00 Почетные граждане
06.00, 19.00, 21.00 Неделя в Абакане
06.35, 18.00 Молодежная программа
07.00, 10.20, 12.20, 19.30, 21.30 Во! Время...
09.00 Картина маслом
10.00 Дачники
11.20 Слушаем пастыря
13.00 Демография
14.00 Музыка детских сердец
15.00 Деловое время
16.00 Дневники строителя
17.00 Интервью в прямом эфире
20.00 СпортАнзор
20.30 Дорогой тысячелетий
22.00 Дорогой тысячелетий
23.00 Свой доктор
00.30 Политэконом
01.30 Константа
02.00 Абаканский разворот

10 Ю
05.05 Папа попал
11.15 Няня особого назначения
14.50 Беременна в 16
16.20 Битва за тело
05.05 Папа попал
11.15 Няня особого назначения
14.50 Беременна в 16
16.20 Битва за тело

Рак молочной железы: как не пропустить болезнь

Рак молочной железы — злокачественная опухоль, которую диагностируют у каждой десятой женщины. Невзирая на то, что каждая женщина может осмотреть и пропальпировать грудь, заболевание часто выявляют на поздней стадии развития опухолевого процесса. Этим объясняется высокий уровень летальности.

ПРИЧИН для развития рака молочной железы множество. На некоторые из них мы воздействовать не можем: генетическая предрасположенность (наличие рака молочных желез у кровных родственников), раннее начало менструаций, поздняя менопауза и так далее.

Но есть так называемые модифицируемые факторы, на которые человек может повлиять. Это вредные привычки (наркомания, алкоголизм, курение не только простых сигарет, но и электронных), стресс, чрезмерная масса тела, хронические воспалительные заболевания женских половых органов, отказ от кормления грудью, длительный прием гормональных контрацептивов и другие.

Влияние образа жизни на развитие рака молочной железы доказано многочисленными исследованиями. Например, установлена связь между заболеваемостью первичным раком молочной железы в постменопаузе и ожирением. Есть подтверждение зависимости между избыточным весом и низкой выживаемостью при всевозможных видах рака молочной железы. Алкоголь является установленным фактором риска возникновения первичного рака молочной железы. Достоверность его отрицательного воздействия на пациентов, перенесших рак молочной железы, убедительна, так как он влияет на увеличение количества циркулирующих эстрогенов (стимулируют процессы клеточного роста и повышают риски повреждения ДНК, что может привести к развитию злокачественного новообразования). Доказано и негативное влияние на организм курения не только обычных сигарет, но и электронных (ускоряется рост опухоли и появляются метастазы в легких).

Поэтому стратегические шаги, направленные на снижение риска возникновения рака молочной железы, включают контроль веса и борьбу с ожирением, регулярную

физическую активность, уменьшение (отказ) потребления алкоголя, отказ от курения.

Кроме этого, вовремя предпринятые меры профилактики рака молочной железы помогут сохранить здоровье и красоту груди. Для предупреждения развития болезни необходимы первичные меры предосторожности: грамотное использование контрацептивов на гормональной основе и отказ от аборт. Пациенткам из группы риска рекомендуется пересмотреть образ жизни и ежемесячно выполнять самоосмотр на пятый — седьмой день менструального цикла. Во время самоосмотра необходимо осмотреть форму, проверить отсутствие асимметрии, изменения кожных покровов; прощупать грудь на наличие уплотнений; обследовать область подмышек и ключицы на наличие увеличенных лимфоузлов. Ранняя диагностика рака молочной железы увеличивает шансы на выздоровление в три раза.

Как правило, начало заболевания протекает бессимптомно. Поэтому ежегодное профилактическое обследование поможет диагностировать болезнь на ранней стадии. Если женщина не проходит регулярно маммологические и маммографические обследования (женщины с 40 лет — 1 раз в 3 года, 50–69 лет — 1 раз в 2 года), то чаще всего она не замечает начала болезни и обнаруживает ее на поздней стадии.

Тамара КРЫЛЫСОВА,
врач
Республиканского центра
медицинской профилактики

Санаторно-курортное объединение «Сибирские курорты»
Официальный представитель санаториев и курортов Хакасии, Красноярского края, Белокурихи, курортов Крыма и Кавказа

Санаторий — место, где можно восстановить силы, поправить здоровье. Отправляясь в санаторий, можно выбрать тот профиль лечения, который подойдет по заболеванию. Санатории подразделяются на:
■ климатические — климат может быть использован как терапия к восстановлению;
■ бальнеологические — применение минеральных вод;
■ грязелечебные — основным компонентом при лечении является грязь.

Путевки по ценам, установленным санаториями!

На курорте «Озеро Шира» АКЦИИ:
■ по 31 мая 2021 г. «Для людей почтенного возраста» — 1700 и 1960 руб./день (не менее 12 дней);
■ по 31 мая 2021 г. «Лови момент» — от 2040 руб./день (не менее 12 дней);
■ с 1 по 14 июня 2021 г. «Жаркие скидки июня»;
с 6 по 13 августа 2021 г. «Распродажа августа» — от 1710 руб./день (не менее 12 дней).

В санатории «Сосновый бор» (озеро Тагарское)
■ акция до 31 мая 2021 г.
«Раннее бронирование на лето»
при 100%-й оплате за путевку.

Курортное объединение предлагает путевки на курорты Крыма, Краснодарского края, Белокурихи.

Желаем вам крепкого здоровья и отличного отдыха!
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Подробности об организаторе, сроках и правилах проведения акции:
Абакан, ул. Чертыгашева, 90, каб. 6, т. 8 (3902) 24-04-09.

Воскресенье, 28 марта

<p>ДОМ КИНО</p> <p>04.55 ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ... 12+</p> <p>06.45 ДУБРОВСКИЙ 16+</p> <p>09.15 НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ 16+</p> <p>11.00 СВАТЫ 16+</p> <p>17.20 КАРНАВАЛ 12+</p> <p>ПОЛНОМЕТРАЖНЫЕ МУЛЬТФИЛЬМЫ</p> <p>20.15 Три богатыря и Шамаханская царица 12+</p> <p>21.40 Алёша Попович и Тугарин Змей 6+</p> <p>23.10 Три богатыря и принцесса Египта 6+</p> <p>00.30 Три богатыря. Ход конём 6+</p> <p>***</p> <p>02.00 ХОЛОП 16+</p>	<p>РУССКОЕ КИНО TV1000</p> <p>05.00 ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ 16+</p> <p>07.15 МОЙ ПАРЕНЬ — АНГЕЛ 16+</p> <p>09.30 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 12+</p> <p>11.15 МОЙ ПАРЕНЬ — АНГЕЛ 16+</p> <p>13.05 НЕУЛОВИМЫЕ 16+</p> <p>14.40 НЕУЛОВИМЫЕ. ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ 16+</p> <p>16.00 НЕУЛОВИМЫЕ. БАНГКОК 16+</p> <p>17.35 НЕ У Л О В И М Ы Е . ДЖЕКПОТ 16+</p> <p>19.00 ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ 16+</p> <p>20.55 ЛЁД 12+ <i>Стать настоящей фигуристой не так просто...</i></p> <p>23.00 ЛЁД-2 6+</p> <p>01.30 КРАСОТКА В УДАРЕ 12+</p> <p>03.30 ЛЮБОВНИЦЫ 16+</p>	<p>РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН</p> <p>04.30 КОРОТКИЕ ВОЛНЫ 16+</p> <p>05.50 КОЛЯ — ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ 12+</p> <p>07.25 С ЧЁРНОГО ХОДА 16+</p> <p>08.45 СУДЬБА НА ЗАМЕНУ 12+</p> <p>09.05 ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ 16+</p> <p>10.40 НАПАРНИК 12+</p> <p>12.05 СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ 0+</p> <p>13.55 ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА! 16+</p> <p>15.35 РИОРИТА 16+</p> <p>17.25 ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА 12+</p> <p>19.05 АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» 12+</p> <p>21.30 КИСЛОРОД 16+</p> <p>23.00 СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ 16+</p> <p>01.00 КОНТРИБУЦИЯ 12+</p>	<p>TV XXI</p> <p>05.05 BELLA ГЕРМАНИЯ/3с 16+</p> <p>06.00 КОМИССАР МЕГРЭ/11с 12+</p> <p>07.25 КАТИСЬ! 16+</p> <p>09.20 НОЧНАЯ ЖИЗНЬ 18+</p> <p>11.15 БЛИЗНЕЦ 12+</p> <p>13.05 BELLA ГЕРМАНИЯ/3с 16+</p> <p>14.00 КОМИССАР МЕГРЭ/12с 12+</p> <p>15.35 ЭТО ЧЕРТОВО СЕРДЦЕ 16+</p> <p>17.25 ЖИВАЯ ПЛОТЬ 18+</p> <p>19.10 ОСОБЕННЫЕ 12+</p> <p>21.05 BELLA ГЕРМАНИЯ/4с 16+</p> <p>22.00 КОМИССАР МЕГРЭ/12с 12+</p> <p>23.35 ЭТО ЧЕРТОВО СЕРДЦЕ 16+</p> <p>01.25 ЖИВАЯ ПЛОТЬ 18+</p> <p>03.10 ОСОБЕННЫЕ 12+</p>	<p>че!</p> <p>06.00 Каламбур 16+</p> <p>07.30 KVN best 16+</p> <p>08.50 Утилизатор 12+ <i>Ржавые банки на колесах захламляют городские дворы, а упрямые автовладельцы заламывают цены на старые авто. Команда «Утилизатора» поможет навести порядок на улицах городов России и безжалостно уничтожит ненужное железо! Все, что нужно владельцу авто, — высокая автоэрудиция...</i></p> <p>11.00 СОЛДАТЫ-8 12+</p> <p>20.00 +100500 16+</p> <p>00.00 Фейк-такси 18+</p> <p>01.00 ЭКВИЛИБРИУМ 16+</p> <p>02.55 Улетное видео 16+</p>	<p>ИСТОРИЯ</p> <p>04.15 В поисках Моны Лизы 12+</p> <p>05.15 Обыкновенное чудо академика Зильбера 12+</p> <p>06.05 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова 16+</p> <p>06.50 Сокровища мира. Последняя миссия Тутанхамона 12+</p> <p>07.40 Владимир Винокур. Своим голосом 12+</p> <p>08.25 Обыкновенное чудо академика Зильбера 12+</p> <p>09.15 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова 16+</p> <p>10.00 Иудейская война. Наследие Ирода Великого 12+</p> <p>10.50 Владимир Винокур. Своим голосом 12+</p> <p>11.45 История Европы. Свет и тьма/Европеизация мира 12+</p> <p>13.45 История России 12+</p> <p>14.15 Винсент Ван Гог. В поисках света 12+</p> <p>15.20 В поисках Моны Лизы 12+</p> <p>16.20 Обыкновенное чудо академика Зильбера 12+</p> <p>17.15 Сокровища мира. Последняя миссия Тутанхамона 12+</p> <p>18.15 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова 16+</p> <p>19.10 Иудейская война. Наследие Ирода Великого 12+</p> <p>20.05 Владимир Винокур. Своим голосом 12+</p> <p>21.00 История Европы. Свет и тьма/Европеизация мира 12+</p> <p>22.55 История России 12+</p> <p>23.25 Винсент Ван Гог. В поисках света 12+</p> <p>00.30 В поисках Моны Лизы 12+</p> <p>01.30 Обыкновенное чудо академика Зильбера 12+</p> <p>02.25 Сокровища мира. Последняя миссия Тутанхамона 12+</p>	<p>DISNEY</p> <p>05.00 Рапунцель. История продолжается 6+</p> <p>06.20 Музыка на канале 6+</p> <p>07.15 Легенда о Тарзане 6+</p> <p>07.40 Аладдин 0+</p> <p>08.05 Русалочка 6+</p> <p>08.25 Тимон и Пумба 6+</p> <p>08.50 Чудеса на виражах 0+</p> <p>09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+</p> <p>09.50 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>10.50 Пёс Пэт 6+</p> <p>11.00 Доброе утро с Микки 0+</p> <p>13.00 Елена — принцесса Авалора. Песни Сирен 0+</p> <p>14.00 Снежная Королева. Зазеркалье. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>15.40 Хранитель Луны. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>17.20 ЗОЛУШКА 6+</p> <p>19.30 Моана. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>21.30 Ральф. Полнометражный мультфильм 6+ <i>Ральф — второстепенный персонаж 8-битной компьютерной игры, и ему надоело находиться в тени главного героя, мастера на все руки Феликса! После 30 лет добросовестной работы в роли злодея, в течение которых все похвалы выпадали на долю Феликса, Ральф больше не хочет быть плохим. Он решает отправиться в путешествие по аркадным играм, чтобы доказать всем, что и он тоже может быть героем...</i></p> <p>23.35 СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ 12+</p> <p>01.35 РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ 6+</p> <p>03.20 ЗВЕЗДНАЯ БОЛЕЗНЬ 16+</p>
<p>АКЦИОН TV1000</p> <p>05.10 ТРИ ДЕВЯТКИ 18+</p> <p>07.05 ПОСЫЛКА 12+</p> <p>09.10 ЧЁРНЫЙ ЯСТРЕБ 16+</p> <p>11.45 КАРАТЕЛЬ 18+</p> <p>13.45 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПРОТОКОЛ ФАНТОМ 12+</p> <p>16.05 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ 16+</p> <p>18.25 МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПОСЛЕДСТВИЯ 16+</p> <p>21.00 НЕВИДИМКА 16+ <i>Гениальный учёный изобрёл формулу, способную сделать любое живое существо невидимым, и решил испытать её на себе...</i></p> <p>23.00 ПОТРОШИТЕЛИ 16+</p> <p>00.55 РЕПРОДУКЦИЯ 16+</p> <p>02.45 КТО ТАМ 18+</p>	<p>TV 1000</p> <p>04.40 КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ 12+</p> <p>06.50 ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА 12+</p> <p>09.00 ДИТА ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ 16+</p> <p>10.50 ДЮНА 12+</p> <p>13.15 РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА 12+</p> <p>15.25 СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ. ЧАСТЬ 1 12+</p> <p>17.25 СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ. ЧАСТЬ 2 12+</p> <p>19.20 ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ 12+ <i>Мир стоит на грани вымирания, по земле ходят покойники, а оставшиеся в меньшинстве люди пытаются выжить...</i></p> <p>21.05 ИГРА В ПРЯТКИ 16+</p> <p>23.00 КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ 16+</p> <p>00.50 ДРУГИЕ 16+</p> <p>02.45 ТЁМНАЯ ВОДА 16+</p>	<p>ИЛЛЮЗИОН+</p> <p>05.15 ЧЕЛОВЕК — ШВЕЙЦАРСКИЙ НОЖ 18+</p> <p>06.45 ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ 18+</p> <p>08.30 ДОРЭ 16+</p> <p>10.40 ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ 12+</p> <p>12.25 ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ 0+</p> <p>14.20 ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ 12+</p> <p>15.45 ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО 16+</p> <p>17.20 НЕТ МУЖЧИН — НЕТ ПРОБЛЕМ 16+</p> <p>18.40 ЗАРАЖЕННАЯ 16+</p> <p>20.10 ЖЕНА 16+</p> <p>21.40 ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ 12+</p> <p>23.05 УЦЕЛЕВШАЯ 16+</p> <p>00.30 ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ 16+</p> <p>02.05 ТА ИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОБЕС 16+</p>	<p>Телеканал «Абакан 24»</p> <p>6+</p> <p>САША ЗЕМ ПАСТЫРЯ</p> <p>Душевно о духовном</p> <p>Протоиерей Геннадий Фаст</p>	<p>12+</p> <p>ведущая Галина Овчаренко</p> <p>Картина маслом</p> <p>Телеканал «Абакан 24»</p> <p>Новые краски в портрет</p>		