

## ПОНЕДЕЛЬНИК,

АПРЕЛЬ 7

## 1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО.  
09.00 НОВОСТИ.  
09.05 «Малахов+».  
10.20 Модный приговор.  
11.20 Контрольная закупка.  
12.00 НОВОСТИ.  
12.20 «Убойная сила», т/с.  
13.20 Детективы.  
14.00 Другие НОВОСТИ.  
14.30 Понять. Простить.  
15.00 НОВОСТИ.  
15.20 «Звездный отряд». Фильм 1-й.  
16.00 «Огонь любви», т/с.  
17.00 Федеральный судья.  
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).  
18.20 Жди меня.  
19.10 «След», т/с.  
20.00 «Принцесса цирка», т/с.  
21.00 ВРЕМЯ.  
21.30 Премьера. Фильм «Апостол».  
22.30 «Самосуд».  
23.30 «Одноэтажная Америка».  
00.20 Ночные НОВОСТИ.  
00.40 Искатели. «Молодая гвардия». По следу предателя».  
01.30 Детектив «Смертельные мысли».  
03.10 Триллер «Рой».  
04.30-04.55 Детективы.

## РОССИЯ

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

## РОССИЯ

07.25 Доброе утро, Россия!  
08.55 Фильм «Синяя борода».



**ТАЙГА ХИРЭЭЛЕРИ  
ЗАВОД ӨРТЭЭ-БИЛЕ**  
Бензин (Honda) болгаш элэктри  
Чиддер, адырар станок, залчасть  
Бистер В1-metal, Udeholm.  
Бистерни хайындарып, чиддил,  
аугайтып турар.  
Тел. 8 (906) 997-28-90  
5-06-83

## ВТОРНИК,

АПРЕЛЬ 8

## 1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО.  
09.00 НОВОСТИ.  
09.05 «Малахов+».  
10.20 Модный приговор.  
11.20 Контрольная закупка.  
12.00 НОВОСТИ.  
12.20 «Убойная сила», т/с.  
13.20 Детективы.  
14.00 Другие НОВОСТИ.  
14.30 Понять. Простить.  
15.00 НОВОСТИ.  
15.20 «Звездный отряд». Фильм 2-й.  
16.00 «Огонь любви», т/с.  
17.00 Федеральный судья.  
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).  
18.20 Пусть говорят.  
19.10 «След», т/с.  
20.00 «Принцесса цирка», т/с.  
21.00 ВРЕМЯ.  
21.30 Фильм «Апостол».  
22.30 «Наказание талантом».  
23.30 «Код жизни». Фильм 5-й.  
00.30 Ночные НОВОСТИ.  
00.50 Ударная сила. «Суперглаз».  
01.40 Доброй ночи.  
02.30 Комедия «Что делать в случае пожара?»  
04.10-04.35 Детективы.

## РОССИЯ

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

## РОССИЯ

07.25 Доброе утро, Россия!  
«ТЫВА»  
08.55 Амыдыралдың айтыр-  
лары. Дорт эфир. Т. 2-37-33.  
09.30 Хөгжүмнүг байыр.  
09.40 Навигатор.

## РОССИЯ

09.50 «Опера. Хроники убийного  
отдела», т/с.  
10.45 ВЕСТИ. Дежурная часть.  
11.00 ВЕСТИ.

## «ТЫВА»

11.25 Местное время. ВЕСТИ-  
ТЫВА ЧЕРДЕ.

## РОССИЯ

11.45 «Опера. Хроники убийного  
отдела», т/с.  
12.40 Экранизация романа - «Крас-  
ное и черное».

10.45 ВЕСТИ. Дежурная часть.  
11.00 ВЕСТИ.

## «ТЫВА»

11.25 Местное время. ВЕСТИ-  
ТЫВА ЧЕРДЕ.

## РОССИЯ

11.45 «Частный детектив», т/с.  
12.40 Экранизация романа «Красное  
и черное».  
14.00 ВЕСТИ.

## «ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-  
СИБИРЬ.

## РОССИЯ

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

## «ТЫВА»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-  
ТЫВА ЧЕРДЕ.

## РОССИЯ

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

## «ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-  
ТЫВА.

## РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!  
21.00 Премьера. «Две сестры», т/с.  
22.55 Дежурный по стране.  
23.50 ВЕСТИ+.  
00.10 «Честный детектив». Автор-  
ская программа Эдуарда Петрова.  
00.40 Синемания.  
01.05 - 01.18 Дорожный патруль.

## СТС

06.00 «Зена - королева воинов», т/с.  
06.55 «Смешарики», м/с.  
07.00 «Моя прекрасная няня», т/с.  
07.30 «Папины дочки», т/с.  
08.00 «Кто умнее пятиклассника?»  
09.00 Истории в деталях.  
09.30 «Кто в доме хозяин?», т/с.  
10.00 Галилео.  
10.30 «Моя прекрасная няня», т/с.  
11.30 «Одна ночь любви», т/с.  
12.30 «Люба, дети и завод», т/с.  
13.00 «Смешарики», м/с.

13.30 «Тутенштейн», м/с.  
14.00 «Приключения Вуди и его  
друзей», м/с.  
14.30 «Приключения Джеки Чана»,  
м/с.  
15.00 «Чокнутый», м/с.  
15.30 «Ким Пять-с-плюсом», м/с.  
16.00 «Сабрина - маленькая ведь-  
ма», т/с.  
16.30 Галилео.  
17.00 «Моя прекрасная няня», т/с.  
17.30 «Тайны Смолвиля», т/с.  
18.30 Истории в деталях.  
19.00 «Папины дочки», т/с.  
20.00 «Ранетки», т/с.  
21.00 «Кто в доме хозяин?», т/с.  
21.30 «Противостояние», х/ф.  
23.05 «6 кадров». Скетч-шоу.  
00.00 Истории в деталях.  
00.30 «Тридцатилетние», т/с.  
01.30 Комедия «Особенный день».  
02.00 - 02.30 «Королева экрана», т/с.

## НТВ

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ.  
09.00 Следствие вели...  
10.00 СЕГОДНЯ.  
10.25 Чрезвычайное происшествие.  
Обзор за неделю.  
11.00 Кулинарный поединок.  
12.00 Квартирный вопрос.  
13.00 СЕГОДНЯ.  
13.35 Детективный сериал «Адво-  
кат».  
15.30 Обзор. Чрезвычайное проис-  
шествие.  
16.00 СЕГОДНЯ.  
16.30 «Улицы разбитых фонарей»,  
т/с.  
18.30 Обзор. Чрезвычайное проис-  
шествие.  
19.00 СЕГОДНЯ.  
19.40 «Литейный, 4», т/с.  
20.40 «Морские дьяволы-2», т/с.  
21.35 «Закон и порядок», т/с.  
22.40 СЕГОДНЯ.  
23.05 «Ставка на жизнь», т/с.  
00.05 «Школа злословия», ток-шоу.  
Владимир Шинкарев.  
00.55 «Футбольная ночь».  
01.30 «Молодая жена», х/ф.  
03.20 «Вероника Марс-2», т/с.  
04.10 «Клан Сопрано-6», т/с.  
05.15 - 06.00 «Без следа-3», т/с.

## ТНТ

06.00 «Любовь и тайны Сансет Бич»,  
т/с.  
06.55 Глобальные новости.  
07.00 Такси.  
07.30 «Ох уж эти детки!», м/с.  
08.00 Москва: инструкция по приме-  
нению.  
08.30 «Необъяснимо, но факт».  
Документальное расследование.  
09.30 «Саша + Маша», т/с.  
10.00 «Счастливы вместе», т/с.  
11.00 «Губка Боб Квадратные шта-  
ны», м/с.  
11.30 «Цап-Царап», м/с.  
12.00 «Каппа Майки», м/с.  
12.30 «Детки подросли», м/с.  
13.00 «Тоталли Спайс», м/с.  
13.30 Такси.  
14.00 «Женская лига: парни, деньги  
и любовь», т/с.  
14.30 Реалити-шоу «Дом-2. Live».  
16.10 Фантастика «Обитель зла-II»:  
апокалипсис».  
18.00 «Счастливы вместе», т/с.  
19.00 Такси.  
19.30 Москва: инструкция по  
применению.  
20.00 «Счастливы вместе», т/с.  
21.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город  
любви».  
22.00 Комедия «Джордж из джун-  
глей».  
23.40 Реалити-шоу. Спецвключение  
«Дом-2. После заката».  
00.10 «Секс» с Анфисой Чеховой.  
00.40 Наши песни.  
00.50 «Дикие дети-2».  
01.40 Реалити-шоу «Дом-2. Жара».  
02.35 Антология юмора.  
03.30 Реалити-шоу «Офис».  
05.15 - 05.45 Лавка анекдотов.

## 5 КАНАЛ

07.00, 07.35, 08.00, 08.35, 09.00,  
09.35, 10.00 Утро в большой стране.  
07.30, 08.30, 09.30, 10.30 Сейчас.  
07.50, 08.50, 09.50 Сейчас о спорте.  
10.35 Живая история.  
10.40 «Фильм о фильме: «О бедном  
гусаре...»  
11.30 Сейчас.  
11.40 «Сердцу не прикажешь», т/с.  
12.30 оПять о футболе.

13.30 Документальные истории.  
«Последние танцующие медведи».  
14.00 «Стать взрослее в эпицентре  
взрыва», д/ф.  
14.30 Сейчас.  
14.45 «Тайны войны», д/ф.  
15.45 Наболевший вопрос.  
16.30 Сейчас.  
16.45 «Затерянный мир», т/с.  
17.40 «Старшеклассники-2», т/с.  
18.10 Дом быта.  
18.25 Экстренный вызов 112.  
18.30 Сейчас.  
18.45 Открытая студия.  
19.50 «Любовь как любовь», т/с.  
20.40 «Сердцу не прикажешь», т/с.  
21.35 «Инспектор Морс», т/с.  
22.30 Сейчас.  
23.00 «Живая история: «Красная  
нефть».  
23.55 Экстренный вызов 112.  
00.25 Сейчас о спорте.  
00.40 «Гуру», х/ф.  
01.30 Сейчас о главном.  
02.10 «Гуру», продолжение.  
04.20-05.30 «Китайский детектив»,  
т/с.

## ДОМАШНИЙ

06.30 «Немецкий алфавит для  
детей».  
07.00 Домашние сказки.  
07.30 Семейные страхи.  
08.00 «Клон», т/с.  
09.00 «Дела семейные».  
10.00 Всё под контролем.  
11.00 Лига пациентов.  
12.00 «Даша Васильева», т/с.  
13.00 «Мир в твоей тарелке».  
14.00 Всё под контролем.  
15.00 Лига пациентов.  
16.00 «Дела семейные».  
17.00 «Наперекор судьбе», т/с.  
18.00 «33 квадратных метра».  
18.30 «Доктор Хаус», т/с.  
19.30 «Клон», т/с.  
20.30 Домашние сказки.  
21.00 «Евлампия Романова», т/с.  
22.00 «Она написала убийство»,  
т/с.  
23.00 Семейные страхи.  
23.30 «Пчелка» Мелодрама.  
01.10 Иностранная кухня.  
01.40 - 02.30 «Доктор Хаус», т/с.

14.00 ВЕСТИ.

## «ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-  
СИБИРЬ.

## РОССИЯ

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

## «ТЫВА»

17.30 Местное время. ВЕСТИ-  
ТЫВА ЧЕРДЕ.

## РОССИЯ

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

## «ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-  
ТЫВА.

## РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!  
21.00 «Две сестры», т/с.  
22.55 Премьера. «Ничто не вечно».  
Юрий Нагибин».  
23.50 ВЕСТИ+.  
00.10 Комедия «Как быть».  
02.00 Дорожный патруль.  
02.15-03.17 Горячая десятка.

## СТС

ПРОФИЛАКТИКА до 14.00  
14.00 «Приключения Вуди и его  
друзей», м/с.  
14.30 «Приключения Джеки Чана», м/с.  
15.00 «Чокнутый», м/с.  
15.30 «Ким Пять-с-плюсом», м/с.  
16.00 «Сабрина - маленькая ведь-  
ма», т/с.  
16.30 Галилео.  
17.00 «Моя прекрасная няня», т/с.  
17.30 «Тайны Смолвиля», т/с.  
18.30 Истории в деталях.  
19.00 «Папины дочки», т/с.  
20.00 «Ранетки», т/с.  
21.00 «Кто в доме хозяин?», т/с.  
21.30 «В поисках приключений».  
23.20 «6 кадров». Скетч-шоу.  
00.00 Истории в деталях.  
00.30 Слава Богу, ты пришел!  
01.45 «Талисман любви», т/с.  
02.40 «Щит», т/с.  
04.20 «Танцы под звездами», т/с.  
05.10 - 05.20 Музыка на СТС.

## НТВ

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ.  
09.00 Наше все!  
10.00 СЕГОДНЯ.

10.25 Чистосердечное признание.  
11.00 «Мангуст-2», т/с.  
13.00 СЕГОДНЯ.  
13.40 «Москва. Центральный округ»,  
т/с.  
15.30 Обзор. Чрезвычайное проис-  
шествие.  
16.00 СЕГОДНЯ.  
16.30 «Улицы разбитых фонарей»,  
т/с.  
18.30 Обзор. Чрезвычайное проис-  
шествие.  
19.00 СЕГОДНЯ.  
19.40 «Литейный, 4», т/с.  
20.40 «Морские дьяволы-2», т/с.  
21.35 «Закон и порядок», т/с.  
22.40 СЕГОДНЯ.  
23.05 «Ставка на жизнь», т/с.  
00.05 Главная дорога.  
00.35 Комедия «Чужие деньги».  
02.35 «Улицы разбитых фонарей»,  
т/с.  
03.30 «Вероника Марс-2», т/с.  
04.20 «Клан Сопрано-6», т/с.  
05.15-06.00 «Без следа-3», т/с.

## ТНТ

06.00 «Любовь и тайны Сансет Бич»,  
т/с.  
06.55 Глобальные новости.  
07.00 Такси.  
07.30 «Ох уж эти детки!», м/с.  
08.00 Москва: инструкция по приме-  
нению.  
08.30 «Необъяснимо, но факт».  
Документальное расследование.  
09.30 «Саша + Маша», т/с.  
10.00 «Счастливы вместе», т/с.  
11.00 «Губка Боб Квадратные шта-  
ны», м/с.  
11.30 «Цап-Царап», м/с.  
12.00 «Каппа Майки», м/с.  
12.30 «Детки подросли», м/с.  
13.00 «Тоталли Спайс», м/с.  
13.30 Такси.  
14.00 «Женская лига: парни, деньги  
и любовь», т/с.  
14.30 Реалити-шоу «Дом-2. Live».  
16.05 Комедийный боевик «Агент  
117».  
18.00 «Счастливы вместе», т/с.  
19.00 Такси.  
19.30 Москва: инструкция по  
применению.  
20.00 «Счастливы вместе», т/с.  
21.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город  
любви».  
22.00 Комедия «Я никогда не буду

твоей».  
23.55 Реалити-шоу. Спецвключение  
«Дом-2. После заката».  
00.25 «Секс» с Анфисой Чеховой.  
00.55 Наши песни.  
01.05 «Дикие дети-2».  
01.55 Реалити-шоу «Дом-2. Жара».  
02.50 Антология юмора.  
03.45 - 05.45 Реалити-шоу «Офис».

## 5 КАНАЛ

07.00, 07.35, 08.00, 08.35, 09.00,  
09.35, 10.00 Утро в большой стране.  
07.30, 08.30, 09.30, 10.30 Сейчас.  
07.50, 08.50, 09.50 Сейчас о спорте.  
10.35 «Живая история: «Красная  
нефть»».  
11.30 Сейчас.  
11.35 «Сердцу не прикажешь», т/с.  
12.35 Сейчас о главном.  
13.10 Сейчас о спорте.  
13.25 «Приключение в Гоби», д/ф.  
13.55 «Ледяные мумии», д/ф.  
14.30 Сейчас.  
14.45 «Тайны войны», д/с.  
15.40 «Энергичные люди», ток-шоу.  
16.30 Сейчас.  
16.45 «Затерянный мир», т/с.  
17.30 «Старшеклассники-2», т/с.  
18.10 Дом быта.  
18.25 Экстренный вызов 112.  
18.30 Сейчас.  
18.45 Открытая студия.  
19.50 «Любовь как любовь», т/с.  
20.40 «Сердцу не прикажешь», т/с.  
21.35 «Инспектор Морс», т/с.

22.30 Сейчас.  
23.00 «Живая история: «Над  
пропастью во ржи»».  
23.50 Экстренный вызов 112.  
00.20 Сейчас о спорте.  
00.40 «Председатель», х/ф.  
01.30 Сейчас о главном.  
02.10 «Председатель», продолже-  
ние.  
03.10 Комедия «Казанова-70».  
04.30 - 06.30 «Дни славы», т/с.

## ДОМАШНИЙ

ПРОФИЛАКТИКА до 14.00  
14.00 Всё под контролем.  
15.00 Лига пациентов.  
16.00 «Дела семейные».  
17.00 «Наперекор судьбе», т/с.  
18.00 «33 квадратных метра».  
18.30 «Доктор Хаус», т/с.  
19.30 «Клон», т/с.  
20.30 Домашние сказки.  
21.00 «Евлампия Романова», т/с.  
22.00 «Она написала убийство»,  
т/с.  
23.00 Семейные страхи.  
23.30 «Мичман Панин». Приключен-  
ческий фильм.  
01.15 Все под контролем.  
02.15 «Доктор Хаус», т/с.  
03.05 Лига пациентов.  
03.55 «Все об истории нижнего  
белья».  
04.45 «Она написала убийство»,  
т/с.  
05.30 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

## Бистен садып алыңар

Алтайның дээди сорттуң далганы – 600 рубль, Минусин-  
скиниң 1-ги сорттуң далганы – 550 рубль, чигир – 1020 рубль,  
аңгы-аңгы янзылыг крупалар – килограммда 12 рубльден өрү  
өртектиг, үнүш үзү – 52 рубльден өрү өртектиг, Алтайның мака-  
роннары килограммда – 17 рубль, чарба – шоодайда – 80 рубль.

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

Харылзажыр телефону: 5-38-40.



СРЕДА,

АПРЕЛЬ 9

## 1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО.  
09.00 НОВОСТИ.  
09.05 «Малахов +».  
10.20 Модный приговор.  
11.20 Контрольная закупка.  
12.00 НОВОСТИ.  
12.20 «Убойная сила», т/с.  
13.20 Детективы.  
14.00 Другие НОВОСТИ.  
14.30 Понять. Простить.  
15.00 НОВОСТИ.  
15.20 «Звездный отряд». Фильм 3-й.  
16.00 «Огонь любви», т/с.  
17.00 Федеральный судья.  
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).  
18.20 Пусть говорят.  
19.10 «След», т/с.  
20.00 «Принцесса цирка», т/с.  
21.00 ВРЕМЯ.  
21.30 Фильм «Апостол».  
22.30 «Я видел тот свет».  
23.30 Премьера. Эдвард Радзинский. «Нерон, или «Зверь из Бездны». Фильм 1-й.  
00.30 Ночные НОВОСТИ.  
00.50 «Ключ от дворца в Багдаде».  
01.20 Доброй ночи.  
02.20 Мистический триллер «Ужас Амтивилля».  
03.40 Мистический триллер «Поверхность».  
04.20-04.45 Детективы.

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

**РОССИЯ**  
07.25 Доброе утро, Россия!  
08.55 «Гуд бай, Америка. Композитор Зацепин».  
09.50 «Опера. Хроники убийного отдела», т/с.  
10.45 ВЕСТИ. Дежурная часть.  
11.00 ВЕСТИ.

## ЧЕТВЕРГ,

АПРЕЛЬ 10

## 1 КАНАЛ

05.00 ДОБРОЕ УТРО.  
09.00 НОВОСТИ.  
09.05 «Малахов +».  
10.20 Модный приговор.  
11.20 Контрольная закупка.  
12.00 НОВОСТИ.  
12.20 «Убойная сила», т/с.  
13.20 Детективы.  
14.00 Другие НОВОСТИ.  
14.30 Понять. Простить.  
15.00 НОВОСТИ.  
15.20 «Звездный отряд». Фильм 4-й.  
16.00 «Огонь любви», т/с.  
17.00 Федеральный судья.  
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).  
18.20 Пусть говорят.  
19.10 «След», т/с.  
20.00 «Принцесса цирка», т/с.  
21.00 ВРЕМЯ.  
21.30 Фильм «Апостол».  
22.30 Человек и закон.  
23.30 Премьера. Эдвард Радзинский. «Нерон. оргия». Фильм 2-й.  
00.30 Ночные НОВОСТИ.  
00.50 Доброй ночи.  
01.50 Фильм «Выпускник».  
03.40 «Битва за Троию».  
04.30-04.55 Детективы.

**РОССИЯ**  
05.00 Доброе утро, Россия!

**ТЫВА**  
06.35, 08.34 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.  
07.35 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

**РОССИЯ**  
07.25 Доброе утро, Россия!  
**ТЫВА**  
08.55 Болгаш шагы. Дорт эфир. Т. 2-37-33.  
09.30 Хөгжүмнүг байыр.  
09.40 Навигатор.

**РОССИЯ**  
09.50 «Опера. Хроники убийного отдела», т/с.  
10.45 ВЕСТИ. Дежурная часть.  
11.00 ВЕСТИ.

**ТЫВА**  
11.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

**РОССИЯ**  
11.45 «Опера. Хроники убийного отдела», т/с.  
12.40 Экранизация романа «Красное и черное».  
14.00 ВЕСТИ.

**ТЫВА**  
14.20 Местное время. ВЕСТИ-СИБИРЬ.

**РОССИЯ**  
14.40 «Мачеха», т/с.

Титов кудумчузу, 36 компьютерлер фирмасы  
тел. 2-12-26, 2-12-28

**ИНФОТЕХ**

Септээр: ПРИНТЕРЛЕРНИ, ХООЛГАЛААР АППАРАТТАРНЫ  
ТЕЛЕФОННАРНЫ БОЛГАШ ФАКСТАРНЫ  
КОМПЬЮТЕРЛЕРНИ  
СОТАЛЫГ ТЕЛЕФОННАРНЫ

Кандыг-даа картриджтерни долдурар

Садар: КОМПЬЮТЕР ТЕХНИКАЗЫН  
ТЕЛЕФОННАРНЫ БОЛГАШ  
РАДИОТЕЛЕФОННАРНЫ  
ХЕРЕГЛЭЭР МАТЕРИАЛДАРНЫ  
КОМПЬЮТЕРЛЕР ӨРТЭЭ 17000 рубльден өрү

ток күжүн өйлээр стабилизаторларны үргүлчү садып турар

11.30 «Одна ночь любви», т/с.  
12.30 «Люба, дети и завод», т/с.  
13.00 «Смешарики», м/с.  
13.30 «Тутенштейн», м/с.  
14.00 «Приключения Вуди и его друзей», м/с.  
14.30 «Приключения Джеки Чана», м/с.  
15.00 «Чокнутый», м/с.  
15.30 «Ким Пять-с-плюсом», м/с.  
16.00 «Сабрина – маленькая ведьма», т/с.  
16.30 Галилео.  
17.00 «Моя прекрасная няня», т/с.  
17.30 «Тайны Смолвиля», т/с.  
18.30 Истории в деталях.  
19.00 «Папины дочки», т/с.  
20.00 «Ранетки», т/с.  
21.00 «Кто в доме хозяин?», т/с.  
21.30 «Темные силы», х/ф.  
23.15 «6 кадров». Скetch-шоу.  
00.00 Истории в деталях.  
00.30 Слава Богу, ты пришел!  
01.45 «Талисман любви», т/с.  
02.40 «Щит», т/с.  
04.20 «Танцы под звездами», т/с.  
05.10 - 05.20 Музыка на СТС.

## НТВ

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ.  
09.00 Наше все!  
10.00 СЕГОДНЯ.  
10.25 «Комната отдыха» с Людмилей Нарусовой.  
11.00 «Мангуст-2», т/с.  
13.00 СЕГОДНЯ.  
13.40 «Москва. Центральный округ», т/с.  
15.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.  
16.00 СЕГОДНЯ.  
16.30 «Улицы разбитых фонарей», т/с.  
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.  
19.00 СЕГОДНЯ.  
19.40 «Литейный, 4», т/с.  
20.40 «Морские дьяволы-2», т/с.  
21.35 «Закон и порядок», т/с.  
22.40 СЕГОДНЯ.  
23.05 «Ставка на жизнь», т/с.  
00.05 «Борьба за собственность».  
00.40 Фильм «Дурман любви».  
02.35 «Улицы разбитых фонарей», т/с.  
03.30 «Вероника Марс-2», т/с.  
04.20 «Клан Сопрано-6», т/с.  
05.15-06.00 «Без следа-3», т/с.

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

## ТЫВА

17.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

## РОССИЯ

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

## ТЫВА

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

## РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!  
21.00 «Две сестры», т/с.  
22.50 «Пятая студия» с Сергеем Брилевым.  
23.25 Ревизор.  
23.55 ВЕСТИ+.  
00.15 Фильм «Космос как предчувствие».  
02.00 - 02.13 Дорожный патруль.

## СТС

06.00 «Зена - королева воинов», т/с.  
06.55 «Смешарики», м/с.  
07.00 «Моя прекрасная няня», т/с.  
07.30 «Папины дочки», т/с.  
08.00 «Ранетки», т/с.  
09.00 Истории в деталях.  
09.30 «Кто в доме хозяин?», т/с.  
10.00 Галилео.  
10.30 «Моя прекрасная няня», т/с.  
11.30 «Одна ночь любви», т/с.  
12.30 «Люба, дети и завод», т/с.  
13.00 «Смешарики», м/с.  
13.30 «Тутенштейн», м/с.  
14.00 «Приключения Вуди и его друзей», м/с.  
14.30 «Приключения Джеки Чана», м/с.  
15.00 «Чокнутый», м/с.  
15.30 «Ким Пять-с-плюсом», м/с.  
16.00 «Сабрина – маленькая ведьма», т/с.  
16.30 Галилео.  
17.00 «Моя прекрасная няня», т/с.  
17.30 «Тайны Смолвиля», т/с.  
18.30 Истории в деталях.  
19.00 «Папины дочки», т/с.  
20.00 «Ранетки», т/с.  
21.00 «Кто в доме хозяин?», т/с.  
21.30 «Не вижу зла», х/ф.  
23.00 «6 кадров». Скetch-шоу.  
00.00 Истории в деталях.  
00.30 Кино в деталях.  
01.30 «Талисман любви», т/с.  
02.25 «Щит», т/с.  
04.10 «Танцы под звездами», т/с.  
05.00 - 05.20 Комедия «Такой разный Фергус Макфайл».

## НТВ

06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ.  
09.00 Наше все!  
10.00 СЕГОДНЯ.  
10.25 Один день. Новая версия.  
11.00 «Мангуст-2», т/с.

## ТНТ

06.00 «Любовь и тайны Сансет Бич», т/с.  
06.55 Глобальные новости.  
07.00 Такси.  
07.30 «Ох уж эти детки!», м/с.  
08.00 Москва: инструкция по применению.  
08.30 «Необъяснимо, но факт». Документальное расследование.  
09.30 «Саша + Маша», т/с.  
10.00 «Счастливы вместе», т/с.  
11.00 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.  
11.30 «Цап-Царап», м/с.  
12.00 «Каппа Майки», м/с.  
12.30 «Детки подросли», м/с.  
13.00 «Тоталли Спайс», м/с.  
13.30 Такси.  
14.00 «Женская лига: парни, деньги и любовь», т/с.  
14.30 Реалити-шоу «Дом-2. Live».  
16.05 Комедия «Я никогда не буду твоей».  
18.00 «Счастливы вместе», т/с.  
19.00 Такси.  
19.30 Москва: инструкция по применению.  
20.00 «Счастливы вместе», т/с.  
21.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город любви».  
22.00 Комедия «Дорогая Клаудиа».  
23.45 Реалити-шоу. Спецвключение «Дом-2. После заката».  
00.20 «Секс» с Анфисой Чеховой.  
00.50 Наши песни.  
01.00 «Дикие дети-2».  
01.50 Реалити-шоу «Дом-2. Жара».  
02.45 Антология юмора.  
03.35 - 05.45 Реалити-шоу «Офис».

## 5 КАНАЛ

07.00, 07.35, 08.00, 08.35, 09.00, 09.35, 10.00 Утро в большой стране.  
07.30, 08.30, 09.30, 10.30 Сейчас.  
07.50, 08.50, 09.50 Сейчас о спорте.  
10.35 «Живая история: «Над пропастью во ржи»».  
11.30 Сейчас.  
11.35 «Сердцу не прикажешь», т/с.  
12.35 Сейчас о главном.  
13.20 Сейчас о спорте.  
13.30 «Свет, камера, жуки!», д/ф.  
13.50 «Гонимая лихорадка», д/ф.  
14.30 Сейчас.  
14.45 «Тайны войны», д/с.

13.00 СЕГОДНЯ.  
13.40 «Москва. Центральный округ-2», т/с.  
15.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.  
16.00 СЕГОДНЯ.  
16.30 «Улицы разбитых фонарей», т/с.  
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.  
19.00 СЕГОДНЯ.  
19.40 «Литейный, 4», т/с.  
20.40 «Морские дьяволы-2», т/с.  
21.35 «Закон и порядок», т/с.  
22.40 СЕГОДНЯ.  
23.05 «К барьеру!», ток-шоу.  
00.15 Авиаторы.  
00.45 Боевик «Вышибалы».  
02.30 «Улицы разбитых фонарей», т/с.  
03.30 «Вероника Марс-2», т/с.  
04.20 «Клан Сопрано-6», т/с.  
05.15-06.00 «Без следа-3», т/с.

## ТНТ

06.00 «Любовь и тайны Сансет Бич», т/с.  
06.55 Глобальные новости.  
07.00 Такси.  
07.30 «Ох уж эти детки!», м/с.  
08.00 Москва: инструкция по применению.  
08.30 «Необъяснимо, но факт». Документальное расследование.  
09.30 «Саша + Маша», т/с.  
10.00 «Счастливы вместе», т/с.  
11.00 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.  
11.30 «Цап-Царап», м/с.  
12.00 «Каппа Майки», м/с.  
12.30 «Детки подросли», м/с.  
13.00 «Тоталли Спайс», м/с.  
13.30 Такси.  
14.00 «Женская лига: парни, деньги и любовь», т/с.  
14.30 Реалити-шоу «Дом-2. Live».  
16.15 Комедия «Дорогая Клаудиа».  
18.00 «Счастливы вместе», т/с.  
19.00 Такси.  
19.30 Москва: инструкция по применению.  
20.00 «Счастливы вместе», т/с.  
21.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город любви».  
22.00 Комедия «Бешеные скачки».  
00.00 Реалити-шоу. Спецвключение «Дом-2. После заката».  
00.30 «Секс» с Анфисой Чеховой.  
01.00 Наши песни.  
01.10 «Дикие дети-2».  
02.00 Реалити-шоу «Дом-2. Жара».  
02.55 Антология юмора.  
03.50 - 05.45 Реалити-шоу «Офис».

## 5 КАНАЛ

07.00, 07.35, 08.00, 08.35, 09.00, 09.35, 10.00 Утро в большой стране.  
07.30, 08.30, 09.30, 10.30 Сейчас.

15.40 «Встречи на Моховой». Владимир Васильев.  
16.30 Сейчас.  
16.45 «Затерянный мир», т/с.  
17.30 «Старшеклассники-2», т/с.  
18.10 Дом быта.  
18.20 Экстренный вызов 112.  
18.30 Сейчас.  
18.40 Открытая студия.  
19.50 «Любовь как любовь», т/с.  
20.40 «Сердцу не прикажешь», т/с.  
21.35 «Инспектор Морс», т/с.  
22.30 Сейчас.  
23.00 «Живая история: «БAM - дорога на восток»».  
23.55 Экстренный вызов 112.  
00.20 Сейчас о спорте.  
00.40 «Другая женщина», х/ф.  
01.30 Сейчас о главном.  
02.10 «Другая женщина», продолжение.  
03.00 «Окно напротив», х/ф.  
04.50 - 05.50 «Дни славы», т/с.

## ДОМАШНИЙ

06.30 «Немецкий алфавит для детей».  
07.00 Домашние сказки.  
07.30 Семейные страхи.  
08.00 «Клон», т/с.  
09.00 «Дела семейные».  
10.00 Все под контролем.  
11.00 Лига пациентов.  
12.00 «Евлампия Романова», т/с.  
13.00 «Мир в твоей тарелке».  
14.00 Все под контролем.  
15.00 Лига пациентов.  
16.00 «Дела семейные».  
17.00 «Наперекор судьбе», т/с.  
18.00 «33 квадратных метра».  
18.30 «Доктор Хаус», т/с.  
19.30 «Клон», т/с.  
20.30 Домашние сказки.  
21.00 «Евлампия Романова», т/с.  
22.00 «Она написала убийство», т/с.  
23.00 Семейные страхи.  
23.30 «Юнцы на Бродвее». Мюзикл.  
01.50 Все под контролем.  
02.50 «Доктор Хаус», т/с.  
03.30 Лига пациентов.  
04.20 «Наперекор судьбе», т/с.  
05.05 - 05.55 «Она написала убийство».

07.50, 08.50, 09.50 Сейчас о спорте.  
10.35 «Живая история: «БAM - дорога на восток»».  
11.30 Сейчас.

11.35 «Сердцу не прикажешь», т/с.  
12.30 Сейчас о главном.  
13.30 Сейчас о спорте.  
13.40 «Новая мафия», д/ф.  
14.30 Сейчас.  
14.45 «Тайны войны», д/с.  
15.40 «Жизнь как жизнь», ток-шоу.  
16.30 Сейчас.  
16.45 «Затерянный мир», т/с.  
17.30 «Старшеклассники-2», т/с.  
18.10 Дом быта.  
18.20 Экстренный вызов 112.  
18.30 Сейчас.  
18.45 Открытая студия.  
19.50 «Любовь как любовь», т/с.  
20.40 «Сердцу не прикажешь», т/с.  
21.30 «Инспектор Морс», т/с.  
22.30 Сейчас.  
23.00 «Живая история: «Фронт 69-й параллели»».  
23.55 Экстренный вызов 112.  
00.20 Сейчас о спорте.  
00.40 «Возвращение великопепной семерки», х/ф.  
01.30 Сейчас о главном.  
02.10 «Возвращение великопепной семерки», продолжение.  
03.15 «Шпионы», х/ф.  
05.40 - 06.42 «Дни славы», д/с.

## ДОМАШНИЙ

06.30 «Немецкий алфавит для детей».  
07.00 Домашние сказки.  
07.30 Жизнь по правилам.  
08.00 «Клон», т/с.  
09.00 «Дела семейные».  
10.00 Все под контролем.  
11.00 Лига пациентов.  
12.00 «Евлампия Романова», т/с.  
13.00 «Мир в твоей тарелке».  
14.00 Все под контролем.  
15.00 Лига пациентов.  
16.00 «Дела семейные».  
17.00 «Наперекор судьбе», т/с.  
18.00 «33 квадратных метра». Дачные истории.  
18.30 «Доктор Хаус», т/с.  
19.30 «Клон», т/с.  
20.30 Домашние сказки.  
21.00 «Евлампия Романова», т/с.  
22.00 «Она написала убийство», т/с.  
23.00 Жизнь по правилам.  
23.30 «Морской ястреб». Приключенческий фильм.  
02.05 Все под контролем.  
03.05 «Доктор Хаус», т/с.  
03.45 Лига пациентов.  
04.25 «Наперекор судьбе», т/с.  
05.20 - 06.05 «Она написала убийство», т/с.



ПЯТНИЦА,

АПРЕЛЬ 11

05.00 ДОБРОЕ УТРО.
09.00 НОВОСТИ.
09.05 «Малахов +».
10.20 Модный приговор.
11.20 Контрольная закупка.
12.00 НОВОСТИ.
12.20 «Убойная сила», т/с.
13.20 Детективы.
14.00 Другие НОВОСТИ.
14.30 Понять. Простить.
15.00 НОВОСТИ.
15.20 «Звездный отряд». Фильм 5-й.
16.00 «Огонь любви», т/с.
17.00 Федеральный судья.
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).
18.20 Пусть говорят.
19.10 Поле Чудес.
20.00 «Принцесса цирка», т/с.
21.00 ВРЕМЯ.
21.25 Премьера. А.Пугачева, В.Леонтьев, Л.Вайкуле, Р.Паулс и другие в юбилейном вечере Ильи Резника.
00.20 Закрытый показ. Премьера. Фильм «Груз 200».
02.50 Фильм «Под солнцем Тосканы».
04.40 Мистический триллер «Поверхность».
05.20-05.45 Детективы.
РОССИЯ
05.00 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
06.35, 08.34 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
07.35 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.
РОССИЯ
07.25 Доброе утро, Россия!
08.55 Мусульмане.
09.05 «Мой серебряный шар. Юрий Гагарин».
10.05 «Опера. Хроники убийного отдела», т/с.
11.00 ВЕСТИ.
«ТЫВА»
11.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
РОССИЯ
11.45 «Опера. Хроники убийного отдела», т/с.
12.40 Экранизация романа «Красное и черное».
14.00 ВЕСТИ.
«ТЫВА»
14.20 Местное время. ВЕСТИ-СИБИРЬ.

РОССИЯ
14.40 Мультфильмы.
15.35 Суд идет.
16.30 «Кулагин и партнеры», т/с.
17.00 ВЕСТИ.
«ТЫВА»
17.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
РОССИЯ
17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.
18.05 «Женщина без прошлого», т/с.
19.00 «Родные люди», т/с.
20.00 ВЕСТИ.
«ТЫВА»
20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.
РОССИЯ
20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 Кривое зеркало.
23.00 Острозащитный фильм «Ситуация 202. Особый период».
01.10 Детектив «Вне времени».
03.10 - 03.23 Дорожный патруль.
СТС
06.00 «Зена - королева воинов», т/с.
06.55 «Смешарики», м/с.
07.00 «Моя прекрасная няня», т/с.
07.30 «Папины дочки», т/с.
08.00 «Ранетки», т/с.
09.00 Истории в деталях.
09.30 «Кто в доме хозяин?», т/с.
10.00 Галилео.
10.30 «Моя прекрасная няня», т/с.
11.30 «Одна ночь любви», т/с.
12.30 «Люба, дети и завод», т/с.
13.00 «Смешарики», м/с.
13.30 «Тутенштейн», м/с.
14.00 «Приключения Вуди и его друзей», м/с.
14.30 «Приключения Джеки Чана», м/с.
15.00 «Чокнутый», м/с.
15.30 «Ким Пять-с-плюсом», м/с.
16.00 «Сабрина - маленькая ведьма», т/с.
16.30 Галилео.
17.00 «Моя прекрасная няня», т/с.
17.30 «Тайны Смолвиля», т/с.
18.30 Истории в деталях.
19.00 «Папины дочки», т/с.
20.00 Цвет нации.
21.30 «Такси-2», х/ф.
23.10 Истории в деталях.
00.00 «Каждое воскресенье», х/ф.
02.55 «Талисман любви», т/с.
03.45 - 05.20 «Щит», т/с.
НТВ
06.00 СЕГОДНЯ УТРОМ.

09.00 Наше все!
10.00 СЕГОДНЯ.
10.25 «Победившие смерть», д/с.
11.00 «Мангуст-2», т/с.
13.00 СЕГОДНЯ.
13.40 «Москва. Центральный округ-2», т/с.
15.30 Обзор. Спасатели.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.30 «Улицы разбитых фонарей», т/с.
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
19.00 СЕГОДНЯ.
19.35 Следствие вели...
20.30 Чрезвычайное происшествие. Расследование.
20.55 Премьера. Фильм «Ты мне снишься...».
22.50 Фильм «В движении».
00.40 Все сразу!
01.10 Фильм «Форрест Гамп».
03.45 «Вероника Марс-2», т/с.
04.35-05.15 «Без следа-3», т/с.
ТНТ
06.00 «Любовь и тайны Сансет Бич», т/с.
06.55 Глобальные новости.
07.00 Такси.
07.30 «Ох уж эти детки!», м/с.
08.00 Москва: инструкция по применению.
08.30 «Необъяснимо, но факт». Документальное расследование.
09.30 «Саша + Маша», т/с.
10.00 «Счастливы вместе», т/с.
11.00 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.
11.30 «Цап-Царап», м/с.
12.00 «Каппа Майки», м/с.
12.30 «Детки подросли», м/с.
13.00 «Тоталли Спайс», м/с.
13.30 Такси.
14.00 «Женская лига: парни, деньги и любовь», т/с.
14.30 Реалити-шоу «Дом-2. Live».
16.00 Комедия «Бешеные скачки».
18.00 «Счастливы вместе», т/с.
19.00 Такси.
19.30 Москва: инструкция по применению.
20.00 «Интуиция». Игровое шоу.
21.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город любви».
22.00 «Наша Russia».
22.30 Смех без правил.
23.30 «Секс» с Анфисой Чеховой.
00.00 Реалити-шоу. Спецвключение «Дом-2. После заката».
00.25 «Зачем вы, девочки?» Скетч-шоу.

ком.
00.55 Наши песни.
01.05 «Дикие дети-2».
01.55 Реалити-шоу «Дом-2. Жара».
02.50 Антология юмора.
03.45 - 05.45 Реалити-шоу «Офис».
5 КАНАЛ
07.00, 07.35, 08.00, 08.35, 09.00, 09.35, 10.00 Утро в большой стране.
07.30, 08.30, 09.30, 10.30 Сейчас.
07.50, 08.50, 09.50 Сейчас о спорте.
10.35 «Живая история: «Фронт 69-й параллели».
11.30 Сейчас.
11.35 «Сердцу не прикажешь», т/с.
12.30 Сейчас о главном.
13.20 Сейчас о спорте.
13.30 «Подводки. Террор у наших берегов», д/ф.
13.55 «Цель - спасение. Идеальный шторм», д/ф.
14.30 Сейчас.
14.45 «Тайны войны», д/с.
15.40 «Прогресс» с Павлом Лобковым.
16.30 Сейчас.
16.45 За столом с Бертом Вулфом.
17.10 «Большая страна», ток-шоу.
18.10 Дом быта.
18.25 Экстренный вызов 112.
18.30 Сейчас.
18.45 Открытая студия.
19.50 «Любовь как любовь», т/с.
20.40 «Сердцу не прикажешь», т/с.
21.30 «Инспектор Морс», т/с.
22.30 Сейчас.
23.00 Экстренный вызов 112.

23.20 «Леди Каролина Лэм», х/ф.
01.45 Культурный слой.
02.15 Кино не для всех «Мандерлей».
04.40 Классика рока «Джимми Хендрикс. Концерт в Беркли», д/ф.
05.40-06.55 «Голливудская коллекция», д/с.
ДОМАШНИЙ
06.30 «Немецкий алфавит для детей».
07.00 Домашние сказки.
07.30 Жизнь по правилам.
08.00 «Клон», т/с.
09.00 «Дела семейные».
10.00 Всё под контролем.
11.00 Лига пациентов.
12.00 «Евлампия Романова», т/с.
13.00 «Мир в твоей тарелке».
14.00 Всё под контролем.
15.00 Лига пациентов.
16.00 «Дела семейные».
17.00 «Наперекор судьбе», т/с.
18.00 «33 квадратных метра». Дачные истории.
18.30 «Доктор Хаус», т/с.
19.30 «Клон», т/с.
20.30 Домашние сказки.
21.00 «Евлампия Романова», т/с.
22.00 «Она написала убийство», т/с.
23.00 Жизнь по правилам.
23.30 «Жажда мести». Мелодрама.
02.15 Все под контролем.
03.15 «Доктор Хаус», т/с.
03.55 Лига пациентов.
04.45 «Наперекор судьбе», т/с.
05.30 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

СУББОТА,

АПРЕЛЬ 12

1 КАНАЛ
05.50 Фильм «Укрощение огня». Часть 1-я.
06.00 НОВОСТИ.
06.10 Фильм «Укрощение огня». Часть 1-я. Продолжение.
07.30 Играй, гармонь любимая!
08.10 Дисней-клуб: «Лило и Стич», «Дональд Дак представляет».
09.00 Слово пастыря.
09.20 Здоровье.
10.00 НОВОСТИ.
10.20 Смак.
11.00 Премьера. «Ирина Винер. Золото железной леди».
12.00 НОВОСТИ.
12.20 Премьера. «Отец космической разведки».
13.20 Фильм «Анна и король».
16.00 «Сами мы не местные... Истории успеха».
17.00 Кто хочет стать миллионером?
18.00 ВРЕМЕНА.
18.50 «Цирк».
21.00 ВРЕМЯ.
21.20 Премьера. Фильм «Королев».
23.30 Что? Где? Когда?
00.50 Фильм «Джилли».
03.00 Комедия «Копируя Бетховена».
04.40 Мистический триллер «Поверхность».
05.20-06.00 «Астральные путешествия».
РОССИЯ
06.00 Доброе утро, Россия!
07.30 Студия «Здоровье».
08.00 ВЕСТИ.
«ТЫВА»
08.10 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.
РОССИЯ
08.20 «Военная программа» Александра Сладкова.
08.45 Утренняя почта.
09.25 Субботник.
10.05 Вокруг света.
11.00 ВЕСТИ.
«ТЫВА»
11.10 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
11.20 Законодательная власть.
11.25 Тува - территория перемен.
11.50 Коллаж.

12.00 Хөгжүмнүг байыр.
РОССИЯ
12.20 Планета православия. Премьера. «Израиль. Земля Господня».
13.15 Сенат.
14.00 ВЕСТИ.
«ТЫВА»
14.20 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.
РОССИЯ
14.30 Боевик «Риск без контракта».
16.00 Ты - то, что ты ешь.
17.00 «50 блондинок», интеллектуальное шоу.
18.05 Субботний вечер.
20.00 ВЕСТИ.
20.20 Премьера. Фильм «Кровные узы».
00.00 Фильм «Долгая помолвка».
02.30 - 04.22 Фильм «Звезды падали на Генриэтту».
СТС
06.00 «Состояние», х/ф.
07.45 «Раз - горох, два - горох...», м/ф.
07.55 «Флиппер и Лопака», м/с.
08.20 «Смешарики», м/с.
08.30 «Пукка», м/с.
09.00 Жизнь прекрасна.
11.00 «Такси-2», х/ф.
12.40 «Том и Джерри. Комедийное шоу», м/с.
13.00 «Утиные истории», м/с.
14.00 «Русалочка», м/с.
15.00 «Аладдин», м/с.
16.00 «6 кадров». Скетч-шоу.
16.30 «Шаг за шагом», т/с.
17.00 «Самый умный». «Водила».
19.00 «Герои», т/с.
21.00 «Сын русалки», х/ф.
22.45 Очень русское ТВ.
23.45 Модное кино. «Внутренняя империя».
03.30 - 05.30 «Мост короля Людовика Святого», х/ф.
НТВ
05.15 «Ты мне снишься...», х/ф.
06.50 Мультфильмы.
07.30 Сказки Баженова.
08.00 СЕГОДНЯ.
08.15 Лотерея «Золотой ключ».
08.50 Без рецепта.
09.20 Смотр.
10.00 СЕГОДНЯ.
10.20 Главная дорога.
10.55 Кулинарный поединок.

11.55 Квартирный вопрос.
13.00 СЕГОДНЯ.
13.25 Особо опасен!
14.05 «Кремлевские дети». «Дети Фрунзе. Зарезанные надежды».
15.05 Своя игра.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.30 «Женский взгляд» Оксаны Пушкиной. Георгий Греко.
17.00 Детективный сериал «Адвокат».
19.00 СЕГОДНЯ.
19.40 Профессия - репортер.
20.05 Программа максимум. Скандаль. Интриги. Расследования.
21.05 «Русские сенсации». Информационный детектив.
21.55 Ты не поверишь!
22.45 Реальная политика.
23.25 «Дас ист фантастиш».
23.55 Острозащитный фильм «Сонная лоцина».
02.00 Классика мирового кино. Фильм «Пугало».
04.05 «Вероника Марс-2», т/с.
04.50-05.35 «Без следа-3», т/с.
ТНТ
06.00 «Крутые бобры», м/с.
07.00 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.
08.30 Наши песни.
09.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город любви».
10.00 «Школа ремонта». «Олимпиада на кухне».
11.00 «Рисковые девочки», д/ф.
12.00 «Плата за скорость», д/ф.
13.00-21.00 «Битва экстрасенсов». Паранормальное шоу.
21.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город любви».
22.00 Комеди Клуб.
23.00 «Наша Russia».
23.30 «Убойная лига».
00.30 «Секс» с Анфисой Чеховой.
01.00 Реалити-шоу. Спецвключение «Дом-2. После заката».
01.30 Наши песни.
01.40 Реалити-шоу «Дом-2. Жара».
02.35 Антология юмора.
03.30 Реалити-шоу «Офис».
05.20 - 05.45 Лавка анекдотов.
5 КАНАЛ
07.00 «Палитры», д/с.
07.30 «Билет в приключение», д/с.
08.00 «Подозреваемый», т/с.
08.35 «Летний лагерь Бетавиль», х/ф.
10.25 «След в океане», х/ф.

12.00 «Энергичные люди», ток-шоу.
12.50 «Наболевший вопрос».
13.30 Вестерн «Среди стервятников».
15.35 «Люди встречаются...», романтическое шоу.
16.40 «Чёрные береты», х/ф.
18.10 «Прометей», м/ф.
18.30 Сейчас.
18.45 Фильм о фильме: «Эхо вечно зова».
19.40 «Никогда не говори никогда», х/ф.
22.10 «Просто люблю». Кристина Орбакайте.
22.30 Сейчас.
23.00 «Рыжая Соня», х/ф.
00.40 «Путь Карлито», х/ф.
03.50 -05.40 «Старый кровосос», х/ф.
ДОМАШНИЙ
06.30 «Немецкий алфавит для детей».
07.00 Домашние сказки.
07.30 «Тихая полянка», м/ф.
07.45 «Каникулы в гареме». Музыкальная комедия.
09.30 «В мире животных».
10.30 Полевые работы.
11.00 Друзья моего хозяина.
11.30 Люди и традиции.
12.00 «Хорошие песни».
14.00 Сладкие истории.
14.30 Охотники за рецептами.
15.00 Спросите повара.
15.30 «Мать и дочь». Ляйсан и Зульфия Утяшевы.
16.30 «Проклятые короли», т/с.
18.30 «Доктор Хаус», т/с.
19.30 «Интриганка», т/с.
20.30 Домашние сказки.
21.00 «Она написала убийство», т/с.
23.00 Жизнь по правилам.
23.30 «Ты у меня одна». Мелодрама.
01.25 «Доктор Хаус», т/с.
02.15 «Проклятые короли», т/с.
04.00 «Интриганка», т/с.
04.50 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

Россияның эмнекчилеринин эң тергини «Водолей» кадык камгалал төвү Россияның алдарлыг эмнекчизи, космо-энергетиканың мурнакчызы, Зороастризмниң мастери Виктор Юрьевич Петров
—Силерниң ааргы-аржыктарынарның баштайгы тыгтып келген чылдагааннарын тодартпышаан, энергетиктиг диагностиказы; —илби-шидиниң бүгү хевирлеринден адырары (каргыш, чаргычатка болгаш еске-даа); —мага-боттунг ниити база тус-тус мөчүнүң кезектеринде ааргылардан дээштиг эмнээри, дүвүрел база ундараашкын байдалдарының соонда энергетиктиг балансыны катап эгидери; —деңзи кудуладыры, бажың-балгат арыглаары, гепатогенниң хоралгы зоналарын чок кылыры; —акша-хөреңги болгаш чедимче оштаары, салым-чолга, өг-бүлө харылзааларыңа экижидилге чедирери. Сагызын демдектерин диригидери, хууда ай-хүн горосковун тургузары. Янзы-бур хевириниң массажтары; — гипноз. Арагалаашкындан, таакпылаарындан, семириринден адырары, чедишкин оштаары; — бодунга боду гипноз кылырыңа, экстрасенсорлуг салым-чаянга өөредирди. Уругларга (10 харга чедир халас), инвалидтерге, өскээртен келгеннерге, эмчилерге чигелделиг. Суббота санында консультациялар,13 шакта таныштырылгалыг халас сеанстар. Эмнекчилерни белеткээр талазы-биле курстарны эртирип турар. Ооң түннелинде дипломнарны тыпсыр. Кээр адреси:Кызыл хоорай, Кечил-оол кудумчузу, 19, кв 43, хүлээп алыр шактары 9.00 - 18.00. Телефоннары: 6-27-68 (ажыл), 3-49-57 (бажың), сот.: 8-909-528-4290.
Хууда айтырыг ДУЗАЛААР БООП ЧАДАВАС
Хөглээшкин, байырлал соонда, даартазында баш аараан болза, чүү дузалап болуру? Аңаа хамаарыштыр дузалап болгу дег каш сүме. — Суук чүүлдү, ылаңгыя минералдыг сугну арбыдады ижерин сүмелеп турар. Алкогольду дүрген үндүреринге ол дузалаар. — Шыраак эзирээнде, организмден калийнин дустары үне бээр. Суг-дус балансызын катап тургузарыңа рассол, ажыг капуста, щи, борщ, солянка салдарлыг болур. — Чеми күштүг шай чүрек-дамыр системазының ажылын чогумчудар. Кофе ижерин сүмелевин турар: оон дамырлар чыырлыр, чүректин чогумчалыг ажилдарыңа моондак болур болгаш организмниң ниити байдалын улам баксырадыр. — Алкогольдан хораннаны берген хире байдалдыг болза, 2-6 хире таблетка активированный уголь дузалап болур дээр. — Ишкен арага арыг болган тудум, эртенинде байдал элээн чинк болур. «Арыг» дээрге, водка, коньяк, виноградтан кургаг винодур. «Арыг эвстеринге» коктейлдер, портвейннер, вермуттар болгаш чартык чигирзиг винолар-дыр. Олардан баар кемдээр болгаш хораннаны берзе, берге-ле. Баарга ылаңгыя тониктиг джин дыка хоралыг. — Мындыг улуг «эмнээшкин» ажыглавас деп бодаар болза, чурумнуг, бодамчалыг болуру эрежок чугула.



## ВОСКРЕСЕНЬЕ,

АПРЕЛЬ 13

## 1 КАНАЛ

06.00 НОВОСТИ.  
06.10 Фильм «Укрощение огня» Часть 2-я.  
07.50 Служу Отчизне!  
08.20 Дисней-клуб: «Клуб Микки Мауса», «Ким 5+».  
09.10 Умницы и умники.  
10.00 НОВОСТИ.  
10.10 Непутевые заметки.  
10.30 Пока все дома.  
11.20 Фазенда.  
12.00 НОВОСТИ.  
12.20 Фильм «Связь».  
13.50 Документальный фильм.  
14.20 Комедия «Джуниор».  
16.20 Фильм «Мама».  
18.00 «Охота на Изюбря», т/с.  
20.00 «Две звезды».  
21.00 Воскресное ВРЕМЯ.  
21.50 «Две звезды». Продолжение.  
23.00 Футбол. Чемпионат России. V тур «Динамо» — «Спартак».  
01.00 Премьера. Приключенческая комедия «Нью-Йоркское такси».  
02.40 Остро сюжетный фильм «Матадор».  
04.20-04.45 «Зверинец».

**РОССИЯ**  
05.40 Фильм «Перекличка».  
07.30 Сельский час.  
08.00 ВЕСТИ.

**«ТЪВА»**  
08.10 Местное время. ВЕСТИ-ТЪВА ЧЕРДЕ.

**РОССИЯ**  
08.20 Диалоги о животных.  
08.55 Вся Россия.  
09.10 Комната смеха.  
10.05 Сам себе режиссер.  
11.00 ВЕСТИ.

**«ТЪВА»**  
11.10 Местное время. ВЕСТИ-ТЪВА. СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ.  
**РОССИЯ**  
11.50 «Городок». Дайджест.  
12.20 Сто к одному.  
13.15 Парламентский час.  
14.00 ВЕСТИ.

**«ТЪВА»**  
14.20 Местное время. ВЕСТИ-ТЪВА ЧЕРДЕ.

**РОССИЯ**  
14.30 Фитиль.  
15.15 ВЕСТИ. Дежурная часть.  
15.50 Честный детектив.  
16.20 Смеяться разрешается.  
17.10 «Танцы со Звездами. Сезон-2008».  
20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ.  
21.05 Специальный корреспондент.  
21.35 Премьера. Фильм «Свет мой».  
23.25 «Сто причин для смеха». Семен Альтов.  
23.55 Премьера. Боевик «Наемник».  
01.50 - 03.44 Триллер «Мертвый штиль».

**СТС**  
06.00 «Лесси», х/ф.  
07.55 «Флиппер и Лопак», м/с.  
08.20 «Смешарики», м/с.  
08.30 «Пукка», м/с.  
09.00 «Том и Джерри. Комедийное шоу», м/с.  
09.15 «Самый умный».  
11.00 Галилео.  
12.00 Снимите это немедленно.  
13.00 «Чип и Дейл спешат на помощь», м/с.  
14.00 «Скуби Ду», м/с.  
15.00 «Геркулес», м/с.  
16.00 «Шаг за шагом», т/с.

17.00 Кто умнее пятиклассника?  
18.00 «Детские шалости».  
19.00 Комедия «Эдди».  
21.00 «Смерть ей к лицу», х/ф.  
23.00 Хорошие шутки.  
01.00 «Малхолланд Драйв», х/ф.  
03.45 «Табу», х/ф.  
05.10 - 05.30 Музыка на СТС.

**НТВ**  
05.35 Боевик «Робот - полицейский-3».  
07.10 Мультфильмы.  
07.30 Дикий мир.  
08.00 СЕГОДНЯ.  
08.15 Лотерея «Русское лото».  
08.45 Их нравы.  
09.25 Едим дома!  
10.00 СЕГОДНЯ.  
10.20 «QUATTRORUOTE». Программа про автомобили.  
10.55 Авиаторы.  
11.20 Боевик «Пираты XX века».  
13.00 СЕГОДНЯ.  
13.25 Комедия «Аферисты».  
15.05 Своя игра.  
16.00 СЕГОДНЯ.  
16.20 «Борьба за собственность».  
17.00 Детективный сериал «Адвокат».  
19.00 СЕГОДНЯ. Итоговая программа с Кириллом Поздняковым.  
19.55 Чистосердечное признание.  
20.25 Чрезвычайное происшествие. Обзор за неделю.  
21.00 Главный герой.  
22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым.  
23.10 «QUATTRORUOTE». Программа про автомобили.  
23.40 Криминальный фильм «Свидетель».  
01.55 «В движении», х/ф.  
03.45 «Вероника Марс-2», т/с.  
04.30-06.00 «Без следа-3», т/с.

## ТНТ

06.00 «Крутые бобы», м/с.  
07.00 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.  
08.30 Наши песни.  
08.50 «Бинго-ТВ». Лотерея.  
09.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город любви».  
10.00 «Школа ремонта». «Гармония в красном».  
11.00 Реалити-шоу «Звезды меняют профессию».  
12.00 Битва экстрасенсов.  
13.00 Клуб бывших жен.  
14.00 «Cosmopolitan». ВидеOVERсия.  
15.00 Фантастическая комедия «Лавка чудес».  
16.45 «Саша + Маша», т/с.  
18.00 Танцы без правил.  
19.00 «Такси» в Питере.  
19.30 «Женская лига». Комедия.  
20.00 Битва экстрасенсов.  
21.00 Реалити-шоу «Дом-2. Город любви».  
22.00 Комеди Клаб.  
23.00 «Женская лига». Комедия.  
23.30 Смех без правил.  
00.30 «Секс» с Анфисой Чеховой.  
01.00 Реалити-шоу. Спецвключение «Дом-2. После заката».  
01.30 Наши песни.  
01.40 Реалити-шоу «Дом-2. Жара».  
02.35 Антология юмора.  
03.30 Реалити-шоу «Офис».  
05.20 - 05.45 Лавка анекдотов.

## 5 КАНАЛ

07.00 «Как жить дольше?» д/с.  
07.50 «Мегрэ», т/с.  
09.40 «Трям, здравствуйте!», м/ф.  
09.50 Клуб знаменитых хулиганов.  
10.35 «Крылышко или ножка», х/ф.  
12.35 Личные вещи.  
13.20 В нашу гавань заходили корабли...  
14.25 «К доске», телеигра.

15.10 Жизнь как жизнь.  
16.00 «Американская дочь», х/ф.  
17.50 «Встречи на Моховой». Александр Филиппенко.  
18.45 «Мужчина для жизни», х/ф.  
20.50 «Прогресс» с Павлом Лобковым.  
21.40 Слабое звено.  
22.30 «Главное», информационно-аналитическая программа.  
23.30 Неделя в большой стране.  
00.18 5 песен на Пятом.  
01.06 «Восставший из ада-5», х/ф.  
03.00 - 04.10 «Живые концерты на Эбби Роуд», х/ф.

## ДОМАШНИЙ

06.30 «Немецкий алфавит для детей».  
07.00 Домашние сказки.  
07.30 «Ты у меня одна». Мелодрама.  
09.30 «Городское путешествие».  
10.30 Декоративные страсти.  
11.00 Коллекция идей.  
11.30 Цветная революция.  
12.00 «Хорошие песни».  
13.45 Заграничные шутки.  
14.00 Сладкие истории.  
14.30 Охотники за рецептами.  
15.00 Спросите повара.  
15.30 «Мужской портрет». Александр Васильев.  
16.30 «Проклятые короли», т/с.  
18.30 «Доктор Хаус», т/с.  
19.30 «Интриганка», т/с.  
20.30 Домашние сказки.  
21.00 «Она написала убийство», т/с.  
23.00 Жизнь по правилам.  
23.30 «Все остается людям». Киноповесть.  
01.30 «Доктор Хаус», т/с.  
02.20 «Проклятые короли», т/с.  
04.10 «Интриганка», т/с.  
04.55 - 05.55 Музыка на Домашнем.

## Психолог туң дузасы

*Мээң уруум бодун үнелеп билбес-тир дээрзин эскерип турар апарган мен. 5 деп демдек алырынга, конкурстарга киришкеш, эки түнөлдөрдүг бооп болурунга бүзүрөвөс. Аңаа амдыгааштан эгелеп дузалашпас болза, ооң ол байдалы сөөлүндө барып, амыдыралыңга шаптык болур чыгы, ынчангаш канчаар дузалаар мен?*

Психолог: — Бодунун күжүңгө бүзүрөп, бодун үнелээринин чугула бир аргазы—ол кижинин херек кырында чедип алган чедийшин болур. Херек болдун майн баарындан уруунар сестир турган-дыр. Шимчээшкнче, тодаргай хөделишкннерже ону кыйгырып, сүмелеп тура, ол кандыг-бир херекти кылып кириптерге, доктаамал деткиир ужурулг силер. Ооң-биле кады ону мактай каап турарын утуп болбас. Күзээни ышкаш болдунмайн турар

болза, хөңүнүн чазамыктаар, частырыгларын анализтеп, кады сайгарар. Чемелеп, ол-бо деп, шүгүмчүлөп болбас, частырыглар дээрже, бир чүвени оон-даа эки кылдыр кылып өөрениринин аргазы-дыр дээрзин уругга билиндирер. Ооң-биле кады уруунар чүү чүвеге салым-чаянныгыл дээрзин бодап, сайгарып көөр ужурулг силер, ынчангаш аңаа үндезилеп, ол угланышкын-биле ону олче углап-баштаар болгаш сайзырадыр. Аңаа бодунун сонуургаар, шыдаар,

күш чедер чүүлү херек болгай. Ынчангаш ооң күзели боттанып

эглээрже, ол бодунга бүзүрөлдиг апар.

\*\*\*

*Мээң өөм ээзи мындыг: өг-бүлөгө хамаарыштыр кандыг-бир айтырыг тургустунуп келзе, ол дугайын чугаалап, аргасүмө кадарга, кижиниң кырганын-ла кээр, хүлээвөс. Оон кезек үе эрткенде, мээң чугаалап турганым ол-ла бодалды чугаалап келир. Оон-на езулуг маргыжып эгелээр бис...*

Психолог: — Маргышкан ажыы чүү деп? Тургустунуп келген байдал чугула болгу дег-дир. Өңөр ээзинин чамдык байдалдарын эки билер болганыңарда, айтырыглар тургустунуп келген таварылгаларда, ону дүвүрөл чокка өөренил көрүп, барымдаалап болур-дур силер. «Ашаа — баш, кадайы — башты шимчедип турар моюн» дээн билишкнн-биле тургустунган өг-бүлө кылдыр билдинип турар-дыр силер. Боданып көрүңер даан, силерге чүү чугула:

айтырыгны чөптүг, шын шиитпирлеп алыры бе, азы «автор эрге» бе? А ам ындыг сагылга-чурумунун байдалының дугайын чугаалажып көрээлиңер.

Бо бүгү эр кижилернин психологиясында деп чугаалаар апар, бодунун шынныын бадыйткаар күзөлдиг, бот-тускайлан, кымгадаа хамаарышпас болурун ол күзээр, че оон ыңай лидер болукаарлар. Ынчангаш шын шиитпирни ол боду хүлээп алган кылдыр бодун алдынып турары ол-дур.

## Улуглар болгаш уруглар

## АВАЗЫ-БИЛЕ КАДЫ

уругга чидириг болур. Уругларның логиказын алырга, олар бо айтырыгга боттарын-даа буруудадып болурлар: «Мен багай боорумга, ачам чорупкан ирги бе?» дээн чижектиг. Ынчан аваның сорулгазы — кандыг-ла-бир чылдагаан-биле уругга четпейн барган ынакшылдың шуптузун аңаа чедирери. Бичи кижиге ачазының чуруун көргүскеш, канчаал таныжып алганыңарны чугаалап берип болур силер. Уругга эң-не кол чүүл — силернин бот-боттарыңарга ынак чорааныңарны, ооң түнелинде мындыг кайгамчык чараш, орлан-шоваа, эрес кижитөрүттүнген дээрзин биллип алыры. Ийи кижиниң ынакшылының төлү-дүр мен деп билишкннге улуг бүзүрөл уругга дузалаар, күштү бээр. Ада-иениң канчаар, чүге чарлы бергенин бирээден-бирээ чокка тайылбырлаан херээ чок, ол бичи кижиге ооң ажыы чүү деп?! Ооң орнунга: «Ачаң-биле ийи аңгы чурттаарын дугуржуп, шиитпирлеп алган бис, ол ам моон ырак черде, ынчангаш биске кээп шыдавас. Ынчалзак ооң сени бодап чоруур, сенээ ынак» дээн хевирлиг чугаалашканы дээр.

Уруг ада-иениң аажы-чаны-

ның чамдык чүүлдерин бодунга хевирлеп алыр болганда, авазы: «Сээң ачаң эки эвес кижит чораан!» дээр болза, ону бичи «уруглар дылынче» шилчидерге, «сен база ындыг бооп болур сен» дээни-биле демей. Психология талазы-биле алыр болза, уруг авазы биле ачазының бир кези-дир. Ынчангаш ава, ачазының бир «чарты-биле» камныг, угаанныг чугаалажып ужурулг. Ачазы авазыңа ындыг-ла камныг, кичээңгейлиг турбаанда болза, ооң уругга «чарты» — кайгамчык! Аваны ол сорук кирир ужурулг.

Ачаны чоктатпас дээш, ава огулунга: «Сен ачаң ышкаш дидим-дир сен (эрес, тура-соруктуг, шимчегир, шиитпирлиг, улуска кичээңгейлиг)» деп болур. Оол уругга эр кижиниң ол шынарлары деңелгеге херек. Шак ынчан оол уруг ол шынарларны бодунун сагылга-чурумунга, бодун алдынарыңа угланышкын болдуар.

Бир эвес уруунун ачазының дугайында чугаалаптар эки чүве тыппас болуңза, шуут ыттавааны дээр. «Багай» ача дугайында дыңнаарының орнунга аан. Уруг теңектенип, элчок чүве

кылыпса: «Сээң мындыг чурумунга ачаң таарышпас турган ийик» азы ол өөрүп турда: «Ачаң сенээ чоргаарланыр турган» деп болур. Хенертен ачазы чедип келзе, уруг ооң дугайын билер, бодап чораан болур, а ол бодунун хоойлу езугаар эрге-байдалын ээлеп алыр, ооң огулу ону таныыр болур.

\*\*\*

Уруун чааскаан өстүрүп турар аваларның чамдыктарының материалдыг байдалы кызыгаарлыг болур. Ынчалзак чамдыкта уругнуң күзээң чүүлүн садып бээр чугула. Ол аңаа өөрүшкү болур.

\*\*\*

Ачазы чокка өзүп турар уругну чааскаанзыравазыңа кым дузалап, салдарлыг бооп болурул? Ооң хөй санныг төрөлдери бар болгай: кырган-авазы, кырган ачазы, даайлары, угбалары. Олардан аңгыда, авазының чоок эш-өөрү, ажилда коллегалары, чоок кижилери, кожалары безин бар болгай. Авазының харылзаазы, эш-өөрү хөй болган тудум, уругга ажыктыг, эки болур.

Өг-бүлө айтырыгларының дугайында сеткүүлден белеткээң.

## Аар-саап чүцүлдөр

## Бодунуң-на оруу-биле...

Кезээде-ле хыйланып чоруур кижилер турар, оларны дыңнаар, көөрү безин чамдыкта аңчыг. Ынчангаш нервизи кошкак кижилер оларның-биле чоокшулашпас болза эки. Оларны кичээңгейге ап, сагыш човап, чугаалажы бээр болуңза, ооң чугаазы төңчү чок уламчылааш туруп бээр. Кичээңгей чок бооп, хөңнү чогуң илередип болуңза, ол кижини хомудадыптар сен, кижизидилген багай, каржы деп атка чедер сен. Ынчангаш берге аажы-чаңныг таныыр кижиге ужуражы берзиңзе, хүлүмзүргү-биле мендилешкеш, оожум базым-биле эрте кылаштай бер.

## Аар бодалды базыптар

Сагыш-сеткил аар байдалга алзыпкан үеде ону бир-ле кижиге үндүр чугаалаптар болза эки, кижит оон чайгаар-ла чигей бээр. Эртемденнер ону мынчаар тайылбырлап турар: хомудалды, аар бодалды, сагыш-сеткилди сөстөр-биле ажыдып, илередиптерге, баш мээзиниң сагыш-сеткил хөлээшкннин контролдаар адырын ол идепкейжидиптер болгаш коргушкунну, дүвүрелди оожургадыптар.

## Чугаалар...Күштүг дээр

Улустар аразында чоруп турар чугаа-соот тодаргай кижиге психология талазы-биле дээр күштүг, кончуг аар чепсек болур. Хопка таварышкан азы кандыг-ла-бир чүүлге каразыттырып турар кижит стресске таваржыр. Эр улуска бодаарга, херээңгер ооң-бо дээн күзөңчиг эвес чугаалар үнүп кээр-ринден сестир болгаш кичээңгилер.

## Чүнү дамчыдарыл?

Коллегаң шөлээлей берген, а ону айтырган улус бо-ла телефоннап келгеш, ооң кайда, чүнү канчап турарын айтырза, тодаргай хары бербейн, ооң мында чогуң таптыг тайылбырлап каар. Кыска информация мындыг уткалыг бооп болур: «Ынчан-мынчан келир, чүнү дамчыдарыл?».