

**СРЕДА,
октябрь 21****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 «Участок».
13.20 «Детективы».
14.00 Другие НОВОСТИ.
14.20 «Понять. Простить».
15.00 НОВОСТИ.
15.20 «Обручальное кольцо», т/с.
16.10 «Давай поженимся!».
17.00 «Федеральный судья».
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).
18.20 «Пусть говорят».
19.10 «След», т/с.
20.00 «Синдром Феникса», т/с.
21.00 ВРЕМЯ.
21.30 «Адмирал», т/с.
22.30 «Среда обитания. Как защитить свой дом».
23.30 Ночные НОВОСТИ.
23.50 Острозюжетный фильм «Послезавтра».
02.00 Комедия «Большой».
03.50 – 04.35 Сериал «Спасите Грейс».

РОССИЯ

05.00 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
06.35, 08.40 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
07.35 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

09.05 «Неспетая песня Анны Герман».
10.00 «Штрафбат», т/с.
11.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

11.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

11.50 «Каменская», т/с.
12.45 «Две стороны одной Анны», т/с.

13.40 ВЕСТИ. Дежурная часть.
14.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

14.40 «Улицы разбитых фонарей», т/с.
15.35 Суд идет.
16.30 «Кулаги и партнеры».
17.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

17.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.
18.00 «Однажды будет любовь», т/с.
19.00 «Кармелита. Цыганская страсть», т/с.
20.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Исаев», т/с.
21.55 «Тайны следствия», т/с.
22.50 «Штрафбат», т/с.
23.50 ВЕСТИ+.
00.10 Детектив «Без срока давности».
01.55 – 02.59 «Горячая десятка».

НТВ**ПРОФИЛАКТИКА ДО 14.00**

14.00 Особо опасен!
14.30 «Возвращение Мухтара», т/с.
15.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.30 Сериал «Литейный»
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
19.00 СЕГОДНЯ.
19.30 «Улицы разбитых фонарей», т/с.
20.25 Фильм «Жил-был дед».
22.25 И снова здравствуйте!
23.15 СЕГОДНЯ.
23.35 «Улицы разбитых фонарей», т/с.
00.30 ФУТБОЛ. Лига чемпионов. ЦСКА (Россия) - «МАНЧЕСТЕР ЮНАЙТЕД» (Англия). Прямая трансляция.
02.40 Боевик «Двойник».
05.00 Особо опасен!

05.35 – 06.00 «Лига чемпионов УЕФА. Обзор».

СТС

06.00 «Похищенный».
06.55 «Смешарики», м/с.
07.00 «Скуби и Скрэппи», м/ф.
07.30 «Папины дочки», т/с.
08.00 «Ранетки», т/с.
09.00 «6 кадров».
09.30 «Папины дочки», т/с.
10.00 «Маргоша», т/с.
11.00 «Не может быть!».
12.00 «Галилео».
12.30 «Сердцедедки», т/с.
13.30 «Клуб Винкс – школа волшебниц», м/ф.
14.00 «Новые приключения Человека-паука», м/ф.
14.30 «Люди в черном», м/ф.
15.00 «Чокнутый», м/ф.
15.30 «Все тип-топ, или Жизнь Зака и Коди», т/с.
16.00 «Папины дочки», т/с.
17.00 «Хочу верить!».
17.30 «Галилео».
18.30 «Даешь молодежь!»
19.00 «Папины дочки», т/с.
20.00 «Ранетки», т/с.
21.00 «Маргоша», т/с.
22.00 «Поворот не туда», фильм.
23.35 6 кадров.
00.30 «Видеобитва».
01.30 «Завтра наступит сегодня».
05.00 – 05.20 «Зорро. Поколение Зет», м/ф.

ТНТ**ПРОФИЛАКТИКА ДО 19.00**

19.00 НОВОСТИ. Народный рейтинг.
19.20 Программа «Открытый вопрос».
20.00 «Счастливы вместе», т/с.
20.30 «Универ».
21.00 «Дом-2. Город любви».
22.00 «Десять ярдов», комедия.
23.45 «Дом-2. После заката».
00.20 НОВОСТИ. Народный рейтинг.
00.50 «Интуиция».
01.50 «Дом-2. Про любовь».
02.45 «Необъяснимо, но факт».
03.40 «Запретная зона с Михаилом Пореченковым».
05.35 – 06.00 «Саша+Маша», т/с.

**ЧЕТВЕРГ,
октябрь 22**

05.00 «ДОБРОЕ УТРО».
09.00 НОВОСТИ.
09.05 «Малахов +».
10.20 «Модный приговор».
11.20 «Контрольная закупка».
12.00 НОВОСТИ.
12.20 «Участок».
13.20 «Детективы».
14.00 Другие НОВОСТИ.
14.20 «Понять. Простить».
15.00 НОВОСТИ.
15.20 «Обручальное кольцо», т/с.
16.10 «Давай поженимся!».
17.00 «Федеральный судья».
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).
18.20 «Пусть говорят».
19.10 «След».
20.00 «Синдром Феникса», т/с. Заключительная серия.
21.00 ВРЕМЯ.
21.30 «Адмирал», т/с.
22.30 «Человек и закон».
23.30 Ночные НОВОСТИ.
23.50 «Судите сами».
00.50 Фильм «Клеопатра».
03.50 – 04.35 Сериал «Спасите Грейс».

РОССИЯ

05.00 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
06.35, 08.40 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
07.35 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

07.25 Доброе утро, Россия!
«ТЫВА»
09.05 Болгач шаги. Дорт эфир. Тел.: 2-37-33.
09.50 Хөгжүмнүг байыр.

РОССИЯ

10.00 «Штрафбат», т/с.
11.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

11.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

11.50 «Каменская», т/с.
12.45 «Две стороны одной Анны», т/с.
13.40 ВЕСТИ. Дежурная часть.
14.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

14.40 «Улицы разбитых фонарей», т/с.
15.35 Суд идет.
16.30 «Кулаги и партнеры».
17.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

17.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.
18.00 «Однажды будет любовь», т/с.
19.00 «Кармелита. Цыганская страсть», т/с.
20.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «Исаев», т/с.
21.55 «Тайны следствия», т/с.
22.50 «Штрафбат», т/с.
23.50 «Великая депрессия».
00.45 ВЕСТИ+.
01.05 – 03.46 Острозюжетный фильм «Идеальный мир».

НТВ

06.00 СЕГОДНЯ утром.
08.45 Просто вкусно.
09.00 Дачный ответ.
10.00 СЕГОДНЯ.
10.20 «Средний класс».
11.15 Чрезвычайное происшествие. Расследование.
12.00 Суд присяжных.
13.00 СЕГОДНЯ.
13.30 «Возвращение Мухтара», т/с.
15.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.30 Сериал «Литейный, 4».
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
19.00 СЕГОДНЯ.
19.30 «Улицы разбитых фонарей», т/с.
21.30 Сериал «Час Волкова».
22.30 «Главный герой представляет».
23.15 СЕГОДНЯ.
23.35 «Коллекция глупостей Максима Кононенко».
00.10 «Поздний разговор».
01.00 Фильм «Вор есть вор».
02.55 ФУТБОЛ. ЛИГА ЕВРОПЫ. «СЕЛТИК» (Шотландия) - «ГАМБУРГ» (Германия). Прямой эфир.
04.55 Особо опасен!

05.40 – 06.00 «Лига Европы УЕФА. Обзор».

СТС

06.00 «Похищенный».
06.55 «Смешарики», м/ф.
07.00 «Скуби и Скрэппи», м/ф.
07.30 «Папины дочки», т/с.
08.00 «Ранетки», т/с.
09.00 «6 кадров».
09.30 «Папины дочки», т/с.
10.00 «Маргоша», т/с.
11.00 «Ландыш серебристый».
12.00 «Галилео».
12.30 «Сердцедедки», т/с.
13.30 «Клуб Винкс – школа волшебниц», м/ф.
14.00 «Новые приключения Человека-паука», м/ф.
14.30 «Люди в черном», м/ф.
15.00 «Чокнутый», м/с.
15.30 «Все тип-топ, или Жизнь Зака и Коди», т/с.
16.00 «Папины дочки», т/с.
17.00 «Хочу верить!».
17.30 «Галилео».
18.30 «Даешь молодежь!»
19.00 «Папины дочки», т/с.
20.00 «Ранетки», т/с.
21.00 «Маргоша», т/с.
22.00 «Монстро», фильм.
23.30 «6 кадров».
00.30 «Видеобитва!»
01.30 «Завтра наступит сегодня».
05.00-05.20 «Зорро. Поколение Зет», м/ф.

ТНТ

06.00 «Необъяснимо, но факт».
07.00 НОВОСТИ. Народный рейтинг.
07.35 «Крутые бобры», м/с.
08.00 «Жизнь и приключения робота-подростка», м/ф.
08.30 «Cosmopolitan. Видеоверсия».
09.30 «Женская лига».
10.00 «Саша + Маша», т/с.
10.30 «Счастливы вместе», т/с.
11.00 «Эй, Арнольд», м/с.
11.30 «Как говорит Джинджер», м/с.
12.00 «Жизнь и приключения робота-подростка», м/ф.
12.30 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.
13.00 «Такси».
13.30 «Счастливы вместе», т/с.
14.00 «Саша + Маша», т/с.
14.30 «Дом-2. Live»
16.10 «Десять ярдов», комедия.
18.00 «Счастливы вместе», т/с.
18.30 «Универ».

ДОМАШНИЙ

06.30 «Джейми у себя дома».
07.00 «Приключения карманных дракончиков», м/ф.
07.30 «Необыкновенные судьбы».
08.00 «Татьянин день», т/с.
09.00 Дела семейные.
10.00 «Скажи, что не так?!»
11.00 «Дело вкуса».
11.30 «Еда» с Алексеем Зиминим.
12.00 «Как получить наследство».
13.00 «Прощальная гастроль «Артиста», криминальная драма.
14.45 Цветочные истории.
15.00 «Дело вкуса».
15.30 Невероятные истории любви.
16.00 «Дела семейные».
17.00 «Скажи, что не так?!»
18.00 «Кто в доме хозяин?», т/с.
18.30 «Земля любви, земля надежды», т/с.
19.30 «Дальнобойщики», т/с.
20.30 «Необыкновенные судьбы».
21.00 «Татьянин день», т/с.
22.00 «Доктор Хаус», т/с.
23.00 Живые истории.
23.30 «Время желаний», мелодрама.
01.30 «Земля любви, земля надежды», т/с.
02.30 «Эдера».
03.20 «Два лица страсти», т/с.
04.05 «Хроники скорой помощи».
04.55 «Молодые и дерзкие».
05.35 – 05.55 Музыка на «Домашнем».

5 КАНАЛ

07.00-10.30 «Утро на Пятом».
10.30 «Борьба за выживание. Горилла».
11.30 Сейчас.
11.40 «Падение всесильного министра: Щелоков».
12.35 Моя планета.
14.30 Сейчас.
14.40 «Мир природы. Атаки таинственной акулы».
15.40 Живая история: «Дело лейтенанта Хрущева».
16.35 «Оружие России. Подводная вахта».
17.30 Сейчас.
17.55 Экстренный вызов 112.
18.00 Открытая студия.
19.00 Моя планета.

19.00 НОВОСТИ. Народный рейтинг.
19.30 Программа «Наш город».
20.00 «Счастливы вместе», т/с.
20.30 «Универ».
21.00 «Дом-2. Город любви».
22.00 «Бешеные скачки», комедия.
23.50 «Дом-2. После заката».
00.20 НОВОСТИ. Народный рейтинг.
00.55 «Интуиция».
01.55 «Дом-2. Про любовь».
02.50 «Необъяснимо, но факт».
03.45 «Запретная зона с Михаилом Пореченковым».
05.35 – 06.00 «Саша + Маша», т/с.

ДОМАШНИЙ

06.30 «Джейми у себя дома».
07.00 «Приключения карманных дракончиков», м/ф.
07.30 «Необыкновенные судьбы».
08.00 «Татьянин день», т/с.
09.00 «Дела семейные».
10.00 «Скажи, что не так?!»
11.00 «Дело вкуса».
11.30 Декоративные страсти.
12.00 «Молодые и богатые».
13.00 «Время желаний», мелодрама.
15.00 «Дело вкуса».
15.30 Невероятные истории любви.
16.00 «Дела семейные».
17.00 «Скажи, что не так?!»
18.00 «Кто в доме хозяин?», т/с.
18.30 «Земля любви, земля надежды», т/с.
19.30 «Дальнобойщики», т/с.
20.30 «Необыкновенные судьбы».
21.00 «Татьянин день», т/с.
22.00 «Доктор Хаус».
23.00 Живые истории.
23.30 «Дела сердечные», киноповесть.
01.20 «Земля любви, земля надежды», т/с.
02.20 «Эдера».
03.10 «Два лица страсти», т/с.
03.55 «Хроники скорой помощи».
04.45 «Молодые и дерзкие», т/с.
05.25 – 05.55 Музыка на «Домашнем».

5 КАНАЛ

07.00 - 10.30 «Утро на Пятом».
10.30 «Борьба за выживание. Путешествие белых гусей».
11.30 Сейчас.
11.40 «Оружие России. Подводная вахта».
12.35 Моя планета.
14.30 Сейчас.
14.40 «Мир природы. Гениальная крыса».

20.00 Экстренный вызов 112.
20.30 Сейчас.
21.00 «Борьба за выживание. Путешествие белых гусей».
22.00 Живая история: «Подсудимый Берия».
23.00 Экстренный вызов 112.
23.20 Сейчас.
00.00 Фильм «Последнее танго в Париже».
02.30 Ночь//Слова//Курицын.
03.00 «Несносные медведи», комедия.
05.00 – 06.55 Фильм «Роузленд».

КУЛЬТУРА**ПРОФИЛАКТИКА НА КАНАЛЕ**

12.10 «Чудовище Млечного Пути».
13.05 «Странствия музыканта».
13.35 Фильм «Сильнее всех иных велений».
15.15 «Кельнский собор».
15.30 Новости культуры.
15.35 Уроки русского. М.Ю.Лермонтов.
15.55 «Приключения пингвиненка Лоло».
16.30 «Девочка из океана».
16.55 «Африка у поверхности земли».
17.20 «Плоды просвещения».
17.50 «Луи Пастер».
18.00 «В главной роли...»
18.20 «Камертон».
19.10 «Камчатка. Огнедышащий рай».
19.30 Новости культуры.
19.50 Вахтанговская школа. К 95-летию Театрального института им. Б.Шукина.
20.25 «Разум растений».
21.20 Власть факта.
22.00 «Иезуитские поселения в Кордове и вокруг неё. Миссионерская архитектура».
22.15 «Жизнь замечательных идей».
22.45 Цвет времени.
23.30 Новости культуры.
23.55 Фильм «Караваджо».
01.35 «Камчатка. Огнедышащий рай».
01.55 «Иностранцы в России. Доменико Жилярди. Московский амбир».
02.25 – 02.55 «Африка у поверхности земли».

15.40 Живая история: «Ленинградские истории. Оборона Эрмитажа».
16.35 «Гром над палубой. Судьба авианосца».
17.30 Сейчас.
17.55 Экстренный вызов 112.
18.00 Открытая студия.
19.00 Моя планета.
20.00 Экстренный вызов 112.
20.30 Сейчас.
21.00 «Борьба за выживание. Пыль Климанджаро».
22.00 Живая история: «Подсудимый Берия».
23.00 Экстренный вызов 112.
23.20 Сейчас.
00.00 Фильм «Леопард».
03.05 Ночь//Интеллект// Черниговская.
03.40 «ПредпоЧтение».
03.55 «Гробница Лигейи», фильм ужасов.
05.15 – 06.55 Фильм «Другой мир».

КУЛЬТУРА

06.30 «Европьюс».
10.00 Новости культуры.
10.20 «В главной роли...»
10.50 «Семеро смелых».
12.25 «Разум растений».
13.15 «Письма из провинции». Пермь.
13.50 «Ах, водевиль, водевиль...»
15.00 125 лет со дня рождения Николая Клюева. «Серебро и чернь».
15.30 Новости культуры.
15.35 Уроки русского.
15.55 «Сказка о золотом петушке», «Веселая карусель», м/ф.
16.30 «Девочка из океана».
16.55 «Поразительные животные».
17.20 «Плоды просвещения».
17.50 «Авиценна».
18.00 «В главной роли...»
18.25 Билет в Большой.
19.10 «Бордо. Да здравствует буржуазия!».
19.30 Новости культуры.
19.50 Вахтанговская школа. К 95-летию Театрального института им. Б.Шукина.
20.20 Ступени цивилизации. «Карты великих исследователей».
21.15 Черные дыры. Белые пятна.
21.55 «Незнакомый голос» Нины Кандинской.
22.35 «Культурная революция».
23.30 Новости культуры.
23.50 «Лотрек».
01.55 «Иностранцы в России. Карл Фаберже. Гений ювелирного искусства».
02.25 – 02.55 «Поразительные животные».

ПЯТНИЦА,
октябрь 23

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 «Участок», т/с.
13.20 «Детективы».
14.00 Другие НОВОСТИ.
14.20 Понять. Простить.
15.00 НОВОСТИ.
15.20 «Обручальное кольцо».
16.10 «Давай поженимся!».
17.00 «Федеральный судья».
18.00 Вечерние НОВОСТИ (с субтитрами).
18.20 «Пусть говорят».
19.10 «След», т/с.
20.00 «Поле чудес».
21.00 ВРЕМЯ.
21.30 «Минута славы».
23.00 «Вспомни, что будет».
23.50 Фильм «Игра в прятки».
01.50 Фильм «Наука сна».
03.50 - 05.30 Фильм «Дар любви».

РОССИЯ

05.00 «Доброе утро, Россия!».
«ТЫВА»
06.35, 08.40 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.
07.35 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

09.05 Мусульмане.
09.20 «Великая депрессия».
10.10 «Штрафбат», т/с.
11.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

11.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

11.50 «Каменская», т/с.
12.45 «Две стороны одной Анны», т/с.
13.40 ВЕСТИ. Дежурная часть.
14.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-Сибирь.

РОССИЯ

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

«ТЫВА»

17.25 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

17.50 ВЕСТИ. Дежурная часть.
18.00 «Однажды будет любовь», т/с.
19.00 «Кармелита. Цыганская страсть», т/с.
20.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

20.30 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

РОССИЯ

20.50 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 «Юрмала-2009».
22.55 Фильм «Морфий».
01.10 - 02.56 Острозюжетный фильм «Выкуп».

НТВ

06.00 СЕГОДНЯ утром.
08.35 «Повара и повара».
09.05 «Москва - Ялта - транзит».
10.00 СЕГОДНЯ.
10.25 «Средний класс».
11.20 Окопная жизнь.
12.00 Суд присяжных.
13.00 СЕГОДНЯ.

13.35 «Возвращение Мухтара», т/с.
15.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.30 Сериал «Литейный, 4».
18.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.

19.00 СЕГОДНЯ.
19.30 Следствие вели...
20.30 Чрезвычайное происшествие. Расследование.
20.50 Острозюжетный фильм «Родительский день».

22.45 «Женский взгляд».
23.35 Фильм «Непристойное предложение».

01.45 Фильм «Я соблазнила Энди Уорхола».
03.40 - 05.10 «Фабрика звезд», фильм.

СТС

06.00 «Похищенный».
06.55 «Смешарики», м/ф.
07.00 «Скуби и Скрэппи», м/ф.

07.30 «Палины дочки», т/с.
08.00 «Ранетки», т/с.
09.00 «6 кадров».
09.30 «Палины дочки», т/с.
10.00 «Маргоша», т/с.
11.00 «Ландыш серебристый».
12.00 «Галилео».
12.30 «Сердцедеди», т/с.
13.30 «Клуб Винкс - школа волшебниц», м/ф.

14.00 «Новые приключения Человека-паука», м/ф.
14.30 «Люди в черном», м/ф.
15.00 «Чокнутый», м/ф.
15.30 «Все тип-топ, или Жизнь Зака и Коди», т/с.

16.00 «Палины дочки», т/с.
17.30 «Галилео».
18.30 «Даешь молодежь!»
19.00 «Палины дочки», т/с.
20.00 «Ранетки», т/с.

21.00 «Бетховен-2», фильм.
22.40 «Даешь молодежь!»
23.10 «Видеобитва».
00.10 «Шоугерлз».

02.35 «Око за око».
04.35 - 05.20 «Завтра наступит сегодня».

ТНТ

06.00 «Необъяснимо, но факт».
07.00 НОВОСТИ. Народный рейтинг.
07.35 «Крутые бобы», м/ф.
08.00 «Жизнь и приключения робота-подростка», м/ф.

08.30 «Cosmopolitan. Видеоверсия».
09.30 «Женская лига».
10.00 «Саша + Маша».
10.30 «Счастливы вместе», т/с.

11.00 «Эй, Арнольд», м/с.
11.30 «Как говорит Джинджер», м/с.
12.00 «Жизнь и приключения робота-подростка», м/с.

12.30 «Губка Боб Квадратные штаны», м/с.
13.00 «Такси».
13.30 «Счастливы вместе», м/с.

14.00 «Саша + Маша», т/с.
14.30 «Дом-2. Live».
16.05 «Бешеные скачки», комедия.
18.00 «Счастливы вместе», т/с.

18.30 «Универ».
19.00 НОВОСТИ. Расклад недели. Народный рейтинг. Телеигра «Угадай-ка».

20.00 «Интуиция».
21.00 «Дом-2. Город любви».
22.00 «Барвиха».

23.00 «Comedy Woman».
00.00 «Наша Russia».
00.30 НОВОСТИ. Расклад недели. Народный рейтинг. Телеигра «Угадай-ка».
01.00 «Дом-2. После заката».
01.30 «Осень в Нью-Йорке», драма.
03.35 «Дом-2. Про любовь».
04.30 «Необъяснимо, но факт».
05.25 - 06.00 «Саша + Маша», т/с.

ДОМАШНИЙ

06.30 «Джейми у себя дома».
07.00 «Приключения карманных дракончиков», м/ф.

07.30 «Необыкновенные судьбы».
08.00 «Татьянин день», т/с.
09.00 «Николай Еременко. Последний пылко влюбленный».

10.00 «Любовные истории». Игорь Бочкин.
10.30 «Любовные истории». Илья Олейников.

11.00 «Двое». Юрий и Элеонора Николаевы.
12.00 «Любовь как наказание».
13.00 «Дела сердечные», киноповесть.

15.00 «Дело вкуса».
15.30 Невероятные истории любви.
16.00 «Дела семейные».

17.00 «Скажи, что не так?»
18.00 «Кто в доме хозяин?»
18.30 «Земля любви, земля надежды», т/с.

19.30 «Дальнобойщики», т/с.
20.30 «Необыкновенные судьбы».
21.00 «Татьянин день», т/с.

22.00 «Доктор Хаус», т/с.
23.00 Живые истории.
23.30 «Американские приключения», фильм.

02.40 «Земля любви, земля надежды», т/с.
03.30 «Эдера».

04.20 «Два лица страсти», т/с.
05.05 «Молодые и дерзкие».
05.45 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

5 КАНАЛ

07.00-10.30 «Утро на Пятом».
10.30 «Борьба за выживание. Пыль Килиманджаро».

11.30 Сейчас.
11.40 «Гром над палубой. Судьба авианосца».
12.35 Моя планета.

14.30 Сейчас.
14.40 «Мир природы. Зоопарки: побег невозможен».
15.40 Живая история: «Босиком

через Терек».
16.35 «Тень звезды».
17.30 Сейчас.
17.55 Экстренный вызов 112.
18.00 Открытая студия.
19.00 Моя планета.

20.00 Экстренный вызов 112.
20.30 Сейчас.
21.00 «Борьба за выживание. Один год из жизни антилопы».

22.00 Живая история: «Ирод. По ту сторону мифа».
23.00 «Волга, Волга!», комедия.

01.05 «После смерти».
02.00 История рока: «Supertramp».
Предисловие Нasti Полевой.

03.15 «Тысяча миллиардов долларов», политический триллер.
05.35 «Экстремальные путешествия».

06.30 - 06.55 «Международный терроризм».

КУЛЬТУРА

06.30 «Европьюс».
10.00 Новости культуры.

10.20 «В главной роли...»
10.50 «Чудесница».
12.55 «Карты великих исследователей».

13.20 «Незнакомый голос» Нины Кандинской.
14.05 «Звезда и смерть Хоакина Мурьеты».

15.30 Новости культуры.
15.35 Уроки русского.
15.55 «В музей - без поводка».

16.10 «В гостях у гномов», м/ф.
16.25 «За семью печатями».
16.55 «Поразительные животные».

17.20 «Разночтения».
17.50 «Монтесума II».
18.00 «Леонид Собинов. Поэт на сцене, поэт в жизни».

18.45 «Дом актера». «Любимые актеры. Память сердца».
19.30 Новости культуры.

19.55 «Сферы».
20.40 «Питер Кингдом».
22.15 «Липарские острова. Красота из огня и ветра».

22.35 «Линия жизни». Сергей Урсуляк.
23.30 Новости культуры.
23.55 Фильм «Тайна Антуана Ватто».

01.15 «Кто там...»
01.40 «Ночь на Лысой горе», м/ф.
01.55 Р.Штраус. Бурлеска. Солист В.Холоденко. Дирижер Ю.Башмет
02.25 - 02.55 «Поразительные животные».

04.30 Фильм «Бостонский душитель».
06.25 Фильм «О тех, кого помню и люблю».

КУЛЬТУРА

06.30 «Европьюс».
10.10 Библийский сюжет.
10.40 Фильм «Белые грезы».

12.05 Кто в доме хозяин.
12.35 «Мой папа - капитан».
13.45 «Храбрый олененок», «Лесная хроника», м/ф.

14.20 Заметки натуралиста.
14.50 «Ищу человека».
16.25 «Фантом и призраки Юрия Тынянова».

17.05 Магия кино.
17.50 Вспоминаю Муслима Магомаева «Любовь негромкие слова».

18.45 У.Шекспир. «Король Лир». Телеспектакль.
21.15 «Сатирикон. Точка отсчета».

22.00 Новости культуры.
22.20 Фильм «Цвета юности».

00.05 «Личные хроники исторических событий».
00.55 РОКовая ночь с Александром Ф. Склярком. Рой Орбисон. Концерт в Австралии, 1973.

01.55 «Поднебесная архитектура».
02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

02.35 - 02.55 «Догони - ветер», м/ф.

СУББОТА,
октябрь 24

1 КАНАЛ

05.30 Приключенческий фильм «Внимание, цунами!».
06.00 НОВОСТИ.
06.10 «Внимание, цунами!». Продолжение.
07.20 Играй, гармонь любимая!
08.00 Дисней-клуб: «Мои друзья Тигруля и Винни», «Доброе утро, Микки!»
08.50 Умницы и умники.
09.40 «Слово пастыря».
10.00 НОВОСТИ.
10.10 Смак.
10.50 К 80-летию Льва Яшина. «Прыжок Льва».
12.00 НОВОСТИ.
12.10 Живой мир. «Тайны Тихого океана».
13.10 «Хочу знать» с Михаилом Ширвиндтом.
13.50 «Купить бессмертие».
15.00 Кинороман «Обратная сторона полуночи».
17.50 Кто хочет стать миллионером?
18.50 «Ледниковый период».
21.00 «ВРЕМЯ».
21.15 «Ледниковый период». Продолжение.
22.20 «Прожекторперисхилтон».
23.00 «Что? Где? Когда?».
00.20 «Остаться в живых».
01.10 «Доказательство смерти», фильм.
03.20 Фильм «Планета страха».
05.00 Детектив «Леди в цементе».
06.30 - 07.05 «Детективы».

РОССИЯ

05.05 «Личная жизнь Кузьева Валентина», фильм.
06.45 Вся Россия.
06.55 Сельский час.
07.25 Диалоги о животных.
08.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

08.10 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

08.20 «Военная программа».
08.45 Субботник.
09.25 «Бременские музыканты», м/ф.
09.45 «Рок ку-ка-ре-ку», м/ф.
11.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

11.10 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА.

11.20 Тува - территория перемен.
11.30 Тува музей - 80 чыл.
12.10 Хөгжүмнүг байыр.

РОССИЯ

12.20 Комната смеха.
13.15 Сенат.
14.00 ВЕСТИ

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ-ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

14.30 «Индийские йоги, кто они? 40 лет спустя».
15.25 «Ты и я».
16.25 «Субботний вечер».
18.20 «Подари себе жизнь».
18.50 Фильм «Варенька. Испытание любви».

20.00 ВЕСТИ в субботу.
20.40 «Варенька. Испытание любви». Продолжение.
23.20 Фильм «Контракт на любовь».

01.20 - 02.57 «Полицейская академия-7», комедия.

НТВ

05.10 Комедия «Безумные скачки: афера Мандраке».
06.50 «Сильвестр и Твити: загадочные истории-3», м/ф.

07.30 Сказки Баженова.
08.00 СЕГОДНЯ.
08.20 Лотерея «Золотой ключ».
08.50 «Без рецепта».

09.25 Смотр.
10.00 СЕГОДНЯ.
10.20 Главная дорога.
10.55 «Кулинарный поединок».

12.00 Квартальный вопрос.
13.00 СЕГОДНЯ.
13.25 Особо опасен!

14.05 «Советские биографии. Феликс Дзержинский».
15.05 Своя игра.
16.00 СЕГОДНЯ.

16.25 «Алтарь победы. В бой идут асы».
17.10 Сериал «Закон и порядок».

19.00 СЕГОДНЯ.
19.25 Профессия - репортер.
19.55 Программа максимум. Расследования, которые касаются каждого».

21.00 «Русские сенсации».
21.50 Ты не поверишь!
22.40 Боевик «Убить Билла-2».

01.10 Комедия «Везет как утопленнику».
03.10 Фильм «Фокус».
05.15 - 06.45 Комедия «Ее алиби».

СТС

06.00 «Однажды в Токио».
07.45 «Карлсон вернулся», «Ну, погоди!», м/ф.
08.20 «Смешарики», м/ф.

08.30 «Капитан Фламинго», м/ф.
09.00 «Собачий секрет».
10.45 «Все по-взрослому».

11.00 «Галилео».
12.00 «Видеобитва».
13.00 «Ясон и герои Олимпа», м/ф.

14.00 «Земля до начала времён», м/ф.
15.00 «Король Лев. Тимон и Пумба», м/ф.

16.00 «6 кадров».
17.30 Шоу «Уральских пельменей».
«Гори оно все... конем!»

19.00 «Палины дочки», т/с.
21.00 «Бетховен-3», фильм.
22.50 «6 кадров».

23.30 «Слава богу, ты пришел!»
00.45 «Модное кино». «Город грехов».

02.30 - 04.30 «Море душ».

ТНТ

06.00 «Котопес», м/ф.
07.00 «Эй, Арнольд!», м/ф.

08.25 НОВОСТИ. Расклад недели. Народный рейтинг. Телеигра «Угадай-ка!»
09.00 «Необъяснимо, но факт».

10.00 «Школа ремонта».
11.00 «Уйти из дома».

12.00 «Звездные невесты».
13.00 «Клуб бывших жен».
14.00 «Cosmopolitan. Видеоверсия».

15.00 «Универ».
17.00 Большое кино по выходным. «Знамение».

19.30 Программа «Саквояж».
20.00 «Битва экстрасенсов».

21.00 «Дом-2. Город любви».
22.00 «Комеди Клуб».

23.00 «Наша Russia».
23.30 «Убойная лига».
00.40 «Убойной ночи».

01.15 «Секс» с Анфисой Чеховой.
01.4

ВОСКРЕСЕНЬЕ, октябрь 25

1 КАНАЛ

06.00 НОВОСТИ.
06.10 Фильм «Контрабанда».
07.50 Армейский магазин.
08.20 Дисней-клуб: «Мои друзья Тигруля и Винни», «Клуб Микки Мауса».
09.10 «Здоровье».
10.00 НОВОСТИ.
10.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым.
10.30 «Пока все дома».
11.20 Фазенда.
12.00 НОВОСТИ.
12.10 «Моя родословная. Дмитрий Дибров».
13.10 «Хочу знать» с Михаилом Ширвиндтом.
13.50 Фильм «Медвежья охота».
15.40 Ералаш.
16.10 «Последний дубль. Остаться живым».
17.10 Большие гонки.
18.40 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига.
21.00 Воскресное «ВРЕМЯ».
22.00 «Большая разница».
23.00 «Обмани меня». Новый сезон.
23.50 ФУТБОЛ. Чемпионат России XXVI тур. ЦСКА - «Москва».
01.50 - 04.30 Приключенческий фильм «Бездна».

РОССИЯ

05.35 «Тревожное воскресенье», фильм.
07.20 «Смехопанорама».
07.50 Сам себе режиссер.
08.35 Утренняя почта.
09.10 Фильм «Тайна «Волчьей пасти»».
11.00 ВЕСТИ.
11.10 Местное время. ВЕСТИ.
11.50 «Городок». Дайджест.

12.25 «Сто к одному».
13.15 Парламентский час.
14.00 ВЕСТИ.

«ТЫВА»

14.20 Местное время. ВЕСТИ - ТЫВА ЧЕРДЕ.

РОССИЯ

14.30 ВЕСТИ. Дежурная часть.
15.00 «Честный детектив».
15.30 Смеяться разрешается.
17.55 Фильм «Здравствуйте Вам!»
20.00 ВЕСТИ недели.
21.05 «Песочный дождь», фильм.
23.00 Специальный корреспондент.
00.00 Острозжетный фильм «Смерть в три дня».
01.55 - 03.45 «Убей меня», комедийный боевик.

НТВ

06.45 Мультфильмы.
06.45 «Сильвестр и Твити. Загадочные истории-3», м/с.
07.30 «Дикий мир».
08.00 СЕГОДНЯ.
08.20 Лотерея «Русское лото».
08.45 Их нравы.
09.25 Едим дома.
10.00 СЕГОДНЯ.
10.20 Спасатели.
10.55 «Quattroruote».
11.25 Борьба за собственность.
12.00 Дачный ответ.
13.00 СЕГОДНЯ.
13.25 Боевик «Риск без контракта».
15.05 Своя игра.
16.00 СЕГОДНЯ.
16.20 «Кремлевская кухня. Дом на набережной».
17.10 «Закон и порядок», сериал.
19.00 «СЕГОДНЯ. Итоговая программа».
19.55 Чистосердечное признание.
20.25 Чрезвычайное происшествие. Обзор за неделю.
20.55 «Сеанс с Кашпировским».
21.45 «Семина», сериал.
23.30 Авиаторы.
00.05 «Quattroruote».

00.45 «Антитеррор».
01.40 Фильм «Ночь в «Золотом орле»».
03.30 Особо опасен!
04.10 - 06.00 Фильм «Угроза».

СТС

06.00 «У мамы свидание с вампиром».
07.40 «Цветик-семицветик», «Ду-дочка и кувшинчик», м/ф.
08.20 «Смешарики», м/ф.
08.30 «Капитан Фламинго», м/ф.
09.00 «Самый умный».
10.30 «Всё по-взрослому».
11.00 «Галилео».
12.00 «Снимите это немедленно!»
13.00 «Одни дома».
13.30 «Всё по-взрослому».
14.00 «Приключения Тома и Джерри», м/ф.
14.30 «Чудеса на виражах», м/ф.
16.00 «6 кадров».
17.00 «Даешь молодежь!»
18.00 «Папины дочки», т/с.
20.00 «6 кадров».
21.00 «Бетховен-4», комедия.
22.50 Шоу «Уральских пельменей». «Гори оно все... конем!»
00.20 «Тельма и Луиза».
02.45 - 05.30 «Море душ».

ТНТ

06.00 «Котолес», м/ф.
07.00 «Эй, Арнольд», м/ф.
08.25 Программа «Саквояж» (повтор).
09.00 «Необъяснимо, но факт».
10.00 «Школа ремонта».
11.00 «Богатые и одинокие».
12.00 «Женская лига».
12.40 «Comedy Woman».
13.40 «Знамение», фантастика.
16.00 Большое кино по выходным. «Александр».
19.30 Музыкально-поздравительная программа «Мы желаем счастья Вам!»
20.00 «Битва экстрасенсов».
21.00 «Дом-2. Город любви».
22.00 «Комеди Клуб».

23.00 «Смех без правил».
00.05 «Убойной ночи».
00.40 «Секс» с Анфисой Чеховой».
01.10 «Дом-2. После заката».
01.40 «Интуиция».
02.40 «Дом-2. Про любовь».
03.35 «Необъяснимо, но факт».
04.30 «Запретная зона с Михаилом Пореченковым».
05.20 - 06.00 «Саша + Маша», т/с.

ДОМАШНИЙ

06.30 «Джейми у себя дома».
07.00 «Приключения карманных дракончиков», м/ф.
07.30 «Малыш и Карлсон», м/ф.
07.55 «Урок жизни».
10.00 «Городское путешествие».
11.00 «Еда» с Алексеем Зиминым.
11.30 Невероятные истории любви.
12.30 Женская форма.
13.00 «Дальнотбойщики», т/с.
15.00 Дело Астахова.
16.00 «Пуаро Агаты Кристи», т/с.
18.00 «Она написала убийство», т/с.
19.00 «Пороки и их поклонники», фильм.
21.00 «Коломбо», т/с.
23.00 «Еда» с Алексеем Зиминым.
23.30 «Золотой теленок».
03.00 «Проклятые короли», историческая драма.
05.30 - 05.55 Музыка на «Домашнем».

5 КАНАЛ

07.00 «Призраки».
07.55 «Фантомаска», м/ф.
08.25 «Попай - приключения продолжаются», м/ф.
09.00 «Боб Моран», м/ф.
09.30 Клуб знаменитых хулиганов.
10.10 «Винни-Пух», «Винни-Пух идет в гости», м/ф.
10.30 «Хлеб, золото, наган», приключения.
11.50 «Тайна «Черных дроздов», детектив.
13.50 «В нашу гавань заходили корабли...»

14.50 «Личные вещи. Архиепископ Волоколамский Иларий».
15.40 К доске.
16.30 «Встречи на Моховой. Тамара Москвина».
17.15 Фильм «Верьте мне, люди».
19.30 «Главное».
20.35 «Вий», мистика.
22.00 «Полицейская история 2», боевик.
00.05 о Пять о футболе.
01.20 «Ведьмы», мистика.
03.25 Фильм «Наперегонки с дьяволом», фильм ужасов.
04.55 - 06.55 Фильм «Дзета».

КУЛЬТУРА

06.30 «Евроныус».
10.10 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым».
10.45 Фильм «Счастливый рейс».
11.55 «Легенды мирового кино». Михаил Жаров.
12.25 «Мистрас. Развалины византийского города».
12.40 Музыкальный киоск.
12.55 Сказки с оркестром. «Волшебная лампа Аладдина». Читает Валерий Гаркалин.
13.45 «Микрокосмос. Жители травы».
15.00 «Что делать?»
15.45 «Илья Сельвинский. Начало пути».
16.30 К юбилею Театра «Сатирикон». «Адрес: театр».
18.00 Фильм «Одержимые».
19.50 Парижская Национальная Опера. Балеты Дж. Баланчина и Л.Мясина - «Блудный сын» и «Фантастическая симфония».
21.45 Великие романы XX века. Марта Геллхорн и Эрнест Хемингуэй.
22.15 «День Гауди».
00.00 «Куба. Главы неопубликованной книги...»
00.55 «Джем-5». Луи Армстронг.
01.55 «Джон Стайнбек»
02.40 - 02.55 «Кважды Ква», м/ф.

Бодалдар дизи

Бистиң угаан-медереливисте шыгжаттынып арткан эрткен үе— амгы үениң кезин дир.

Тадеуш Котарбинский.
Кижги бүрүзү бодунуң байдалдарына аас-кежиктиг болур эргелиг.

Фрэнк Заппа.

Ынакшылдың чедишпези-даа эвес, а найыралдың чедишпези ашак-кадай улусту аас-кежик чок болдуруп турар.

Фридрих Ницше.

Аас-кежик шакка дөмей: механизм быжык болган тудум, ол белен үрелбес.

Никола Шамфор.

Бодунуң дайзыннарыңдан карак салба, оон башка олар сээң частырылларыңны кымдан мурнай көрүп каар.

Антисфен.

Амыдыралдың оруунга чоруп олура, чүгле чүнү кылырын эвес, а чүнү кылбазын база билип алыр силер.

П. Чистхольм.

Бодунуң күжүн билири оуну улам күштелдирип турар.
Люк де Клапье Вовенарг.

Чаа көрүш-биле...

Оожум, топтуг болуру өг-бүлениң ээзи эр кижиге багай эвес байдалдыр. Ынчалзажок кады чурттап олурар кижизинге үнелелди өске эр улус-биле деңнеп, ооң аажы-чаңын эки, хандыр билип ап болур дээрзин бодап кээрге, үндезинниг болгу дег. Кандыг-бир айтырыг тургустунуп келзе, өң ээзинче бир янзы, чаа көрүш-биле көрүп көр даан. Кижини ынчан оон-даа эки билип алыр арга тургустунар. Ону өске кижги кылдыр бодап алгаш, ону үнелеп көр даан, ол сени бо удаада чүнү-биле сонургадып келир-дир, эскерип көр даан. Эрткен-барган болушкуннар сагынмай, мурнуңда танывазың чаа кижги турарын бодап кел. Олче өске херээжен улус канчаар көөрүл, олар ону канчаар сонургап болуруп дээрзин бодап ал. Шак мындыг оюн хевирлиг бодалдар чаа бодалдарны тывылдырар болгаш эскерип көөр болзуңза, шыжыгып турарың байдалдан чайгаар үне бээр сен. Кады чурттаан эжиң сенээ улам чоок, эргим апаар.

Аравыста чугаа болзун

Улуг кижги апаары

Улуг кижги апаары—юридиктиг, материалдыг-даа талазы-биле эвес, а психология-даа талазы-биле бот-тускайлаң апаары-дыр. Канчал улуг кижги апаарыл? Ол дээрге өске кижилер дээш харысалганы бодунга ап, аңаа хамаарыштыр үндезинниг, чөптүг шиитпирлерни хүлээп алыры-дыр.

Омак-сергек болур

Ол-бо чай чок дээр чижектиг чылдагааннар-биле эш-өөрү-биле ужуражылгалардан, чалалгалардан чалданыр кижилер база тургулаар. Ындыг байдал кижиниң бодунга кончуг таарымча чок болур. Психологтарның демдеглер турары-биле алырга, кижилер-биле аралажып чугаалашпас байдал кижини стресске чедирер болгаш организмиң камгалал куштерин кошкадыр. Ажыл неделязының соонда чүнү-даа кылбайн, телевизор көрүп олуруп алырының орунунга, эш-өөрү-биле чыгып, үени солун, ажыктыг кылдыр эрттирери

чугула. «Изиг» дээн медээлер дыңнап, омак-сергек байдалдан туруп-каныңны уттуптар сен.

Арга сенде бар-дыр

Кижилерниң кылып билбес чүүлдерин кылыптар талантылыг дижит сен. Ол дээш өске кижилер сенээ төлөп бээринге белен. Ону көрүп, өөренип, билип алыксаар кижилер база туруп болур. Ындыг болганда, хууда кичээлдер эрттирип, ажылдап ап болурун аргази сенде бар-дыр. Күш-ажыл рыногунда репетиторство ажылы элээн адааннажылыг болдуру ийин. Ынчангаш кичээлдерниң өртектерин баштайгы дээрзинде таарыштыр тургузуп алыр болза, баштайгы өөреникчилер чок тывылбас деп.

Огородтук дижит сен, сезонда расадалар өстүргеш, садып болур. Таптыг организастап алыр болза, ону доктаамал садып алыр кижилерниң хөй болур. Өрээлдерге өзер чечектерни база өстүрүп, чараш саваларга олурткаш, база садып болур-дур.

Кадыкшылдың рецептизи

СЕС БАЗЫМ

Таакпылаар чоруктан канчал адырлып алырыл?

1. Ол чугула херекке кандыг-бир үени шилип алыр. Амгы кризис үези аңаа эптиг, таарымчалыг үе-дир. Таакпыны октааш, камналга чедип алыр.
2. Кандыг байдал бодунга эптиг-дир, таакпылаарын дораан бе азы чоорту кааптар бе? Ону бодунга ыяк бодап алыр.
3. Таакпылаарын чүге кааптар деп шиитпирлеп алган сен, ооң чылдагааннардын бодаар, кичээнгейге алыр.
4. Таакпыны кааптар дээш кызып турарыңны чоок кижилеринге албан чугаала, олар силерни база деткиир болгай.
5. Таакпы садып ап турган садыларны, киоскилерни ам сагынмай, оюн эртип турар болза эки.
6. Таакпы тыртпааның бир хүнге-ле өөрүүр ужурул сен. А бир эвес туттунуп шыдавайн, бир сигаретаны тыртыпкан болзуңарза, бодунга хордап-даа болгай силер, частырыңны даарта эдип-ле алгай силер.
7. Шимчээшкиннерге, спортчу оюннарга чардыгар. Чадаг кылаш-таары база эки салдарлыг.
8. Таарымча чок байдал тургустунза-даа, ону шыдамык эртер апаар.

ЭКИ БОДАЛДАРНЫҢ ДУЗАЗЫ

Кижги бүрүзү бодуну-биле аас-кежиктиг.

Бистер сагыш-сеткилге, бодалдарга, хөлээшкинге, мунгаралга, өөрүшкүге алзып чурттап чоруур болгай бис. Ынчангаш чурталгадан дыка-ла хөй эки чүүлдерни: уруу-вустуң азы огулвустуң баштайгы сөстөрүн, хүлүмзүрүүн, чоок, ынак киживистиң, ада-невистиң чымчак, бүзүрелдик көрүжүн... угаан-медереливистен уштуп кааптып, уттуп шыдавас бис. Аас-кежиктиг байдалдар-биле холбашкан сактыышкыннар биске ийи катап үнелиг-дир.

Берге байдалдарга таваржып келгенивисте аас-кежиктиг турган үелер, сактыышкыннар бистерни деткип келир. Ынчангаш чурталгадан өөрүшкүлүг, аас-кежиктиг, солун болушкуннарны чыып ап чорууру ажыктыг-дыр.

Титов кудумчузу, 36 компьютерлер фирмазы

ИНФОТЕХ

Септээр: ПРИНТЕРЛЕРНИ, ХООЛГАЛААР АППАРАТТАРНЫ
ТЕЛЕФОННАРНЫ БОЛГАШ ФАКСТАРНЫ
КОМПЬЮТЕРЛЕРНИ

Кандыг-даа картриджтерни

Садар: КОМПЬЮТЕР ТЕХНИКАЗЫН
ТЕЛЕФОННАРНЫ БОЛГАШ
РАДИОТЕЛЕФОННАРНЫ

КОМПЬЮТЕРЛЕР ӨРТЭЭ 17000 рубльден өрү

ток кижин ойлээр стабилизаторларны

АВТОМОБИЛЬДЕР

АВТОСАЛОН «РЕГИОН 17»

АРТЫК КЕЗЕКТЕР

СЕПТЕЛГЕ

г. Кызыл, ул. Интернациональная, 115 ☎ 2-44-88

КУПОННУГ УЛУСКА ЧИИГЕЛДЕ!